

**BIMBINGAN AGAMA ISLAM UNTUK MEMBENTUK  
KETABAHAN PASIEN DEPRESI DI PANTI REHABILITASI  
SAKIT JIWA NURUSSALAM SAYUNG DEMAK**



**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagai Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)  
**Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam**

Oleh:

Umi Athiyah

1701016090

**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
SEMARANG**

**2023**

## NOTA PEMBIMBING

### NOTA PEMBIMBING

Lamp. : 1 bendel

Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada Yth.  
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
UIN Walisongo Semarang  
di Semarang

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Setelah membaca, mengadakan koreksi, dan melakukan perbaikan sebagaimana mestinya terhadap naskah skripsi atas nama mahasiswa:

Nama : Umi Athiyah  
NIM : 1701016090  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi  
Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam  
Judul Skripsi : Bimbingan Agama Islam Untuk Membentuk  
Ketabahan Pasien Depresi di Panti Rehabilitasi  
Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak

Dengan ini kami menyatakan telah menyetujui naskah tersebut dan oleh karenanya mohon untuk segera diujikan.

Atas perhatiannya kami sampaikan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Semarang, 22 Agustus 2023

Pembimbing,



**Dr. Saifodin, M.Ag**

NIP : 197512032003121002

## PENGESAHAN SKRIPSI

### PENGESAHAN SKRIPSI

#### BIMBINGAN AGAMA ISLAM UNTUK MEMBENTUK KETABAHAN PASIEAN DEPRESI DI PANTI REHABILITASI SAKIT JIWA NURUSSALAM SAYUNG DEMAK

Oleh:

Umi Athiyah

1701016090

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 26 September 2023 dan dinyatakan telah lulus memenuhi syarat  
guna memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji

Prof. Dr. Ali Muhtadho, M.Pd  
NIP. 196908181995031001

Sekretaris Dewan Penguji

Dr. Saifuddin, M.Ag  
NIP. 197512032003121002

Penguji 1

Yuli Nurkhasmah, S.Ag, M.Hum  
NIP. 197107291997032005

Penguji 2

Abdul Rozak, M.S.I  
NIP. 198010222009011009

Mengetahui,  
Pembimbing

Dr. H. Saifuddin, M.Ag  
NIP. 197512032003121002

Disahkan oleh

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
Pada tanggal, 26 September 2023



Prof. Dr. Ilyas Supena, M.Ag.  
NIP. 197204102001121003

## PERNYATAAN

### PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Umi Athiyah

NIM : 1701016090

Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi di lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum/tidak diterbitkan, sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka.

Semarang, 22 Agustus 2023

Penulis



Umi Athiyah

NIM: 1701016090

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ وَعَلَى آلِهِ وَأَصْحَابِهِ وَمَنْ  
تَبِعَهُمْ بِإِحْسَانٍ إِلَى يَوْمِ الدِّينِ أَمَّا بَعْدُ

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang Maha pengasih lagi Maha penyayang, atas limpahan rahmat, nikmat, taufik serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini yang berjudul ***“Bimbingan Agama Islam untuk Membentuk Ketabahan Pasien Depresi di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak”***.

Shalawat serta salam tak lupa senantiasa kita limpahkan pada junjungan kita Nabi Agung Muhammad SAW yang mana telah mengantarkan umatnya dari zaman jahiliyah hingga sampai pada zaman terangnya kebenaran dan penuh dengan ilmu pengetahuan.

Skripsi ini disusun dalam rangka untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana strata satu (S-1) pada jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI) di Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Teriring banyak rasa terima kasih dan penghargaan yang tulus kepada semua pihak, karena dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak yang telah memberikan motivasi kepada penulis baik itu berupa moril, materi maupun spiritual. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terima kasih yang sebesar-sebesar-nya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Imam Taufiq, M.Ag, Selaku Rektor UIN Walisongo Semarang.
2. Bapak Prof. Dr. H. Ilyas Supena, M.Ag. Selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.
3. Ibu Dr. Ema Hidayanti, S.Sos.I, M.S.I selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam dan Ibu Hj. Widayat Mintarsih, M.Pd selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam yang telah memberikan bimbingan kepada penulis.

4. Bapak Dr. Safrodin, M.Ag, selaku dosen wali studi serta dosen pembimbing yang telah bersedia untuk meluangkan waktu, tenaga serta fikirannya untuk memberi bimbingan dan pengarahan dalam penulisan skripsi ini.
5. Bapak, Ibu dosen pengajar beserta staf karyawan di lingkungan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang yang telah memberikan ilmu pengetahuan kepada penulis selama perkuliahan.
6. Bapak, Ibu tenaga pendidik di perpustakaan pusat UIN Walisongo Semarang dan perpustakaan Fakultas Dakwah UIN Walisongo Semarang.
7. Orang tua penulis Bapak Hartono dan Ibu Rayinah serta saudara-saudara tercinta yang selalu memberikan kasih sayang dan motivasi serta do'a untuk penulis selama menyelesaikan studi hingga penyusunan skripsi.
8. Ibu Nyai Hj. Siti Maesaroh selaku Pimpinan Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak dan jajaran pengurus Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak, yang telah memberikan izin serta bantuan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik.
9. Seluruh pasien depresi yang sudah menyempatkan waktunya untuk saya wawancarai sehingga bisa mendapatkan info yang lebih valid untuk menyelesaikan penelitian ini.
10. Teman-teman seperjuangan BPI-C 2017 dan seluruh mahasiswa BPI 2017 tercinta yang selalu memberikan motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan penelitian ini.
11. Kepada teman-teman kos satrio kembar yang telah memberikanku semangat, membantu penulis dalam skripsi dan mendengarkan keluh kesah selama mengerjakan skripsi.
12. Dan semua pihak yang secara tidak langsung membantu dan memberikan motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga amal baik yang telah disumbangkan kepada penulis, mendapat balasan yang melimpah dari Allah SWT. Namun demikian penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak khususnya bagi penulis dan pembaca pada umumnya. Aamin.

Semarang, 22 Agustus 2023  
Penulis

A handwritten signature in black ink, consisting of stylized, cursive letters that appear to read 'U.A.' followed by a horizontal line and a small dot.

**Umi Athiyah**

NIM. 1701016090

## **PERSEMBAHAN**

Dengan mengucapkan syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan kasih dan sayangnya kepada penulis sampai sekarang dan sampai akhir kelak. Skripsi ini penulis persembahkan kepada:

1. Kedua orang tuaku, khususnya untuk Bapak Hartono dan Ibu Rayinah terima kasih karena mengorbankan segalanya, memperjuangkan pendidikanku dan selalu mendoakanku serta bersabar menungguku ditahap ini dengan restu baik secara moral ataupun material hingga sampai pada tahap akhir ini.
2. Saudara-saudaraku Dzatul Malie, Aniq Anisa, Rosehan Fikri, Uswatun Hasanah dan Muhammad Nabil Alawy terima kasih atas semangat dan motivasi yang diberikan kepada penulis.
3. Almamaterku tercinta Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

## MOTTO

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ ۗ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ

“Dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. Dan bertakwalah kamu kepada Allah, sesungguhnya Allah amat berat siksa-Nya”

(Q.S. Al-Maidah: 2)

## ABSTRAK

Umi Athiyah (1701016090), Bimbingan Agama Islam Untuk Membentuk Ketabahan Pasien Depresi di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak.

Depresi merupakan gangguan kejiwaan pada alam perasaan yang ditandai dengan kelesuan, murung, kelelahan, hilangnya nafsu makan, menurunnya kegiatan dan minat sehari-hari hal tersebut dapat terjadi karena tidak adanya rasa tabah dan pasrah pada Allah SWT. Penyebab dari depresi biasanya karena adanya tekanan dari keluarga dan lingkungan sekitar, tidak tercapainya cita-cita, ekspektasi yang terlalu tinggi, ditinggalkan pasangan. Maka untuk menangani pasien depresi dengan menggunakan bimbingan agama Islam.

Jenis penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pelaksanaan bimbingan agama Islam untuk membentuk ketabahan pasien depresi di panti rehabilitasi sakit jiwa nurussalam sayung demak. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara, observasi dan dokumentasi. Teknik validitas data menggunakan triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Teknik analisis data menggunakan data *reduction*, data display, data *conclusion*.

Hasil penelitian ini menunjukkan: Pelaksanaan bimbingan agama Islam untuk membentuk ketabahan di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak dilakukan secara berkelanjutan, dengan bimbingan agama melalui ceramah dengan materi aqidah yang mencakup rukun iman dan rukun Islam serta akhlak, yaitu akhlak kepada Allah SWT, akhlak kepada sesama manusia dan akhlak kepada alam sekitar serta ceramah tentang kisah-kisah Nabi, Rasul dan Wali-wali yang memiliki kesabaran luar biasa. Penyampaiannya menggunakan metode kelompok, metode mauidzah hasanah dan metode hikmah. Kondisi ketabahan pasien ketika pertama kali datang ke panti sangat beragam ada yang marah-marah, emosi nya tidak dapat dikontrol, serta ada yang hanya terdiam. Kondisi ketabahan pasien setelah mengikuti bimbingan agama Islam telah mengalami banyak perubahan dibuktikan dengan pasien mampu mengontrol emosi dan tingkah laku dalam kehidupan sehari-harinya, tertarik bersosialisasi dengan lingkungan sekitar, lebih rajin beribadah, mulai memiliki kepercayaan diri kembali, sudah mulai memikirkan rencana yang akan dilakukan setelah keluar dari Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa. Faktor pendukung pelaksanaan bimbingan agama Islam adalah pembimbing agama Islam yang profesional, sarana dan prasarana yang memadai, serta dukungan dari orang tua. faktor penghambat muncul dari dalam diri pasien depresi sendiri yang tidak fokus pada saat penyampaian materi dari pembimbing agama Islam.

Kata kunci: *Bimbingan Agama Islam, Ketabahan, Pasien Depresi*

## DAFTAR ISI

NOTA PEMBIMBING .....	i
PENGESAHAN SKRIPSI .....	ii
PERNYATAAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iv
PERSEMBAHAN.....	vii
MOTTO .....	viii
ABSTRAK .....	ix
DAFTAR ISI.....	x
TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
<b>A. Latar Belakang .....</b>	<b>1</b>
<b>B. Rumusan Masalah .....</b>	<b>7</b>
<b>C. Tujuan Penelitian .....</b>	<b>7</b>
<b>D. Manfaat Penelitian.....</b>	<b>7</b>
<b>E. Tinjauan Pustaka.....</b>	<b>8</b>
<b>F. Metodologi Penelitian.....</b>	<b>15</b>
<b>G. Sistematika Penulisan.....</b>	<b>22</b>
<b>BAB II LANDASAN TEORETIK BIMBINGAN AGAMA ISLAM UNTUK     MEMBENTUK KETABAHAN.....</b>	<b>25</b>
<b>A. Bimbingan Agama Islam.....</b>	<b>25</b>
1. Pengertian Bimbingan Agama Islam.....	25
2. Tujuan Bimbingan Agama Islam .....	26
3. Fungsi Bimbingan Agama Islam .....	28
4. Metode Bimbingan Agama Islam .....	28
5. Materi Bimbingan Agama Islam .....	31
<b>B. Ketabahan .....</b>	<b>32</b>
1. Pengertian Ketabahan.....	32
2. Ketabahan dalam Konsep Psikologi Islam.....	35
3. Aspek-Aspek ketabahan .....	37
4. Fungsi-Fungsi Ketabahan Hati.....	40

5. Ciri-Ciri Ketabahan .....	42
6. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Ketabahan .....	43
<b>C. Depresi .....</b>	<b>44</b>
1. Pengertian Depresi .....	44
2. Ciri – Ciri dan Gejala Depresi.....	46
3. Macam-macam Depresi.....	48
4. Faktor Penyebab Terjadinya Depresi .....	50
<b>D. Urgensi Bimbingan Agama Islam Untuk Membentuk Ketabahan Pasien Depresi .....</b>	<b>52</b>
<b>BAB III GAMBARAN UMUM PELAKSANAAN BIMBINGAN AGAMA ISLAM UNTUK MEMBENTUK KETABAHAN PASIEN DEPRESI DI PANTI REHABILITASI SAKIT JIWA NURUSSALAM SAYUNG DEMAK .....</b>	<b>57</b>
<b>A. Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak .....</b>	<b>57</b>
1. Sejarah Berdirinya Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak .....	57
2. Profil Pendiri Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak .	58
3. Visi Misi dan Tujuan Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak .....	60
4. Lokasi Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak.....	60
5. Struktur Organisasi dan Fasilitas Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak .....	61
<b>B. Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam untuk Membentuk Ketabahan Pasien Depresi di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak .....</b>	<b>62</b>
1. Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam untuk Membentuk Ketabahan Pasien Depresi .....	62
2. Faktor pendukung dan penghambat bimbingan Agama Islam untuk membentuk ketabahan pasien depresi .....	70
<b>C. Kondisi Katabahan Pasien Depresi di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak.....</b>	<b>72</b>
1. Kondisi Sebelum .....	72
2. Kondisi Setelah .....	74
<b>BAB IV ANALISIS PELAKSANAAN BIMBINGAN AGAMA ISLAM UNTUK MEMBENTUK KETABAHAN PASIEN DEPRESI DI PANTI REHABILITASI SAKIT JIWA NURUSSALAM SAYUNG DEMAK .....</b>	<b>78</b>

<b>A. Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam Untuk Membentuk Ketabahan Pasien Depresi Di Panti Rehabilitasi Sakitt Jiwa Nurussalam Sayung Demak .....</b>	<b>78</b>
1. Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam Untuk Membentuk Ketabahan Pasien Depresi .....	78
2. Faktor Pendukung dan Penghambat Pelasanakaan Bimbingan Agama Untuk Membentuk Ketabahan Pasien Depresi.....	86
<b>B. Kondisi Ketabahan Pasien Depresi di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak.....</b>	<b>86</b>
1. Kondisi Sebelum .....	86
2. Kondisi Setelah .....	87
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>89</b>
<b>A. KESIMPULAN .....</b>	<b>89</b>
<b>B. SARAN .....</b>	<b>90</b>
<b>C. PENUTUP .....</b>	<b>90</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>91</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>97</b>
<b>DOKUMENTASI.....</b>	<b>103</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>107</b>

**TABEL**

Table 1. Jadwal kegiatan sehari-hari pasien depresi di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak..... 66

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Wawancara Dengan Pasien Depresi Mas A .....	103
Gambar 2 Wawancara Dengan Pasien Depresi Bapak N.....	103
Gambar 3 Wawancara Dengan Pasien Depresi Bapak B.....	104
Gambar 4 Wawancara Dengan Pasien Depresi Bapak R.....	104
Gambar 5 Wawancara dengan Ustadz Ahmad selaku Pembimbing Agama .....	105
Gambar 6 Wawancara dengan Ustadz Amir Selaku Ketua Pengurus Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak.....	105
Gambar 7 Kegiatan pemberian ceramah oleh pengurus panti rehabilitasi sakit jiwa nurussalam sayung demak .....	106
Gambar 8 Kegiatan manaqib di panti rehabilitasi sakit jiwa nurussalam sayung demak bersama pasien depresi .....	106
Gambar 9 Kegiatan shalawatan di panti rehabilitasi sakit jiwa nurussalam sayung demak bersama pasien depresi .....	106

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Draf Wawancara .....	97
Lampiran 2. Nama-Nama Informan .....	100
Lampiran 3. Surat Izin Riset .....	101
Lampiran 4. Surat Izin Pra Riset .....	102

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Permasalahan kesehatan jiwa merupakan salah satu permasalahan yang signifikan baik di dunia maupun Indonesia.<sup>1</sup> Saat ini banyak sekali individu yang mengalami gangguan kecemasan, stres, mudah gelisah, depresi, galau yang berlarut-larut. Namun, sebagian orang berpikir bahwa stres dan depresi bukan termasuk gangguan mental. Mereka beranggapan bahwa depresi adalah suatu hal yang sepele serta dapat hilang dan sembuh dengan sendirinya. Individu pasti memiliki berbagai masalah yang berbeda di dalam kehidupannya, baik itu permasalahan yang ringan ataupun yang berat. Jika individu tersebut tidak dapat menghadapi masalahnya serta mudah putus asa, maka ia dapat mengalami stress bahkan depresi.<sup>2</sup> Depresi adalah suatu bentuk dari gangguan jiwa yang dapat mengenai seluruh lapisan masyarakat<sup>3</sup> Depresi bisa dialami oleh siapa saja tidak mengenal kelas sosial, tidak menutup kemungkinan anak-anak pun bisa mengalami depresi.<sup>4</sup>

Survei mandiri online yang dilakukan pada tahun 2020 oleh Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI), ada 2.364 responden di 34 provinsi menyebutkan sebanyak 69% responden memiliki masalah kesehatan mental, 68% mengalami kecemasan, 67% mengalami depresi, dan 77% mengalami trauma psikologis, serta sebanyak 49% responden mengalami depresi berat (memikirkan kematian). PDSKJI melaporkan bahwa sebagian besar masalah psikologis terbanyak ditemukan pada kisaran usia 17-29 tahun dan usia 60 tahun keatas. Kemudian terdapat Analisis data 4010 swaperiksa PDSKJI menyebutkan bahwa terdapat 1725

---

<sup>1</sup> Dedi Sukandar dkk, “Sistem Informasi Manajemen Gejala Depresi Melalui Model User-Centered Berbasis Web”, Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah, 08 (2), 2019. Hlm 105

<sup>2</sup> Aries Dirgayunita, “Depresi”, (Probolinggo: Sekolah Tinggi Islam Muhammadiyah Probolinggo, 2016), Jurnal An-Nafs Vol. 1, No.1, Juni 2016. Hlm 3-4

<sup>3</sup> Dedi Sukandar dkk, “Sistem Informasi Manajemen Gejala Depresi Melalui Model User-Centered Berbasis Web”., Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah, 08 (2), 2019. Hlm 105

<sup>4</sup> Aries Dirgayunita, *Depresi*, (Probolinggo: Sekolah Tinggi Islam Muhammadiyah Probolinggo, 2016), Jurnal An-Nafs Vol. 1, No.1, Juni 2016. Hlm 4

swaperiksa menderita depresi serta 62% diantaranya mengalami masalah psikologis depresi dan 44% dari mereka berpikir lebih baik mati atau ingin menyakiti diri sendiri dengan cara apapun. Sebagian besar pemikiran tentang kematian terbanyak antara usia 18-29 tahun, 15% mempunyai pikiran lebih baik mati setiap hari dan 20% beberapa hari dalam seminggu (Winurini,2020). Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI.org) telah melakukan riset swaperiksa pada 14 Mei 2020, dan menemukan bahwa terdapat 64% dari mereka yang berusia dibawah 20 tahun menderita depresi dan 66,3% kebanyakan dari usia antara 20-29 tahun menderita depresi.<sup>5</sup>

Data diatas menjelaskan terdapat beberapa faktor yang menjadi penyebab depresi yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal ini bisa disebabkan oleh faktor genetik yaitu, faktor keturunan dari orang tua atau dari leluhurnya. Faktor eksternal ialah faktor yang datang dari luar dirinya karena banyaknya berbagai tekanan dalam persoalan hidup yang berat seperti, mendadak miskin, kehilangan orang yang dicintai, cacat fisik mendadak akibat kecelakaan atau bencana alam dan lain sebagainya.<sup>6</sup>

Seseorang yang mengalami depresi biasanya memiliki ciri-ciri yaitu lebih sering murung, sulit untuk merasa senang, pesimis terhadap masa depan, memandang rendah dirinya sendiri, mudah merasa bersalah, mudah mengalah, enggan untuk berbicara, mudah tersentuh, mudah merasa sedih, sering menangis, gerakan lamban, lemah lesu, sering mengeluh sakit, mudah tegang, mudah stres, gelisah, cemas, mudah tersinggung, merasa tidak mampu, tidak berguna.<sup>7</sup> Meichati (1971) mengemukakan bahwa ciri orang yang sehat jiwa adalah individu yang memiliki pandangan yang sehat

---

<sup>5</sup> Annisa Amalia dan Niken Savitri Anggraeni, "Pencegahan Depresi Di Kalangan Dewasa Muda Akibat Pandemi Covid-19 Melalui Kampanye Sosial Pada Instagram" Jurnal Ikraith-Humaniora Vol 6 No 2 Juli 2022. Hlm 76

<sup>6</sup> Dame Rizqy Robby, "Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual Dengan Depresi Pada Penyandang Cacat Pasca Kusta Di Liposos Donorojo Binaan Yastimakin Bangsri Jepara", (Semarang, Universitas Negeri Semarang: 2013), *Journal Of Social And Industrial Psychology*, Vol. 2, No, 1, 2013. Hal 52

<sup>7</sup> Dadang Hawari, *Al-Qur'an Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*, (Yogyakarta : PT Dana Bhakti Prima Yasa, 196) hlm 57-58

terhadap realitas diri dan lingkungannya. Individu ini mampu beradaptasi dan dapat mengatasi masalah yang dihadapi serta mencapai ketenangan hidup tanpa merugikan orang lain. Individu dapat mencapai kepuasan pribadi dengan kesadaran mereka dan memiliki pandangan yang positif.<sup>8</sup>

Upaya untuk meningkatkan kesehatan jiwa seseorang, tabah menjadi salah satu hal yang penting yang harus ada pada diri seseorang yang mengalami depresi sehingga seseorang dapat berfikir positif terhadap masalah yang dialami dan lingkungan sekitar, perlu adanya tabah dalam diri seseorang. Menurut Kobosa, ketabahan adalah karakteristik kepribadian yang melibatkan kemampuan mengendalikan kejadian-kejadian yang kurang menyenangkan serta memberikan makna positif terhadap kejadian tersebut, sehingga tidak menimbulkan stres pada individu yang bersangkutan. Konsep ketabahan mengukur kemampuan seseorang dalam menghadapi kesulitan. Orang yang mempunyai ketabahan tinggi, akan cenderung mampu menghadapi dan menerima seluruh kejadian dalam hidupnya.<sup>9</sup>

Ketabahan dalam diri seseorang menjadi suatu hal yang sangat penting karena dapat membuat optimisme dan penerimaan diri seseorang, terbesit dalam hati untuk membahagiakan kedua orang tua, tertarik bersosialisasi dengan orang lain, tidak memiliki konflik dengan lingkungan sekitar, memperluas ilmu pengetahuan, fokus dengan tujuan yang realistis, serta mampu mengendalikan kecemasan diri.<sup>10</sup> Untuk membentuk ketabahan, seseorang terkadang memerlukan bantuan dari orang lain apalagi yang sudah sampai mengalami depresi perlu penanganan untuk mengatasinya,

---

<sup>8</sup> Sri Maullasari dan Anis Lud Fiana, *Mental Health with Covid 19: Health crisis intervention*, (Semarang, Universitas Negeri Semarang, 2020) *Journal Of Advenced Guidance and Counseling* Vol. 1 No.2 2020, hlm 173

<sup>9</sup> Dina Maria, Annastasia Ediati, *Hubungan Antara Ketabahan Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Wanita Penyandang Lupus Eritematosus Sistemik* (Semarang: Universitas Diponegoro, 2018) *Jurnal Empati*, April 2018, Volume 7 No. 2 hlm 125

<sup>10</sup> Listya Istiningtyas, *Kepribadian Tahan Banting (Hardness Personality) Dalam Psikologi Islam*, (Palembang: UIN Raden Fatah, 2013 ) *Jurnal Online Uin Raden Fatah* Juni 2013 No. 1 hlm 84-88

penanganan tersebut dapat dilakukan dengan berbagai upaya salah satunya dilakukan dengan bimbingan agama Islam.<sup>11</sup>

Aktivitas bimbingan agama Islam merupakan sebuah upaya untuk memberikan bantuan kepada seseorang atau sekelompok orang yang mengalami kesulitan secara lahir maupun batin dalam melaksanakan tugas-tugas hidupnya dengan menggunakan pendekatan agama, yaitu dengan membangun kekuatan getaran batin atau iman dalam dirinya untuk memotivasinya dalam menangani problem yang sedang dihadapi.

أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

Artinya: *Wahai manusia, sungguh telah datang kepadamu suatu pelajaran (Al-Qur'an) dari Tuhanmu, penyembuh bagi suatu (penyakit) yang terdapat dalam dada, dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang mukmin. (QS. Yunus : 57).*

Peran bimbingan agama dalam penjelasan ayat tersebut mempertegas bahwa segalanya harus senantiasa didasarkan pada al-Qur'an, karena sesungguhnya isi petunjuk yang terdapat didalam al-Qur'an dapat menyembuhkan segala penyakit hati yang dialami oleh setiap individu. Gerak langkah bimbingan keagamaan yang bersumber dari al-Qur'an juga dapat menjadi pemyembuh serta petunjuk rahmat bagi setiap individu yang mengalami kesulitan dalam hidupnya, melalui aktivitas bimbingan keagamaan dapat membantu setiap individu dalam menemukan jalan keluarnya.<sup>12</sup> Bimbingan agama Islam termasuk dalam dakwah, dalam Islam dakwah merupakan aspek yang penting, karena agama bukan sekedar agama akan tetapi serangkaian syari'ah meliputi aqidah, ibadah dan mu'amalah, hal tersebut dapat survival jika diyakini dan dijalankan dalam kehidupan sehari-

---

<sup>11</sup> Zulkifli, "Bimbingan Agama Islam Dalam Meningkatkan Ketenangan Jiwa Warga Binaan Dilembaga Permasyarakatan," (Lampung, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2019), Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam, Vol. 1, No. 1 Januari-Juni 2019, hlm 3

<sup>12</sup> Mubasyarah, *Model Bimbingan Agama Anak Jalanan di Jalur Pantura*. Jurnal Penelitian, Vol.8, No. 1, Februari 2014. Hlm 116

hari.<sup>13</sup> Aktivitas dakwah dapat dilaksanakan di mana saja. Aktivitas dakwah juga harus mampu menyentuh setiap aspek kehidupan manusia, tak terkecuali pada panti rehabilitasi sakit jiwa, pemberian pelayanan secara Islam menjadi salah satu pembeda dan unggulan bagi Panti Rehabilitasi sakit jiwa.<sup>14</sup>

Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam adalah lembaga Rehabilitasi untuk menangani penyembuhan orang-orang yang memiliki kelainan jiwa seperti stress, cacat mental, depresi, frustrasi dan gangguan jiwa lainnya dengan menggunakan bimbingan agama Islam untuk membentuk ketabahan pasien depresi. Panti Rehabilitasi ini didirikan pertengahan tahun 2000 yang di latarbelakangi oleh keinginan Kyai Nur Fathoni Zein untuk mengambil, menyembuhkan, kemudian mendidik orang-orang gila di jalanan sekitar panti agar bisa hidup normal, bermanfaat dan dapat diterima kembali oleh masyarakat. Bermula dengan menyembuhkan orang gila jalanan, yang kemudian di dengar oleh masyarakat dan tidak sedikit yang menitipkan keluarganya yang sakit jiwa untuk disembuhkan dan dididik di Panti Rehabilitasi Nurussalam. Panti Rehabilitasi Nurussalam tidak memiliki tenaga medis yang dilatar belakangi pendidikan ilmu jiwa, akan tetapi seluruh pengurus panti adalah santri pondok pesantren Hidayatul Qur'an didikan Kyai Nur Fathoni Zein yang telah dibekali ilmu menangani pasien sakit jiwa. Di panti Rehabilitasi Nurussalam pasien tidak hanya berinteraksi dengan sesama sesama pasien dan pengurus akan tetapi mereka juga berinteraksi dengan santri Hidayatul Qur'an. Pimpinan pusat panti rehabilitasi Sakit jiwa yaitu Hj. Siti Maesaroh. Serta pengurus Panti nya ada 8 orang. Pasien yang berada di panti Rehabilitasi sakit jiwa Nurussalam Sayung Demak ini ada sekitar 50 orang. Pasien Depresi yang berada di panti rehabilitasi sakit jiwa

---

<sup>13</sup> Safrodin, *Uslub Al-Da'wah Dalam Penafsiran Al-Qur'an: Sebuah Upaya Rekonstruksi*, (Semarang : UIN Walisongo Semarang, 2019) Jurnal Ilmu Dakwah Vol. 39, No. 1 2019, hlm 58

<sup>14</sup> Ema Hidayati, *Dakwah bagi setting rumah sakit: (Studi Deskriptif Terhadap Sistem Pelayanan Bimbingan Konseling Islam Bagi Pasien Rawat Inap Di Rsi Sultan Agung Semarang)*, (Semarang : UIN Walisongo Semarang, 2014) Jurnal Bimbingan Konseling Islam Vol.5 , No. 2, Desember 2014, hlm 224 225

Sayung Demak itu terdiri dari berbagai macam usia dari mulai usia 20 tahun hingga 30 tahun keatas.<sup>15</sup>

Fenomena depresi pada pasien di panti Rehabilitasi Sakit jiwa Nurussalam Sayung Demak memiliki tingkat depresi yang berbeda-beda. Salah satunya adalah depresi yang ringan serta kehilangan rasa senang. Penyebab pasien mengalami depresi bermacam-macam, seperti karena kondisi ekonomi, masalah percintaan, kehilangan anggota keluarga, tekanan sosial dan lain sebagainya. Pasien di panti Rehabilitasi ada juga yang sering kambuh depresinya dan biasanya itu disebabkan karena pasien teringat masa lalunya kadang bisa juga karena kelelahan.<sup>16</sup>

Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam dalam menangani masalah depresi itu melalui pembentukan ketabahan, ketabahan tersebut di bentuk melalui bimbingan Agama Islam. Bimbingan Agama Islam yang dilakukan oleh Panti rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam adalah, ceramah, berdzikir, bimbingan solat, membaca al-Qur'an dan lain sebagainya. Tujuan dari bimbingan agama Islam yang ada di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak adalah berusaha membantu pasien yang mengalami gangguan jiwa untuk menyadari, menyerahkan serta memasrahkan segala permasalahan-permasalahan yang terjadi dalam hidupnya adalah kehendak Allah, serta memberikan dorongan atau motivasi kepada pasien depresi agar tetap tabah dalam menghadapi pemasalahan dalam hidupnya sebagaimana manusia yang beriman harus selalu berdoa, berusaha serta meminta pertolongan kepada-Nya.

Pasien yang sudah mengikuti bimbingan agama Islam menunjukkan jika ketabahan sudah terbentuk di dalam dirinya, hal itu dilihat dari perubahan dalam dirinya dan tingkah laku nya, dimana pasien sudah mampu beradaptasi

---

<sup>15</sup> Dokumen Pondok Pesantren Dan Yayasan Panti Reahabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak, 2009, hlm 11-14

<sup>16</sup> Wawancara dengan Ustadz Amir sebagai Pengurus, 16 Oktober 2022 di Panti Rehabilitasi Nurussalam Sayung Demak

dengan lingkungan, sabar dalam menghadapi masalah, mampu berfikir secara positif, serta mulai memikirkan masa depan yang baik untuk dirinya sendiri.<sup>17</sup>

Berdasarkan pemaparan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan tema yang berjudul “Bimbingan Agama Islam Untuk Membentuk Ketabahan Pasien Depresi Di Panti Rehabilitasi Nurussalam Sayung Demak”.

### **B. Rumusan Masalah**

Bagaimana Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam Untuk Membentuk Ketabahan Pasien Depresi di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan deskripsi masalah yang telah dipaparkan dalam latar belakang, maka penulis memiliki tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini. adapun tujuan tersebut, yaitu:

Untuk mengetahui Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam Untuk Membentuk Ketabahan di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak.

### **D. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat penelitian yang dimaksud dalam penelitian ini terbagi menjadi dua, yaitu manfaat teoritis serta manfaat praktis, sebagai berikut :

#### **1. Manfaat Teoretis**

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas khasanah pengembangan ilmu dan pengetahuan khususnya dalam bidang Bimbingan Agama Islam. Dengan adanya penelitian ini diharapkan mampu menjadi bahan acuan atau referensi dalam berdakwah bagi penulis, Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam serta khususnya dapat menjadi salah satu bahan acuan studi banding yang akan dilakukan oleh peneliti lainnya.

---

<sup>17</sup> Wawancara dengan Ustadz Amir sebagai Pengurus, 12 Maret 2022 di Panti Rehabilitasi Nurussalam Sayung Demak

## 2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan atau pedoman penting bagi pembimbing Agama dalam pelaksanaan bimbingan Agama Islam untuk membentuk ketabahan pasien depresi di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak.

## E. Tinjauan Pustaka

Tinjauan pustaka ini merupakan telaah kritis dan sistematis atau informasi dasar rujukan yang digunakan dalam penelitian ini, melalui pemaparan ini peneliti berupaya untuk menghindari kesamaan dengan penelitian sebelumnya. Banyak penelitian yang mengkaji tentang Bimbingan Agama Islam, tetapi dalam penelitian ini peneliti mengkaji tentang Bimbingan Agama Islam bagi pasien depresi. Untuk menghindari kesamaan dengan penelitian sebelumnya, maka peneliti memaparkan beberapa karya penelitian yang telah dibuat oleh peneliti sebelumnya. Penelitian tersebut diantaranya

*Pertama*, Penelitian ini ditulis oleh Azmi Sabila yang berjudul “*Bimbingan Keagamaan Dalam Penyembuhan Depresi di Pondok Pesantren Assetresiyah Darul Ubudiyah Sejati Dukuh Garuan Sejomulyo Juwana Pati*” pada tahun 2021. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kondisi santri yang mengalami depresi serta pelaksanaan bimbingan Agama Islam dalam penyembuhan depresi di Pondok Pesantren tersebut. Jenis penelitian ini adalah deskriptif kualitatif, serta pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan studi kasus yang difokuskan pada studi lapangan secara faktual. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode observasi partisipan, wawancara serta dokumentasi. Hasil penelitian yang diperoleh dari beberapa subjek sebagai berikut; pertama, kondisi depresi yang dialami santri di Pondok Pesantren

adalah depresi sedang, gejala-gejala yang di timbulkan seperti melamun, menyendiri serta putus asa.<sup>18</sup>

Faktor penyebabnya yaitu kurangnya ketaatan dalam beragama, terlilit hutang, serta tidak tercapainya cita-cita. Setelah mengikuti bimbingan Agama Islam kondisi depresi santri mengalami perubahan, antara lain adanya motivasi hidup yang berkelanjutan dan memiliki rasa percaya diri dalam menjalani kehidupan serta bisa bersosialisasi dengan masyarakat sekitar. Kedua, upaya penyembuhan depresi yang dilakukan oleh pondok pesantren melalui pelaksanaan bimbingan Agama Islam yang dilakukan oleh pengasuh diantaranya yaitu, mandi taubat, sholat berjamaah, membaca Al-Qur'an, mengaji kitab tauhid tashawuf, dzikir, serta sholawat. Pengaruh bimbingan Agama Islam telah memberikan dampak positif yang sangat besar dalam proses penyembuhan depresi pada santri.<sup>19</sup>

Persamaan penelitian ini dengan judul diatas adalah jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian kualitatif serta instrumennya yaitu wawancara, observasi, dokumentasi dan penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus. Serta terdapat persamaan lain dari penelitian ini adalah pada objek penelitian yang digunakan yaitu pasien depresi. Perbedaannya dengan penelitian ini adalah terdapat pada variabel yang digunakan. Variabel yang digunakan oleh peneliti yaitu bimbingan Agama Islam sedangkan variabel dari peneliti diatas adalah bimbingan keagamaan. Serta tempat penelitian diatas berada di Pondok Pesantren Assetresiyah Darul Ubudiyah Sejati Dukuh Garuan Sejomulyo Juwana Pati. Sedangkan tempat yang akan diteliti oleh penulis adah di Panti Rehabilitasi Nurussalam Sayung Demak.

*Kedua,* penelitian ini ditulis oleh Ulin Nihayati yang berjudul *“Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam Dalam Mengatasi Depresi Pada*

---

<sup>18</sup> Azmi Sabila, Skripsi: “Bimbingan Keagamaan Dalam Penyembuhan Depresi di Pondok Pesantren Assetresiyah Darul Ubudiyah Sejati Dukuh Garuan Sejomulyo Juwana Pati” (Semarang: UIN Walisongo Semarang, 2021) hlm 13-54

<sup>19</sup> Azmi Sabila, Skripsi: “Bimbingan Keagamaan Dalam Penyembuhan Depresi di Pondok Pesantren Assetresiyah Darul Ubudiyah Sejati Dukuh Garuan Sejomulyo Juwana Pati” (Semarang: UIN Walisongo Semarang, 2021) hlm 13-54

*Lansia Dirumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Wening Wardoyo Ungaran*” pada tahun 2018. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif deskriptif. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan bagaimana pelaksanaan bimbingan Agama Islam dalam mengatasi depresi pada lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Wening Wardoyo Ungaran, problematika apa saja yang terjadi serta bagaimana dampaknya terhadap lansia yang mengalami depresi. Sedangkan teknik pengumpulan datanya menggunakan wawancara, observasi dan dokumentasi. Setelah data terkumpul kemudian dianalisa menggunakan model Miles dan Huberman. Hasil penelitian yang diperoleh yaitu pertama, pelaksanaan bimbingan Agama Islam di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Wening Wardoyo Ungaran sudah berjalan dengan cukup baik. Hal ini bisa dilihat dari analisis unsur-unsur bimbingan Agama Islam seperti tujuan, materi, metode, pembimbing, dan evaluasi yang sesuai dengan teori, fungsi dan tujuan bimbingan dan penyuluhan Islam. Kedua, problematika yang terjadi dalam pelaksanaan bimbingan Agama Islam meliputi dua hal yaitu pertama, lansia yang depresi membutuhkan perhatian khusus serta bimbingan individu yang lebih mendalam.<sup>20</sup>

Dalam hal ini pihak lembaga sudah menyadari hal tersebut, meski belum mampu memberikan bimbingan individu secara mendalam, namun lembaga sudah berusaha untuk memberikan bimbingan kelompok secara intensif yaitu empat kali bimbingan dalam satu minggu. Kedua, kurangnya bimbingan praktik dalam bimbingan Agama Islam dan evaluasi pun belum maksimal. Selama ini bimbingan yang diberikan hanya berupa materi sehingga lansia mudah bosan, kurang memperhatikan dan mengantuk. perlu adanya variasi bimbingan yaitu berupa selingan penyampaian materi dengan pengaplikasian materi atau bimbingan praktik. Ketiga, pelaksanaan bimbingan Agama Islam dalam mengatasi depresi pada lansia memiliki dua

---

<sup>20</sup> Ulin Nihayati, Skripsi: “Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam Dalam Mengatasi Depresi Pada Lansia Dirumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Wening Wardoyo Ungaran” (Semarang: UIN Walisongo Semarang, 2018) hlm 20-63

dampak, yaitu dampak positif dan dampak negatif. Dampak positif adanya pelaksanaan bimbingan Agama Islam di Rumah Pelayanan Lanjut Usia Wening Wardoyo Ungaran yaitu pelaksanaan bimbingan Agama Islam menjadi salah satu solusi dalam mengatasi depresi pada lansia. Setelah mendapatkan bimbingan lansia lebih sabar dalam menghadapi permasalahannya, imannya lebih meningkat, bisa lebih terbuka dan mau sedikit menceritakan pemasalahannya dengan orang terdekat serta mulai mau beribadah setelah sekian lama hanya mengurung diri dikamar. Dampak negatif adanya pelaksanaan bimbingan Agama Islam bagi beberapa lansia yang depresi yaitu merasa cape dan bosan dalam mengikuti bimbingan Agama Islam secara terus menerus empat kali dalam seminggu.<sup>21</sup>

Persamaan penelitian ini dengan judul diatas adalah jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian kualitatif deskriptif serta instrumennya yaitu wawancara, observasi, dokumentasi dan penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus. Serta terdapat persamaan lain dari penelitian ini adalah pada objek penelitian yang digunakan yaitu pasien depresi. Variabel yang digunakan yaitu bimbingan Agama Islam. Perbedaan nya Tempat penelitian diatas berada dirumah pelayanan sosial lanjut usia wening wardoyo ungaran sedangkan Sedangkan tempat yang akan diteliti oleh penulis adah di Panti Rehabilitasi Nurussalam Sayung Demak. Penelitian diatas berfokus pada pelaksanaan bimbingan Agama Islam dalam mengatasi depresi pada lansia. Sedangkan yang akan disusun oleh penulis yaitu berfokus pada Bimbingan agam Islam untuk membentuk ketabahan pasien depresi.

*Ketiga*, penelitian ini ditulis oleh Oktaviana Purnama Sari yang berjudul “*Peranan Bimbingan Rohani Islam Dalam Mengurangi Masalah Depresi Remaja Di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Klas II Bandar Lampung*” pada tahun 2018. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peranan bimbingan rohani Islam guna mengurangi masalah

---

<sup>21</sup> Ulin Nihayati, Skripsi: “Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam Dalam Mengatasi Depresi Pada Lansia Dirumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Wening Wardoyo Ungaran” (Semarang: UIN Walisongo Semarang, 2018) hlm 20-63

depresi remaja di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Klas II Bandar Lampung. Jenis penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif yaitu dengan menggambarkan subjek dan objek penelitian berdasarkan fakta yang ada. Dalam pengambilan sampel peneliti menggunakan teknik purposive sampling yaitu mengambil sampel 10 orang remaja yang mengalami depresi, 2 pembimbing rohani, serta 1 orang pendamping narapidana, sehingga jumlah seluruh sampel dalam penelitian ini ada 13 orang.<sup>22</sup>

Teknik pengumpulan datanya menggunakan metode observasi, wawancara, serta dokumentasi. Analisis data yang digunakan yaitu analisa kualitatif dengan menggunakan metode berfikir deduktif dan induktif yang mengacu pada fakta atau peristiwa yang spesifik dan umum, kemudian ditarik menjadi kesimpulan yang bersifat khusus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peranan bimbingan rohani Islam dalam mengurangi masalah depresi pada remaja sangat membantu narapidana yang mengalami depresi, hal ini disampaikan oleh pembimbing rohani dengan menggunakan metode langsung secara tatap muka dan materi yang disampaikan berupa ceramah dan tahsin Al-Qur'an.<sup>23</sup>

Persamaan penelitian ini dengan judul diatas adalah jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian kualitatif serta instrumennya yaitu wawancara, observasi, dokumentasi. Serta terdapat persamaan lain dari penelitian ini adalah pada objek penelitian yang digunakan yaitu pasien depresi. Perbedaan nya Variabel yang digunakan oleh peneliti diatas adalah Bimbingan Rohani Islam sedangkan variabel yang di gunakan oleh penulis adalah Bimbingan agama Islam. Tempat penelitian diatas berada di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Klas II Bandar Lampung, sedangkan tempat yang akan diteliti oleh penulis adalah di Panti Rehabilitasi Nurussalam

---

<sup>22</sup> Oktaviana Purnama Sari, skripsi: "Peranan Bimbingan Rohani Islam Dalam Mengurangi Masalah Depresi Remaja Di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Klas II Bandar Lampung" (Bandar Lampung: UIN Raden Intan Lampung, 2018) Hlm 10-56

<sup>23</sup> Oktaviana Purnama Sari, skripsi: "Peranan Bimbingan Rohani Islam Dalam Mengurangi Masalah Depresi Remaja Di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Klas II Bandar Lampung" (Bandar Lampung: UIN Raden Intan Lampung, 2018) Hlm 10-56

Sayung Demak. Penelitian diatas berfokus pada peranan bimbingan rohani Islam dalam mengurangi masalah depresi remaja di lembaga pembinaan khusus anak. Sedangkan yang akan disusun oleh penulis yaitu berfokus pada Bimbingan agam Islam untuk membentuk ketabahan pasien depresi.

*Keempat*, penelitian ini di tulis oleh Salmawati yang berjudul “*Upaya Guru Bk Meningkatkan Ketabahan Siswa Dalam Mengikuti Proses Belajar Mengajar Di Mts Madinatussalam Tembung*” pada tahun 2021. Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu menggunakan observasi, wawancara, serta dokumentasi. Analisa data dibagi menjadi tiga tahapan yaitu, reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan menunjukkan hasil bahwa Pada 1) seluruh siswa MTs Madinatussalam Tembung memiliki kemampuan belajar yang amat rendah, terutama di masa pandemi saat ini, hal yang menjadi penyebabnya adalah kurangnya kesadaran siswa akan pentingnya belajar. 2) Pelaksanaan bimbingan dan konseling di MTs Madinatussalam Tembung, tidak berjalan dengan baik, karena setiap guru BK memiliki siswa asuh yang tidak sesuai dengan ketetapan. 3) Upaya yang dilakukan guru BK untuk meningkatkan ketabahan belajar siswa yaitu dengan menumbuhkan motivasi belajar, menumbuhkan rasa percaya diri, dapat bertanggung jawab dalam menyelesaikan tugas, memberikan layanan yang dapat menumbuhkan dan meningkatkan semangat belajarnya, dan mendisiplinkan siswa, serta memberikan berbagai macam permainan yang berkaitan dengan pembelajaran.<sup>24</sup>

Persamaan penelitian ini dengan judul diatas adalah jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian kualitatif serta instrumennya yaitu wawancara, observasi, dokumentasi. Serta terdapat persamaan lain dari penelitian ini adalah pada Variabel yang digunakan yaitu Ketabahan.

---

<sup>24</sup> Salmawati, skripsi: “Upaya Guru Bk Meningkatkan Ketabahan Siswa Dalam Mengikuti Proses Belajar Mengajar Di Mts Madinatussalam Tembung”( Medan: UIN Sumatera Utara Medan, 2021) hlm 39-44

Perbedaannya Tempat penelitian diatas berada di MTs Madinatussalam Tembung Sumatera Utara, sedangkan tempat yang akan diteliti oleh penulis adalah di Panti Rehabilitasi Nurussalam Sayung Demak. Penelitian diatas berfokus pada upaya guru bimbingan konseling meningkatkan ketabahan siswa dalam mengikuti proses belajar mengajar Sedangkan yang akan disusun oleh penulis yaitu berfokus pada Bimbingan agama Islam untuk membentuk ketabahan pasien depresi.

*Kelima*, penelitian ini ditulis oleh Yoverdi Prayugo dengan judul “*Hubungan Antara Persepsi Terhadap Dukungan Sosial Suami Dan Ketabahan Pada Ibu Yang Memiliki Anak Penyandang Autis*” pada tahun 2018. Jenis dari penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara persepsi terhadap dukungan sosial suami dan ketabahan pada ibu. Anak yang di diagnosis mengalami gangguan autis secara langsung dapat mempengaruhi kondisi psikologis orangtuanya, terutama ibu. Keterbatasan yang dialami anak autis menjadi tekanan tersendiri bagi ibu karena anak autis memerlukan perawatan rutin seperti memberikan perhatian, energi, serta pengeluaran ekstra. Stres yang dialami ibu saat merawat anak autis dapat menyebabkan sang ibu melakukan hal-hal yang negatif. Sehingga sang ibu membutuhkan tingkat ketabahan yang tinggi dalam merawat anak autis agar tidak terhadjadi hal-hal negatif. Salah satu upaya untuk meningkatkan ketabahan pada ibu adalah dengan mendapatkan dukungan sosial dari suami.<sup>25</sup> Dalam penelitian ini berjumlah 60 subjek dengan kriteria ibu yang memiliki anak terdiagnosis autis yang tinggal bersama suami. Instrumen dalam penelitian ini disusun berdasarkan aspek-aspek dari dukungan sosial serta ketabahan. Skor untuk Validitas Isi-Item skala persepsi terhadap dukungan sosial suami berjumlah 0,93 (>0,90). Hal ini menunjukkan bahwa skala terstruktur dengan baik. Sedangkan, skor Validitas Isi-Item ketabahan pada ibu 0,83 (>0,90). Hal ini

---

<sup>25</sup> Yoverdi Prayugo, Skripsi: “*Hubungan Antara Persepsi Terhadap Dukungan Sosial Suami Dan Ketabahan Pada Ibu Yang Memiliki Anak Penyandang Autis*” (Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma, 2018) hlm 20-40

menunjukkan bahwa skala tersebut cukup untuk mengukur ketabahan pada ibu. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang kuat antara persepsi terhadap dukungan sosial suami dan ketabahan pada ibu.<sup>26</sup>

Persamaan penelitian ini dengan judul diatas adalah pada Variabel yang digunakan yaitu Ketabahan. Perbedaannya Tempat penelitian diatas berada di SLB Yogyakarta sedangkan tempat yang akan diteliti oleh penulis adalah di Panti Rehabilitasi Nurussalam Sayung Demak. Jenis penelitaian diatas adalah menggunakan penelitian kuantitatif, sedangkan penulis menggunakan penelitian kualitatif. Penelitian diatas berfokus pada hubungan antara persepsi terhadap dukungan sosial suami dan ketabahan pada ibu yang memiliki anak penyandang autis. Sedangkan yang akan disusun oleh penulis yaitu berfokus pada Bimbingan agam Islam untuk membentuk ketabahan pasien depresi.

## **F. Metodologi Penelitian**

### **1. Jenis dan Pendekatan penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu deskriptif kualitatif yang melibatkan deskripsi, penyajian, dan deskripsi yang sistematis dan tepat tentang subjek penelitian dengan menggunakan fakta dan karakteristik yang berkaitan dengan populasi atau wilayah.<sup>27</sup> Deskriptif karena penelitian ini mengkaji benda-benda alam. Sedangkan pendekatan pada penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus. Studi kasus adalah penelitian kualitatif yang menggunakan berbagai metode dan sumber data untuk menggambarkan unit analisis secara detail dan terperinci, dan dalam kaitannya dengan individu dan orang, sekolah, kelompok atau organisasi.

Tujuan dari penelitian ini untuk memperoleh fakta berdasarkan data-data yang didapat mengenai pelaksanaan Bimbingan Agama Islam Untuk Membentuk Ketabahan Pasien Depresi Di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa

---

<sup>26</sup> Yoverdi Prayugo, Skripsi: "Hubungan Antara Persepsi Terhadap Dukungan Sosial Suami Dan Ketabahan Pada Ibu Yang Memiliki Anak Penyandang Autis" (Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma, 2018) hlm 20-40

<sup>27</sup> Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016). Hlm 7

Nurussalam Sayung Demak. Oleh sebab itu, penelitian ini menggunakan rancangan penelitian deskriptif kualitatif studi kasus sebagaimana hasil yang di dapatkan juga akan menggambarkan dan menjelaskan bagaimana pelaksanaan Bimbingan Agama Islam Untuk Membentuk Ketabahan Pasien Depresi Di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak.<sup>28</sup>

## 2. Definisi Konseptual Variabel

Definisi konseptual adalah upaya memperjelas ruang lingkup penelitian. Pada bagian selanjutnya, peneliti menjelaskan beberapa batasan terkait dengan definisi judul untuk menghindari terjadinya kesalahpahaman dalam makna.

### a. Bimbingan Agama Islam

Menurut Huzain bimbingan Agama Islam adalah suatu proses pemberian bantuan yang terarah, berkesinambungan dan sistematis kepada setiap individu agar dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung didalam al-Qur'an dan hadits Rasulullah ke dalam diri sehingga ia dapat menjalani kehidupannya sesuai dengan ketentuan dan perintah al-Qur'an dan hadits.<sup>29</sup>

### b. Ketabahan

Menurut Kobosa, ketabahan adalah karakteristik kepribadian yang melibatkan kemampuan mengendalikan kejadian-kejadian yang kurang menyenangkan serta memberikan makna positif terhadap kejadian tersebut, sehingga tidak menimbulkan stres pada individu yang bersangkutan. Dalam konsep ketabahan, ketabahan mengukur kemampuan seseorang dalam menghadapi kesulitan. Orang yang

---

<sup>28</sup> Fattah Hanurawan, *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu Psikologi*, (Jakarta: PT. Raja Grafiindo, 2016) Hlm 92

<sup>29</sup> Muhammad Huzain, "Perilaku Prosocial dan Bimbingan Islam". *Jurnal Studi Islam*, Vol 12, No 1, April 2020. Hlm 105

mempunyai ketabahan tinggi, akan cenderung mampu menghadapi dan menerima seluruh kejadian dalam hidupnya.<sup>30</sup>

c. Depresi

Menurut Dadang Hawari depresi merupakan suatu bentuk gangguan jiwa pada alam perasaan (afektif, mood atau suasana hati) yang ditandai dengan adanya kemurungan, lesu, kurangnya motivasi untuk hidup, perasaan tidak berguna, putus asa dan lain sebagainya.<sup>31</sup>

### 3. Sumber Data

Data adalah bukti yang diperoleh dari hasil pengamatan yang dilakukan di lapangan yaitu berupa angka, huruf, grafik, gambar dan lain sebagainya, data akan diproses lebih lanjut sehingga mendapatkan hasil tertentu.<sup>32</sup> Terdapat dua macam sumber data dalam penelitian ini antara lain:

a. Sumber Data Primer

Sumber data primer adalah sumber data yang mengirimkan data langsung kepada peneliti. Informasi penting dikumpulkan langsung dari responden berbentuk catatan tertulis dari observasi, menggunakan metode tersebut untuk memperoleh informasi tentang pelaksanaan Bimbingan Agama Islam Untuk Membentuk Ketabahan Pasien Depresi Di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak.

Sumber data primer dalam penelitian ini adalah pengurus panti rehabilitasi, pembimbing agama, pasien depresi di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak yang menjadi sampel. Kriteria pasien depresi berusia sekitar 20-30 tahun dan yang mengalami depresi

---

<sup>30</sup> Dina Maria, Annastasia Ediati, *Hubungan Antara Ketabahan Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Wanita Penyandang Lupus Eritematosus Sistemik* (Semarang: Universitas Diponegoro, 2018) Jurnal Empati, April 2018, Volume 7 No. 2 hlm 125.

<sup>31</sup> Dadang Hawari, *Al-Qur'an : Ilmu Kedokteran dan Kesehatan Jiwa*, ( Yogyakarta: PT Dana Bhakti Prima Yasa, 1996) Hlm 127

<sup>32</sup> Albi Anggito dan Johan Setiawan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Sukabumi: CV. Jejak, 2018) Hlm 213

ringan atau sedang. Adapun data primer berupa hasil wawancara dari para informan tersebut.<sup>33</sup>

#### b. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder yaitu data yang dihasilkan atau digabungkan oleh peneliti dari beberapa sumber yang sudah ada (peneliti sebagai tangan kedua). Data sekunder dapat dihasilkan dari beberapa sumber seperti data statistic, buku, laporan, dan lain sebagainya. Data sekunder dalam penelitian ini dapat dihasilkan dari buku, jurnal atau dari penelitian yang sebelumnya telah dilakukan oleh peneliti lain yang bersangkutan dalam penelitian ini.<sup>34</sup>

### 4. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mengumpulkan data-data dalam penelitian ini, peneliti menggunakan beberapa teknik pengumpulan data yaitu sebagai berikut (a) wawancara, (b) observasi dan (c) dokumentasi.<sup>35</sup>

#### a. Wawancara

Wawancara adalah teknik tanya jawab secara lisan antara dua individu atau lebih yang dilakukan secara langsung. Dalam pengumpulan data proses wawancara sangat berguna agar peneliti memperoleh data dari tangan pertama, merupakan lengkap data yang telah dikumpulkan menggunakan alat lain agar dapat mengontrol terhadap hasil pengumpulan data alat lain.<sup>36</sup> Untuk mendapatkan hasil wawancara yang direkam dengan baik, sehingga peneliti mempunyai bukti bahwa telah melaksanakan wawancara dengan responden, oleh

---

<sup>33</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2013). Hlm 225

<sup>34</sup> Sandu Siyoto, *Dasar Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015) Hlm 58

<sup>35</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2013). Hlm 224

<sup>36</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2013) Hlm 31

karena itu diperlukan bantuan alat-alat yaitu buku catatan, perekam suara dan kamera.<sup>37</sup>

Pada penelitian ini, menggunakan teknik wawancara terstruktur, peneliti akan mewawancarai serta membuat rincian pertanyaan yang akan ditanyakan kepada pihak yang bersangkutan yaitu, pengurus Panti, Pembimbing Agama, serta Pasien Depresi Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak. Wawancara digunakan oleh peneliti untuk menggali informasi pelaksanaan Bimbingan Agama Islam untuk Membentuk Ketabahan Pasien Depresi di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak.<sup>38</sup>

#### b. Observasi

Metode observasi yang digunakan pada penelitian ini yaitu observasi partisipatif pasif. Jadi dalam penelitian ini, peneliti mendatangi tempat penelitian untuk mengamati informan, tetapi tidak berperan serta pada kegiatan tersebut. Observasi dilakukan untuk mengobservasi subjek yang berkaitan penelitian. Metode observasi ini digunakan untuk memperoleh data informasi tentang bagaimana pelaksanaan Bimbingan Agama Islam Untuk Membentuk Ketabahan Pasien Depresi Di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak.<sup>39</sup>

#### c. Dokumentasi

Metode Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlaku. Dokumen dapat ditulis oleh seseorang, foto atau karya monumental. Metode ini digunakan untuk mendapatkan informasi dan data mengenai gambaran umum, letak geografis, struktur organisasi,

---

<sup>37</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2013) Hlm 239

<sup>38</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2013) Hlm 233

<sup>39</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2008) Hlm 227

kondisi sarana dan prasarana yang terdapat di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak.<sup>40</sup>

## 5. Teknik Validitas Data

Pada penelitian kualitatif, diragukan keabsahannya karena beberapa hal, yaitu subjektifitas peneliti adalah hal yang dominan dalam penelitian kualitatif, alat penelitian yang digunakan adalah wawancara dan observasi yang memiliki banyak kelemahan. Sedangkan keabsahan data penelitian harus dilakukan sejak awal penelitian, maka perlu dilakukan teknik pemeriksaan data/ keabsahan. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan metode triangulasi, yaitu:

### a. Triangulasi sumber

Pertama adalah penggunaan triangulasi sumber, triangulasi sumber untuk menguji kehandalan data. Hal ini dilakukan dengan menggunakan teknik yang memvalidasi data dari beragam sumber. Pada penelitian ini, untuk menguji kredibilitas data pelaksanaan Bimbingan Agama Islam Untuk Membentuk Ketabahan Pasien Depresi Di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak.<sup>41</sup>

### b. Triangulasi Teknik

Kedua menggunakan triangulasi teknik, untuk menguji reliabilitas data dengan memvalidasi data dari sumber yang sama dengan menggunakan teknik yang berbeda. Informasi diperoleh seperti melalui wawancara kemudian diverifikasi melalui metode observasi, dokumentasi atau survey. Apabila diperoleh data yang berbeda setelah dilakukan pengujian reabilitas data yang diperoleh dengan menggunakan ketiga teknik tersebut, sebaiknya peneliti mendiskusikan

---

<sup>40</sup> Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2010) Hlm 82

<sup>41</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2013) Hlm 274

data mana yang diyakini benar. Anda harus memastikan bahwa semuanya bisa benar karena perspektif yang berbeda.<sup>42</sup>

## 6. Teknik Analisis Data

Analisis data yang digunakan peneliti dalam penelitian ini yaitu analisis model Miles dan Huberman (1984)

### a. *Data reduction* (reduksi data)

Sejumlah besar informasi diperoleh dari praktik yang harus didokumentasikan dengan hati-hati dan menyeluruh. Seperti disebutkan diatas semakin lama seorang peneliti berada di lapangan, semakin kompleks materinya. Seperti disebutkan sebelumnya, semakin lama peneliti berada di lapangan, semakin kompleks dan banyak data yang mereka terima. Peneliti mengumpulkan data sebanyak-banyaknya sesuai dengan tujuan penelitian yang telah ditetapkan yaitu untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan Bimbingan Agama Islam Untuk Membentuk Ketabahan Pasien Depresi Di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak, kemudian dilakukan reduksi data. Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya. Data yang telah direduksi akan memperlihatkan gambaran yang lebih jelas dan memudahkan peneliti untuk mengumpulkan data selanjutnya dan mencarinya jika diperlukan.<sup>43</sup>

### b. *Data Display* (penyajian data)

Setelah mereduksi data, tahap selanjutnya yaitu menampilkan data. Dalam penelitian kualitatif, penyajian data dapat berupa deskripsi singkat, diagram, hubungan antarn kategori, diagram air dan sejenisnya. Dalam hal ini, Miles and Huberman mengemukakan bahwa teks naratif paling sering digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian

---

<sup>42</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2013) Hlm 274

<sup>43</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2013) Hlm 247

kualitatif. Dalam langkah ini peneliti mampu menyajikan data tentang pelaksanaan Bimbingan Agama Islam Untuk Membentuk Ketabahan Pasien Depresi Di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak. Dengan menampilkan data, maka akan mudah untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan tahap selanjutnya sesuai dengan apa yang telah dipahami tersebut.<sup>44</sup>

c. *Conclusion Drawing* (merangkum data)

Langkah ketiga dalam analisis data kualitatif. Setelah Miles dan Huberman menarik kesimpulan dan memverifikasi. Kesimpulan awal yang disajikan adalah awal dan dapat berubah kecuali ditemukan bukti yang kuat untuk mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Namun, jika kesimpulan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang jelas dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan untuk mengumpulkan data, maka kesimpulan yang disajikan adalah kesimpulan yang kredibel.

Pada tahap ini peneliti diharapkan mampu menguraikan dengan jelas bentuk penelitian yang berkaitan pelaksanaan Bimbingan Agama Islam Untuk Membentuk Ketabahan Pasien Depresi Di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak.<sup>45</sup>

## G. Sistematika Penulisan

Untuk memberikan gambaran yang jelas dan menyeluruh agar pembaca dapat memahami dengan jelas tentang penelitian ini. Maka peneliti membagi kerangka penelitian menjadi tiga bagian utama dan bagian akhir. Bagian awal terdiri dari halaman judul, halaman persetujuan pembimbing, halaman pengesahan, halaman pernyataan, kata pengantar, persembahan, motto, abstrak, dan daftar isi. Sedangkan bagian utama penelitian terdiri dari lima bab klasifikasi sebagai berikut:

---

<sup>44</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2013) Hlm 249

<sup>45</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2013) Hlm 252

Bab I Pendahuluan. Pada bab ini peneliti menjelaskan latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan pustaka, metodologi penelitian dan sistematika penulisan.

Bab II Landasan teori. Menerangkan tentang bagaimana landasan teori yang berkaitan tentang bimbingan Agama Islam, Tujuan bimbingan Agama Islam, fungsi bimbingan Agama Islam, metode bimbingan Agama Islam, materi bimbingan Agama Islam, pengertian ketabahan, ketabahan dalam psikologi Islam, Aspek-aspek ketabahan, fungsi-fungsi ketabahan, ciri-ciri ketabahan, dan faktor yang mempengaruhi ketabahan, pengertian depresi, ciri-ciri gejala depresi, macam-macam depresi, serta faktor penyebab terjadinya depresi.

Bab III Data dan hasil penelitian. Dalam bab ini memaparkan tentang gambaran secara umum mengenai objek yang diteliti meliputi, sejarah berdirinya Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak, profil pendiri Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak, visi misi, tujuan Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak, lokasi Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak, struktur organisasi Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak, fasilitas Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak, Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam untuk Membentuk Ketabahan Pasien Depresi, tujuan bimbingan Agama Islam di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak, metode bimbingan Agama Islam di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak, materi bimbingan Agama Islam di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak, pasien depresi di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak, Faktor pendukung dan penghambat bimbingan Agama Islam untuk membentuk ketabahan pasien depresi.

Bab IV Analisa hasil penelitian. Analisis data dan penelitian merupakan uraian yang logis dari temuan data penelitian, teori yang sesuai dengan temuan data yang dipilih berdasarkan teori yang ada di bab II dan interpretasi sesuai dengan pemikiran peneliti. Dalam bab ini peneliti akan menganalisis mengenai pelaksanaan bimbinganh Agama Islam untuk

membentuk ketabahan pasien depresi di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak.

Bab V Penutup. Dalam bab ini peneliti akan memberikan kesimpulan dari keseluruhan bahan skripsi, serta saran terhadap tujuan dan manfaat yang diharapkan dapat diambil dari tulisan ini.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORETIK BIMBINGAN AGAMA ISLAM UNTUK MEMBENTUK KETABAHAN**

#### **A. Bimbingan Agama Islam**

##### **1. Pengertian Bimbingan Agama Islam**

Bimbingan Agama Islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu maupun kelompok agar dapat hidup rukun dan sesuai dengan ketentuan, ketetapan dan petunjuk Allah SWT agar dapat meraih kebahagiaan hidup di dunia serta akhirat. Dengan menyadari kehadirannya sebagai makhluk Allah yang demikian itu, berarti dalam hidupnya ia tidak akan berperilaku menyimpang dari ketentuan dan petunjuk Allah, dengan cara hidup seperti itu maka akan tercapai kehidupan yang bahagia di dunia maupun akhirat.<sup>46</sup>

Menurut Huzain bimbingan Agama Islam adalah suatu proses pemberian bantuan yang terarah, berkesinambungan dan sistematis kepada setiap individu agar dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung didalam al-Qur'an dan hadits Rasulullah ke dalam diri sehingga ia dapat menjalani kehidupannya sesuai dengan ketentuan dan perintah al-Qur'an dan hadits.<sup>47</sup>

Menurut Adz-Dzaky bimbingan Agama Islam merupakan suatu kegiatan memberikan bimbingan, pelajaran, serta pedoman kepada individu agar dapat mengembangkan potensi akal pikiran, kepribadian, keimanan, serta keyakinannya sehingga mampu mengatasi permasalahan

---

<sup>46</sup> Risna Dewi Kinanti, Dudi Imanudin Effendi, "Peranan Bimbingan Keagamaan dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Remaja". Irsyad : Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, dan Psikoterapi Islam, Vol 2, No 2, Juni 2019. Hlm 251

<sup>47</sup> Muhammad Huzain, "Perilaku Prososial dan Bimbingan Islam". Jurnal Studi Islam, Vol 12, No 1, April 2020. Hlm 105

dalam hidupnya dengan baik dan benar secara mandiri yang berpedoman kepada Al-Qur'an dan Sunnah Rasulullah.<sup>48</sup>

Pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa Bimbingan Agama Islam merupakan proses pemberian bantuan terhadap seseorang atau individu yang mengalami kesulitan secara lahir maupun batin yang berlandaskan Al-Qur'an, Hadist dan Sunnah, dengan harapan bahwa orang tersebut mampu mengatasi kesulitan yang tengah dialaminya, serta mampu kembali kepada fitrahnya sebagai manusia yang bertaqwa dan beriman kepada Allah, sehingga pada akhirnya ia selamat dunia dan akhirat.<sup>49</sup>

## 2. Tujuan Bimbingan Agama Islam

Bimbingan adalah bantuan yang diberikan oleh seseorang yang diberikan kepada orang lain untuk menentukan pilihan dan penyesuaian untuk penyelesaian masalah. Bimbingan bertujuan untuk membantu penerimanya agar tumbuh dalam kemandirian dan kemampuan untuk bertanggung jawab atas dirinya sendiri. Bimbingan merupakan layanan yang bersifat universal tidak dibatasi sekolah, keluarga, itu ditemukan dalam semua fase kehidupan, dirumah, di dunia bisnis, di pemerintah, di kehidupan sosial, di rumah sakit, penjara bahkan di panti rehabilitasi. Bimbingan dapat dilaksanakan dimanapun ketika ada orang yang membutuhkan dan ada orang yang bisa membantu.<sup>50</sup>

Pemberian bimbingan agama Islam memiliki beberapa manfaat diantaranya, membantu pasien depresi dalam mengelola stres, meningkatkan kesejahteraan psikologis pasien depresi, meningkatkan

---

<sup>48</sup> Safa'ah, Yuli Nur Khasanah, Anila Umriana, *Peranan Bimbingan Konseling Islam Dalam Meningkatkan Moral Narapidana Anak*, (Semarang: Uin Walisongo Semarang, 2017) Sawwa, Vol.12, No.2, April 2017, hlm 218

<sup>49</sup> Safa'ah, Yuli Nur Khasanah, Anila Umriana, *Peranan Bimbingan Konseling Islam Dalam Meningkatkan Moral Narapidana Anak*, (Semarang: Uin Walisongo Semarang, 2017) Sawwa, Vol.12, No.2, April 2017, hlm 218

<sup>50</sup> Agus Riyadi dan Hendri Hermawan Adinugraha, *The Islamic Counseling Contruction In Da'wah Science Scructure*, (Semarang: UIN Walisongo Semarang, 2021) *Journal Of Advence Guidance And Counseling*, Vol. 2 No. 1 2021, hlm 156

penyesuaian diri, meningkatkan kepercayaan diri, serta memiliki motivasi hidup dalam menjalankan kehidupan sehari-hari.<sup>51</sup>

Tujuan bimbingan Agama Islam adalah untuk memperkokoh serta meningkatkan kesadaran manusia akan eksistensinya sebagai makhluk ciptaan Allah serta sebagai khalifah di muka bumi ini, sehingga setiap perbuatan dan perilakunya tidak menyimpang dari tujuan hidupnya, yaitu untuk beribadah serta mengabdikan kepada Allah SWT.<sup>52</sup> Tujuan yang ingin dicapai dalam bimbingan Agama Islam yaitu agar fitrah yang telah Allah karuniakan kepada setiap individu dapat berkembang dan berperan dengan baik, sehingga dapat menjadi pribadi yang kaffah, kemudian secara bertahap dapat mengaplikasikan keimanannya ke dalam kehidupan sehari-hari, yang diwujudkan melalui pelaksanaan tugas kekhilafahan di muka bumi dan ketaatan beribadah dengan menjalankan segala perintah-Nya serta menjauhi segala larangan-Nya.<sup>53</sup>

Setiap aktivitas yang dilakukan oleh manusia pasti mempunyai tujuan dan fungsi tertentu. Berdasarkan pengertian tujuan bimbingan Agama Islam di atas maka tujuan dari bimbingan Agama Islam memiliki banyak ragam, adapun tujuan-tujuan tersebut adalah sebagai berikut:

- a. Untuk memperoleh suatu perubahan, perbaikan, kesehatan serta kebersihan mental dan spiritual.
- b. Untuk memperoleh suatu perubahan, perbaikan, serta kesopanan dalam berperilaku yang dapat memberikan manfaat baik bagi diri sendiri, orang lain serta lingkungan.
- c. Untuk memperoleh kecerdasan spiritual dalam diri individu sehingga timbul dan berkembang rasa ketaatan kepada Allah, menjalankan segala

---

<sup>51</sup> Umi Habibah dan Ade Sucipto, *Building Peer Social Support As a Mental Disorder Solution For The Blind*, (Semarang: UIN Walisongo Semarang, 2020) *Journal Of Advance Guidance And Counseling* Vol. 1, No. 1 hlm 72

<sup>52</sup> Muhammad Huzain, *Perilaku Prosocial dan Bimbingan Islam*. *Jurnal Studi Islam*, Vol 12, No 1, April 2020. Hlm 106

<sup>53</sup> Hidayatul Khasanah, Yuli Nurkhasanah dan Agus Riyadi, *Metode Bimbingan dan Konseling Islam dalam Menanamkan Kedisiplinan Shalat Dhuha pada Anak Hiperaktif di MI Nurul Islam Ngaliyan Semarang*. *Jurnal Ilmu Dakwah*, Vol. 36, No. 1, Januari – Juni. Hlm 8

perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya serta memiliki ketabahan dalam menerima cobaan.

- d. Untuk memperoleh potensi *Ilahiyah*, dengan potensi ini individu dapat bertindak sebagai khalifah dengan baik dan benar, dapat mengatasi berbagai persoalan hidup, memberikan manfaat serta keselamatan bagi lingkungan sekitarnya.<sup>54</sup>

### 3. Fungsi Bimbingan Agama Islam

Bimbingan Agama Islam memiliki beberapa fungsi, adapun fungsi bimbingan Agama Islam adalah sebagai berikut:

- a. Fungsi Preventif, yaitu membantu individu menjaga atau mencegah timbulnya masalah bagi dirinya sendiri.
- b. Fungsi Kuratif, yaitu membantu individu dalam rangka memecahkan atau menangani permasalahan yang sedang dialaminya.
- c. Fungsi Preservatif, yaitu bentuk bantuan yang diberikan kepada individu agar dapat menjaga situasi serta kondisi yang semula tidak baik menjadi lebih baik, agar tidak menimbulkan permasalahan lagi.
- d. Fungsi Developmental, yaitu upaya membantu individu dalam menjaga dan mengembangkan situasi maupun kondisi yang sudah baik menjadi lebih baik, sehingga tidak memungkinkan terjadinya masalah.<sup>55</sup>

### 4. Metode Bimbingan Agama Islam

Zaimah mengatakan bahwa kata metode berasal dari bahasa latin "*methodus*" yang memiliki arti cara. Metode merupakan suatu cara yang sistematis serta teratur untuk melakukan suatu pekerjaan.<sup>56</sup> Kata metode telah menjadi bahasa serapan kedalam bahasa Indonesia yang memiliki pengertian "sebuah cara yang dapat ditempuh atau cara yang telah

---

<sup>54</sup> Agus Riyadi, *Bimbingan dan Konseling Islam dalam Mengatasi Krisis Spiritual Akibat Dampak Abad Modern (Studi pada Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf Kota Semarang)*. Jurnal Konseling Religi, Vol. 9, No. 1, 2018. Hlm 147

<sup>55</sup> Ai Badriah, Lilis Satriah, *Bimbingan Islam melalui Living Values Education untuk Meningkatkan Sikap Toleransi*. Jurnal Al-Isyraq, Vol 2 No.2, Desember 2019. Hlm 104-105

<sup>56</sup> Zaimah, *Dakwah Salah Satu Media Pendidikan Islam*, (Medan: Penerbit Riwayah, 2014). Hlm 20

ditentukan dengan jelas untuk mencapai serta menyelesaikan sebuah tujuan, sistem perencanaan dan juga tata berfikir manusia”.<sup>57</sup>

Model bimbingan Agama Islam memiliki beragam acuan termasuk didalamnya terdapat metode yang perlu digunakan untuk membantu dan membimbing orang lain dalam memecahkan permasalahannya yang berdasarkan pada agama. Dalam hal ini Faqih menjelaskan bahwa dalam prakteknya metode bimbingan agama terbagi menjadi dua yaitu:

a. Metode langsung

Penggunaan metode ini antara pembimbing dan yang dibimbing bertemu secara langsung atau tatap muka, dalam metode ini dirinci lagi menjadi dua bagian yaitu :

- 1) Metode individual, yaitu pembimbing melakukan komunikasi secara langsung dengan yang dibimbing dengan menggunakan teknik percakapan pribadi, pembimbing melakukan komunikasi secara langsung tatap muka dengan pihak yang di bimbing, kunjungan rumah (*home visit*) yaitu metode bimbingan dengan cara pembimbing melakukan komunikasi dengan individu yang dilaksanakan dirumah individu yang di bimbing, serta untuk mengamati kondisi rumah dan lingkungan individu tersebut. Adapun metode terakhir adalah kunjungan serta observasi kerja, dalam hal ini pembimbing melakukan percakapan pribadi serta mengamati kerja dan lingkungan individu yang di bimbing.
- 2) Metode kelompok, dalam metode ini pembimbing melakukan komunikasi secara langsung dengan pihak yang akan dibimbing (klien). Dalam pelaksanaan metode ini dilakukan dengan menggunakan teknik diskusi kelompok, yaitu metode bimbingan dimana pembimbing melaksanakan bimbingan melalui diskusi dengan kelompok yang memiliki permasalahan yang sama, misalnya bisa melalui karyawisata atau group teaching.

---

<sup>57</sup> Dewi Mustika, *Metode Dakwah Rasulullah SAW Dalam Menyehatkan Ummat*, (Metro: IAIN Metro, 2019). Hlm 437

## b. Metode Tidak Langsung

Metode tidak langsung merupakan suatu metode bimbingan yang diterapkan melalui media, metode ini dapat dilakukan secara individu ataupun kelompok. Metode individual dapat dilakukan melalui telepon, surat menyurat. Sedangkan metode kelompok dapat dilakukan melalui radio, televisi dan media-media lainnya. Penerapan metode bimbingan agama merupakan model bimbingan yang berlandaskan pada al-Qur'an dan Hadits, oleh karena itu langkah-langkah yang dapat dilakukan adalah sebagai berikut:

- 1) Meyakinkan setiap individu akan posisinya sebagai makhluk ciptaan Allah, sehingga terdapat ketentuan Allah (sunnatullah) yang berlaku bagi seluruh umat manusia, yaitu tentang kepatuhan dan ketaatan kepada Allah karena tujuan dari diciptakannya manusia adalah untuk melaksanakan amanah-Nya, sedangkan iman dan taat manusia itu merupakan fitrahnya, serta supaya manusia benar-benar beriman sehingga selamat di dunia dan di akhirat.
- 2) Mendorong serta membantu individu agar dapat memahami dan mengamalkan ajaran agamanya secara baik dan benar.
- 3) Mendorong dan membantu individu agar dapat memahami dan mengamalkan iman, Islam serta ihsan.<sup>58</sup>

Selain metode-metode diatas, terdapat juga metode lain yang dapat dipakai dalam pelaksanaan bimbingan keagamaan. Adapun metodenya adalah:

- 1) Metode Hikmah, yaitu cara memberikan informasi sesuai dengan situasi dan kondisi mad'unya, serta mengetahui batasbatas yang hendak disampaikan kepada mad'u. Agar tidak memberatkan dan mempersulit mereka yang didakwahi sebelum mereka benar-benar siap.

---

<sup>58</sup> Mubasyaroh, *Model Bimbingan Agama Anak Jalanan di Jalur Pantura*. Jurnal Penelitian, Vol. 8, No. 1, Februari 2014. Hlm 122-125

- 2) Metode Maw'izhoh Hasanah (nasihat yang baik) yaitu memberikan nasihat yang baik dapat dengan lembut dan halus menembus hati nurani orang. Kelembutan dalam memberikan nasihat akan mudah diterima oleh mad'u serta dapat meluluhkan hati yang membenci, memberikan petunjuk pada perasaan yang bimbang dan memberi banyak kebaikan.
- 3) Metode Yujadilu Billati Hiya Ahsan (melalui debat dengan cara yang paling baik) metode melalui debat ini bukan untuk mengalahkan orang lain dalam debat, namun untuk menggugah dan mengatakan kebenaran kepadanya.<sup>59</sup>

#### 5. Materi Bimbingan Agama Islam

Materi dalam bimbingan Agama Islam meliputi semua materi yang disampaikan kepada *mad'u* yang dibimbing, dalam hal ini materi bimbingan yang digunakan bersumber dari al-Qur'an dan Hadits. Karena pada dasarnya materi dalam bimbingan harus selaras dengan apa yang menjadi tujuan dilaksanakannya bimbingan agama tersebut, namun secara keseluruhan materi yang menjadi dasar adalah sebagai berikut:

- a. Aqidah. Aqidah merupakan keyakinan hati terhadap sesuatu. Oleh sebab itu ilmu tauhid juga disebut dengan ilmu *aqaid* yang artinya ilmu mengikat. Ajaran Islam sebagaimana yang dijelaskan dalam al-Qur'an dan al-Hadits merupakan ketentuan-ketentuan dan pedoman keimanan. Keimanan adalah suatu sikap jiwa yang diperoleh karena suatu pengetahuan yang diolah sedemikian rupa sehingga menghasilkan nilai (aturan) atau pola tingkah laku manusia.<sup>60</sup>
- b. Syari'ah. Syari'ah merupakan aturan-aturan dalam agama yang menjadi pedoman bagi manusia dalam kehidupannya untuk meningkatkan

---

<sup>59</sup> Nihayatul Husna," Metode Dakwah Islam Dalam Perspektif Al-Qur'an", SELASAR KPI: Referensi Media Komunikasi dan Dakwah Vol 1 No. 1, Oktober 2021. hlm 101-102

<sup>60</sup> Idham Khalid, *Akar-akar Dakwah Islamiyah : Aqidah, Ibadah dan Syariah*, (Cirebon: IAIN Syekh Nurjati Cirebon). Jurnal Dakwah dan Komunikasi, Volume. 8, No. 1, 2017. Hlm 73

kualitas hidupnya dalam rangka untuk mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat.

- c. Akhlak. Akhlak secara bahasa memiliki arti budi pekerti, perangai, tingkah laku serta tabiat. Sedangkan secara istilah akhlak merupakan suatu pengetahuan yang menjelaskan mengenai benar dan salah, baik dan buruk, mengatur pergaulan manusia, serta menentukan tujuan akhir berdasarkan usaha dan perbuatan seseorang.<sup>61</sup>

## B. Ketabahan

### 1. Pengertian Ketabahan

Ketabahan seringkali dikenal dengan istilah kepribadian tahan banting (*Hardiness personality*). Ketabahan adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan emosi dan bertahan dalam kondisi yang kurang menyenangkan secara psikologis. Ketabahan adalah sebuah proses kekuatan jiwa seseorang. Ketabahan tidak hanya sebuah proses yang identik dengan kemiskinan sandang dan pangan, akan tetapi secara luas bisa berarti tabah dalam menghadapi penderitaan akibat penyakit atau cobaan hidup yang dihadapkan pada masalah interaksi, relasi, dan kehilangan orang terdekat.<sup>62</sup>

Menurut Kobosa, ketabahan adalah karakteristik kepribadian yang melibatkan kemampuan mengendalikan kejadian-kejadian yang kurang menyenangkan serta memberikan makna positif terhadap kejadian tersebut, sehingga tidak menimbulkan stres pada individu yang bersangkutan. Dalam konsep ketabahan, ketabahan mengukur kemampuan seseorang dalam menghadapi kesulitan. Orang yang mempunyai ketabahan

---

<sup>61</sup> Muhammad Huzain, *Perilaku Prososial dan Bimbingan Islam*. Jurnal Studi Islam, Vol. 12, No. 1, April 2020. Hlm 109

<sup>62</sup> Listya Istiningtyas, *Kepribadian Tahan Banting (Hardness Personality) Dalam Psikologi Islam*, (Palembang: UIN Raden Fatah, 2013 ) Jurnal Online Uin Raden Fatah Juni 2013 No. 1 hlm 90

tinggi, akan cenderung mampu menghadapi dan menerima seluruh kejadian dalam hidupnya.<sup>63</sup>

Kreitner & Kinici mengemukakan bahwa *hardiness* adalah kemampuan atau perilaku individu dalam mengubah *stressor* negatif menjadi positif, dengan kata lain memandang suatu *stressor* sebagai suatu tantangan. Individu yang memiliki kepribadian *hardiness* cenderung memiliki kepercayaan mampu memprediksi serta mengendalikan suatu kejadian atau peristiwa, individu juga dapat berpartisipasi dalam aktivitas sehari-hari dan menganggap aktivitas-aktivitas tersebut sebagai suatu hal yang menyenangkan, mempunyai tujuan dan bermakna, serta menganggap problem sebagai tantangan yang memberikan peluang kepada individu untuk tumbuh dan berkembang.<sup>64</sup>

Schultz & Schultz mengartikan bahwa Ketabahan sebagai suatu struktur kepribadian yang dapat digunakan untuk menjelaskan perbedaan individu ketika mengalami stres yang terjadi sehingga individu tersebut dapat menangani stres yang di alaminya.

Ketabahan dalam konsep psikologi dikenal dengan *hardiness*. Konsep *hardiness* pertama kali diperkenalkan oleh Kobosa (1982). Konseptualisasi mengenai *hardiness* yaitu sebagai sebuah tipe kepribadian yang memiliki pengaruh positif terhadap individu lainnya serta berperan sebagai sumber perlawanan ketika individu dihadapkan pada peristiwa yang menimbulkan stres. Stres merupakan bagian dari kehidupan manusia. Diahsari (2001) menyatakan bahwa stres yang dialami seseorang dapat terjadi dalam jangka waktu yang berbeda-beda. Masalah akan muncul ketika stres terjadi dalam jangka waktu yang lama dengan intensitas yang cukup tinggi. Akibatnya individu akan mengalami kelelahan fisik dan

---

<sup>63</sup> Dina Maria, Annastasia Ediati, *Hubungan Antara Ketabahan Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Wanita Penyandang Lupus Eritematosus Sistemik* (Semarang: Universitas Diponegoro, 2018) Jurnal Empati, April 2018, Volume 7 No. 2 hlm 125

<sup>64</sup> Sri Mulyati, Yeniari Indriana, *Hubungan Antara Kepribadian Hardiness Dengan Work-Family Conflict Pada Ibu Yang Bekerja Sebagai Teller Bank Pada Bank Rakyat Indonesia Semarang* (Semarang: Universitas Diponegoro, 2016) Jurnal Empati, April 2016, Volume 7 No. 2 hlm 578-579

mental. Kobosa memulai dengan adanya perbedaan-perbedaan interpersonal dalam kontrol pribadi serta mengkombinasikan variabel ini dengan yang lain, agar dapat menghasilkan tipe kepribadian yang lebih komprehensif. *Hardiness* adalah suatu faktor untuk mengurangi stres dengan mengubah cara stresor dipresepsikan.

*Hardiness* mengurangi pengaruh peristiwa di dalam hidup yang mencekam dengan meningkatkan penggunaan strategi penyesuaian yaitu dengan menggunakan sumber-sumber sosial yang ada di lingkungan sekitarnya untuk dijadikan pertahanan, motivasi, dan dukungan dalam menghadapi permasalahan serta memberikan keberhasilan. Ketika dihadapkan dengan situasi yang penuh tekanan, individu yang memiliki ketabahan juga akan mengalami stres atau tekanan, namun tipe kepribadian ini mampu merespon secara positif situasi yang tidak menyenangkan agar dapat menciptakan kenyamanan dengan cara yang sehat. Dengan kata lain, individu dengan kepribadian ini tidak dapat mudah melarikan diri atau menarik diri dari kondisi yang mengancam dirinya. Kepribadian *hardiness* juga teridentifikasi dapat menetralkan stressor yang terkait dengan pekerjaan. Individu dengan *hardy personlity* percaya bahwa dirinya mampu mengontrol dan mempengaruhi peristiwa dalam hidupnya. Individu dengan kepribadian ini sangat berkomitmen terhadap pekerjaannya dan kegiatan yang di sukainya, serta menganggap perubahan sebagai suatu hal yang menarik, menyenangkan dan menantang daripada sebagai sesuatu yang mengancam.<sup>65</sup>

Pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa ketabahan merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan emosi dan bertahan dalam kondisi yang kurang menyenangkan secara psikologis. Ketabahan memberikan makna positif terhadap kejadian kejadian yang dialaminya sehingga tidak menimbulkan stres pada individu tersebut. Dengan

---

<sup>65</sup> Listya Istiningtyas, *Kepribadian Tahan Banting (Hardness Personality) Dalam Psikologi Islam*, (Palembang : UIN Raden Fatah, 2013 )Jurnal Online Uin Raden Fatah Juni 2013 No. 1 hlm 84-85

ketabahan seseorang mampu memproses datangnya rasa sakit di badan maupun pikiran.<sup>66</sup>

## 2. Ketabahan dalam Konsep Psikologi Islam

Kepribadian tahan banting (*Hardiness personality*) dalam Islam lebih dikenal dengan istilah ketabahan atau kesabaran. Ketabahan merupakan kemampuan seseorang untuk mengendalikan emosi dan bertahan dalam kondisi yang kurang menyenangkan secara psikologis. Selain itu, kelapangdadaan memiliki makna yang sama dengan ketabahan, dimana kelapangdadaan (*Al-basith, Al-samhah*) merupakan suatu keadaan psikologis spiritual yang ditandai dengan kemampuan menerima kenyataan yang kurang menyenangkan dengan hati yang tenang dan terkendali (Nasroni, 2008). Ketabahan adalah sebuah proses kekuatan jiwa seseorang. Ketabahan tidak hanya sekedar proses yang identik dengan kemiskinan sandang-pangan, akan tetapi dalam arti yang lebih luas nya dapat berarti tabah dalam menghadapi penderitaan yang diakibatkan oleh penyakit, ujian, cobaan hidup yang dihadapakan pada masalah interaksi, hubungan, serta kehilangan orang terdekat. Bahkan ketabahan seseorang akan teruji ketika mereka mengikuti pertandingan, audisi, kompetisi dalam bisnis, prestasi, karir, sekolah, dan juga dalam pergaulan. Sebagaimana yang telah di jelakan dalam ayat Al-qur'an dibawah ini:

وَعَسَىٰ أَن تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ ۖ وَعَسَىٰ أَن تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ ۗ وَاللَّهُ يَعْلَمُ  
وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ

Artinya: “Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi (pula) kamu menyakiti sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu; Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui”. (*Al-baqarah [2]: 216*)

---

<sup>66</sup> Listya Istiningtyas, *Kepribadian Tahan Banting (Hardness Personality) Dalam Psikologi Islam*, (Palembang : UIN Raden Fatah, 2013 )Jurnal Online Uin Raden Fatah Juni 2013 No. 1 hlm 84-85

Ketabahan mengacu pada kekuatan jiwa seseorang menghadapi atau mengurangi masalahnya, baik itu ketika mengalami penderitaan, menghadapi cobaan, ujian, hukuman karma dan lain sebagainya. Tentu saja skalanya berbeda-beda pada setiap individunya.<sup>67</sup> Al-Qur'an telah menjelaskan dalam ayat dibawah ini:

وَلَا تَأْيِسُوا مِنَ رَّوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَأْيِسُ مِنَ رَّوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْكٰفِرُونَ

Artinya: *“Dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kamu yang”*. (Yusuf [12] : 87)

Ada individu yang memiliki ketabahan kuat dan ada juga individu yang memiliki ketabahan lemah. Adapun ketabahan, tidak dapat digambarkan sebagai milik orang kelas rendah atau kelas tinggi. Ketabahan bukan juga merupakan ilmu turunan. Ketabahan dipengaruhi oleh lingkungan dalam kehidupan sehari-hari. Individu yang terbiasa dikelilingi oleh orang-orang yang memiliki ketabahan kuat, ia akan lebih mampu mencerna, beradaptasi dengan hal-hal yang memerlukan kekuatan jiwa.

Ketabahan seseorang dapat diperoleh melalui penalaran dari lingkungan yang dapat memberikan kekuatan jiwa. ketika seseorang membutuhkan kekuatan jiwa, ia dapat mencari atau berada di lingkungan yang mendukungnya untuk memperoleh ketabahan tersebut. Lingkungan yang cenderung pesimis dan penuh dengan keputusan dapat membuat seseorang semakin menderita. Kekuatan jiwa yang disebut tabah ini, adalah kemampuan individu dalam memproses datangnya rasa sakit di fisik maupun pikiran. Biasanya, individu baru menyadari bahwa dirinya mempunyai kekuatan jiwa yang disebut ketabahan ini, ketika dirinya dihadapkan dengan permasalahan yang rumit. Ketabahan sangat erat

---

<sup>67</sup> Listya Istiningtyas, *Kepribadian Tahan Banting (Hardness Personality) Dalam Psikologi Islam*, (Palembang : UIN Raden Fatah, 2013 )Jurnal Online Uin Raden Fatah Juni 2013 No. 1 hlm 85

kaitannya dengan jiwa seseorang yang memiliki suatu pegangan, umumnya keyakinan yang berkaitan dengan agama dan keyakinan pada yang Maha Kuasa. Allah berfirman dalam ayat al-Qur'an berikut ini:

الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا ۗ وَهُوَ الْعَزِيزُ الْعَلِيمُ

Artinya: “(Allah) Menjadikan mati dan hidup, supaya Dia menguji kamu, siapa diantara kamu yang lebih baik amalnya, dan Dia Maha Perkasa lagi Maha Pengampun”. (Al-Mulk [67]: 2)

### 3. Aspek-Aspek ketabahan

Franken menjelaskan ada tiga aspek di dalam ketabahan hati. Ketiga aspek itu adalah sebagai berikut:

#### a. Kontrol

Aspek ini melibatkan keyakinan bahwa seseorang mampu mempengaruhi atau mengendalikan segala sesuatu terjadi di dalam hidupnya. Seseorang percaya bahwa dirinya mampu menentukan apa saja yang terjadi dalam hidupnya, sehingga individu tidak mudah menyerah ketika berada di bawah tekanan. Individu yang mempunyai ketabahan hati yang tinggi mempunyai pandangan bahwa seluruh peristiwa dalam lingkungannya dapat ditangani oleh dirinya sendiri dan ia bertanggung jawab atas apa yang harus dilakukan sebagai respon terhadap stres. Aspek ini dijelaskan lagi menjadi 4, yaitu sebagai berikut:

- 1) Kesiediaan dan kemampuan untuk menciptakan keputusan yang baik
- 2) Perasaan mandiri dan perasaan adanya suatu pilihan yang dapat diambil
- 3) Kemampuan untuk melihat kejadian yang menyebabkan stres sebagai suatu bagian dari kehidupan
- 4) Motivasi untuk berprestasi sesuai dengan tujuan.<sup>68</sup>

---

<sup>68</sup> Listya Istiningtyas, *Kepribadian Tahan Banting (Hardness Personality) Dalam Psikologi Islam*, (Palembang : UIN Raden Fatah, 2013 )Jurnal Online Uin Raden Fatah Juni 2013 No. 1 hlm 85

Aspek kontrol dimanifestasikan sebagai kemampuan untuk mengontrol proses pengambilan keputusan pribadi atau kemampuan secara bebas untuk memilih diantara berbagai tindakan yang tidak diambil. Individu yang mempunyai aspek kontrol yang tinggi, ia mempunyai kendali kognitif atau kemampuan untuk menafsirkan, mengevaluasi, dan mengintegrasikan beragam kejadian ke dalam rencana selanjutnya. Selain itu, individu dengan kontrol yang tinggi mempunyai kemampuan untuk memecahkan masalah dengan respon yang tepat. Dengan demikian, individu yang mempunyai kontrol yang tinggi akan lebih optimis dalam menghadapi hal-hal di luar dirinya. Individu ini cenderung lebih baik dalam menghadapi masalah-masalahnya daripada orang yang mempunyai kontrol rendah.<sup>69</sup>

b. Komitmen

Aspek ini melibatkan keyakinan bahwa hidup mempunyai makna dan tujuan. Individu juga memiliki keyakinan yang kuat pada dirinya sendiri atas segala hal yang akan terjadi. Individu yang memiliki ketabahan hati yang tinggi percaya terhadap nilai-nilai kebenaran, kepentingan serta nilai-nilai yang menarik tentang siapakah dirinya dan apa yang mampu ia lakukan. Selain itu, individu yang memiliki ketabahan hati yang tinggi juga percaya bahwa perubahan mampu membantu dirinya berkembang dan memperoleh kebijaksanaan serta belajar banyak dari pengalaman yang telah di dapatkan. Aspek ini dibagi menjadi 4 bagian yaitu sebagai berikut:

- 1) Ketertarikan dan rasa ingin tahu tentang hidup
- 2) Minat dan ketahanan diri
- 3) Kesiediaan untuk meminta bantuan dan dukungan sosial

---

<sup>69</sup> Luthfiatuz Zuhroh, Skripsi: “ Hubungan Antara Hardiness Dengan Ketakutan Akan Sukses Pada Pegawai Wanita Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Lawang” (Malang : UIN Mulana Malik Ibrahim Malang, 2012) Hlm 15

- 4) Kemampuan untuk mengidentifikasi nilai-nilai pribadi yang unik dan tujuan pribadi.<sup>70</sup>

Individu yang mempunyai komitmen kuat tidak akan mudah menyerah terhadap tekanan. Ketika menghadapi stres individu ini akan melakukan strategi koping yang sesuai dengan nilai, tujuan dan kemampuannya. Sebaliknya, orang yang tidak mempunyai komitmen akan mudah merasa bosan dan tidak berarti, karena mereka merasa hidupnya itu membosankan, tidak berguna, menarik diri dari tugas yang harus dikerjakan, pasif serta lebih suka menghindar dari berbagai aktivitas. Individu dengan komitmen rendah akan memandang peristiwa yang menimbulkan stres sebagai sesuatu yang hanya dapat ditahan dan sulit untuk diperbaiki.<sup>71</sup>

c. Tantangan

Aspek ini merupakan pemahaman bahwa hal-hal yang sulit dilakukan atau diwujudkan adalah sesuatu yang umum terjadi di dalam hidup, yang pada akhirnya akan tiba kesempatan untuk melakukan dan mewujudkan hal-hal tersebut. Dengan kata lain individu akan secara tulus bersedia terlibat dalam segala hal perubahan dan melakukan segala kegiatan baru untuk dapat lebih maju. Individu seperti ini biasanya cenderung menilai perubahan sebagai tantangan daripada ancaman. Dengan pandangan yang terbuka dan fleksibel, tantangan dapat dipandang sebagai bagian dari kehidupan yang tidak dapat dipisahkan serta harus dihadapi. Bahkan, tantangan dipandang sebagai peluang untuk belajar lebih banyak. Aspek ini dibagi menjadi 4 bagian yaitu sebagai berikut:

- 1) Pendekatan yang fleksibel dengan orang lain dan keadaan-keadaan tertentu

---

<sup>70</sup> Listya Istiningtyas, *Kepribadian Tahan Banting (Hardness Personality) Dalam Psikologi Islam*, (Palembang : UIN Raden Fatah, 2013 )Jurnal Online Uin Raden Fatah Juni 2013 No. 1 hlm 85-86

<sup>71</sup> Luthfiatuz Zuhroh, Skripsi: “Hubungan Antara Hardiness Dengan Ketakutan Akan Sukses Pada Pegawai Wanita Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Lawang” (Malang: UIN Mulana Malik Ibrahim Malang, 2012) hlm 18

- 2) Memandang segala sesuatu secara positif dan optimis
- 3) Kesiapan untuk mengambil risiko yang membangun
- 4) Menghargai dan menerima terhadap keunikan diri sendiri sebagai suatu yang berkah.<sup>72</sup>

#### 4. Fungsi-Fungsi Ketabahan Hati

Hasil penelitiannya tentang ketabahan hati, Wahyu Rahardjo menerangkan dari berbagai literatur dan menuliskan bahwa ada tujuh fungsi ketabahan hati yaitu sebagai berikut :

##### a. Membantu dalam proses adaptasi

Individu yang mempunyai ketabahan hati yang tinggi akan sangat membantu dalam proses beradaptasi dengan hal-hal baru, sehingga stres yang ditimbulkan tidak besar. Studi penelitian menunjukkan bahwa etnis Cina Kanada yang tinggal di Toronto yang memiliki tingkat ketabahan hati yang lebih tinggi, mereka lebih mudah beradaptasi dan mengurangi efek kecemasan serta tetap mempunyai harga diri yang tinggi saat mengalami deskriminasi. Studi penelitian lain menemukan hasil yang serupa, menunjukkan bahwa ketabahan hati mampu membantu penyesuaian diri remaja pria yang tengah menjalani wajib militer.

##### b. Lebih memiliki toleransi terhadap frustrasi

Sebuah studi penelitian yang terdiri dari dua kelompok mahasiswa, yaitu kelompok yang mempunyai ketabahan hati yang tinggi dan rendah, menunjukkan bahwa mereka yang mempunyai ketabahan hati tinggi memiliki tingkat frustrasi lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang memiliki ketabahan hati yang rendah. Serupa dengan penelitian itu, penelitian lain menyimpulkan

---

<sup>72</sup> Listya Istiningtyas, *Kepribadian Tahan Banting (Hardness Personality) Dalam Psikologi Islam*, (Palembang : UIN Raden Fatah, 2013 ) Jurnal Online Uin Raden Fatah Juni 2013 No. 1 hlm 85

bahwa ketabahan hati mampu membantu mahasiswa untuk menghindari pikiran bunuh diri saat mereka sedang mengalami stres dan putus asa.

c. Mengurangi akibat buruk dari stres

Kobosa telah melakukan banyak penelitian tentang ketabahan hati, ia menyebutkan bahwa ketabahan hati sangat efektif berperan ketika terjadi proses stress dalam kehidupan seseorang. Demikian pula pernyataan beberapa tokoh lain. Hal ini dapat terjadi karena mereka tidak menganggap stres sebagai suatu ancaman.<sup>73</sup>

d. Mengurangi kemungkinan terjadinya *bornout*

*Bornout* adalah situasi kehilangan kontrol pribadi karena terlalu besarnya tekanan pekerjaan terhadap diri, biasanya ini sangat mungkin dialami oleh pekerja-pekerja darurat seperti perawat dan lain sebagainya yang memiliki beban kerja berat. Bagi individu yang mempunyai beban kerja berat, perlu memiliki ketabahan hati karena sangat diperlukan untuk mengurangi *bornout* yang mungkin saja timbul setiap saat. Sebuah penelitian menunjukkan hasil yang sama dengan pernyataan di atas, yaitu perawat dengan ketabahan hati yang tinggi, ternyata lebih sulit mengalami *bornout* daripada perawat yang memiliki ketabahan hati yang rendah.

e. Mengurangi penilaian negatif terhadap suatu kejadian atau keadaan yang dianggap mengancam dan meningkatkan pengharapan untuk melakukan *coping* yang berhasil

*Coping* merupakan penyesuaian kognitif dan perilaku ke arah kondisi yang lebih baik, bertoleransi terhadap tuntutan internal dan eksternal yang terdapat dalam situasi stres. Ketabahan hati menjadikan individu mampu melakukan *coping* yang sesuai dengan masalah yang sedang dihadapi. Individu yang memiliki ketabahan hati tinggi cenderung memandang situasi yang menyebabkan stres sebagai hal

---

<sup>73</sup> Listya Istiningtyas, *Kepribadian Tahan Banting (Hardness Personality) Dalam Psikologi Islam*, (Palembang: UIN Raden Fatah, 2013 )Jurnal Online Uin Raden Fatah Juni 2013 No. 1 hlm 84-88

positif, oleh sebab itu mereka dapat lebih jelas dalam menentukan *coping* yang cocok. Pernyataan dari Schult & Schult ini di dukung oleh sebuah penelitian pada perawat yang menunjukkan bahwa mereka yang mempunyai ketabahan hati tinggi lebih baik dalam memilih *coping* yang cocok dengan masalah yang sedang dihadapinya.<sup>74</sup>

- f. Lebih sulit untuk jatuh sakit yang biasanya disebabkan oleh stres

Ketabahan hati mampu menjaga individu tetap sehat meskipun mengalami peristiwa-peristiwa yang menyebabkan stres. Karena lebih tahan terhadap stress, individu juga akan lebih sehat dan tidak mudah terserang penyakit sebab cara mereka menghadapi stres lebih baik daripada individu yang memiliki ketabahan hati yang rendah.

- g. Membantu individu untuk melihat peluang lebih jernih sebagai suatu latihan untuk mengambil keputusan

Kobosa & Pucetti mengemukakan bahwa ketabahan hati mampu membantu individu untuk melihat peluang lebih jelas sebagai suatu latihan untuk mengambil sebuah keputusan, baik sedang dalam kondisi stres ataupun tidak.<sup>75</sup>

## 5. Ciri-Ciri Ketabahan

Menurut Conger dalam Faturrahman menyebutkan ciri-ciri *hardiness* adalah sebagai berikut:

- a. *Positive self value*, antara lain optimis dengan diri sendiri, penerimaan diri dan mempunyai konsep diri yang positif.
- b. *Acceptance of authory*, yaitu diwujudkan dengan memenuhi keinginan orang tua, orang lain yang dihormati serta memiliki keinginan untuk membuat hati mereka senang.

---

<sup>74</sup> Listya Istiningtyas, *Kepribadian Tahan Banting (Hardness Personality) Dalam Psikologi Islam*, (Palembang: UIN Raden Fatah, 2013 )Jurnal Online Uin Raden Fatah Juni 2013 No. 1 hlm 84-88

<sup>75</sup> Listya Istiningtyas, *Kepribadian Tahan Banting (Hardness Personality) Dalam Psikologi Islam*, (Palembang : UIN Raden Fatah, 2013 )Jurnal Online Uin Raden Fatah Juni 2013 No. 1 hlm 84-88

- c. *Positive interpersonal relationship*, adalah tertarik dalam berhubungan dengan orang lain serta responsif terhadap perasaan orang lain.
- d. Spontan dalam bertindak, yaitu tidak memiliki konflik antara keinginan untuk mandiri dengan tuntutan dari lingkungan.
- e. Berorientasi akademik, rajin memperdalam dan memperluas pengetahuan, serta disiplin dalam manajemen waktu.
- f. Berfokus pada tujuan yang realistis, dapat menunda keputusan yang sifatnya sementara untuk meraih kepuasan yang lebih besar di kemudian hari.
- g. Mampu mengendalikan dan memanfaatkan kecemasan hidupnya untuk pekerjaan yang produktif.<sup>76</sup>

#### 6. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Ketabahan

##### a. Dukungan sosial

Maddi mengatakan bahwa dukungan sosial mempunyai hubungan yang signifikan dengan *hardiness* seorang individu, jika individu mempunyai hubungan sosial yang baik, maka *hardiness* individu juga akan meningkat, begitu pun dengan seseorang yang mempunyai hubungan sosial tidak baik maka *hardiness* pun akan menurun.

##### b. Pola asuh

Maddi mengatakan bahwa interaksi antara orang tua dan anak, serta pola asuh orang tua juga berperan dalam meningkatkan *hardiness* pada diri seseorang.

##### c. Gender

Bartone & Priest mengatakan bahwa laki-laki dan perempuan akan berbeda dalam menghadapi atau menangani masalah yang terjadi di dalam hidupnya. Dengan melihat tugas pada laki-laki dan

---

<sup>76</sup> Faturrochman, *Peran Keluarga, Sekolah, Dan Masyarakat Dalam Pembentukan Kepribadian Remaja*, (Yogyakarta : Universitas Gajah Mada, 1989) Hlm 3

perempuan, menjadikan gender sebagai prediktor dalam menentukan *hardiness* individu.<sup>77</sup>

Warner dalam Sandjaja menyebutkan beberapa faktor yang mempengaruhi *hardiness*, antara lain memelihara dan mendukung hubungan, cinta dan kepercayaan, serta memberikan motivasi baik di dalam ataupun diluar keluarga. Faktor tambahan lainnya juga terkait dengan ketabahan antara lain:

- 1) Kemampuan untuk melakukan rencana yang realistis, dengan kemampuan seseorang merencanakan hal-hal yang realistis, ketika seseorang menemukan satu masalah, maka ia akan mengetahui cara terbaik yang akan dilakukan olehnya dalam mengatasi situasi tersebut.
- 2) Mempunyai rasa percaya diri serta citra diri yang positif, seseorang akan menjadi lebih tenang dan optimis, apabila mempunyai rasa percaya diri yang tinggi dan citra diri yang positif maka orang tersebut akan terhindar dari stres.
- 3) Mengembangkan keterampilan komunikasi serta kemampuan untuk mengelola perasaan yang kuat.<sup>78</sup>

## C. Depresi

### 1. Pengertian Depresi

Salah satu stres yang dapat menimbulkan gangguan jiwa kecuali kecemasan (ansietas) adalah ada juga yang dinamakan dengan depresi. Depresi adalah suatu kondisi ketika individu merasakan kesedihan, kecewa saat mengalami perubahan, kegagalan atau kehilangan serta menjadi patologis ketika tidak mampu beradaptasi. Depresi adalah suatu kondisi yang mempengaruhi seseorang secara aktif, fisiologis, kognitif, dan perilaku sehingga merubah pola serta respon yang biasa dilakukan.

---

<sup>77</sup> Ludvia Rara Gendis Aprilia, *Hubungan Antara Kebersyukuran dan Religiusitas dengan Hardiness Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus* (Samarinda: Universitas Mulawarman Samarinda, 2018) Jurnal Psikoborneo, Vol 6, No 3, 2018, hlm 336

<sup>78</sup> Nдалu Pangestu, Skripsi: "Hardiness pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi di Universitas Negeri Semarang", (Semarang : Universitas Negeri Semarang, 2019) Hlm 17-18

Depresi adalah suatu kondisi abnormal yang dialami oleh individu yang disebabkan oleh ketidakmampuan menyesuaikan diri dengan situasi atau kejadian yang terjadi, sehingga mempengaruhi psikis, fisik maupun sosial individu.<sup>79</sup>

Menurut Dadang Hawari depresi merupakan suatu bentuk gangguan jiwa pada alam perasaan (afektif, mood atau suasana hati) yang ditandai dengan adanya kemurungan, lesu, kurangnya motivasi untuk hidup, perasaan tidak berguna, putus asa dan lain sebagainya. Gambaran lengkap mengenai depresi yaitu sebagai berikut:

- a. Afeksdifrosik, adalah perasaan murung, sedih, tidak memiliki gairah hidup, kurang semangat, serta merasa tidak berdaya.
- b. Perasaan bersalah, berdosa, dan rasa penyesalan
- c. Nafsu makan menurun.
- d. Penurunan berat badan.
- e. Konsentrasi dan daya ingat menurun.
- f. Gangguan tidur insomnia (sulit tidur) atau sebaliknya hipersomnia yaitu tidur yang berlebihan. Gangguan ini seringkali disertai dengan mimpi yang tidak menyenangkan atau mimpi yang kurang baik, seperti mimpi orang yang telah meninggal dan lain sebagainya.
- g. Agitasi atau retardasi psikomotor (gaduh, cemas atau lemah tidak berdaya).
- h. Hilangnya rasa senang bahagia, semangat dan minat, tidak lagi melakukan hal yang disenangi nya (hobi), menurunnya kreativitas serta menurunnya produktivitas.
- i. Sering memikirkan tentang kematian, ingin bunuh diri
- j. Gangguan sexual (libido menurun).<sup>80</sup>

Depresi menurut Atkinson (1991) merupakan suatu gangguan mood yang ditandai dengan tidak ada harapan, patah hati,

---

<sup>79</sup> Indriono Hadi Dkk, *Gangguan Depresi Mayor*, (Kendari : Poltekes Kemenkes Kendari, 2017) Jurnal Poltekes kemenkes kendari Vol 9, No.1, Juni 2017, hlm 35

<sup>80</sup> Dadang Hawari, *Al-Qur'an : Ilmu Kedokteran dan Kesehatan Jiwa*, ( Yogyakarta : PT Dana Bhakti Prima Yasa,1996) Hlm 127

ketidakberdayaan yang berlebihan, ketidakmampuan membuat keputusan untuk memulai suatu aktivitas, tidak dapat berkonsentrasi, tidak memiliki semangat hidup, selalu tegang, serta selalu berusaha untuk bunuh diri.<sup>81</sup>

Depresi merupakan “keadaan psikologis yang berhubungan dengan keadaan emosi pada manusia”. Pada orang normal adalah keadaan murung (sering merasa sedih, tidak bersemangat) yang disertai dengan perasaan tidak menentu, aktivitas menurun dan pesimis menghadapi masa depan. Selain itu depresi adalah ketidakberdayaan yang berlebihan serta tidak mampu mengambil keputusan pada saat akan melakukan aktivitas atau tidak mampu untuk memfokuskan perhatian, mengalami kondisi menangis secara tiba-tiba dan terkadang mencoba untuk mengakhiri hidupnya dengan cara bunuh diri, selalu memikirkan kekurangan dirinya sendiri serta selalu merasa tidak percaya diri.<sup>82</sup> Dari pertanyaan diatas dapat disimpulkan bahwa depresi gangguan perasaan yang ditandai dengan kehilangan kegembiraan, perasaan sedih yang umumnya disertai dengan diperlambatnya gerakan serta fungsi tubuh. Mulai dari perasaan murung sampai pada keadaan tidak berdaya. Selain itu depresi menyebabkan individu mengalami gangguan tidur dan menurunnya selera makan.<sup>83</sup>

## 2. Ciri – Ciri dan Gejala Depresi

Umumnya seseorang yang mengalami depresi biasanya ditandai dengan adanya gejala psikis, fisik dan sosial yang khas. Depresi yang diderita tidak hanya mempengaruhi orang yang mengalami depresi, tetapi juga mempengaruhi keluarganya.<sup>84</sup> Gejala depresi yang dialami seseorang biasanya timbul rasa ketakutan yang berlebihan, khawatir yang berlebihan,

---

<sup>81</sup> Namora Lumongga Lubis, Depresi Tinjauan psikologis, (Jakarta: Kencana, 2016) Hlm 13

<sup>82</sup> Dame Rizqy Robby, *Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual Dengan Depresi Pada Penyandang Cacat Pasca Kusta Di Liposos Donorojo Binaan Yastimakin Bangsri Jepara*, (Semarang, Universitas Negeri Semarang: 2013), Journal Of Social And Industrial Psychology, Vol. 2, No, 1, 2013. Hlm 51-52

<sup>83</sup> Namora Lumongga Lubis, Depresi Tinjauan psikologis, (Jakarta: Kencana, 2016) Hlm 13

<sup>84</sup> Ema Hidayati, Widayat Mintarsih dkk, *Counseling Services In Health Care For Covid-19 Patients*, (Semarang: UIN Walisongo Semarang, 2021 ) Jurnal Konseling Religi Vol. 12, No. 2 2021, hlm 67

perasaan tidak nyaman dan tidak tenang, mengalami gangguan tidur, dan muncul rasa kewaspadaan yang berlebihan.<sup>85</sup> Gangguan jiwa tersebut jika tidak segera diatasi bisa semakin parah dan mengganggu kesehatan mental yang dapat mengakibatkan depresi.<sup>86</sup>

Sebagian orang menunjukkan gejala yang minim dan sebagian orang lainnya lebih banyak. Tinggi rendahnya gejala depresi beragam dari waktu ke waktu. Kriteria depresi dapat ditegakkan apabila sedikitnya ada 5 dari gejala dibawah ini telah ditemukan dalam jangka waktu 2 minggu yang sama dan merupakan satu perubahan pola fungsi dari sebelumnya. Gejala umum dan tanda-tanda depresi yaitu sebagai berikut:

a. Gejala fisik

- 1) Gangguan pola tidur, sulit tidur atau insomnia, serta tidur yang berlebihan atau yang biasa disebut dengan hipersomnia.
- 2) Menurunnya aktivitas, seperti hilangnya minat, kesenangan pada hobi atau kegiatan yang disukai sebelumnya.
- 3) Hilangnya nafsu makan dan makan yang berlebihan.
- 4) Mengalami penyakit fisik yang tidak kunjung sembuh, misalnya sakit kepala, mengalami gangguan pencernaan seperti diare, sulit buang air besar, sakit lambung serta penyakit kronis.
- 5) Adakalanya tangan dan kaki terasa berat sehingga sulit untuk digerakkan.
- 6) Mudah kelelahan, energi menjadi lemah, serta menjadi lamban.
- 7) Kesulitan untuk berkonsentrasi, sulit mengingat, dan kesulitan untuk memutuskan suatu hal.

b. Gejala psikis

- 1) Merasa sedih, gelisah, atau hampa yang terus-menerus.
- 2) Mudah putus asa dan pesimis

---

<sup>85</sup> Hasan Bustomi, *Optimization Of Religious Extension Role In Covid-19 Pandemic*, (Kudus: IAIN Kudus, 2020) *Journal Of Advanced Guidance and Counseling Vol. 1, No.2* , hlm 160

<sup>86</sup> Ulin nihayah, Ahmad Sofwan At-Tsauri Sadwani dkk, *The Academy Anxiety Of Students In Pandemic Era*, (Semarang: UIN Walisongo Semarang, 2021) *Journal Of Advanced Guidance and Counseling Vol. 2, No1*. Hlm 42-43

- 3) Memiliki rasa bersalah, tidak berharga, merasa terbebani, dan tidak berdaya atau tidak berguna
  - 4) Tidak bisa tenang dan mudah tersinggung
  - 5) Berfikir ingin mengakhiri hidupnya atau bunuh diri karena putus asa sudah tidak sanggup lagi menjalani pahitnya hidup
  - 6) Sensitif
  - 7) Hilangnya rasa percaya diri.
- c. Gejala sosial
- 1) Menurunnya kegiatan dan minat sehari-hari (menarik diri, menyendiri dan malas)
  - 2) Tidak bergairah atau tidak ada motivasi untuk melakukan sesuatu
  - 3) Hilangnya gairah untuk hidup dan berkeinginan untuk mengakhiri hidupnya (bunuh diri).<sup>87</sup>

### 3. Macam-macam Depresi

Macam-macam depresi terbagi menjadi 3 bagian yaitu:

#### a. Depresi Ringan

Kasus depresi ringan ini, setidaknya harus ada sekurang-kurangnya dua dari gejala depresi yang khas, kemudian harus ada setidaknya dua dari gejala depresi lainnya, dan tidak boleh ada gejala yang berat dalam depresi, biasanya lama berlangsungnya yaitu sekitar dua minggu. Umumnya penderita depresi ringan ini akan mengalami keresahan dan kesulitan dalam melakukan kegiatan dan aktivitas sosial, Tetapi individu yang mengalami depresi ringan ini masih mampu beraktivitas.<sup>88</sup> Pada depresi ringan ini, individu tidak memerlukan perawatan medis. Depresi ringan dapat ditangani sendiri dengan berbagai alternatif penanganan serta tindakan pencegahan depresi,

---

<sup>87</sup> Aries Dirgayunita, *Depresi*, (Probolinggo : Sekolah Tinggi Islam Muhammadiyah Probolinggo, 2016), Jurnal An-Nafs Vol. 1, No.1, Juni 2016. Hlm 5-6

<sup>88</sup> Dame Rizqy Robby, *Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual Dengan Depresi Pada Penyandang Cacat Pasca Kusta Di Liposos Donorojo Binaan Yastimakin Bangsri Jepara*, (Semarang, Universitas Negeri Semarang: 2013), Journal Of Social And Industrial Psychology, Vol. 2, No, 1, 2013. Hlm 52

misalnya seperti mengatur pola makan atau diet, olahraga dan relaksasi.<sup>89</sup>

b. Depresi Sedang

Kasus depresi sedang ini setidaknya harus ada sekurang-kurangnya dua dari gejala depresi yang khas, selain itu ditambah sekurang-kurangnya ada tiga dari gejala depresi lainnya. Beberapa dari gejala depresi biasanya tampak terlihat atau mencolok. Lamanya berlangsung depresi sedang ini yaitu setidaknya dua minggu. Individu yang mengalami depresi sedang ini biasanya kesulitan untuk melakukan pekerjaan, aktivitas sosial dan kegiatan atau urusan rumah tangga.<sup>90</sup> Seperti halnya dengan depresi ringan, depresi sedang juga tidak memerlukan perawatan medis, dan dapat ditangani melalui berbagai alternatif penanganan serta tindakan pencegahan depresi, seperti mengatur pola makan atau diet, olahraga serta rileksasi.<sup>91</sup>

c. Depresi Berat

Kasus depresi berat ini biasanya individu mengalami ketegangan atau keemasan yang sangat nyata. Kehilangan harga diri dan merasa dirinya tidak berguna dan tidak berharga sangat terlihat nyata, serta bunuh diri merupakan hal yang sangat memungkinkan untuk dilakukan oleh individu yang mengalami depresi berat ini.<sup>92</sup> Gejala yang ditimbulkan dari depresi berat ini adalah menurunnya selera makan, menolak untuk berbicara, menolak untuk bergerak, sepenuhnya mengasingkan diri dari lingkungan, kesadaran menjadi kabur akibat

---

<sup>89</sup> Namora Lumongga Lubis, *Depresi Tinjauan psikologis*, (Jakarta: Kencana, 2016) Hlm 5

<sup>90</sup> Dame Rizqy Robby, *Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual Dengan Depresi Pada Penyandang Cacat Pasca Kusta Di Liposos Donorojo Binaan Yastimakin Bangsri Jepara*, (Semarang, Universitas Negeri Semarang: 2013), *Journal Of Social And Industrial Psychology*, Vol. 2, No, 1, 2013. Hlm 52

<sup>91</sup> Namora Lumongga Lubis, *Depresi Tinjauan psikologis*, (Jakarta : Kencana, 2016) Hlm 5

<sup>92</sup> Dame Rizqy Robby, *Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual Dengan Depresi Pada Penyandang Cacat Pasca Kusta Di Liposos Donorojo Binaan Yastimakin Bangsri Jepara*, (Semarang, Universitas Negeri Semarang: 2013), *Journal Of Social And Industrial Psychology*, Vol. 2, No, 1, 2013. Hlm 52

sering mengalami delusi.<sup>93</sup> Kehilangan minat terhadap dunia luar dan perubahan perilaku yang serius dan berkepanjangan merupakan karakteristiknya.<sup>94</sup> Pada depresi berat ini, memerlukan perawatan medis karena individu mengalami berbagai kesulitan dalam melakukan berbagai kegiatan dalam kehidupan sehari-harinya.<sup>95</sup>

#### 4. Faktor Penyebab Terjadinya Depresi

Individu yang mengalami gangguan mental seperti depresi dapat disebabkan oleh dua faktor, yaitu internal dan eksternal.<sup>96</sup>

##### a. Faktor internal

##### 1) Faktor Genetika

Faktor genetik adalah faktor yang sangat penting yang menjadi penyebab depresi. Penelitian telah menunjukkan bahwa keluarga merupakan generasi awal yang mempunyai risiko 18 kali lebih banyak dibandingkan kontrol subyek normal oleh penderita depresi.<sup>97</sup> Faktor ini merupakan faktor keturunan dari orang tua atau dari leluhurnya. Hal ini dapat diamati dan lumrah terjadi ditemukan di lingkungan masyarakat, banyak orang yang mengalami depresi yang jika dilihat dari sejarah silsilahnya adalah keturunan dari orang tua atau leluhurnya.

##### 2) Pasca Berkuasa (*Post Power Syndrome*)

Umumnya orang yang pasca berkuasa ini merupakan orang yang terobsesi dengan jabatan, setelah tidak lagi mempunyai kekuasaan, atau turun jabatan biasanya dia mengalami gangguan

---

<sup>93</sup> Paisol Burlin, *Patologi Sosial: Perspektif Sosiologis Yuridis Dan Filosofis*, (Jakarta : Bumi Aksara, 2016) Hlm 126

<sup>94</sup> Julianto Simanjutak, *Merawat Kesehatan Mental Keluarga*, (Tangerang: Yayasan Pelikan, 2019) Hlm 30-34

<sup>95</sup> Namora Lumongga Lubis, *Depresi Tinjauan psikologis*, (Jakarta : Kencana, 2016) Hlm 5

<sup>96</sup> Zaenal Abidin, *Upaya Terapi Depresi Secara Islami*, (Purwokerto : IAIN Purwokerto, 2017) *Jurnal Komunika*, Vol. 11, No. 1, Januari-Juni 2017, hlm 77

<sup>97</sup> Dame Rizqy Robby, *Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual Dengan Depresi Pada Penyandang Cacat Pasca Kusta Di Liposos Donorojo Binaan Yastimakin Bangsri Jepara*, (Semarang, Universitas Negeri Semarang: 2013), *Journal Of Social And Industrial Psychology*, Vol. 2, No, 1, 2013. Hlm 52

keseimbangan emosional. Menurut Dadang Hawari, hal tersebut dapat menimbulkan berbagai keluhan somatik, kecemasan serta depresi.

### 3) Depresi Pasca Stroke

Selain sebagai ujian, secara klinis stroke juga disebabkan oleh kelainan saraf yang menjadikan kelumpuhan pada organ dan otot secara fisik serta kerusakan pada susunan pusat saraf otak, yang mengakibatkan gangguan mental emosional dan adaptasi dengan lingkungan. Selain itu, dapat juga diakibatkan oleh adanya gangguan mood, yaitu merasa gelisah, perasaan down, tekanan batin, merasa tidak berguna, merasa berdosa, dan perasaan bersalah yang selalu berkejolak di dalam dirinya.<sup>98</sup>

#### b. Faktor Eksternal

Seseorang yang mengalami depresi dapat disebabkan oleh berbagai faktor yang datang dari luar dirinya yaitu faktor eksternal, terutama seseorang yang mengalami berbagai tekanan akibat masalah hidup yang berat, sedangkan dirinya tidak mempunyai kemampuan untuk mengatasi tekanan kehidupan tersebut. Depresi dalam hidup dapat disebabkan oleh:

##### 1) Musibah

Manusia dalam hidupnya pasti diberi ujian atau cobaan hidup, bahkan sampai berupa ujian yang berat. Seperti mendadak jatuh miskin, kehilangan orang yang dicintai, mengalami cacat fisik mendadak akibat musibah kecelakaan atau bencana alam, dikeluarkan oleh perusahaan, dicengkram rasa ketakutan yang mendalam dan lain sebagainya. Dalam situasi seperti itu, ada beberapa orang relatif mampu menangani respon mentalnya dengan proposional dan memasrahkan segalanya kepada Tuhan, sehingga tidak mempengaruhi secara serius terhadap tingkat kesehatan

---

<sup>98</sup> Zaenal Abidin, *Upaya Terapi Depresi Secara Islami*, (Purwokerto : Iain Purwokerto, 2017) Jurnal Komunika, Vol. 11, No. 1, Januari-Juni 2017, hlm 78

mentalnya. Tetapi sebaliknya, banyak orang yang dihadapkan pada persoalan hidup tidak mampu untuk menangani gejala psikologis secara positif sehingga menimbulkan kegoncangan jiwa.

#### 2) Merasa Bersalah, Merasa Tidak Berguna, Merasa Rendah Diri yang Berlebihan

Menurut teori Coleman yang dikutip Yahya Jaya bahwa situasi ini melibatkan kritik diri dan rasa tidak mampu diri yang merupakan dua sifat yang paling sering menjadikan seseorang merasa bersalah. Seseorang yang dalam hidupnya hanya berfokus terhadap perasaan tidak berguna, rasa bersalah, merasa tidak bermakna, rasa rendah diri tentu saja membuat kondisi psikologisnya menjadi tidak aman dan mengalami tekanan yang berat sepanjang hidupnya, bahkan tidak akan pernah merasakan kebahagiaan hidup, ia selalu sibuk berbicara dengan dirinya sendiri, yang kemudian akan terjadi disorientasi terhadap lingkungan.

#### 3) Hidup Tertindas

Banyak orang yang mengalami tekanan batin yang dalam di sebabkan karena selalu tertindas batinnya dalam kehidupannya. Baik dalam rumah tangga, keluarga, lingkungan, penguasa dan lain sebagainya.<sup>99</sup>

### **D. Urgensi Bimbingan Agama Islam Untuk Membentuk Ketabahan Pasien Depresi**

Setiap individu pasti mempunyai masalah di dalam hidupnya. Permasalahan yang dihadapi oleh setiap individu tentu amat bervariasi, dan biasanya tidak lepas dari pemenuhan kebutuhan (baik secara jasmani ataupun rohani). Setiap orang mempunyai keinginan untuk dapat memenuhi kebutuhan (jasmaninya) dengan mudah. Berbagai cara dan usaha dilakukan untuk dapat memenuhi kebutuhannya. Tidak jarang, meski telah melakukan

---

<sup>99</sup> Zaenal Abidin, *Upaya Terapi Depresi Secara Islami*, (Purwokerto : Iain Purwokerto, 2017) Jurnal Komunika, Vol. 11, No. 1, Januari-Juni 2017, hlm 78-79

berbagai cara, tetapi usahanya tersebut tidak dapat mewujudkan apa yang diinginkannya. Kelelahan, kekesalan, kebosanan, keputusasaan, kecemasan, dan semuanya pun bercampur menjadi satu. Semuanya terasa sangat sulit, terlebih jika dibarengi dengan masalah-masalah lain, hal itu sangat memungkinkan seseorang mengalami stres, frustrasi, bahkan dapat mengakibatkan gangguan jiwa dan depresi.

Depresi dipandang sebagai kasus yang dapat kita temukan di lingkungan masyarakat, depresi tidak hanya berbahaya secara psikologis, namun juga dapat menyebabkan kerusakan pada fisik. Gangguan umum yang sering terjadi pada individu yang menderita depresi adalah gangguan pola makan, gangguan tidur, serta kerusakan fisik. Selain itu individu yang mengalami depresi biasanya cenderung mengalami emosi yang berlebihan, termasuk ketakutan akan pengalaman atau perasaan yang tidak diinginkan.<sup>100</sup>

Untuk menghadapi hal tersebut perlu adanya ketabahan bagi pasien depresi. Menurut Kobosa Ketabahan adalah karakteristik kepribadian yang melibatkan kemampuan mengendalikan kejadian-kejadian yang kurang menyenangkan serta memberikan makna positif terhadap kejadian tersebut, sehingga tidak menimbulkan stres pada individu yang bersangkutan. Konsep ketabahan mengukur kemampuan seseorang dalam menghadapi kesulitan. Orang yang mempunyai ketabahan tinggi akan cenderung mampu menghadapi dan menerima seluruh kejadian dalam hidupnya.<sup>101</sup>

Ketabahan secara klinis dapat menurunkan depresi dengan melihat pendapat dari Listya Istiningtyas bahwa fungsi tabah 1) membantu proses adaptasi . dalam membantu proses adaptasi dengan masalah yang dihadapi. 2) Lebih memiliki toleransi terhadap frustasi. Dengan adanya ketabahan hati dapat meminimalisir terjadinya frustasi untuk mengurangi potensi terjadinya

---

<sup>100</sup> Aris Saefulloh, *Peran Agama Sebagai Sarana Mengatasi Frustrasi Dan Depresi Sebuah Telaah Psikologis*, (Purwokerto : STAIN Purwokerto, 2008), Jurnal Dakwah Dan Komunikasil.2, No.2 Juli- Desember 2008, hlm 161-163

<sup>101</sup> Dina Maria, Annastasia Ediati, *Hubungan Antara Ketabahan Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Wanita Penyandang Lupus Eritematosus Sistemik* (Semarang : Universitas Diponegoro, 2018) Jurnal Empati, April 2018, Volume 7 No. 2 hlm 125

depresi. 3) Mengurangi akibat buruk dari stres. Dengan adanya ketabahan dapat mengurangi terjadinya stres, karena beranggapan bahwa stress itu bukan sebagai suatu ancaman. 4) Ketabahan dapat mengurangi terjadinya *bornout*. *Bornout* merupakan kehilangan kontrol diri karena terlalu banyak tekanan atau masalah dengan adanya ketabahan dapat membantu menurunkan *bornout* yang mungkin terjadi pada seseorang. 5) Mengurangi penilaian negatif terhadap suatu kejadian atau keadaan yang dianggap mengancam dan meningkatkan pengharapan untuk melakukan *coping* yang berhasil. Dengan adanya ketabahan dapat membantu seseorang untuk selalu berpikir positif terhadap kejadian atau permasalahan yang terjadi. 6) Lebih sulit untuk jatuh sakit yang biasanya disebabkan oleh stres. Dengan ketabahan mampu menjadikan seseorang untuk berfikir positif dengan masalah yang sedang dialami sehingga dapat menurunkan stres. sakit kebanyakan dapat disebabkan oleh pikiran yang menyebabkan stres. 7) Membantu individu untuk melihat peluang lebih jernih sebagai suatu latihan untuk mengambil keputusan. Dengan adanya tabah dapat membantu seseorang memiliki hati dan pikiran positif untuk mengambil keputusan yang baik.<sup>102</sup> Dengan demikian tabah dapat menjadi terapi untuk mental seseorang. Tabah memiliki manfaat yang dapat menguatkan kepribadian seorang muslim untuk menambah kekuatan secara mental dan spiritual sehingga dapat menghadapi segala cobaan dari Allah SWT.<sup>103</sup>

Ketabahan atau dalam islam biasa disebut sabar merupakan sifat yang amat agung dan mulia di sisi Allah SWT. Oleh karena itu, kaitannya dengan dakwah, sabar memiliki peran yang sangat penting bagi pelaksanaan dakwah. Bagi seorang da'i atau pembimbing yang mengemban amanah tersebut, sabar merupakan kewajiban bagi setiap muslim dan harus tertanam di dalam

---

<sup>102</sup> Listya Istiningtyas, *Kepribadian Tahan Banting (Hardness Personality) Dalam Psikologi Islam*, (Palembang : UIN Raden Fatah, 2013 )Jurnal Online Uin Raden Fatah Juni 2013 No. 1 hlm 84-88

<sup>103</sup> Asyifa Quratul'Ain, *Kontribusi Sikap Sabar Bagi Kesehatan Mental Di Masa Pandemi Covid 19 : Studi Kasus Pada Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Tingkat Akhir Angkatan 2017*, (Bandung : UIN Sunan Gunung Djati Bandung , 2022) Jurnal Penelitian Ilmu Ushuluddin Vol. 2 No. 1 Januari 2022 hlm 58 -59

jiwanya.<sup>104</sup> Sebagaimana yang dijelaskan dalam al-Qur'an surat al-Baqarah ayat 153 yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ ۚ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

Artinya: “*Hai orang-orang yang beriman, jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar*”. (Al-Baqarah : 153)

Dari ayat diatas dapat dijelaskan bahwa ketabahan atau sabar memiliki tingkatan yang tinggi di sisi Allah SWT , karena dengan manusia memiliki ketabahan atau kesabaran dapat melahirkan manusia-manusia yang agung di sisi Allah SWT, melatih manusia untuk berkorban, dan melatih manusia untuk selalu tawakkal kepada Allah SWT. Allah SWT juga memerintahkan supaya menjadikan sabar dan shalat sebagai penolong kita.<sup>105</sup>

Untuk mencapai ketenangan batin, jiwa yang damai, tabah dalam menghadapi cobaan depresi yang dialaminya, serta pulih dari depresi membutuhkan berbagai upaya, salah satunya adalah dengan bimbingan Agama Islam. Aktivitas bimbingan Agama Islam kaitannya dengan dakwah tidak lepas dari tuntunan al-Qur'an sebagai pedoman utama dalam menangani depresi. Al-Qur'an dianggap sebagai obat yang paling utama karena didalamnya terdapat resep-resep mujarab yang mampu menyembuhkan penyakit jiwa manusia. Efektivitasnya tergantung pada seberapa jauh individu tersebut mendengarkan, membaca, memahami, merenungkan serta mengamalkan isi kandungannya.<sup>106</sup>

Keadaan seperti inilah, Bimbingan Agama Islam sangat dibutuhkan untuk membantu pasien depresi agar tetap tabah dalam menghadapi masalah yang dialaminya serta dapat menentramkan kejiwaannya. Tujuan dari

<sup>104</sup> Maun, Etika Sabar Dalam Berdakwah Perspektif Syaikh Ali Mahfudz, *JASNA : Journal For Aswaja Studies Vol 1 No 2*, Semarang : UIN Walisongo Semarang hlm 56

<sup>105</sup> Hariyanto, Kesabaran Dalam Berdakwah Menurut al-Qur'an Surat Yusuf, *Al-Qalam : Jurnal Dakwah dan Pemberdayaan Masyarakat Vol 4 No 2*, 2020, Riau : STAI Hubbulwathan Duri, hlm 175

<sup>106</sup> Ulin Nuhayati, Skripsi: “Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam Dalam Mengatasi Depresi Pada Lansia Di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Wening Wardoyo Ungaran” (Semarang : Uin Walisongo Semarang, 2018) Hlm 58

bimbingan Agama Islam ini berusaha untuk membantu individu yang mengalami gangguan jiwa ataupun depresi untuk menyadari dan menyerahkan atau memasrahkan segala permasalahan yang terjadi merupakan kehendak Allah, serta memberikan dorongan, motivasi kepada individu agar tetap tabah dalam menghadapi cobaan sebagaimana manusia yang beriman harus selalu berdoa, berikhtiar dan meminta pertolongan kepada-Nya. Dengan landasan agama, wudhu dapat menghilangkan rasa lelahnya, shalat dapat menenangkan emosinya, lantunan ayat-ayat al-qur'an dapat meredakan amarahnya, keikhlasan menjadi pedoman perilakunya, serta tabah dapat menjadi pegangan dalam menghadapi cobaan dan permasalahannya.<sup>107</sup>

---

<sup>107</sup> Aris Saefulloh, *Peran Agama Sebagai Sarana Mengatasi Frustrasi Dan Depresi Sebuah Telaah Psikologis*, (Purwokerto: STAIN Purwokerto, 2008), Jurnal Dakwah Dan Komunikasil.2, No.2 Juli- Desember 2008, hlm 161-163

### **BAB III**

## **GAMBARAN UMUM PELAKSANAAN BIMBINGAN AGAMA ISLAM UNTUK MEMBENTUK KETABAHAN PASIEN DEPRESI DI PANTI REHABILITASI SAKIT JIWA NURUSSALAM SAYUNG DEMAK**

### **A. Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak**

#### **1. Sejarah Berdirinya Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak**

Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam adalah lembaga Rehabilitasi untuk menangani penyembuhan orang-orang yang memiliki kelainan jiwa seperti stress, cacat mental, depresi, frustrasi dan gangguan jiwa lainnya. Panti Rehabilitasi ini di dirikan pertengahan tahun 2000 yang di latarbelakangi oleh keinginan Kyai Nur Fathoni Zein untuk mengambil, menyembuhkan, kemudian mendidik orang-orang gila di jalanan sekitar panti agar bisa hidup normal, bermanfaat dan dapat diterima kembali oleh masyarakat. Bermula dengan menyembuhkan orang gila jalanan, yang kemudian di dengar oleh masyarakat dan tidak sedikit yang menitipkan keluarganya yang sakit jiwa untuk disembuhkan dan didik di Panti Rehabilitasi Nurussalam. Panti Rehabilitasi Nurussalam tidak memiliki tenaga medis yang dilatar belakangi pendidikan ilmu jiwa, akan tetapi seluruh pengurus panti adalah santri pondok pesantren Hidayatul Qur'an didikan Kyai Nur Fathoni Zein yang telah dibekali ilmu menangani pasien sakit jiwa. Di panti Rehabilitasi Nurussalam pasien tidak hanya berinteraksi dengan sesama sesama pasien dan pengurus akan tetapi mereka juga berinteraksi dengan santri Hidayatul Qur'an. Pimpinan pusat panti rehabilitasi Sakit jiwa yaitu Hj. Siti Maesaroh.<sup>108</sup>

---

<sup>108</sup> Dokumen Pondok Pesantren Dan Yayasan Panti Reahabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak, 2009, hlm 11-14

## **2. Profil Pendiri Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung**

### **Demak**

Nur Fathoni Zein, lahir di Demak pada tanggal 21 Januari 1970 dari Ky. Zainal Abidin dan Ny. Maunah. Anak kedua dari sepuluh bersaudara ini tidak sempat menyelesaikan pendidikan dasarnya di SD N IV Ngepreh Sayung. Pendidikan yang beliau terima adalah pendidikan pesantren. Riwayat mondok Pak Nur, demikian beliau biasa disapa, dimulai dari tahun 1983 di pondok pesantren di Boyolali. Kemudian tahun 1984 beliau boyong (istilah untuk pindah dari pondok yang satu ke pondok yang lain-red) ke pondok Al Islah Mangkang Semarang. Disini hanya dua tahun kemudian boyong lagi ke pondok Al Itihad Poncol Salatiga. Terganjil masalah ekonomi, beliau memutuskan untuk keluar dari pondok dan mandiri mencari biaya sendiri untuk melanjutkan pendidikannya.<sup>109</sup>

Tahun 1987 dalam usianya yang masih remaja, beliau nekad pergi ke Jakarta untuk mencari uang dan melanjutkan mondoknya di Banten. Perjuangan yang tidak ringan dijalani dengan tekad yang beliau bawa untuk sebuah cita- cita besarnya. Bekerja sebagai pemulung, loper Koran, tukang becak dan penjual nasi goreng kaki lima pernah beliau lakoni. Namun beliau tetap sabar dan ikhlas menerima sebagai bentuk perjuangan hidup. Dengan berbekal uang hasil jerih payahnya, Pak Nur pergi ke Banten untuk mondok. Puluhan pondok beliau singgahi hingga akhirnya menemukan pondok yang cocok di daerah Cibuntu bernama Pondok Pesantren Al Hasaniah pimpinan Syekh Hasan Armin Al Banteni. Empat tahun kemudian beliau pindah ke Gunung Karang ikut dengan seorang tabib/ahli pengobatan bernama Abah Wahyu kurang lebih 1 tahun.

---

<sup>109</sup> Dokumen Pondok Pesantren Dan Yayasan Panti Reahabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak, 2009, hlm 5

Kemudian beliau beralih lagi ke Saketi Kab Pandegelang dan belajar ilmu taktik pendidikan perjuangan kepada Kyai H. Tobar.<sup>110</sup>

Pada tahun 1992, setelah merasa cukup mendapati apa yang beliau inginkan dan mendapat restu dari guru-gurunya, beliau meninggalkan Banten. Tiga bulan singgah di Cirebon dan belajar ilmu hikmah. Kemudian pulang ke Demak untuk meminta ijin orang tua untuk melanjutkan pendidikannya ke Jawa Timur. Tahun 1993, Pak Nur singgah di Pasuruan di pondok pesantren Darussalam pimpinan Syekh Jauhari Umar. Kurang lebih satu tahun kemudian pindah ke Jember di pondok pesantren Nurul Huda milik Ky. Mustajab Cholil. Oleh sang guru beliau dipercaya untuk mengelola, mengurus dan membantu penyembuhan pasien sakit jiwa di pondok. Setelah kembali ke Demak dan menikah dengan Siti Maisyaroh Al Hafidzoh dia mulai merintis pondok Hidayatul Quran. Bersama istrinya, Pak Nur memegang konsep hidup yaitu dapat bermanfaat untuk umat dan bertekad untuk terus istiqomah dan berjuang apapun yang terjadi. Pak Nur adalah sosok yang memiliki tekad kuat dan pantang menyerah pada keadaan. Dalam menjalankan pondoknya, beliau selalu mengambil pengalaman dari semua gurunya yang tak kenal lelah, optimis, tidak peduli harta dalam mendorong dan memajukan pondoknya agar murid- muridnya menjadi santri yang berkualitas. Lebih dari sepuluh tahun hidup, dia memiliki harapan tinggi untuk apa yang dia perjuangkan dan titik nol. Pak Nur ingin membawa lembaga yang dipimpinnya dengan sebaik- baiknya dan memimpin serta mengarahkannya untuk kemaslahatan dan bermanfaat untuk umat.<sup>111</sup>

---

<sup>110</sup> Dokumen Pondok Pesantren Dan Yayasan Panti Reahabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak, 2009, hlm 5

<sup>111</sup> Dokumen Pondok Pesantren Dan Yayasan Panti Reahabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak, 2009, hlm 5

### **3. Visi Misi dan Tujuan Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak**

Visi dari Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak adalah “Menyejahterakan Indonesia dari gelandangan, Orang dengan gangguan jiwa (ODGJ), serta pecandu Napza.<sup>112</sup>

Misi dari Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak adalah: 1) Membantu pemerintah mengurangi jumlah gelandangan psikotik. 2) membantu pemerintah merehabilitasi gelandangan psikotik. 3) memperbaiki kehidupan umat. 4) Meningkatkan kesejahteraan sosial. 5) Membangun jaringan kemitraan yang lebih luas. 6) Memanusiakan manusia.<sup>113</sup>

Tujuan panti rehabilitasi sakit jiwa Nurussalam Sayung Demak adalah: 1) Membantu kesembuhan pasien penderita kelainan mental dan sakit jiwa. 2) Membina, mendidik, membimbing dan mengarahkan pasien penderita kelainan mental dan sakit jiwa agar kembali menjadi manusia yang mampu beradaptasi di masyarakat pada umumnya dan mampu mandiri. 3) Turut berperan dalam program pemerintah PJPT II yang berwujud membangun manusia seutuhnya membangun sumber daya manusia yang sehat jasmani dan rohani.<sup>114</sup>

### **4. Lokasi Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak**

Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak terletak di jalan Kalisari, Dusun Ngepreh Rt/Rw 01/07, Desa Sayung, kecamatan Sayung, Kabupaten Demak. Secara geografis letak Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak berada di desa Sayung kecamatan Demak Jawa Tengah, Indonesia diatas tanah kurang lebih 1 Hektar. Di sebelah barat Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak terdapat desa Karangroto, dari arah pedurugan Semarang, setelah

---

<sup>112</sup> Hasil wawancara dengan Ustadz Amir spada tanggal 05 Juni 2023

<sup>113</sup> Hasil wawancara dengan Ustadz Amir selaku ketua pengurus panti pada tanggal 05 Juni 2023

<sup>114</sup> Hasil wawancara dengan Ustadz Ahmad Fawaid selaku pembimbing agama 05 Juni 2023

jembatan Nangeng selok kiri untuk sampai pada desa Ngepreh. Di sebelah Utara terdapat desa Parjo, untuk menuju desa Ngepreh dari arah pasar Sayung harus melewati desa Porjo. Di sebelah timur terdapat desa Panongan. Sedangkan sebelah selatan terdapat desa Tapang, juga dari arah pedurungan bisa lewat desa Tapang.<sup>115</sup>

## **5. Struktur Organisasi dan Fasilitas Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak**

Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak di dirikan oleh Kyai Nur Fathoni Zein pada pertengahan tahun 2000. Pada tahun 2015 Kyai Nur Fathoni Zein wafat, kemudian estafet kepemimpinan dari pengasuh Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak ke istrinya yaitu Ibu nyai Hj. Siti Maesaroh, serta yang menjadi penanggung jawab pengurus adalah putra dari ibu Nyai yaitu Gus Muhammad Nur Mustajab. Bendahara Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak dipegang oleh Ibu nyai Hj. Siti Maesaroh. Untuk ketua pengurusnya dipimpin oleh Ustadz Amir Mahmud. Sedangkan divisi kesehatan dipimpin oleh Ustadz Taufik Zainurrahman, divisi kebersihan dipimpin oleh ustadz Jaya Hartono, divisi keamanan dipimpin oleh Ustadz Abdul Wahab. Untuk terapist di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak adalah ustadz Ali Mukhtar. Sedangkan Pembimbing Agama nya adalah ustadz Ahmad Fawaid.<sup>116</sup>

Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak berada di bawah naungan yayasan Al Fathoni Nurussalam, memiliki fasilitas diantaranya: Terdapat 2 mushola sebagai pusat kegiatan ibadah para santri dan pasien, gedung sekolah berlantai 2 terdiri dari 6 kelas, dua buah kantor, terpisah antara kantor guru dan kantor panti, sebuah aula, berfungsi sebagai tempat berkumpulnya santri maupun pasien untuk

---

<sup>115</sup> Dokumen Pondok Pesantren Dan Yayasan Panti Reahabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak, 2009, hlm 8

<sup>116</sup> Hasil wawancara dengan Ustadz Amir selaku ketua pengurus panti pada tanggal 05 Juni 2023

acara-acara tertentu, asrama santri putra berjumlah 3 lokal masing-masing dilengkapi toilet dan kamar mandi, asrama santri putri berjumlah 3 lokal masing-masing dilengkapi toilet dan kamar mandi, asrama pasien putra 3 lokal masing-masing dilengkapi toilet dan kamar mandi, asrama pasien putri 3 lokal masing-masing dilengkapi toilet dan kamar mandi, sebuah gedung asrama lepas untuk klien terdiri dari 13 kamar dilengkapi 4 buah kamar mandi, dapur umum, sarana olahraga, terdapat 1 lapangan badminton dan satu lapangan voli, syirkah / koperasi dan wartel, alat transportasi yayasan Al Fathoni Nurussalam mempunyai 2 mobil kijang, 1 mobil carry pick up dan 2 sepeda motor, fasilitas keterampilan kerja, kegiatan yang dilaksanakan di yayasan Al Fathoni Nurussalam adalah pengenalan keterampilan kerja sekaligus menjadi sumber usaha yayasan yaitu 2 buah kandang ayam boiler.<sup>117</sup>

## **B. Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam untuk Membentuk Ketabahan Pasien Depresi di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak**

### **1. Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam untuk Membentuk Ketabahan Pasien Depresi**

#### **a. Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam untuk Membentuk Ketabahan Pasien Depresi**

Bimbingan Agama Islam merupakan proses pemberian dukungan dari individu kepada individu lain yang memerlukan agar menjadikan hidupnya lebih baik dan selalu dekat dengan Allah. Bimbingan Agama Islam juga adalah kegiatan yang baik diberikan kepada pasien depresi sebagai terapi. Karena, pasien depresi merupakan orang yang sedang mengalami lemah iman dan belum terbentuk ketabahan dalam dirinya, yang menjadikan dirinya tidak dapat menerima cobaan yang diberikan Allah SWT kepada hambanya, maka pemberian bimbingan Agama

---

<sup>117</sup> Dokumen Pondok Pesantren Dan Yayasan Panti Reahabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak hlm 6

Islam perlu dilakukan secara teratur sehingga akan membentuk ketabahan pasien depresi.<sup>118</sup>

Pelaksanaan bimbingan Agama Islam yang dilaksanakan di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak dalam Membentuk Ketabahan Pasien Depresi dengan memberikan tausiyah/ceramah kepada pasien depresi pelaksanaan dari pemberian ceramah dilaksanakan setiap selesai shalat isya dengan cara pasien depresi duduk berbaris, kemudian pembimbing agama memberikan materi terkait kesabaran, karena dengan kesabaran itu dapat membentuk ketabahan dan menjadi penolong bagi manusia. Materi mengutip dari al-Qur'an dan sunnah, misalnya yang dijelaskan dalam al-Qur'an surat al-Baqarah ayat 153.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ ۚ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

Artinya: “*Hai orang-orang yang beriman, jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar*”. (Al-Baqarah : 153)

Karena sabar adalah kunci memiliki ketenangan hati dan pikiran, seorang hamba yang ta'at kepada Allah SWT dalam menjalani kehidupan tidak selalu sesuai dengan rencana melainkan banyak cobaan yang akan dihadapi, sebagaimana firman Allah dalam surat al-Baqarah ayat 155.<sup>119</sup>

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ

Artinya: “*Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar*”. (Al-Baqarah : 155)

---

<sup>118</sup> Hasil wawancara dengan Ustadz Ahmad Fawaid selaku pembimbing agama pada tanggal 1 Juni 2023

<sup>119</sup> Hasil wawancara dengan Ustadz Ahmad Fawaid selaku pembimbing agama pada tanggal 1 Juni 2023

Tetapi Allah SWT berjanji bahwa setiap ujian yang diberikan kepada hambanya sesuai dengan level iman dan ta'at nya. Untuk menhadap cobaan yang ada tentunya dibutuhkan kesabaran dan selalu berdo'a memohon pertolongan kepada Allah SWT yang senantiasa memberikan rahmat sebagaimana yang dijelaskan dalam surat al-Baqarah ayat 286.

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۚ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ  
أَحْطَأْنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِكْرَامًا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۗ  
وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا ۗ أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ

Artinya: “Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya. (Mereka berdoa): "Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami tersalah. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau bebaskan kepada kami beban yang berat sebagaimana Engkau bebaskan kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tak sanggup kami memikulnya. Beri maaflah kami; ampunilah kami; dan rahmatilah kami. Engkaulah Penolong kami, maka tolonglah kami terhadap kaum yang kafir".(Al-Baqarah : 286)

Tidak hanya dari Al-Quran dan sunnah, pembimbing juga memberikan ceramah terkait tentang cerita-cerita para wali terdahulu, seperti sahabat Nabi yang bernama Imron bin Husain yang memiliki penyakit epilepsi dan memiliki do'a yang mustajab, akan tetapi tidak mau berdo'a untuk kesembuhannya sendiri dengan alasan saat sakit banyak malaikat yang ziarah kepadanya dan mendo'akannya. Kemudian juga menceritakan adanya wali Allah SWT jika dalam waktu seminggu wali tersebut tidak sakit, ia malah berdo'a agar dirinya sakit karena dengan sakit Allah SWT akan menggugurkan dosa seorang hamba.

Untuk mendorong agar pasien segera pulih dari depresi yang di alaminya juga dilaksanakan terapi membaca al-Qur'an, terapi shalat, terapi dzikir, kegiatan ini dilaksanakan setiap hari.

*“kegiatan bimbingan Agama Islam untuk pasien depresi dilaksanakan setiap hari, Ustadz Ahmad menjelaskan kegiatan bimbingan harus dilakukam setiap hari, dengan dilakukannya setiap hari sehingga dapat mendekatkan diri kepada Allah SWT serta timbul keimanan yang menjadi pondasi ketabahan pasien dengan materi dari al-Qur’an, sunnah dan cerita para wali Allah”.*<sup>120</sup>

Pernyataan Ustadz Ahmad Fawaid menjelaskan bimbingan Agama Islam harus dilaksanakan setiap hari, karena bimbingan Agama Islam ini merupakan suatu terapi yang diberikan untuk pasien depresi. Pasien depresi memerlukan perhatian khusus, seperti sering diajak lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT dan sering diajak berkomunikasi. Ustadz Amir juga menjelaskan pelaksanaan bimbingan Agama Islam, berikut pernyataannya:

*“kegiatan bimbingan Agama Islam dilakukan setiap hari, dimulai dengan shalat subuh berjama’ah dilanjutkan dengan dzikir, setelah itu melaksanakan shalat dzuhur dilanjutkan dengan berdzikir, kemudian melaksanakan shalat ashar berjama’ah yang dilanjutkan dengan berdzikir, abis itu shalat maghrib berjama’ah terus berdzikir. Lalu dilanjutkan dengan terapi membaca al-Qur’an. Shalat isya berjama’ah lalu berdzikir lagi dan selanjutnya pemberian ceramah”.*<sup>121</sup>

Pelaksanaan kegiatan bimbingan Agama Islam pada malam Jum’at pada jam 18.00-19.00 shalat maghrib berjama’ah dilanjutkan dengan pembacaan manaqib. Kemudian dilanjutkan dengan shalat isya berjama’ah dan berdzikir. Setelah itu, pada jam 21.00-24.00 dilaksanakan terapi ramuan herbal, terapi pijat syaraf dan terapi mandi malam. Pada bimbingan Agama Islam di hari Jum’at pada jam 14.00-15.00 dilaksanakan terapi pembacaan maulid Nabi Muhammad SAW, dilanjutkan dengan shalat ashar berjama’ah. Pada jam 16.00-17.00 pasien depresi diajak jalan-jalan sore. Berikut pernyataan dari Ustadz Amir:

---

<sup>120</sup> Hasil wawancara dengan Ustadz Ahmad selaku pembimbing agama pada tanggal 1 Juni 2023

<sup>121</sup> Hasil wawancara dengan Ustadz Amir selaku ketua pengurus panti pada tanggal 1 Juni 2023

*“Bimbingan Agama Islam hari jum’at dimulai dari kamis malam jum’at jam 6 sore sampai jam 7 malam shalat maghrib lalu pembacaan manaqib. Terus shalat isya dan dzikir setelah itu istirahat. Kemudian jam 9 malam sampai jam 12 malam melaksanakan terapi ramuan herbal, terapi pijat syaraf, dan terapi mandi malam. Dan pada hari jum’at nya di jam 2 siang sampai jam 3 sore melakukan terapi pembacaan maulid Nabi Muhammad SAW, terus shalat ashar berjama’ah. Di jam 4 sore sampai jam 5 sore pasien depresi diajak jalan-jalan sore bersama.”<sup>122</sup>*

**TABLE 1. JADWAL KEGIATAN SEHARI-HARI PASIEN DEPRESI DI PANTI REHABILITASI SAKIT JIWA NURUSSALAM SAYUNG DEMAK**

Waktu	Kegiatan	Keterangan
04.30-06.00	Shalat subuh berjama’ah dilanjut dengan dzikir pagi	Seluruh pasien depresi
12.00-13.00	Shalat dzuhur berjama’ah dilanjut dengan dzikir	Seluruh pasien depresi
15.00-16.00	Shalat ashar berjama’ah dilanjut dengan dzikir	Seluruh pasien depresi
18.00-19.00	Shalat maghrib berjama’ah dilanjut dengan dzikir	Seluruh pasien depresi
19.00-21.00	Shalat isya berjama’ah dilanjut dengan bimbingan membaca al-Qur’an dan pemberian ceramah	Seluruh pasien depresi

**b. Tujuan Bimbingan Agama Islam di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak**

Tujuan dari bimbingan Agama Islam yang ada di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak adalah berusaha membantu pasien yang mengalami gangguan jiwa untuk menyadari, menyerahkan serta memasrahkan segala permasalahan-permasalahan yang terjadi dalam hidupnya adalah kehendak Allah, serta memberikan dorongan atau

---

<sup>122</sup> Hasil wawancara dengan Ustadz Amir selaku ketua pengurus panti pada tanggal 1 Juni 2023

motivasi kepada pasien depresi agar tetap tabah dalam menghadapi permasalahan dalam hidupnya sebagaimana manusia yang beriman harus selalu berdoa, berusaha serta meminta pertolongan kepada-Nya. Adapun menurut Ustadz Ahmad Fawaid tujuan bimbingan Agama Islam adalah sebagai berikut:

*“Tujuan nya yaitu menjadikan pasien depresi memiliki kesadaran yang utuh dalam dirinya dan lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT”.*<sup>123</sup>

Berdasarkan hasil wawancara dengan Ustadz Ahmad Fawaid dapat disimpulkan tujuan dari bimbingan Agama Islam adalah lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT, dapat menjalankan perintah Allah SWT, memiliki pondasi Agama yang kuat sehingga timbul ketabahan di dalam diri pasien depresi, serta dapat meringankan beban pikiran pasien depresi.<sup>124</sup>

### **c. Metode Bimbingan Agama Islam di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak**

Metode bimbingan Agama Islam merupakan suatu cara untuk menyampaikan pesan agar dapat tersampaikan dengan baik. Maka dalam pelaksanaan bimbingan Agama Islam perlu adanya metode yang tepat untuk pelaksanaannya, karena metode berperan penting dalam menentukan keberhasilan penyampaian pesan pada bimbingan Agama Islam. Berikut pernyataan dari ustadz Ahmad Fawaid:

*“Metode itukan merupakan sebuah cara untuk menyampaikan sesuatu, nah dalam pelaksanaan bimbingan Agama Islam di panti ini menggunakan metode mauidzah hasanah, metode hikmah, dan metode kelompok. Yang mana pelaksanaannya dilakukan secara bersamaan, pasien depresi duduk berbaris selama kegiatan”.*<sup>125</sup>

---

<sup>123</sup> Hasil wawancara dengan Ustadz Ahmad Fawaid pada tanggal 1 Juni 2023

<sup>124</sup> Hasil wawancara dengan Ustadz Ahmad Fawaid pada tanggal 1 Juni 2023

<sup>125</sup> Hasil wawancara dengan Ustadz Ahmad Fawaid pada tanggal 1 Juni 2023

Dari hasil wawancara dengan Ustadz Ahmad Fawaid, dapat disimpulkan bahwa metode bimbingan agama Islam yang digunakan adalah metode mauidzah hasanah, metode hikmah serta metode kelompok.<sup>126</sup>

Hal serupa juga dikatakan oleh ustadz Amir selaku ketua pengurus sekaligus juga membantu dalam proses pelaksanaan bimbingan Agama Islam di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak. Berikut adalah pernyataannya:

*“Metode yang digunakan di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak dalam pelaksanaan bimbingan Agama Islam adalah metode mauidzah hasanah, metode hikmah, metode kelompok”.*<sup>127</sup>

Selain hasil dari wawancara, peneliti juga melakukan observasi bahwa metode bimbingan Agama Islam yang digunakan di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak, menggunakan 3 metode

*Pertama*, metode kelompok metode ini dilaksanakan secara bersama-sama dan berkumpul. Metode kelompok digunakan pada saat kegiatan seperti, ceramah, terapi dzikir. Pelaksanaanya seluruh pasien depresi berbaris rapih pada saat kegiatan berlangsung.

*Kedua*, metode mauidzah hasanah yaitu memberikan nasihat dan juga ceramah agar pasien depresi tergugah hatinya dan timbul ketabahan dalam hati. Dalam pelaksanaan mauidzah hasanah, pembimbing menggunakan kata-kata yang baik dan lemah lembut, dengan tujuan apa yang disampaikan dapat diterima dengan baik oleh pasien depresi.

*Ketiga*, metode hikmah pada metode hikmah ini pelaksanaan bimbingan Agama Islam di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak, dalam memberikan ceramah melihat kondisi dan keadaan

---

<sup>126</sup> Hasil wawancara dengan Ustadz Ahmad Fawaid selaku pembimbing agama pada tanggal 1 Juni 2023

<sup>127</sup> Hasil wawancara dengan Ustadz Amir selaku ketua pengurus pada tanggal 1 Juni 2023

pasien depresi agar apa yang disampaikan dapat diterima dengan baik, dan juga mendo'akan para pasien agar lekas pulih.<sup>128</sup>

**d. Materi Bimbingan Agama Islam di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak**

Materi bimbingan Agama Islam yang disampaikan kepada pasien depresi harus selaras dengan kondisi pasien agar materi yang disampaikan dapat dipahami oleh pasien depresi. Menurut Ustadz Ahmad Fawaid materi bimbingan Agama Islam di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak adalah seputar keagamaan diantaranya ceramah/tausiyah terkait rukun iman dan rukun Islam, serta diajarkan akhlak yang baik. Pada materi akhlak merupakan tingkah laku yang keluar dari dalam diri seseorang secara spontan, dalam materi ini yang disampaikan adalah akhlak untuk selalu berbuat baik kepada manusia dan akhlak kepada Allah SWT dengan selalu berfikir atas apa yang telah ditakdirkan kepada kita serta kepada alam sekitar, yaitu dengan menjaga lingkungan. Serta terkait dengan kesabaran bahwa ujian yang dihadapi manusia itu datangnya dari Allah SWT, kita harus mempercayai juga dalam setiap ujian itu Allah telah mempersiapkan solusi terbaik untuk kita. Materi terkait akhlak sabar yang disampaikan mengutip dari al-Qur'an dan Sunnah serta kisah para Nabi, Rasul dan Wali-wali Allah SWT yang memiliki kesabaran yang luar biasa.<sup>129</sup>

Sejalan dengan ustadz Ahmad fawaid, pasien depresi yang bernama Bapak N, mengatakan mengenai materi yang disampaikan dalam bimbingan Agama Islam. Sebagai berikut:

*“Biasane materine yo cerita-cerita wali sing sabar, dzikir mba, terus juga memberi semangat pada temen-temen yang lain”*.<sup>130</sup>

Berdasarkan hasil wawancara diatas, dapat disimpulkan bahwa materi bimbingan Agama Islam yang disampaikan adalah materi seputar

---

<sup>128</sup> Hasil observasi saat kegiatan pada tanggal 07 Juni 2023

<sup>129</sup> Hasil wawancara dengan Ustadz ahmad Fawaid pada tanggal 1 Juni 2023

<sup>130</sup> Hasil wawancara dengan pasien depresi Bapak N pada tanggal 1 Juni 2023

keagamaan dan pemberian ceramah terkait kesabaran kepada pasien depresi.

Tidak hanya bapak N, Mas A juga mengatakan hal serupa, berikut pernyataannya:

*“Kegiatane ya shalat, cerita-cerita tentang nabi sing due kesabaran, memberikan semangat untuk sembuh, wiridan. Pas kegiatan ditunggoni karo pengurus”.*<sup>131</sup>

Berdasarkan hasil dari pernyataan-pernyataan diatas, materi bimbingan Islam yang disampaikan adalah pentingnya melaksanakan shalat, berdzikir, memberikan ceramah terkait kisah-kisah Nabi dan Wali yang dilaksanakan setiap hari setelah shalat isya. Kegiatan tersebut dilaksanakan agar pasien depresi dapat memahami hakikat sebagai seorang hamba.

## **2. Faktor pendukung dan penghambat bimbingan Agama Islam untuk membentuk ketabahan pasien depresi**

### **a. Faktor pendukung bimbingan Agama Islam untuk membentuk ketabahan pasien depresi**

Faktor pendukung bimbingan Agama Islam dalam menumbuhkan ketabahan adalah pembimbing dan pendamping yang kompeten dalam bidang tersebut. Yang mana pembimbing harus memahami materi yang akan disampaikan, dan materi-materi yang disampaikan adalah materi yang mudah dipahami oleh para pasien depresi, memahami karakteristik dan memahami cara menghadapi pasien depresi. Hal ini sesuai dengan yang dikatakan oleh ustadz Ahmad Fawaid:

*“Faktor pendukung dalam pelaksanaan bimbingan agama Islam adalah adanya pembimbing yang memadai untuk mengarahkan para pasien depresi dan berkompeten dalam bidang Agama”.*<sup>132</sup>

Dari hasil observasi yang peneliti lakukan, yang menjadi faktor pendukung dalam pelaksanaan bimbingan Agama Islam untuk membentuk

---

<sup>131</sup> Hasil wawancara dengan pasien depresi Mas A pada tanggal 1 Juni 2023

<sup>132</sup> Hasil wawancara dengan Ustadz Ahmad Fawaid selaku pembimbing agama pada tanggal 1 Juni 2023

ketabahan pasien depresi, selain dari pembimbing Agama yang harus memadai, adanya dukungan dari para santri senior yang selalu memberikan motivasi kepada para pasien depresi, serta sarana dan prasarana yang memadai untuk pelaksanaan kegiatan bimbingan Agama Islam.<sup>133</sup>

Ustadz Amir juga menjelaskan faktor pendukung juga di dapatkan dari keluarga pasien depresi, yang mana biasanya keluarga masih sering mengontrol perkembangan pasien depresi, ada yang datang seminggu sekali bagi yang rumahnya dekat, sedangkan bagi yang rumahnya jauh biasanya melalui telepon.<sup>134</sup>

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa faktor pendukung dalam pelaksanaan bimbingan agama Islam untuk membentuk ketabahan pasien depresi adalah adanya pembimbing yang profesional dalam bidangnya, adanya dukungan dari para santri senior yang selalu memberikan motivasi, dan adanya dukungan dari keluarga para pasien.

#### **b. Faktor penghambat bimbingan Agama Islam untuk membentuk ketabahan pasien depresi**

Hambatan dalam pelaksanaan bimbingan Agama Islam biasanya muncul dari pasien depresi itu sendiri. Pasien depresi yang hanya diam dan kadang marah-marah, menjadi salah satu faktor penghambat. Kurang perhatiannya pasien depresi pada saat mengikuti bimbingan Agama Islam. Hal ini sesuai dengan perkataan ustadz Ahmad Fawaid, sebagai berikut:

*“Faktor penghambat pelaksanaan bimbingan agama Islam itu muncul dari diri pasien depresinya sendiri mbak, kadang marah gajelas, kadang diem ga ngomong opo-opo”.*<sup>135</sup>

---

<sup>133</sup> Hasil observasi di Panti Rehabilitasi sakit jiwa nurussalam pada tanggal 07 Juni 2023

<sup>134</sup> Hasil Wawancara dengan Ustadz Amir selaku ketua pengurus panti pada tanggal 1 Juni 2023

<sup>135</sup> Hasil Wawancara dengan Ustadz Ahmad Fawaid selaku pembimbing agama pada tanggal 1 Juni 2023

## C. Kondisi Katabahan Pasien Depresi di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak

### 1. Kondisi Sebelum

Pasien di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak adalah para penderita depresi yang memiliki latar belakang berbeda-beda. Bapak A mengatakan jika keluarganya mengirim saya kesini, katanya disuruh untuk melanjutkan sekolah SMA saat pertama kali datang ke Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak saya marah-marah dan emosi nya tidak bisa dikontrol. Seperti yang dikatakan oleh pasien yang bernama Bapak N sebagai berikut:

*“Aku gak keroso nek loro, jare ibuk aku rene sekolah SMA, katanya disuruh sekolah disini, awal saya masuk kesini kata pengurus emosi saya tidak bisa dikontrol, karna saya ngga pengen disini, pengennya pulang”.*<sup>136</sup>

Ustadz amir juga menjelaskan banyak dari pasien depresi disini waktu pertama kali datang memiliki latar belakang yang berbeda-beda, ada yang gara-gara putus cinta, tekanan sosial, tuntutan dari keluarga, ditinggal menikah, gagal tercapainya cita-cita. Pada saat pertama kali pasien datang ke Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak ini memiliki respon yang berbeda-beda, seperti ada yang marah-marah tidak bisa mengontrol emosi nya dan ada juga yang hanya diam.<sup>137</sup>

Bapak N tidak menyadari bahwa menyadari bahwa dirinya mengalami depresi Ustadz Amir juga bercerita kepada saya bahwa saat pertama kali datang kesini, saya hanya diam saja. Berikut penjelasannya:

*“Saya itu tidak paham mbak kalo yang saya alami itu adalah depresi, karena yang saya rasakan itu ya biasa aja, dan yang menyadari itu keluarga. Saya dimasukkan ke panti ini oleh keluarga terus kemaren ustadz amir cerita sama saya katanya saya diem terus pas pertama kesini. Ga ngomong apa-apa”.*<sup>138</sup>

---

<sup>136</sup> Hasil Wawancara dengan pasien depresi Bapak N pada tanggal 01 Juni 2023

<sup>137</sup> Hasil Wawancara dengan Ustadz Amir selaku ketua pengurus panti pada tanggal 01 Juni 2023

<sup>138</sup> Hasil wawancara dengan pasien depresi Mas A pada tanggal 01 Juni 2023

Berdasarkan pernyataan Bapak N dalam hal ini juga tidak menyadari bahwa ia juga sedang mengalami depresi, namun justru yang mengetahui dan menyadari adalah anggota keluarganya. Oleh karena itu atas gejala yang dialami oleh Bapak N maka pihak keluarga mengirimkannya ke panti agar bisa mendapatkan penanganan yang tepat atas depresi yang dialaminya.

Salah satu pasien bernama B menjelaskan bahwa kondisi depresi yang dialaminya bermula karena ekspektasi yang terlalu berlebihan terhadap sesuatu, sebagaimana yang ia jelaskan:

*“jadi dulu saya itu punya ambisi tinggi mba, saya sudah mengeluarkan banyak uang untuk memulai usaha, tapi pas sudah berjalan saya rugi banyak dan akhirnya depresi berkepanjangan. Keluarga sudah kebingungan dengan keadaan saya tapi satu-satunya cara biar gak tambah parah ya akhirnya saya masuk ke panti disini”*.<sup>139</sup>

Penjelasan dari pasien B terkait alasan mengalami depresi yaitu akibat dari ambisi yang terlalu berlebihan yang mengakibatkan timbulnya depresi karena hal yang diharapkannya tidak tercapai. Kemudian agar depresi yang dialaminya tidak semakin memburuk maka pihak keluarga sepakat agar N bisa masuk ke panti harapannya agar bisa mendapatkan penanganan yang tepat.

Selain itu salah satu pasien lain yaitu Bapak R juga memberikan penjelasannya terkait penyebab dirinya mengalami depresi.

*“awalnya saya tidak terlalu memahami bahwa yang saya alami adalah gejala depresi, karena secara tidak sadar banyak hal negatif yang saya lakukan seperti sering sensitif untuk marah, membentak lawan bicara, dan kadang suka berbicara sendiri. Hal itu terjadi karena dulu setiap menginginkan sesuatu maka wajib terpenuhi, ketika tidak terpenuhi maka sedikit-sedikit saya mudah marah, mengamuk bahkan sampai merusak barang. Hal ini terjadi*

---

<sup>139</sup> Hasil Wawancara dengan pasien depresi pasien B pada tanggal 27 September 2023

*berulang-ulang kali sehingga semakin lama berdampak pada saya mengalami depresi”<sup>140</sup>*

Bapak R merupakan seseorang yang terkesan keras kepala dalam hal pemenuhan keinginan, karena setiap sesuatu yang ia inginkan maka harus terpenuhi, jika tidak dapat dipenuhi ia akan mudah menjadi emosi dalam segala hal. Hal tersebut sesuai dengan penjelasannya bahwa ia rentan marah, mengamuk, bahkan tidak sungkan untuk merusak barang ini terjadi karena akibat dari perasaan depresi yang berulang-ulang. Semakin sering hal negatif tersebut terjadi maka akan semakin besar juga depresi yang dialami Bapak R.

Dari pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa kondisi pasien depresi di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak memiliki latar belakang yang berbeda-beda yaitu ada yang gara-gara putus cinta, tuntutan dari keluarga, ditinggal menikah, gagal tercapainya cita-cita, serta kondisi yang berbeda-beda, ada yang sering marah-marah dan ada juga yang hanya diam. Sehingga dapat dikatakan pasien yang baru datang ke panti Rehabilitasi sakit jiwa Nurussalam Sayung Demak belum memiliki ketabahan.

## **2. Kondisi Setelah**

Ketabahan pasien depresi setelah mengikuti bimbingan Agama Islam yang dilaksanakan di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak dari hasil wawancara dengan Ustadz Ahmad Fawaid menjelaskan bahwa pasien depresi sudah mulai dapat mengontrol dirinya sendiri dari segi emosi dan perilaku. Pasien depresi juga sudah memiliki sedikit kepercayaan diri bahwa segala cobaan yang dijalani manusia itu datangnya dari Allah SWT dan hanya kepada-Nya pula kita berserah diri. Sehingga hal tersebut dapat digunakan untuk menjalani kehidupan yang akan datang. Berikut adalah penjelasan dari ustad Ahmad Fawaid:

---

<sup>140</sup> Hasil Wawancara dengan pasien depresi pasien R pada tanggal 27 September 2023

*“Pasien disini udah mulai keliatan sedikikit-sedikit bisa mengontrol emosi sama tingkah lakunya mbak, terus juga udah mulai ngerti kalo misalnya sakit yang di derita nya itu tuh ujian dari Allah SWT”<sup>141</sup>*

Pasien yang mengalami depresi semakin hari keadaan mereka menjadi semakin membaik. Hal ini tidak luput dari upaya pihak panti dalam membimbing para pasiennya dengan telaten sehingga membuahkan hasil yang baik. Keadaan mereka yang dulunya kerap emosi dan marah tanpa arah, sekarang mereka sudah mulai bisa mengontrol diri agar tidak mudah menjadi pemarah.

Salah satu pasien menjelaskan perkembangan yang dialaminya pasca ia masuk ke panti, dalam hal kendala Bapak A awalnya ia tidak menyadari bahwa dirinya telah mengalami depresi dan dikirimkannya ke panti oleh keluarga. Namun setelah mengikuti program bimbingan di panti secara rutin ia mulai membaik dan sudah bisa mengontrol diri. Sebagai mana yang ia sampaikan dalam wawancara:

*“awalnya saya tidak menyadari jika saya mengalami depresi, tapi setelah saya rutin mengikuti kegiatan bimbingan yang dilakukan oleh pihak panti kondisi saya berangsur baik dan saat ini saya sudah mulai bisa mengontrol diri seperti emosi, berbicara seandainya dan beberapa hal negatif lain yang sebelumnya sering saya lakukan”*

Kondisi Bapak A pasca mengikuti kegiatan bimbingan secara rutin mulai mengalami perkembangan ke arah positif, dimana sebelumnya yang kerap emosi dan marah, saat ini ia sudah mulai berangsur membaik bahkan sudah mampu mengontrol diri. Kegiatan bimbingan yang rutin dilaksanakan secara tidak langsung mampu merespon nilai-nilai positif bagi Bapak A.

Hal serupa juga dialami oleh Bapak N dimana ia juga tidak menyadari jika sedang mengalami depresi, akan tetapi ia sedikit bisa mengontrol diri karena belum benar-benar parah depresi yang dialaminya.

---

<sup>141</sup> Hasil Wawancara dengan Ustadz Ahmad Fawaid selaku pembimbing agama pada tanggal 01 Juni 2023

Akan tetapi setelah masuk ke panti dan selalu mengikuti kegiatan bimbingan ia mulai merasakan perkembangan positif. Seperti yang dijelaskannya:

*“dulu waktu pertama masuk ke panti saya mudah emosi dan tapi kadang juga suka tertutup dari orang-orang sekitar. Karena menurut saya orang yang menanyakan hal-hal pribadi menjadikan saya sangat sensitif. Tapi semakin sering saya mengikuti bimbingan dari panti semakin saya merasakan adanya perubahan positif, seperti lebih tenang ketika berhadapan dengan orang lain dan tidak lagi mudah emosi. Ketenangan semakin sering saya dapatkan sehingga menjadikan saya pribadi yang lebih baik”*

Setelah mengikuti bimbingan secara rutin kondisi Bapak N mulai berangsur membaik dan sudah bisa mengontrol diri untuk tidak mudah marah tanpa alasan. Karena biasanya ketika depresi amarah akan dilampiaskan ke apapun yang ada disekitarnya. Dengan mengikuti kegiatan bimbingan dari pihak panti secara rutin Bapak N merasakan banyak perubahan positif sehingga berdampak baik juga terhadap perilaku sehari-harinya.

Keadaan pasien B juga mulai berangsur membaik setelah tinggal di panti dan selalu mengikuti kegiatan bimbingan yang ada. Sebelumnya ia merupakan seseorang yang keras kepala dimana semua keinginannya harus terpenuhi, akan tetapi sekarang ia sudah bisa mengontrol diri dalam memahami keinginannya. Ia menjelaskan bahwa:

*“saya dulu suka marah dan ngambek ketika keinginan saya tidak bisa dipenuhi bahkan bisa saja saya merusak suatu barang yang ada di sekitar. Tapi sekarang saya sudah bisa lebih memahami bahwa tidak semua keinginan itu harus terpenuhi, justru sebaliknya jika memang belum benar-benar dibutuhkan maka saya bisa melewatkannya. Perasaan saya sekarang juga sudah bisa lebih tenang tidak mudah gelisah lagi”*

Setiap keinginan tidak selayaknya harus terpenuhi semua, begitu perubahan yang dirasakan oleh pasien B. Awalnya ia kerap memaksakan keinginannya jika tidak maka dia akan melampiaskan amarahnya akan tetapi sekarang ia sudah mulai menyadari bahwa tidak semua hal yang

diinginkan wajib terpenuhi. Banyak nilai-nilai kebaikan yang dirasakan oleh pasien B dalam kegiatan bimbingan yang dilakukan oleh pihak panti.

Kondisi Bapak R juga mengalami banyak perubahan, hal itu ia sadari setelah dirinya mulai bisa mengontrol diri yang sebelumnya sangat mudah emosi dan terkadang marah-marah namun berbicara sendiri tanpa disadarinya. Sekarang ia sudah mulai bisa lebih tenang dan sabar, sebagaimana yang disampaikan pada saat wawancara:

*“hampir setiap saat saya sering sekali marah-marah tanpa alasan, tapi sekarang saya sudah bisa lebih tenang ketika menghadapi suatu permasalahan. Semakin saya tenang maka semakin bisa saya mengontrol diri agar tidak mudah marah dan melampiaskan amarah ke hal-hal lain di sekitarnya. Semakin sering saya mengikuti bimbingan semakin saya banyak memahami untuk mengontrol diri ketika mengalami depresi”*

Perkembangan yang dirasakan oleh Bapak R sangat nyata, dimana dulunya ia tidak bisa mengontrol diri ketika depresi sekarang menjadi sangat mudah untuk lebih tenang dan tidak mudah tersulut emosi ketika sedang depresi.

Dari hasil observasi yang peneliti lakukan di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak dari beberapa pasien depresi yang telah mengikuti bimbingan Agama Islam menunjukkan telah mengalami perubahan dilihat dari emosinya yang sudah dapat dikontrol, sudah mulai tertarik bersosialisasi dengan lingkungan sekitar, lebih rajin beribadah, sudah mulai memikirkan rencana yang akan dilakukan setelah keluar dari Panti Rehabilitasi.<sup>142</sup>

---

<sup>142</sup> Hasil observasi yang dilakukan pada tanggal 05 Juni 2023

**BAB IV**

**ANALISIS PELAKSANAAN BIMBINGAN AGAMA ISLAM UNTUK  
MEMBENTUK KETABAHAN PASIEN DEPRESI DI PANTI  
REHABILITASI SAKIT JIWA NURUSSALAM SAYUNG DEMAK**

**A. Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam Untuk Membentuk Ketabahan Pasien Depresi Di Panti Rehabilitasi Sakitt Jiwa Nurussalam Sayung Demak**

**1. Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam Untuk Membentuk Ketabahan Pasien Depresi**

Bimbingan Agama Islam merupakan proses pemberian dukungan dari individu kepada individu lain yang memerlukan agar menjadikan hidupnya lebih baik dan selalu dekat degan Allah. Bimbingan Agama Islam juga adalah kegiatan yang baik diberikan kepada pasien depresi sebagai terapi.<sup>143</sup> Penjelasan dari ustadz Ahmad Fawaid sesuai dengan pendapat dari Huzain yang menjelaskan bahwa bimbingan Agama Islam adalah suatu proses pemberian bantuan yang terarah, berkesinambungan dan sistematis kepada setiap individu agar dapat mengembangkan potensi atau fitrah berAgama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung didalam al-Qur'an dan hadits Rasulullah ke dalam diri sehingga ia dapat menjalani kehidupannya sesuai dengan ketentuan dan perintah al-Qur'an dan hadits.<sup>144</sup>

Tidak jarang, meski telah melakukan berbagai upaya, tetapi usahanya tersebut tidak dapat mewujudkan apa yang diinginkannya. Kelelahan, kekesalan, kebosanan, keputusasaan, kecemasan, dan semuanya pun bercampur menjadi satu. Semuanya terasa sangat sulit, terlebih jika dibarengi dengan masalah-masalah lain, hal itu sangat memungkinkan seseorang mengalami stres, frustasi, bahkan dapat mengakibatkan gangguan jiwa dan depresi. Pasien depresi merupakan

---

<sup>143</sup> Wawancara dengan Ustadz Ahamad Fawaid pada tanggal 1 Juni 2023

<sup>144</sup> Muhammad Huzain, "*Perilaku Prososial dan Bimbingan Islam*". Jurnal Studi Islam, Vol 12, No 1, April 2020. Hlm 105

orang yang sedang mengalami lemah iman dan belum terbentuk ketabahan dalam dirinya, yang menjadikan dirinya tidak dapat menerima cobaan yang diberikan Allah SWT kepada hambanya, maka pemberian bimbingan Agama Islam perlu dilakukan secara teratur sehingga akan membentuk ketabahan pasien depresi.<sup>145</sup>

Ustadz Ahmad Fawaid menjelaskan bimbingan Agama Islam harus dilaksanakan setiap hari, karena bimbingan Agama Islam ini merupakan suatu terapi yang diberikan untuk pasien depresi. Karena dengan adanya bimbingan Agama Islam dapat lebih mendekatkan pasien depresi kepada Allah SWT, dimana hal tersebut dapat membentuk ketabahan pasien depresi.<sup>146</sup> Pemaparan dari Ustadz Ahmad Fawaid bahwa. Aktivitas bimbingan agama Islam yang dilakukan secara berkelanjutan tentunya berlandaskan pada al-Qur'an dan Sunnah yang di dalamnya terdapat resep-resep mujarab yang mampu menyembuhkan penyakit jiwa seseorang. Hal tersebut juga sesuai dengan hakikat dari al-Qur'an sebagai sumber dari segala ilmu dan obat dari segala penyakit.<sup>147</sup>

Pelaksanaan dari bimbingan Agama Islam di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak dilaksanakan dengan berbagai macam diantaranya, pemberian ceramah, membaca al-Qur'an, terapi shalat, terapi dzikir, kegiatan ini dilaksanakan setiap hari. Pembacaan manaqib, dan terapi pijat syaraf, terapi mandi malam, dilaksanakan setiap malam Jum'at. Terapi ramuan herbal, dilaksanakan setiap hari Jum'at. Serta terapi mandi air hujan.<sup>148</sup> Pemaparan dari Ustadz Ahmad Fawaid sesuai dengan pendapat Safa'ah yang mengutip pendapat dari Adz-Dzaky bimbingan Agama Islam merupakan suatu kegiatan memberikan bimbingan, pelajaran, serta pedoman kepada individu agar dapat mengembangkan

---

<sup>145</sup> Wawancara dengan Ustadz Ahamd Fawaid pada tanggal 1 Juni 2023

<sup>146</sup> Wawancara dengan Ustadz Ahmad Fawaid pada tanggal 1 Juni 2023

<sup>147</sup> Ulin Nuhayati, Skripsi: "Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam Dalam Mengatasi Depresi Pada Lansia Di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Wening Wardoyo Ungaran" (Semarang : Uin Walisongo Semarang, 2018) Hlm 58

<sup>148</sup> Wawancara dengan Ustadz Ahamad Fawaid pada tanggal 1 Juni 2023

potensi akal pikiran, kepribadian, keimanan, serta keyakinannya sehingga mampu mengatasi permasalahan dalam hidupnya dengan baik dan benar secara mandiri yang berpedoman kepada Al-Qur'an dan Sunnah Rasulullah.<sup>149</sup>

Pelaksanaan kegiatan bimbingan Agama Islam di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak pada setiap hari sebagai berikut:

*kegiatan bimbingan Agama Islam dilakukan setiap hari, dimulai dengan shalat subuh berjama'ah dilanjutkan dengan dzikir, setelah itu melaksanakan shalat dzuhur dilanjutkan dengan berdzikir, kemudian melaksanakan shalat ashar berjama'ah yang dilanjutkan dengan berdzikir, abis itu shalat maghrib berjama'ah terus berdzikir. Lalu dilanjutkan dengan membaca al-Qur'an. Shalat isya berjama'ah lalu berdzikir lagi dan selanjtnya pemberian ceramah".<sup>150</sup>*

Kegiatan hari kamis malam Jum'at pada jam 18.00-19.00 shalat maghrib berjama'ah dilanjutkan dengan pembacaan manaqib. Kemudian dilanjutkan dengan shalat isya berjama'ah dan berdzikir. Setelah itu, pada jam 21.00-24.00 dilaksanakan terapi ramuan herbal, terapi pijat syaraf dan terapi mandi malam. Pada bimbingan Agama Islam di hari Jum'at pada jam 14.00-15.00 dilaksanakan terapi pembacaan maulid Nabi Muhammad SAW, dilanjutkan dengan shalat ashar berjama'ah. Pada jam 16.00-17.00 pasien depresi diajak jalan-jalan sore.<sup>151</sup>

Tujuan dari bimbingan Agama Islam di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak berusaha membantu pasien yang mengalami gangguan jiwa untuk menyadari, menyerahkan serta memasrahkan segala permasalahan-permasalahan yang terjadi dalam hidupnya adalah kehendak Allah, serta memberikan dorongan atau motivasi kepada pasien depresi agar tetap tabah dalam menghadapi permasalahan dalam hidupnya

---

<sup>149</sup> Safa'ah, Yuli Nur Khasanah, Anila Umriana, *Peranan Bimbingan Konseling Islam Dalam Meningkatkan Moral Narapidana Anak*, (Semarang: Uin Walisongo Semarang, 2017) Sawwa, Vol.12, No.2, April 2017, hlm 218

<sup>150</sup> Wawancara dengan Ustadz Amir pada tanggal 1 Juni 2023

<sup>151</sup> Wawancara dengan Ustadz Amir pada tanggal 1 Juni 2023

sebagaimana manusia yang beriman harus selalu berdoa, berusaha serta meminta pertolongan kepada-Nya.<sup>152</sup>

Pemaparan dari Ustadz Ahmad Fawaid yang menjelaskan tujuan dari bimbingan Agama Islam sesuai dengan teori yang di kemukakan oleh Huzain bahwa tujuan bimbingan Agama Islam adalah untuk memperkokoh serta meningkatkan kesadaran manusia akan eksistensinya sebagai makhluk ciptaan Allah serta sebagai khalifah di muka bumi ini, sehingga setiap perbuatan dan perilakunya tidak menyimpang dari tujuan hidupnya, yaitu untuk beribadah serta mengabdikan kepada Allah SWT.<sup>153</sup> Pendapat Huzain juga selaras dengan pendapat dari Hidayatul Khasanah, Yuli Nurkhasanah, dan Agus Riyadi bahwa tujuan yang ingin dicapai dalam bimbingan Agama Islam yaitu agar fitrah yang telah Allah karuniakan kepada setiap individu dapat berkembang dan berperan dengan baik, sehingga dapat menjadi pribadi yang kaffah, kemudian secara bertahap dapat mengaplikasikan keimanannya ke dalam kehidupan sehari-hari, yang diwujudkan melalui pelaksanaan tugas kekhalifahan di muka bumi dan ketaatan beribadah dengan menjalankan segala perintah-Nya serta menjauhi segala larangan-Nya.<sup>154</sup>

Pelaksanaan bimbingan Agama Islam dapat berjalan dengan baik harus dilakukan dengan cara atau metode yang tepat. Metode yang digunakan oleh Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak adalah sebagai berikut:

*“Metode itu merupakan sebuah cara untuk menyampaikan sesuatu, nah dalam pelaksanaan bimbingan Agama Islam di panti ini menggunakan metode mauidzah hasanah, metode hikmah, dan metode*

---

<sup>152</sup> Wawancara dengan Ustadz Ahmad Fawaid pada tanggal 1 Juni 2023

<sup>153</sup> Muhammad Huzain, *Perilaku Prosocial dan Bimbingan Islam*. Jurnal Studi Islam, Vol 12, No 1, April 2020. Hlm 106

<sup>154</sup> Hidayatul Khasanah, Yuli Nurkhasanah dan Agus Riyadi, *Metode Bimbingan dan Konseling Islam dalam Menanamkan Kedisiplinan Shalat Dhuha pada Anak Hiperaktif di MI Nurul Islam Ngaliyan Semarang*. Jurnal Ilmu Dakwah, Vol. 36, No. 1, Januari – Juni. Hlm 8

*kelompok. Yang mana pelaksanaannya dilakukan secara bersamaan, pasien depresi duduk berbaris selama kegiatan”.*<sup>155</sup>

Selain hasil dari wawancara, peneliti juga melakukan observasi bahwa metode bimbingan Agama Islam yang digunakan di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak, menggunakan 3 metode yaitu:

*Pertama*, metode kelompok, metode ini dilaksanakan secara bersama-sama dan berkumpul. Metode kelompok digunakan pada saat kegiatan seperti, ceramah, pemberian motivasi, dzikir. Pelaksanaannya seluruh pasien depresi berbaris rapih pada saat kegiatan berlangsung. Kemudian pada hari jum'at sore para pasien depresi diajak jalan-jalan sore<sup>156</sup>

Hasil dari observasi yang telah dilaksanakan di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Mubayarah yang menjelaskan bahwa metode kelompok adalah pembimbing melakukan komunikasi secara langsung dengan pihak yang akan dibimbing (klien). Dalam pelaksanaan metode ini dilakukan dengan menggunakan teknik diskusi kelompok. Yaitu metode bimbingan dimana pembimbing melaksanakan bimbingan melalui diskusi dengan kelompok yang memiliki permasalahan yang sama, misalnya bisa melalui karyawisata atau group teaching.<sup>157</sup>

*Kedua*, metode mauidzah hasanah yaitu memberikan nasihat dan pemberian ceramah agar pasien depresi tergugah hatinya dan timbul ketabahan dalam hati. Dalam pelaksanaan mauidzah hasanah, pembimbing menggunakan kata-kata yang baik dan lemah lembut, dengan tujuan apa yang disampaikannya dapat diterima dengan baik oleh pasien depresi.<sup>158</sup>

Hasil dari observasi yang telah dilaksanakan di Panti Rehabilitasi sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak sesuai dengan teori yang dikemukakan

---

<sup>155</sup> Wawancara dengan Ustadz Ahmad Fawaid pada tanggal 1 Juni 2023

<sup>156</sup> Hasil observasi saat kegiatan pada tanggal 07 Juni 2023

<sup>157</sup> Mubasyaroh, *Model Bimbingan Agama Anak Jalanan di Jalur Pantura*. Jurnal Penelitian, Vol. 8, No. 1, Februari 2014. Hlm 122-125

<sup>158</sup> Hasil observasi saat kegiatan pada tanggal 1 Juni 2023

oleh Nihayatul Husna bahwa metode Maw'izhoh Hasanah (nasihat yang baik) yaitu memberikan nasihat yang baik dapat dengan lembut dan halus menembus hati nurani orang. Kelembutan dalam memberikan nasihat akan mudah diterima oleh mad'u serta dapat meluluhkan hati yang membenci, memberikan petunjuk pada perasaan yang bimbang dan memberi banyak kebaikan.<sup>159</sup>

*Ketiga*, metode hikmah pada metode hikmah ini pelaksanaan bimbingan Agama Islam di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak, dalam memberikan ceramah melihat kondisi dan keadaan pasien depresi agar apa yang disampaikan dapat diterima dengan baik, dan juga mendo'akan para pasien agar lekas pulih.<sup>160</sup>

Hasil dari observasi yang telah dilaksanakan di Panti Rehabilitasi sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Nihayatul Husna yang menjelaskan bahwa metode Hikmah yaitu cara memberikan informasi sesuai dengan situasi dan kondisi mad'unya, serta mengetahui batasbatas yang hendak disampaikan kepada mad'u. Agar tidak memberatkan dan mempersulit mereka yang didakwahi sebelum mereka benar-benar siap.<sup>161</sup>

Materi bimbingan Agama Islam yang disampaikan kepada pasien depresi harus selaras dengan kondisi pasien agar materi yang disampaikan dapat dipahami oleh pasien depresi. Menurut Ustadz Ahmad Fawaid materi bimbingan Agama Islam di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak adalah seputar keagamaan diantaranya ceramah/tausiyah terkait rukun iman dan rukun Islam.<sup>162</sup> Pemaparan dari Ustadz Ahmad Fawaid yang menjelaskan mengenai materi bimbingan Agama Islam sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Idham Khalid yang menjelaskan bahwa Aqidah merupakan keyakinan hati terhadap sesuatu. Oleh sebab itu

---

<sup>159</sup> Nihayatul Husna, "Metode Dakwah Islam Dalam Perspektif Al-Qur'an", SELASAR KPI: Referensi Media Komunikasi dan Dakwah Vol 1 No. 1, Oktober 2021. hlm 101-102

<sup>160</sup> Hasil observasi saat kegiatan pada tanggal 07 Juni 2023

<sup>161</sup> Nihayatul Husna, "Metode Dakwah Islam Dalam Perspektif Al-Qur'an", SELASAR KPI: Referensi Media Komunikasi dan Dakwah Vol 1 No. 1, Oktober 2021. hlm 101-102

<sup>162</sup> Hasil observasi saat kegiatan pada tanggal 07 Juni 2023

ilmu tauhid juga disebut dengan ilmu *aqaid* yang artinya ilmu mengikat. Ajaran Islam sebagaimana yang dijelaskan dalam al-Qur'an dan al-Hadits merupakan ketentuan-ketentuan dan pedoman keimanan. Keimanan adalah suatu sikap jiwa yang diperoleh karena suatu pengetahuan yang diolah sedemikian rupa sehingga menghasilkan nilai (aturan) atau pola tingkah laku manusia.<sup>163</sup>

Tidak hanya aqidah, serta diajarkan akhlak yang baik. Pada materi akhlak merupakan tingkah laku yang keluar dari dalam diri seseorang secara spontan, dalam materi ini yang disampaikan adalah akhlak untuk selalu berbuat baik kepada manusia dan akhlak kepada Allah SWT dengan selalu berfikir atas apa yang telah ditakdirkan kepada kita serta kepada alam sekitar, yaitu dengan menjaga lingkungan. Serta terkait dengan kesabaran bahwa ujian yang dihadapi manusia itu datangnya dari Allah SWT, kita harus mempercayai juga dalam setiap ujian itu Allah telah mempersiapkan solusi terbaik untuk kita. Materi terkait akhlak sabar yang disampaikan mengutip dari al-Qur'an dan Sunnah serta kisah para Nabi, Rasul dan Wali-wali Allah SWT yang memiliki kesabaran yang luar biasa.<sup>164</sup>

Pemaparan dari Ustadz Ahmad Fawaid yang menjelaskan mengenai materi bimbingan Agama Islam sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Muhammad Huzain yang menjelaskan bahwa Akhlak secara bahasa memiliki arti budi pekerti, perangai, tingkah laku serta tabiat. Sedangkan secara istilah akhlak merupakan suatu pengetahuan yang menjelaskan mengenai benar dan salah, baik dan buruk, mengatur pergaulan manusia, serta menentukan tujuan akhir berdasarkan usaha dan perbuatan seseorang.<sup>165</sup>

Pasien depresi di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak sebelum mengikuti bimbingan Agama Islam belum memiliki

---

<sup>163</sup> Idham Khalid, *Akar-akar Dakwah Islamiyah : Aqidah, Ibadah dan Syariah*, (Cirebon: IAIN Syekh Nurjati Cirebon). Jurnal Dakwah dan Komunikasi, Volume. 8, No. 1, 2017. Hlm 73

<sup>164</sup> Hasil wawancara dengan Ustadz Fawaid pada tanggal 1 Juni 2023

<sup>165</sup> Muhammad Huzain, *Perilaku Prososial dan Bimbingan Islam*. Jurnal Studi Islam, Vol. 12, No. 1, April 2020. Hlm 109

ketabahan, dibuktikan dengan penjelasan dari Ustadz Amir juga menjelaskan banyak dari pasien depresi disini waktu pertama kali datang memiliki latar belakang yang berbeda-beda, ada yang gara-gara putus cinta, tuntutan dari keluarga, ditinggal menikah, gagal tercapainya cita-cita. Pada saat pertama kali pasien datang ke Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak ini memiliki respon yang berbeda-beda, seperti ada yang marah-marah tidak bisa mengontrol emosi nya dan ada juga yang hanya diam.<sup>166</sup>

Pendapat dari Ustadz Amir sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Zaenal Abidin bahwa salah satu faktor penyebab terjadinya depresi adalah faktor dari luar dirinya, dimana dirinya merasa tidak berguna, rendah diri yang berlebihan sehingga mengalami tekanan yang berat dalam diri sepanjang hidupnya bahkan tidak pernah merasakan kebahagiaan. Terkadang juga terdapat tuntutan dari keluarga dan lingkungan sosial yang membuatnya tertekan sehingga terjadi depresi pada diri seseorang.<sup>167</sup>

Ustadz Amir menjelaskan bahwa saat pertama kali datang ke Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak, pasien depresi merasa bahwa dirinya tidak merasa sakit, pasien depresi hanya diam saja dan sering marah-marah tanpa sebab.<sup>168</sup> Penjelasan dari Ustadz Amir sesuai dengan pendapat dari Aries Dirgayunita yang menjelaskan pasien depresi memiliki ciri-ciri pada fisiknya adalah kurang tidur, badan terasa lemah, sulit untuk fokus, dan menurunnya segala aktivitas. Pada gejala psikis yaitu pasien depresi merasa sedih, gelisah, mudah putus asa, dan pesimis. Pada gejala sosial yaitu kurangnya bersosialisasi dengan lingkungan sekitar.<sup>169</sup>

---

<sup>166</sup> Hasil Wawancara dengan Ustadz Amir selaku ketua pengurus panti pada tanggal 01 Juni 2023

<sup>167</sup> Zaenal Abidin, *Upaya Terapi Depresi Secara Islami*, (Purwokerto : Iain Purwokerto, 2017) Jurnal Komunika, Vol. 11, No. 1, Januari-Juni 2017, hlm 78-79

<sup>168</sup> Hasil wawancara dengan Ustadz Amir selaku ketua pengurus panti pada tanggal 05 Juni 2023

<sup>169</sup> Aries Dirgayunita, *Depresi*, (Probolinggo: Sekolah Tinggi Islam Muhammadiyah Probolinggo, 2016), Jurnal An-Nafs Vol. 1, No.1, Juni 2016. Hlm 5-6

## **2. Faktor Pendukung dan Penghambat Pelaksanaan Bimbingan Agama Untuk Membentuk Ketabahan Pasien Depresi**

Pelaksanaan bimbingan Agama Islam di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak tentunya tidak selalu berjalan dengan baik. Faktor pendukung dalam pelaksanaan bimbingan Agama Islam dalam membentuk ketabahan pasien depresi adalah pembimbing dan pendamping yang kompeten dalam bidang tersebut. Yang mana pembimbing harus memahami materi yang akan disampaikan, dan materi-materi yang disampaikan adalah materi yang mudah dipahami oleh para pasien depresi, memahami karakteristik dan memahami cara menghadapi pasien depresi.<sup>170</sup> Ustadz Amir juga menjelaskan faktor pendukung juga di dapatkan dari keluarga pasien depresi, yang mana biasanya keluarga masih sering mengontrol perkembangan pasien depresi, ada yang datang seminggu sekali bagi yang rumahnya dekat, sedangkan bagi yang rumahnya jauh biasanya melalui telepon.<sup>171</sup>

Hambatan dalam pelaksanaan bimbingan Agama Islam biasanya muncul dari pasien depresi itu sendiri. Pasien depresi yang hanya diam dan kadang marah-marah, menjadi salah satu faktor penghambat. Kurang perhatiannya pasien depresi pada saat mengikuti bimbingan Agama Islam.<sup>172</sup>

### **B. Kondisi Ketabahan Pasien Depresi di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak**

#### **1. Kondisi Sebelum**

Pada umumnya pasien depresi yang datang ke panti rehabilitasi sakit jiwa Nurussalam Sayung Demak itu memiliki latar belakang yang

---

<sup>170</sup> Hasil Wawancara dengan Ustadz Ahmad Fawaid selaku pembimbing agama pada tanggal 1 Juni 2023

<sup>171</sup> Hasil Wawancara dengan Ustadz Amir selaku ketua pengurus panti pada tanggal 1 Juni 2023

<sup>172</sup> Hasil Wawancara dengan Ustadz Ahmad Fawaid selaku pembimbing agama pada tanggal 1 Juni 2023

berbeda-beda, ada yang karena gara-gara putus cinta, tekanan sosial, tuntutan keluarga dan lain sebagainya. Pada saat pertama kali pasien datang ke Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak ini memiliki respon yang berbeda-beda, seperti ada yang marah-marah tidak bisa mengontrol emosinya dan ada juga yang hanya diam.

Kebanyakan pasien depresi saat pertama kali masuk ke panti rehabilitasi sakit jiwa Nurussalam Sayung Demak tidak merasa bahwa dirinya mengalami depresi. Mereka merasa jika dirinya baik-baik saja.

## 2. Kondisi Setelah

Pasien depresi setelah mengikuti bimbingan Agama Islam yang dilaksanakan di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak dari hasil wawancara dengan Ustadz Ahmad Fawaid menjelaskan bahwa pasien depresi sudah mulai dapat mengontrol dirinya sendiri dari segi emosi dan perilaku.<sup>173</sup> Aspek kontrol melibatkan keyakinan bahwa seseorang mampu mempengaruhi atau mengendalikan segala sesuatu terjadi di dalam hidupnya. Seseorang percaya bahwa dirinya mampu menentukan apa saja yang terjadi dalam hidupnya, sehingga individu tidak mudah menyerah ketika berada di bawah tekanan.<sup>174</sup>

Pasien depresi juga sudah memiliki sedikit kepercayaan diri bahwa segala cobaan yang dijalani manusia itu datangnya dari Allah SWT dan hanya kepada-Nya pula kita berserah diri. Sehingga hal tersebut dapat digunakan untuk menjalani kehidupan yang akan datang.<sup>175</sup> Pernyataan dari Ustadz Amir sesuai dengan teori dari Listya Istianingtyas yang menjelaskan aspek dari ketabahan adalah komitmen yaitu memiliki keyakinan dan

---

<sup>173</sup> Hasil Wawancara dengan Ustadz Ahmad Fawaid selaku pembimbing agama pada tanggal 1 Juni 2023

<sup>174</sup> Listya Istianingtyas, *Kepribadian Tahan Banting (Hardness Personality) Dalam Psikologi Islam*, (Palembang : UIN Raden Fatah, 2013 )Jurnal Online Uin Raden Fatah Juni 2013 No. 1 hlm 85

<sup>175</sup> Hasil Wawancara dengan Ustadz Ahmad Fawaid selaku pembimbing agama pada tanggal 1 Juni 2023

kepercayaan diri sehingga individu mampu untuk menjalani kehidupan mendatang.<sup>176</sup>

Hasil observasi yang peneliti lakukan di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak dari beberapa pasien depresi yang telah mengikuti bimbingan Agama Islam menunjukkan hasil yang serupa yaitu telah mengalami perubahan dilihat dari emosinya yang sudah dapat dikontrol, sudah mulai tertarik bersosialisasi dengan lingkungan sekitar, lebih rajin beribadah, dan lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT, serta sudah mulai memikirkan rencana yang akan dilakukan setelah keluar dari Panti Rehabilitasi.<sup>177</sup>

Hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti sesuai dengan tujuan bimbingan Agama Islam yang dikemukakan oleh Yuli Nurkhasanah bahwa yang ingin dicapai dalam bimbingan Agama Islam yaitu agar fitrah yang telah Allah karuniakan kepada setiap individu dapat berkembang dan berperan dengan baik, sehingga dapat menjadi pribadi yang kaffah, kemudian secara bertahap dapat mengaplikasikan keimanannya ke dalam kehidupan sehari-hari, yang diwujudkan melalui pelaksanaan tugas kekhalifahan di muka bumi dan ketaatan beribadah dengan menjalankan segala perintah-Nya serta menjauhi segala larangan-Nya.<sup>178</sup>

---

<sup>176</sup> Listya Istiningtyas, *Kepribadian Tahan Banting (Hardness Personality) Dalam Psikologi Islam*, (Palembang : UIN Raden Fatah, 2013 )Jurnal Online Uin Raden Fatah Juni 2013 No. 1 hlm 85

<sup>177</sup> Hasil observasi yang dilakukan pada tanggal 05 Juni 2023

<sup>178</sup> Hidayatul Khasanah, Yuli Nurkhasanah dan Agus Riyadi, *Metode Bimbingan dan Konseling Islam dalam Menanamkan Kedisiplinan Shalat Dhuha pada Anak Hiperaktif di MI Nurul Islam Ngaliyan Semarang*. Jurnal Ilmu Dakwah, Vol. 36, No. 1, Januari – Juni. Hlm 8

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. KESIMPULAN**

Berdasarkan uraian-uraian pada bab sebelumnya, maka dalam bab ini peneliti akan menyampaikan hasil penelitian yang peneliti laksanakan tentang Bimbingan Agama Islam Untuk Membentuk Ketabahan Pasien Depresi Di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak, maka dapat diambil kesimpulan bahwa bimbingan agama Islam di panti rehabilitasi sakit jiwa nurussalam telah dilakukan setiap hari setelah melaksanakan shalat wajib dengan terapi dzikir, kemudian setelah shalat isya dilaksanakan ceramah. Bimbingan agama diberikan kepada pasien depresi, adapun materinya terkait rukun Iman dan Islam dengan yang mengutip dari Al-Qur'an dan Sunnah serta kisah kisah Nabi dan Rasul. Penyampaiannya menggunakan metode kelompok, metode mauidzah hasanah dan metode hikmah. Bimbingan agama Islam mampu dan memiliki peranan besar untuk membentuk ketabahan pasien depresi di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak. Sebagaimana yang diketahui bimbingan Agama Islam adalah proses pemberian bantuan kepada individu atau kelompok agar mendekatkan diri kepada Allah SWT yang diaplikasikan dalam perilaku sehari-harinya sesuai dengan al-Qur'an dan sunnah.

Kondisi ketabahan pasien ketika pertama kali datang ke panti sangat beragam ada yang marah-marah, emosi nya tidak dapat dikontrol, serta ada yang hanya terdiam. Kondisi ketabahan pasien setelah mengikuti bimbingan agama Islam telah mengalami banyak perubahan dibuktikan dengan pasien mampu mengontrol emosi dan tingkah laku dalam kehidupan sehari-harinya, tertarik bersosialisasi dengan lingkungan sekitar, lebih rajin beribadah, mulai memiliki kepercayaan diri kembali bahwa segala cobaan yang dialami manusia itu datangnya dari Allah SWT dan hanya kepada-Nya pula kita berserah diri., sudah mulai memikirkan rencana yang akan dilakukan setelah keluar dari Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa. Faktor pendukung pelaksanaan bimbingan agama Islam adalah pembimbing agama Islam yang profesional,

sarana dan prasarana yang memadai, serta dukungan dari orang tua. faktor penghambat muncul dari dalam diri pasien depresi sendiri yang tidak fokus pada saat penyampaian materi dari pembimbing agama Islam.

## **B. SARAN**

Adapun saran yang dapat peneliti berikan bagi pembimbing Agama Islam sesuai dengan analisa pelaksanaan penelitian tentang Bimbingan Agama Islam Untuk Membentuk Ketabahan Pasien Depresi Di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak adalah sebagai berikut:

1. Bimbingan agama Islam sangat berpengaruh terhadap membentuk ketabahan pasien depresi, oleh sebab itu pembimbing agama perlu meningkatkan intensitas pemberian bimbingan agama Islam bagi para pasien depresi.
2. Hendaknya upaya pembimbing agam Islam untuk membentuk ketabahan pasien depresi perlu untuk meningkatkan peran pembimbing, da'i sebagai pembimbing, sebagai konselor, pengawas dan motivator.

## **C. PENUTUP**

Dengan mengucapkan Alhamdulillah serta rasa syukur kepada Allah SWT yang selalu memberikan rahmat serta hidayah sehingga penulis mampu menyelesaikan penelitian ini serta atas karunia-Nya lah dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan baik.

Usaha yang maksimal untuk mencapai target yang diinginkan sebagai karya ilmiah, penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan. Oleh sebab itu, kritik dan juga saran untuk memperbaiki demi kesempurnaannya penulisan skripsi ini sangat penulis harapkan.

Akhir kata, semoga yang tertulis dalam skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi penulis khususnya dan bagi para pembaca umumnya. Hanya kepada Allah lah penulis menyerahkan segalanya dan memohon ampun atas kesalahan yang mungkin terdapat dalam karya ilmiah ini yang semata-mata karena keterbatasan dari penulis sendiri, semoga Allah SWT mengampuni segala dosa kita. Aamiin Yaa Robbal 'Aalamin.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, Zaenal, *Upaya Terapi Depresi Secara Islami*, (Purwokerto: IAIN Purwokerto) Jurnal Komunika, Vol. 11, No. 1, Januari-Juni 2017.
- Amalia Annisa, Niken Savitri Anggraeni, *Pencegahan Depresi Di Kalangan Dewasa Muda Akibat Pandemi Covid-19 Melalui Kampanye Sosial Pada Instagram*, Jurnal Ikraith-Humaniora Vol 6 No 2 Juli 2022.
- Anggito Albi, Johan Setiawan. 2018. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Sukabumi: CV. Jejak.
- Aprilia, Ludvia Rara Gendis, *Hubungan Antara Kebersyukuran dan Religiusitas dengan Hardiness Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus* (Samarinda: Universitas Mulawarman Samarinda) Jurnal Psikoborneo, Vol 6, No 3, 2018.
- Azwar, Saifuddin. 2016. *Metode Penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Badriah Ai dan Satriah Lilis, *Bimbingan Islam melalui Living Values Education untuk Meningkatkan Sikap Toleransi*. Jurnal Al-Isyraq, Vol 2 No.2, Desember 2019.
- Burlin, Paisol. 2016. *Patologi Sosial: Perspektif Sosiologis Yuridis Dan Filosofis*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Bustomi Hasan, *Optiization Of Religius Extension Role In Covid-19 Pandemic*. Kudus: IAIN Kudus. *Journal Of Advenced Guidance and Counseling Vol. 1, No.2, 2020*.
- Dewi Kinanti Risna, Dudi Imanudin Effendi, *Peranan Bimbingan Keagamaan dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Remaja*. Irsyad: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, dan Psikoterapi Islam, Vol 2, No 2, Juni 2019.
- Dirgayunita, Aries, *Depresi*, (Probolinggo: Sekolah Tinggi Islam Muhammadiyah Probolinggo, 2016), Jurnal An-Nafs Vol. 1, No.1, Juni 2016.
- Dokumen Pondok Pesantren Dan Yayasan Panti Reahabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak
- Faturrochman. 1989. *Peran Keluarga, Sekolah, Dan Masyarakat Dalam Pembentukan Kepribadian Remaja*, Yogyakarta: Universitas Gajah Mada

- Habibah, Umi dan Sucipto Ade, *Building Peer Social Support As a Mental Disorder Solution For The Blind*. Semarang: UIN Walisongo Semarang. *Journal Of Advence Guidance And Counseling* Vol. 1, No. 1 2020.
- Hadi, Indriono Dkk, *Gangguan Depresi Mayor*, (Kendari: Poltekkes Kemenkes Kendari ) *Jurnal Poltekkes kemenkes kendari* Vol 9, No.1, Juni 2017.
- Hanurawan, Fattah. 2016. *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu Psikologi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo.
- Hariyanto. 2020. Kesabaran Dalam Berdakwah Menurut al-Qur'an Surat Yusuf, *Al-Qalam :Jurnal Dakwah dan Pemberdayaan Masyarakat Vol 4 No 2*, Riau : STAI Hubbulwathan Duri.
- Hawari, Dadang. 1996. *Al-Qur'an: Ilmu Kedokteran dan Kesehatan Jiwa*, Yogyakarta : PT Dana Bhakti Prima Yasa.
- Hidayati, Ema, *Dakwah bagi setting rumah sakit: (Studi Deskriptif Terhadap Sistem Pelayanan Bimbingan Konseling Islam Bagi Pasien Rawat Inap Di Rsi Sultan Agung Semarang)*. Semarang: UIN Walisongo Semarang. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam* Vol.5 , No. 2, Desember 2014.
- Hidayati, Ema, Mintarsih Widayat dkk, *Counseling Services In Health Care For Covid-19 Patients*. Semarang: UIN Walisongo Semarang. *Jurnal Konseling Religi* Vgol. 12, No. 2 2021.
- Husna Nihayatul, *Metode Dakwah Islam Dalam Perspektif Al-Qur'an*, SELASAR KPI: Referensi Media Komunikasi dan Dakwah Vol 1 No. 1, Oktober 2021
- Huzain, Muhammad, *Perilaku Prosocial dan Bimbingan Islam*. *Jurnal Studi Islam*, Vol 12, No 1, April 2020.
- Istiningtyas, Listya, *Kepribadian Tahan Banting (Hardness Personality) Dalam Psikologi Islam*, (Palembang: UIN Raden Fatah) *Jurnal Online Uin Raden Fatah* No. 1, juni 2013.
- Jamil, *Sebab Dan Akibat Stres, Depresi Dan Kecemasan Serta Penanggulangannya*, Al Amin: *Jurnal Kajian Ilmu dan Budaya Islam* volume 3, No 1, 2015.

- Kartono Kartini. 1986. *Hygiene Mental Dan Kesehatan Mental Dalam Islam*. Bandung: Mandar Maju.
- Khalid, Idham, *Akar-akar Dakwah Islamiyah: Aqidah, Ibadah dan Syariah*, (Cirebon: IAIN Syekh Nurjati Cirebon). *Jurnal Dakwah dan Komunikasi*, Volume. 8, No. 1, 2017.
- Khasanah, Hidayatul, Nurkhasanah Yuli dan Riyadi Agus, *Metode Bimbingan dan Konseling Islam dalam Menanamkan Kedisiplinan Shalat Dhuha pada Anak Hiperaktif di MI Nurul Islam Ngaliyan Semarang*. *Jurnal Ilmu Dakwah*, Vol. 36, No. 1, Januari – Juni.
- Lubis, Namora Lumongga. 2016. *Depresi Tinjauan psikologis*. Jakarta: Kencana.
- Maria, Dina ,Annastasia Ediati, *Hubungan Antara Ketabahan Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Wanita Penyandang Lupus Eritematosus Sistemik* (Semarang: Universitas Diponegoro) *Jurnal Empati*, April Volume 7 No. 2 , 2018.
- Maullasari, Sri dan Lud Fiana Anis, *Mental Health with Covid 19: Health crisis intervension*. Semarang, Universitas Negeri Semarang. *Journal Of Advenced Guidance and Counseling* Vol. 1 No.2 2020.
- Maun. 2021. Etika Sabar Dalam Berdakwah Perspektif Syaikh Ali Mahfudz, *JASNA : Journal For Aswaja Studies Vol 1 No 2*, Semarang : UIN Walisongo Semarang.
- Mubasyarah, *Model Bimbingan Agama Anak Jalanan di Jalur Pantura*. *Jurnal Penelitian*, Vol.8, No. 1, Februari 2014.
- Mulyati, Sri, Yeniar Indriana, *Hubungan Antara Kepribadian Hardiness Dengan Work-Family Conflict Pada Ibu Yang Bekerja Sebagai Teller Bank Pada Bank Rakyat Indonesia Semarang* (Semarang: Universitas Diponegoro) *Jurnal Empati*, April 2016, Volume 7 No. 2.
- Mustika, Dewi. 2019. *Metode Dakwah Rasulullah SAW Dalam Menyejahtakan Ummat*. Metro: IAIN Metro.
- Nihayah, Ulin , Sadwani Ahmad Sofwan At-Tsauri dkk, *The Academy Anxiety Of Students In Pandemic Era*. Semarang: UIN Walisongo Semarang. *Journal Of Advenced Guidance and Counseling* Vol. 2, No1, 2021.

- Nihayati, Ulin. 2018. Skripsi: “Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam Dalam Mengatasi Depresi Pada Lansia Dirumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Wening Wardoyo Ungaran”. Semarang: UIN Walisongo Semarang.
- Nirwana, Bunga dkk, *Gambaran Hardiness Pada Individu Dengan Disabilitas Yang Sukses*, (Padang : Universitas Negeri Padang ) Jurnal RAP UNP, Vol. 5 No. 2, November 2014
- Pangestu, Nдалu. 2019. Skripsi: “Hardiness pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di universitas negeri semarang” Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Prayugo, Yoverdi. 2018. Skripsi: “Hubungan Antara Persepsi Terhadap Dukungan Sosial Suami Dan Ketabahan Pada Ibu Yang Memiliki Anak Penyandang Autis”. Yogyakarta : Universitas Sanata Dharma.
- Riyadi, Agus dan Adinugraha Hendri Hermawan, *The Islamic Counseling Contruction In Da’wah Science Scstructure*. Semarang: UIN Walisongo Semarang. *Journal Of Advence Guidance And Counseling*, Vol. 2 No. 1 2021.
- Riyadi, Agus, *Bimbingan dan Konseling Islam dalam Mengatasi Krisis Spiritual Akibat Dampak Abad Modern (Studi pada Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf Kota Semarang)*. Jurnal Konseling Religi, Vol. 9, No. 1, 2018.
- Robby, Dame Rizqy, *Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual Dengan Depresi Pada Penyandang Cacat Pasca Kusta Di Liposos Donorojo Binaan Yastimakin Bangsri Jepara*. Semarang: Universitas Negri Semarang. *Journal Of Social And Industrial Psychology*. Vol. 2, No. 1 ,2013.
- Sabila, Azmi. 2021. Skripsi: “Bimbingan Keagamaan Dalam Penyembuhan Depresi di Pondok Pesantren Assetresiyah Darul Ubudiyah Sejati Dukuh Garuan Sejomulyo Juwana Pati” Semarang: UIN Walisongo Semarang.
- Saefulloh, Aris. 2008. *Peran Agama Sebagai Sarana Mengatasi Frustasi Dan Depresi Sebuah Telaah Psikologis*. Purwokerto: Stain Purwokerto. *Jurnal Dakwah Dan Komunikasil*. Vol.2, No.2.

- Safrodin, *Uslub Al-Da'wah Dalam Penafsiran Al-Qur'an: Sebuah Upaya Rekonstruksi*, Semarang: UIN Walisongo Semarang. Jurnal Ilmu Dakwah Vol. 39, No. 1 2019.
- Salmawati, 2021. Skripsi: "Upaya Guru Bk Meningkatkan Ketabahan Siswa Dalam Mengikuti Proses Belajar Mengajar Di Mts Madinatussalam Tembung". Medan : UIN Sumatera Utara Medan.
- Sari, Oktaviana Purnama, 2018. Skripsi: "Peranan Bimbingan Rohani Islam Dalam Mengurangi Masalah Depresi Remaja Di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Klas II Bandar Lampung". Bandar Lampung: UIN Raden Intan Lampung.
- Simanjatak, Julianto. 2019. *Merawat Kesehatan Mental Keluarga*. Tangerang: Yayasan Pelikan.
- Siyoto, Sandu. 2015. *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2010. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukandar, Dedi, *Sistem Informasi Manajemen Gejala Depresi Melalui Model User-Centered Berbasis Web*, Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah, 08 (2), 2019.
- Umriana, Anila. 2017. *Peranan Bimbingan Konseling Islam Dalam Meningkatkan Moral Narapidana Anak*. Semarang: UIN Walisongo Semarang. Sawwa. Vol.12. No.2.
- Wawancara dengan Mas Amir sebagai Pengurus, 12 Maret 2022 di Panti Rehabilitasi Nurussalam Sayung Demak.
- Zaimah. 2014. *Dakwah Salah Satu Media Pendidikan Islam*. Medan: Penerbit Riwayah.
- Zuhroh, Luthfiatuz. 2012. Skripsi: " Hubungan Antara Hardiness Dengan Ketakutan Akan Sukses Pada Pegawai Wanita Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Lawang" Malang : UIN Mulana Malik Ibrahim Malang.

Zulkifli, *Bimbingan Agama Islam Dalam Meningkatkan Ketenangan Jiwa Warga Binaan Dilembaga Per masyarakatan*, (Lampung, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2019), *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, Vol. 1, No. 1 Januari-Juni 2019.

## LAMPIRAN

### LAMPIRAN 1. DRAF WAWANCARA

#### DRAF WAWANCARA

##### **A. Pertanyaan untuk pengurus panti Rehabilitasi Nurussalam Sayung**

###### **Demak:**

1. Apa yang melatar belakangi di dirikannya Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak?
2. Siapa pendiri Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak?
3. Ada berapa jumlah pengasuh dan pengurus Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak?
4. Ada berapa jumlah pasien depresi di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak?
5. Kisaran usia berapakah pasien depresi di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak?
6. Dari beberapa jumlah pasien yang ada di panti, asalnya dari mana saja?
7. Apa saja program yang dilakukan di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak?
8. Apa saja kegiatan rutin yang dilakukan di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak?
9. Fasilitas apa yang di dapatkan oleh pasien depresi selama di Panti Rehabilitasi?
10. Apa saja faktor penyebab pasien mengalami depresi?
11. Bagaimana keadaan pasien depresi saat pertama kali masuk Panti Rehabilitasi?
12. Bagaimana cara menangani pasien depresi saat pertama kali masuk ke panti Rehabilitasi?
13. Apa tujuan pelaksanaan bimbingan Agama Islam di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak?
14. Metode apa yang digunakan dalam pelaksanaan bimbingan Agama Islam untuk memebentuk ketabahan pasien depresi?

15. apa yang digunakan dalam pelaksanaan bimbingan Agama Islam untuk membentuk ketabahan pasien depresi?
16. Apa faktor pendukung dalam pelaksanaan bimbingan Agama Islam untuk membentuk ketabahan pasien depresi?
17. Apa hambatan dalam pelaksanaan bimbingan Agama Islam untuk membentuk ketabahan pasien depresi?

**B. Pertanyaan untuk pembimbing Agama Panti Rehabilitasi Nurussalam Sayung Demak :**

1. Bimbingan apa saja yang dilakukan di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak?
2. Bagaimana kondisi pasien depresi di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak?
3. Sejauh ini bagaimana perkembangan pada ketabahan pasien depresi, setelah mengikuti kegiatan atau bimbingan agama Islam yang telah dilakukan?
4. Selain adanya bimbingan agama Islam, apakah ada penanganan khusus?
5. Apakah faktor pemicu yang menjadi penyebab pasien depresi kambuh lagi?
6. Kegiatan dakwah/ ceramah apa yang diberikan kepada pasien dalam upaya membentuk ketabahan?
7. Apakah ada kendala selama dilakukannya proses kegiatan bimbingan Agama Islam?
8. Bagaimana kondidisi pasien depresi setelah mengikuti bimbingan agama Islam?
9. Bagaimana kondisi ketabahan pasien?
10. Bagaimana pembimbing melihat kondisi ketabahan pasien depresi dan apa yang menjadi tolak ukur nya?
11. Metode apa yang digunakan dalam pelaksanaan bimbingan Agama Islam untuk memebentuk ketabahan pasien depresi?
12. Materi apa yang digunakan dalam pelaksanaan bimbingan Agama Islam untuk membentuk ketabahan pasien depresi?

13. Apa faktor pendukung dalam pelaksanaan bimbingan Agama Islam untuk membentuk ketabahan pasien depresi?
14. Apa hambatan dalam pelaksanaan bimbingan Agama Islam untuk membentuk ketabahan pasien depresi?
15. Bagaimana kondisi ketabahan pasien A saat pertama kali masuk Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa?
16. Bagaimana kondisi ketabahan pasien N saat pertama kali masuk Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa?
17. Bagaimana kondisi ketabahan pasien A setelah mengikuti kegiatan bimbingan Agama Islam di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa?
18. Bagaimana kondisi ketabahan pasien N setelah mengikuti kegiatan bimbingan Agama Islam di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa?

**C. Pertanyaan untuk pasien depresi Pondok Rehabilitasi Nurussalam Sayung Demak :**

1. Kapan pertama kali anda masuk ke Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam?
2. Apa yang anda rasakan sebelum masuk ke Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak?
3. Bagaimana kondisi anda sebelum masuk ke Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak?
4. Apa faktor yang menyebabkan anda mengalami hal tersebut?
5. Bagaimana respon dari keluarga anda?
6. Apakah anda diperhatikan keluarga setelah mengalami hal tersebut?
7. Apa saja kegiatan yang diikuti di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak?
8. Apa yang anda rasakan setelah mengikuti bimbingan di Panti Rehabilitasi?
9. Apa ada perubahan yang signifikan yang anda rasakan setelah mengikuti bimbingan?
10. Apakah anda sudah dapat mengontrol diri anda sendiri dalam hal emosi?
11. Apa anda sudah memiliki keyakinan atau prinsip untuk menjalani kehidupan mendatang atau tantangan baru setelah keluar dari panti?

**LAMPIRAN 2.NAMA-NAMA INFORMAN****NAMA-NAMA INFORMAN**

NO	NAMA INFORMAN	KETERANGAN
1	Ustadz Amir	Ketua pengurus Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak
2	Ustadz Ahmad Fawaid	Pembimbing Agama Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak
3	Novianto Edi Himawan	Pasien depresi (sudah sembuh)
4	Abiturrouf	Pasien depresi (sudah sembuh)
5	Budi	Pasien depresi (sudah sembuh)
6	Riswandi	Pasien depresi (sudah sembuh)

### LAMPIRAN 3. SURAT IZIN RISET



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Jl. Prof. Dr. H. Hamka Semarang 50185  
Telepon (024) 7606405, Faksimili (024) 7606405, Website : [www.fakdakom.walisongo.ac.id](http://www.fakdakom.walisongo.ac.id)

Nomor : 2424/Un.10.4/K/KM.05.01/05/2023

31 Mei 2023

Lamp. : -

Hal : *Permohonan Ijin Riset*

Kepada Yth.

Pimpinan Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak  
di Demak

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang menerangkan  
bahwa dalam rangka penyusunan skripsi, mahasiswa berikut:

Nama : Umi Athiyah  
NIM : 1701016090  
Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam  
Lokasi Penelitian : Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Jl. Kalisari-  
Sayung, Ngepreh, Kecamatan Sayung, Kabupaten Demak  
Judul Skripsi : Bimbingan Agama Islam Untuk Membentuk Ketabahan Pasien  
Depresi di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung  
Demak

Bermaksud melakukan riset penggalan data di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa  
Nurussalam Jl. Kalisari - Sayung, Ngepreh, Kecamatan Sayung, Kabupaten Demak.  
Sehubungan dengan itu kami mohonkan ijin bagi yang bersangkutan untuk melakukan  
kegiatan dimaksud.

Demikian atas perhatian dan bantuannya kami ucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

An. Dekan,  
Kepala Bagian Tata Usaha



Tembusan Yth. :

## Lampiran 4. Surat Izin Pra Riset



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Jl. Prof. Dr. H. Hamka Semarang 50185  
Telepon (024) 7606405, Faksimil (024) 7606405, Website : [www.fakdakom.walisongo.ac.id](http://www.fakdakom.walisongo.ac.id)

Nomor : 3964/Un.10.4/K/KM.05.01/10/2022

Semarang, 04 Oktober 2022

Lamp. : -

Hal : Permohonan Ijin Pra Riset

Kepada Yth.

Pimpinan Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak  
di Tempat

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang menerangkan bahwa dalam rangka penyusunan proposal skripsi, mahasiswa berikut:

Nama : Umi Athiyah  
NIM : 1701016090  
Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam  
Rencana Judul Skripsi : Bimbingan Agama Islam Untuk Membentuk Ketabahan Pasien  
Depresi di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung  
Demak

Bermaksud melakukan kegiatan pra riset di Panti Rehabilitasi Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak. Sehubungan dengan itu kami mohonkan ijin bagi yang bersangkutan untuk melakukan kegiatan dimaksud.

Demikian atas perhatian dan bantuannya kami ucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

An. Dekan,  
Kepala Bagian Tata Usaha  
  
SITI BARARAH

*Tembusan :*

Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo (sebagai laporan)

**DOKUMENTASI****GAMBAR 1 WAWANCARA DENGAN PASIEN DEPRESI MAS A****GAMBAR 2 WAWANCARA DENGAN PASIEN DEPRESI BAPAK N**



**GAMBAR 3 WAWANCARA DENGAN PASIEN DEPRESI BAPAK B**



**GAMBAR 4 WAWANCARA DENGAN PASIEN DEPRESI BAPAK R**



**GAMBAR 5 WAWANCARA DENGAN USTADZ AHMAD SELAKU PEMBIMBING AGAMA**



**GAMBAR 6 WAWANCARA DENGAN USTADZ AMIR SELAKU KETUA PENGURUS PANTI REHABILITASI SAKIT JIWA NURUSSALAM SAYUNG DEMAK**



**GAMBAR 7 KEGIATAN PEMBERIAN CERAMAH OLEH PENGURUS PANTI REHABILITASI SAKIT JIWA NURUSSALAM SAYUNG DEMAK**



**GAMBAR 8 KEGIATAN MANAQIB DI PANTI REHABILITASI SAKIT JIWA NURUSSALAM SAYUNG DEMAK BERSAMA PASIEN DEPRESI**



**GAMBAR 9 KEGIATAN SHALAWATAN DI PANTI REHABILITASI SAKIT JIWA NURUSSALAM SAYUNG DEMAK BERSAMA PASIEN DEPRESI**

**DAFTAR RIWAYAT HIDUP****A. Identitas Diri**

1. Nama : Umi Athiyah
2. TTL : Majalengka, 09 Agustus 1999
3. NIM : 1701016090
4. Alamat : Desa Salagedang
  - a. Kecamatan : Sukahaji
  - b. Kabupaten : Majalengka
  - c. Provinsi : Jawa Barat
5. Email : afkaumi@gmail.com

**B. Riwayat Pendidikan**

1. SD/MI : SDN Salagedang 3
2. SMP/MTs : MTsN Rajagaluh
3. SMA/MA : SMAN 1 Sukahaji
4. Perguruan Tinggi : Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

**C. Orang Tua/Wali**

1. Nama Ayah : Hartono
2. Nama Ibu : Rayinah

Semarang, 22 Agustus 2023

Penulis



**Umi Athiyah**

NIM. 1701016090