BIMBINGAN MENTAL SPIRITUAL UNTUK MENUMBUHKAN REGULASI DIRI PADA PENYANDANG DISABILITAS MENTAL DI PANTI PELAYANAN SOSIAL DISABILITAS MENTAL PANGRUKTI MULYO REMBANG

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagai Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Disusun Oleh
Safana Fitriani Mufila
2101016134

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG
2025

NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING

Lamp :-

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. Maka kami menyatakan bahwa skripsi mahasiswa :

Nama : Safana Fitriani Mufila

NIM : 2101016134

Fakultas : Fakultas Dakwah dan Komunikasi

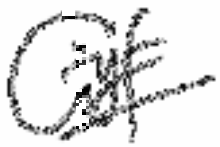
Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam

Judul Skripsi : Bimbingan Mental Spiritual Untuk Menumbuhkan Regulasi Diri Pada Penyandang Disabilitas Mental Di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang untuk diujikan dalam Sidang Munaqosyah. **Wassalamu'alaikum Wr. Wb**

Semarang, 22 Juni 2025

Pembimbing



Ayu Faiza Algifahmy. M.Pd

NIP: 199107112019032018

LEMBAR PENGESAHAN

PENGESAHAN

BIMBINGAN MENTAL SPIRITUAL UNTUK MENUMBUHKAN REGULASI DIRI PADA PENYANDANG DISABILITAS MENTAL DI PANTI PELAYANAN SOSIAL DISABILITAS MENTAL PANGRUKTI MULYO REMBANG

Disusun Oleh:

Safana Fitriani Mufila

(21010161134)

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada Senin, 30 Juni 2025 dan dinyatakan telah memenuhi syarat guna memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos.)

Susunan Dewan Penguji

Penguji I

Hj. Widayat Mintarsih, M.Pd
NIP. 196909012005012001

Penguji II

Ayu Faiza Algifahmy, M.Pd
NIP. 199107112019032018

Penguji III

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

Penguji IV

Cyndy Febrindasari, S.Pd., M.A.
NIP. 199002232020122003

Mengetahui,
Pembimbing

Ayu Faiza Algifahmy, M.Pd.
NIP. 199107112019032018

Disahkan oleh
Dekan, Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Pada tanggal 16-7-2025

Prof. Dr. Moh. Fauzi, M.Ag.
NIP. 197205171998031003

iv

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA

PERNYATAAN

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Safana Fitriani Mufila

NIM : 2101016134

Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini yang berjudul ***"Bimbingan Mental Spiritual untuk Menumbuhkan Regulasi Diri Pada Penyandang Disabilitas Mental di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang"*** adalah hasil karya kerja saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu 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, 15 Juli 2025

Safana Fitriani Mufila

NIM: 2101016134

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Segala puji syukur kehadirat Allah SWT yang mana telah memberikan nikmat, rahmat dan hidayahnya sehingga penulis diberikan kelancaran dan kemudahan dalam menyelesaikan skripsinya yang berjudul "Bimbingan Mental Spiritual untuk Menumbuhkan Regulasi Diri pada Penyandang Disabilitas Mental di Panti Pelayanan Sosial Pangrukti Mulyo Rembang" dengan sebaik-baiknya. Sholawat serta salam tetap tercurahkan limpahkan kepada Nabi Muhammad SAW beserta keluarga dan sahabatnya yang telah membimbing umat manusia ke jalan yang terang benderang yakni Adinul Islam wal Iman. Dengan semangat yang membara untuk menyusun skripsi sebagai persyaratan kelulusan dalam memperoleh gelar Sarjana (S1) jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Pada penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa dalam menyelesaikan penulisan tugas akhir ini bukan hanya karena usaha keras dari penulis sendiri, akan tetapi karena adanya dukungan dari berbagai pihak yang telah memberikan pengarahan, bimbingan dan bantuan dalam bentuk apapun yang sangat besar artinya bagi penulis. Oleh karena itu, penulis berterima kasih terutama penulis sampaikan kepada:

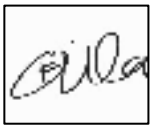
1. Prof. Dr. H. Nizar, M.Ag selaku Rektor Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
2. Prof. Dr. H. Moh. Fauzi, M.Ag. selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang beserta jajaranya
3. Ibu Ema Dr. Hidayanti M.Si. selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam dan Ibu Hj. Widayat Mintarsih, M.Pd. selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam yang telah memberikan petunjuk, dukungan, dan waktunya untuk membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Ayu Faiza Algifahmy, M.Pd. selaku dosen wali dan pembimbing yang senantiasa memberikan arahan, motivasi dan bimbingan selama masa studi, serta menjadi sosok pendamping akademik yang penuh perhatian. Ucapan terima kasih yang tulus penulis sampaikan karena telah membimbing, mengarahkan, dan memberikan masukan yang sangat berarti selama proses penyusunan skripsi sampai penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan lancar.
5. Bapak dan Ibu dosen Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo yang membantu, mengajar dan berbagai pengetahuan kepada penulis selama masa perkuliahan.

6. Bapak Joko Sarwanto MM. Selaku Kepala Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang, yang sudah memberikan izin untuk penulis melakukan penelitian di Panti, ibu Nailal Muna S.Tr.S.Sos dan ibu Tutik Wulandari selaku pekerja sosial dan bapak Triwiyono selaku pembimbing bimbingan mental spiritual yang selalu mendampingi penulis ketika melakukan penelitian di Panti dan memberikan informasi mengenai data-data yang penulis butuhkan untuk penelitian, serta seluruh staff panti yang sudah berbaik hati menerima penulis dalam melakukan penelitian.
7. Bapak Mokh Maryono dan Ibu Kariati selaku orang tua penulis, penyemangat penulis yang tiada henti kapanpun dan dimanapun selalu mendoakan dan mendukung penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar, Hesti Dwi Khoirunisa selaku adik penulis yang juga selalu ada, dan memberikan semangat untuk penulis
8. Semua teman-teman jurusan BPI angkatan 2021 khususnya BPI-D yang telah memberikan warna dalam perjalnanan dibangku perkuliahan
9. Untuk sahabat penulis, Nanda Sovia Roshanti yang sudah seperti saudara bagi penulis yang selalu memberikan penulis tempat dan ruang untuk berkeluh kesah mengenai hal apapun dan semangat serta doa yang selalu diberikan untuk penulis
10. Teman-teman tersayang penulis Ana, Rani, Nanda, Nia yang sudah menjadi teman penulis dari semester awal sampai semester akhir, yang selalu ada dalam keadaan senang maupun sedih untuk penulis

Semoga kebaikan yang telah dilakukan mendapatkan balasan yang setimpal dari Allah SWT, dengan demikian penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis sendiri dan bagi pembaca. Kesempurnaan hanya milik Allah SWT, hanya kepada-Nya kita bersandar, berharap, dan memohon taufiq dan hidayah.

Semarang, 2025

Penulis



Safana Fitriani Mufila

2101016134

PERSEMBAHAN

Puji syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat, Nikmat dan Anugerah-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan penelitian ini. Oleh karena itu, penelitian ini penulis persembahkan kepada:

1. Almamater Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang yang memberikan kesempatan kepada penulis dalam menimba ilmu pengetahuan untuk meraih cita-cita.
2. Bapak Mokh Maryono dan Ibu Kariati yang telah membesarkan penulis dengan kasih sayang, doa, dan pengorbanan tanpa henti selalu menjadi penyemangat dalam setiap proses hidup penulis, penulis ucapkan terima kasih atas segala dukungan baik secara moral maupun materi, yang telah menghantarkan penulis hingga pada tahap ini, setiap langkah yang penulis tempuh tidak lepas dari keikhlasan dan ketulusan orang tua penulis dalam mendampingi, memberikan doa, dan memberikan semangat kepada penulis.
3. Hesti Dwi Khoirunisa selaku adik penulis yang selalu ada dan memberikan semangat untuk penulis.
4. Ibu Jamini dan Bapak Kariyani selaku nenek dan kakek penulis yang selalu memberikan doa yang tak pernah putus untuk penulis.

MOTTO

ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ وَتَطۡمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكۡرِ ٱللَّهِۗ أَلَا بِذِكۡرِ ٱللَّهِ تَطۡمَئِنُّ ٱلۡقُلُوب

"*orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram*"

(Qs.Ar Ra'd ayat :28)

ABSTRAK

Safana Fitriani Mufila (2101016134), Bimbingan Mental Spiritual untuk Menumbuhkan Regulasi Diri Pada Penyandang Disabilitas Mental di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang

Penyandang disabilitas mental masih seringkali dianggap sebagai gangguan dan kurang diterima baik oleh masyarakat, oleh karena itu mereka membutuhkan proses pemulihan agar dapat kembali menjalani kehidupan sebagaimana individu pada umumnya, salah satunya dengan pengembangan regulasi diri yang baik. Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang merupakan salah satu panti yang menyediakan layanan rehabilitasi bagi penyandang disabilitas mental, salah satunya melalui program bimbingan mental spiritual. Pelaksanaan bimbingan mental spiritual dalam menumbuhkan regulasi diri pada penyandang disabilitas mental, tidak hanya melalui pendekatan medis tetapi juga melalui pendekatan spiritual yang dapat memperkuat aspek mental, emosional, dan sosial.

Jenis penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi kasus dan teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara, dan dokumentasi. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan pelaksanaan bimbingan mental spiritual untuk menumbuhkan regulasi diri pada penyandang disabilitas mental. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan metode wawancara, dokumentasi dan observasi. Subjek penelitian ini terdiri dari kepala panti, pembimbing, pekerja sosial serta penyandang disabilitas mental.

Hasil penelitian ini menunjukan bahwa pelaksanaan bimbingan mental spiritual di panti dilakukan secara rutin dan terstruktur setiap hari Rabu yang dilakukan oleh pembimbing mental spiritual pada penyandang disabilitas mental, dengan kegiatan yaitu ceramah, doa , tadarus bersama, dan konseling dengan menggunakan metode ceramah dan ketauladanan yang beirisikan materi akhlak, aqidah dan syari'ah. Bimbingan ini terbukti dapat menumbuhkan regulasi diri dengan adanya perubahan pada penyandang disabilitas mental, yaitu yang awalnya belum ada keasadaran diri, sekarang ada kesadaran diri seperti mau menjalankan ibadah, yang awalnya masih sering emosi atau mengamuk sekarang ada kemampuan pengendalian emosi serta perilaku sosial yang awalnya kurang baik sekarang menjadi lebih baik. Kegiatan ini juga membantu mereka membangun motivasi hidup dan menerima keadaan diri secara lebih utuh. Terlihat dari perubahan-perubahan yang terjadi pada penyandang disabilitas mental maka dari itu terbukti bahwa pelaksanaan bimbingan mental spiritual yang dilakukan oleh Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang ini dapat menumbuhkan regulasi diri pada penyandang disabilitas mental sebelum nantinya mereka kembali pada keluarga dan masyarakat.

Kata Kunci: Bimbingan Mental Spiritual, Regulasi Diri, Disabilitas Mental

DAFTAR ISI

NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING.....i

LEMBAR PENGESAHAN.....**Error! Bookmark not defined.**

PERNYATAAN iii

KATA PENGANTAR.....ivi

PERSEMBAHAN.....vii

MOTTO viii

ABSTRAK.....viii

DAFTAR ISI ix

DAFTAR TABEL..... xiiii

DAFTAR LAMPIRAN..... xivv

BAB I PENDAHULUAN..... 1

A. Latar Belakang.....**1**

B. Rumusan Masalah **7**

C. Tujuan.....**7**

D. Manfaat Penelitian.....**7**

E. Tinjauan Pustaka.....**8**

F. Metode Penelitian.....**10**

1. Jenis Penelitian.....10
2. Sumber Data dan Jenis Data 10
3. Definisi Konseptual Variabel.....12
4. Teknik Pengumpulan Data.....12
5. Keabsahan Data 14
6. Analisis Data.....14

G. Sistem Penulisan.....**16**

BAB II LANDASAN TEORI..... 18

A. Bimbingan Mental Spiritual 18

1. Pengertian Bimbingan Mental Spiritual 18
2. Tujuan Bimbingan Mental Spiritual 21
3. Metode Bimbingan Mental Spiritual 22
4. Materi Bimbingan Mental Spiritual 24
5. Media 25

B. Regulasi Diri 25

1. Pengertian Regulasi Diri 25
2. Indikator Regulasi Diri 26
3. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Regulasi Diri 28

C. Disabilitas Mental 311

1. Pengertian Disabilitas Mental 311
2. Faktor Penyebab Disabilitas Mental 33
3. Macam-Macam Disabilitas Mental 33
4. Urgensi Bimbingan Mental Spiritual Untuk Menumbuhkan Regulasi Diri Pada Penyandang Disabilitas Mental 36

BAB III GAMBARAN UMUM DAN OBYEK PENELITIAN 39

A. Gambaran Umum Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang 39

1. Sejarah Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang 39
2. Latar Belakang 40
3. Landasan Hukum Berdirinya Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang 41
4. Visi dan Misi Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang 41
5. Tugas pokok dan fungsi Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang 42

6. Tujuan dari didirikannya Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang 42
7. Kegiatan Penyandang Disabilitas Mental di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang 43
8. Kepengurusan Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang 43
9. Sarana dan Prasarana 44
10. Alur Pelayanan 45
B. Data Informan 46
1. Pengurus Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang ..46
2. Penyandang disabilitas mental atau Penyandang Disabilitas Mental 47
C. Pelaksanaan Bimbingan Mental Spiritual untuk Menumbuhkan Regulasi Diri pada Penyandang Disabilitas Mental di Panti Pelayanan Sosial Pangrukti Mulyo Rembang 47
1. Pelaksanaan Bimbingan Mental Spiritual 47
2. Tujuan Bimbingan Mental Spiritual 55
3. Metode Bimbingan Mental Spiritual 57
c. Materi Bimbingan Mental Spiritual 59
d. Media Bimbingan Mental Spiritual 63
BAB IV PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN 64
A. Analisis Pelaksanaan Bimbingan Mental Spiritual untuk Menumbuhkan Regulasi Diri pada Penyandang Disabilitas Mental di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang 644
1. Pelaksanaan Bimbingan Mental Spiritual 644
2. Tujuan Bimbingan Mental Spiritual 68
3. Metode Bimbingan Mental Spiritual 71
4. Materi Bimbingan Mental Spiritual 733
5. Media Bimbingan Mental Spiritual 799

BAB V PENUTUP 833

A. Kesimpulan **833**

B. Saran **844**

C. Penutup **855**

DAFTAR PUSTAKA 866

RIWAYAT HIDUP 1044

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Sarana dan Prasarana yang tidak bergerak.....44
Tabel 3. 2 Alur Pelayanan.....45
Tabel 4. 1 Indikator Regulasi Diri.....80

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Draf Wawancara 93
Lampiran 2. Surat Ijin Riset/Observasi 96
Lampiran 3. Dokumentasi 97

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan mental adalah kunci untuk membangun hubungan sosial, menjadikan hidup lebih produktif, dapat mengembangkan diri, dan menjadi individu yang bertanggung jawab atas hidup dan lingkungannya. Sebaliknya, jika seseorang terkena masalah mental maka seseorang menjadi tidak produktif dan lebih cenderung tidak dapat mengembangkan potensi diri. Kesehatan mental sendiri atau lebih dikenal dengan *mental health* sudah menjadi isu global di berbagai negara. Isu *mental health* semakin meningkat setelah adanya pandemi covid 19 yang pernah terjadi di hampir seluruh negara (Novianti, 2023). Pada saat ini kesehatan mental juga masih menjadi isu yang masih banyak dibahas karena telah ditemukannya kasus kesehatan mental yang terjadi pada orang yang berusia muda, gangguan mental ini dapat terjadi pada siapa saja terutama orang yang sulit untuk beradaptasi dengan perubahan. Walaupun tidak mengakibatkan kematian secara langsung, gangguan kesehatan mental ini dapat menyebabkan penderitaan berkepanjangan, baik bagi penderita, keluarga, dan orang-orang yang ada disekitarnya.

Kesehatan mental sendiri dibutuhkan seseorang agar dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual dan sosial sehingga dapat menyadari kemampuannya sendiri, mengatasi tekanan, bekerja secara produktif dan dapat bertanggung jawab atas dirinya dan lingkungannya (Ariadi, 2019). Kesehatan mental merupakan faktor penting dalam kehidupan manusia yang mempengaruhi kulaitas hidup seseorang (Zahrani et al., 2024). Menurut WHO, seseorang dapat dikatakan dengan sehat mentalnya jika dia sehat secara fisik, rohani, dan sosial. Berdasarkan hasil dari Riset Kesehatan Dasar (RisKesDas) tahun 2013 menunjukan prevelensi gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala depresi dan kecemasan untuk usia 15 tahun ke atas mencapai sekitar 14 juta orang atau 6% dari jumlah penduduk Indonesia. Sedangkan, gangguan jiwa berat seperti skizofrenia mencapai sekitar 400.000 orang atau sebanyak 1,7 per 1000 penduduk (Rahmanto, 2019). Data dari Riset Kesehatan Dasar (RisKesDas) tahun 2018 mengungkapkan bahwa lebih dari 19 juta penduduk Indonesia yang berusia diatas 25 tahun mengalami gangguan mental emosional, dan lebih dari 12 juta orang dalam kelompok usia yang sama menderita depresi. Temuan ini mencerminkan bahwa

permasalahan kesehatan mental masih belum tertangani secara optimal. Perlu disadari bahwasannya kesehatan mental merupakan keadaan dimana setiap individu menyadari potensi yang dimilikinya dengan mampu menanggulangi tekanan hidup, bekerja secara produktif dan mampu memberikan kontribusi bagi lingkungannya (Milenia, 2022). Kesehatan mental sendiri mengarah pada kesehatan semua aspek perkembangan diri seseorang baik fisik maupun psikis (Mahardika et al., 2022). Data dari WHO juga menunjukkan prevalensi gangguan mental yang terjadi di Indonesia pada tahun 2021 mencapai 9,8% dengan angka depresi mencapai 6,6%. Hal ini diperkirakan akan terus meningkat pada tahun 2024 terutama diakibatkan dari dampaknya pandemi covid 19 yang pernah terjadi secara berkepanjangan. Dalam survey Asia Care Survey 2024 yang melibatkan 1.000 responden di Indonesia, ditemukan bahwa 20,7% responden khawatir mengalami depresi, sementara 9,1 % mengkhawatirkan gangguan kognitif (Fatika, 2024). Ada beberapa faktor yang menjadi meningkatnya kasus gangguan mental di Indonesia, yaitu: stres, trauma, stigma sosial dan kurangnya akses mengenai layanan kesehatan mental (Agustian, 2024).

Penyandang disabilitas mental sendiri adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan seseorang yang mengalami masalah mental, yaitu mereka yang mengalami gangguan pada fungsi pikir, emosi, dan perilaku pada kehidupan sehari-harinya. Berdasarkan Undang-Undang Nomor 8 tahun 2016 tentang penyandang disabilitas mental gangguan jiwa adalah gangguan yang mengganggu fungsi pikir mereka, seperti halusinasi, delusi, gangguan persepsi, emosi, cemas, takut, gelisah, sedih dan gembira yang berlebihan, merasa tidak berarti, putus asa, rasa bersalah yang muncul tiba-tiba, menarik diri dari orang lain dan kehilangan minat pada aktivitas (Galih Fajar Fadillah & Aini, 2023).

Disabilitas mental merupakan gangguan pada fungsi pikir, emosi, dan perilaku yang dapat berupa gangguan psikososial seperti skizofrenia, bipolar, depresi serta gangguan perkembangan seperti autisme dan hiperaktif. Gangguan ini menimbulkan ketidakmampuan dalam pengaturan diri, termasuk regulasi emosi dan perilaku. Pada penyandang disabilitas mental dengan gangguan pada lobus frontal otak ini dapat menyebabkan kesulitan dalam berpikir rasional, mengontrol emosi dan berperilaku sesuai dengan situasi sosial. Lalu ada gangguan intelektual dan gangguan emosi seperti depresi, kecemasan yang dapat memperburuk regulasi diri yang ada pada mereka dan yang terakhir yaitu konflik batin yang dapat memperparah kondisi mental sehingga menimbulkan kebingungan dan stres yang menghambat kemampuan pengendalian diri

(Fidiyani et al., n.d.). Perubahan yang terjadi dalam penyandang disabilitas mental menyebabkan mereka mengalami kesulitan dalam berkomunikasi, berekspresi, dan berpartisipasi dalam masyarakat. Padahal, regulasi diri adalah proses proaktif dimana individu secara konsisten dapat mengatur dan mengelola pikiran, emosi dan perilaku mereka untuk mencapai tujuan (Tarbiyah & Kudus, 2014).

Regulasi diri merupakan salah satu aspek penting yang harus diperhatikan dalam pemberdayaan penyandang disabilitas mental. Sejumlah penelitian menunjukan bahwa regulasi memiliki peranan penting dalam proses rehabilitasi dan pemulihan mental, khsusunya bagi individu dengan gangguan jiwa. Menurut Zimemerman (2000) regulasi diri mencakup kemampuan individu dalam menetapkan tujuan, mengelola emosi, serta mengevaluasi dan menyesuaikan perilaku untuk mencapai keseimbangan psikologis. Dalam konteks penyandang disabilitas mental, lemahnya regulasi diri berkorelasi dengan munculnya perilaku maladaptif, rendahnya motivasi dan ketidakmampuan untuk mengatur emosi dan perilaku ini dapat menghambat mereka dalam berinteraksi sosial, belajar dan menjalani kehidupan sehari-hari secara mandiri. Oleh karena itu, pengembangan regulasi diri menjadi fokus penting dalam intervensi psikososial, termasuk melalui pendekatan spiritual sebagai sumber penguatan nilai, makna hidup, dan kendali hidup yang lebih stabil.

Hasil pengamatan awal yang dilakukan oleh peneliti di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang menunjukan bahwa sebagian besar penyandang disabilitas mental yang baru datang ke panti berada dalam kondisi regulasi diri yang rendah. Hal ini tampak dari perilaku yang impulsif, ketidakmampuan mengendalikan emosi, serta minimnya kesadaran terhadap diri sendiri dan lingkungan sekitar. Informasi yang diperoleh dari pembimbing spiritual dan pekerja sosial di panti menyatakan bahwa kondisi psikologis tersebut kerap disertai dengan perasaan putus asa, menarik diri, hingga kehilangan motivasi hidup. Berdasarkan temuan tersebut, layanan bimbingan mental spiritual di panti menjadi salah satu pendekatan utama yang digunakan secara konsisten untuk menumbuhkan regulasi diri para penyandang disabilitas mental khususnya dalam hal penguatan kesadaran diri, kestabilan emosi dan perilaku adaptif melalui nilai-nilai keagamaan yang relevan dengan kebutuhan mereka.

Penyandang disabilitas merupakan salah satu makhluk ciptaan tuhan yang memiliki hak seperti yang lainnya, walaupun dengan keadaan keterbatasan pada fungsi pikiran dan emosinya. Penyandang disabilitas memiliki hak-hak nya dalam kehidupan bermasyarakat seperti hak kebebasan untuk berekspresi dan yang lainnya (S et al.,

2022). Dalam bidang psikologi, disabilitas mental dipandang sebagai permasalahan yang tercermin melalui keterbatasan dalam fungsi sosial dan psikologis individu. Namun, isu terkait disabilitas mental ini sering kali sulit untuk dipahami secara menyeluruh. Oleh karena itu, penanganannya perlu dikaitkan dengan pendekatan medis dan sosial secara menyeluruh.

Pemulihan yang dapat dilakukan untuk penyembuhan pada disabilitas mental adalah dengan melakukan perawatan sesuai dengan jenis gangguan yang dialami yaitu memberikan obat sesuai resep dokter, terapi, rehabilitasi dan juga harus tetap ada dukungan dari keluarga. Salah satu aspek penting dalam upaya penyembuhan pada disabilitas mental adalah keberanian dan dukungan dari keluarga atau orang terdekat untuk menerima kenyataan (Saputri, 2022).

Proses rehabilitasi merupakan salah satu upaya yang dilakukan untuk membantu pemulihan bagi penyandang disabilitas mental. Bagi para penyandang disabilitas mental upaya pemulihan sangatlah diperlukan, dengan harapan mereka dapat kembali bersosialisasi sekaligus dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya, baik pada lingkungan keluarga maupun lingkungan masyarakat (Badra & Sukranatha, 2022). Pengobatan dan rehabilitasi merupakan salah satu bentuk upaya dari penanganan bagi para penyandang disabilitas mental. Dalam hal ini dibutuhkan tenaga profesional dan bertanggung jawab untuk menangani para penyandang disabilitas mental. Tujuannya yaitu agar pelayanan yang diberikan nantinya dapat terlaksana dengan baik, sehingga permasalahan-permasalahan yang muncul dalam kehidupan penyandang disabilitas mental ini dapat teratasi dengan baik pula (Saputri, 2022). Para petugas yang memberikan pelayanan di tempat-tempat rehabilitasi biasanya terdiri dari petugas panti yang profesional, kyai atau ustadz, paramedis dan lainnya. Upaya rehabilitasi untuk para penyandang disabilitas mental dapat menggunakan layanan bimbingan-bimbingan yang ada di tempat rehabilitasi atau panti rehabilitasi tersebut. Salah satu layanan yang dinilai efektif dalam proses pemulihan adalah bimbingan mental spiritual.

Bimbingan mental spiritual adalah salah satu layanan yang disediakan oleh panti sebagai upaya rehabilitasi terhadap penyandang disabilitas mental. Para penyandang disabilitas mental membutuhkan bimbingan mental spiritual untuk mencapai ketenangan jiwa dalam kehidupan mereka, hal ini selaras pendapat (Nur Ikha Wijayanto et al., 2023) mengenai bimbingan Islam yang dibutuhkan, karena bimbingan islam dilakukan untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan, kesehatan dan kebersihan jiwa dan jika mereka merasakan ketenangan memungkinkan untuk mereka

mengembalikan regulasi diri yang ada di diri mereka yang sempat hilang karena terdapat masalah pada mental mereka. Mereka sering merasakan rasa bersalah dan merasa terhina atau disisihkan, yang berdampak negatif terhadap kehidupan mereka. Mereka menyadari bahwa perilaku yang mereka tunjukan tidak diterima oleh banyak orang, bahkan kerap dianggap mengganggu serta bertentangan dengan norma-norma sosial yang berlaku. Kondisi ini menimbulkan tekanan batin akibat adanya pandangan negatif dari masyarakat terhadap tindakannya dan menghasilkan regulasi diri yang tidak baik akibat dari tekanan tersebut, seperti halnya menjadi lebih temperamen atau mudah terpengaruh dengan ucapan orang lain.

Kurangnya bimbingan spiritual akan menyebabkan penyandang disabilitas mental mengalami perasaan hampa akan spiritual, yang dapat menyebabkan lebih banyak masalah mental seperti rasa putus asa, kecewa, dan stress muncul kembali. Hal ini dapat menyebabkan penyandang disabilitas mental untuk melakukan hal-hal negatif. Maka dari itu, untuk membantu penyandang disabilitas mental mengenal dan memahami agama, diperlukan adanya program bimbingan mental spiritual. Hal ini dikarenakan orang yang menderita gangguan mental tidak akan hidup dengan rasa tenang dan sering mengalami gangguan yang dapat menyebabkan stress bahkan konflik batin. Oleh karena itu diperlukan adanya para ahli seperti konselor atau penyuluh agama yang dapat membantu mereka membangun jiwa spiritual yang kuat dan membangun kembali regulasi diri yang baik juga.

Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental (PPSDM) Pangrukti Mulyo Rembang merupakan salah satu lembaga pemerintah dibawah naungan Dinas Sosial Jawa Tengah yang mengupayakan penanganan terhadap masalah kesejahteraan sosial bagi penderita gangguan kejiwaan atau penyandang disabilitas mental dengan melibatkan peran aktif dari keluarga dan masyarakat untuk membantu proses pelayanan kesejahteraan sosial. Penyandang disabilitas mental ini mempunyai latar belakang yang sangat beragam. Ada yang eksploitasi, penelantaran, memiliki keluarga tetapi mendapat tindak kekerasan dan lainnya salah satu tugas pokok Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental (PPSDM) Pangrukti Mulyo Rembang adalah memberikan pelayanan dan rehabilitasi sosial.

Berdasarkan hasil riset yang dilakukan peneliti dengan narasumber panti, maka peneliti mengetahui bahwa terdapat bimbingan-bimbingan yang digunakan sebagai salah satu proses pelayanan dan rehabilitasi untuk penyandang disabilitas, diantaranya

adalah bimbingan mental spiritual, bimbingan fisik, bimbingan sosial, bimbingan kemasyarakatan dan bimbingan keterampilan kerja. Selain itu, peneliti mengetahui bahwa jenis gangguan mental yang ditangani di panti ini diantaranya adalah bipolar, depresi dan skizofrenia. Pemberian layanan bimbingan pada penyandang disabilitas menta ini tentunya dilakukan oleh petugas panti serta pembimbing agama yang tentunya dengan berbekal ilmu pengetahuan mengenai pelaksanaan pelayanan bimbingan tersebut. Salah satu bimbingan yang digunakan sebagai upaya pemulihan penyandang disabilitas mental adalah dengan menggunakan bimbingan mental spiritual, karena pada dasarnya spiritual memiliki hubungan yang erat dengan mental seseorang. Dalam layanan ini, ada konseling diberikan kepada penyandang disabilitas mental agar dapat menjadi solusi bagi permasalahan kesejahteraan spiritual. Setelah mendapatkan layanan bimbingan spiritual penyandang disabilitas dapat menemukan nilai kehidupan dan ketenangan (Nihayah et al., 2024). Dengan spiritual menjadikan perasaan seseorang lebih nyaman dan pikiran yang mengalami stress masih dapat berpikir dengan jernih sehingga penyandang disabilitas dapat mengontrol emosi dan perilakunya. Spiritual disini juga dapat mengantarkan seseorang lebih dekat dan selalu mengingat kepada sang pencipta.

Pembinaan mental spiritual bertujuan untuk mengarahkan individu dalam memperbaiki serta memperbarui perilaku yang ditunjukkannya (Akbar et al., 2022). Pada beberapa ayat Al-Qur'an menunjukan gambaran jiwa manusia yang kosong dari keimanan kepada Allah hal tersebut yang menyebabkan kehidupannya terjerumus pada kesengsaraan, seperti hal nya seorang individu yang terlalu jauh kepada penciptanya maka dia akan memiliki pikiran, kontrol emosi serta perilaku yang buruk atau mental yang buruk (Afidah, 2021). Salah satu firman Allah SWT di dalam surah al-baqarah ayat 206, yang berbunyi:

وَاِذَا قِيْلَ لَهُ اتَّقِ اللّٰهَ اَخَذَتْهُ الْعِزَّةُ بِالْاِثْمِ فَحَسْبُهٗ جَهَنَّمُۗ وَلَبِئْسَ الْمِهَاد

Artinya : *Apabila dikatakan kepadanya, "Bertakwalah kepada Allah," bangkitlah kesombongan yang menyebabkan dia berbuat dosa (lebih banyak lagi). Maka, cukuplah (balasan) baginya (neraka) Jahanam. Sungguh (neraka Jahannam) itu seburuk-buruk tempat tinggal.*

Ayat tersebut menggambarkan keadaan jiwa yang tidak sehat dikarenakan sifat keangkuhan yang ditunjukan manakala dia diajak kembali ke jalan yang benar. Disinilah diperlukan upaya pemeliharaan dan bimbingan jiwa secara benar agar

senantiasa mampu menghadapi berbagai gangguan jiwa yang terdapat pada diri seseorang. Sama halnya dengan bimbingan spiritual mental yang dilakukan oleh petugas Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang " **Bimbingan Mental Spiritual untuk Menumbuhkan Regulasi Diri Pada Penyandang Disabilitas Mental di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang**"

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang sudah dipaparkan maka yang menjadi rumusan masalah yaitu "Bagaimana pelaksanaan bimbingan mental spiritual untuk menumbuhkan regulasi diri pada penyandang disabilitas mental di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental (PPSDM) Pangrukti Mulyo Rembang" ?

C. Tujuan

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan, penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan serta menganalisis bagaimana bimbingan mental spiritual dilakukan dalam upaya menumbuhkan regulasi diri pada penyandang disabilitas mental di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang

D. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoretis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan serta membantu perkembangan keilmuan dalam bidang Bimbingan dan Penyuluhan Islam, yang berkaitan dengan menumbuhkan regulasi diri pada penyandang disabilitas mental Kesejahteraan Sosial khususnya penyandang disabilitas mental melalui bimbingan spiritual mental.

b. Manfaat praktis

Manfaat praktis dari hasil penelitian yaitu:

1. Bagi pembimbing diharapkan dapat meningkatkan kualitas bimbingan mental spiritual yang diberikan sehingga dapat menumbuhkan kembali regulasi diri yang baik bagi penyandang disabilitas mental dengan maksimal
2. Bagi penyandang disabilitas mental diharapkan dapat membantu mereka untuk mengembangkan kemampuan regulasi diri melalui pendekatan bimbingan mental spiritual yang relevan dengan kebutuhan mereka.

E. Tinjauan Pustaka

Bagian tinjauan pustaka berisi rangkuman dari berbagai penelitian dan karya ilmiah yang menjadi dasar pemikiran dalam penelitian ini. Tinjauan pustaka adalah kajian yang dilakukan secara kritis dan terstruktur terhadap hasil-hasil penelitian terdahulu yang memiliki relevansi dengan topik yang sedang diteliti. Dengan melakukan kajian ini, peneliti dapat mengeksplorasi aspek yang belum banyak dibahas serta meminimalisasi potensi adanya plagiarisme. Berikut ini ada beberapa penelitian yang relevan sebagai referensi dalam penelitian:

1. Nabilatul Fauziah, pada skripsi tahun 2023 dengan judul " Bimbingan Mental Spiritual Untuk Menumbuhkan Kepercayaan Diri Penyandang Disabilitas di Pondok Pesantren Roudlotun Nasyi'in Desa Dadapan Kecamatan Sedan Kabupaten Rembang" Fakultas Dakwah UIN Walisongo jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam , UIN Walisongo Semarang. penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Hasil dari penelitian menunjukan bahwa dengan adanya pelaksanaan bimbingan mental spiritual dapat menumbuhkan kepercayaan diri pada penyandang disabilitas di pondok pesantren Roudlotun Nasyi'in Ash-shiddiqiyah. Pada pelaksanaanya menggunakan materi motivasi, mengamalkan kalimat Thayyibah, rukun iman, dan hukum islam serta akhlak terpuji sehingga materi disampaikan pada saat bimbingan mental spiritual dapat diterima baik oleh penyandang disabilitas hal ini yang berpotensi menumbuhkan kepercayaan diri pada penyandang disabilitas.
2. Yulia Antika, skripsi pada tahun 2024 berjudul " Bimbingan Agama Islam dalam Membentuk Rasa Syukur pada Disabilitas Mental Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Ngudi Rahayu Kendal" UIN Walisongo Semarang, fakultas Dakwah dan Komunikasi, jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil dari penelitian ini menunjukan bahwa pelaksanaan bimbingan agama yang dilakukan oleh penyuluh agama islam depag kendal efektif digunakan untuk para disabilitas mental dengan materi yang ditekankan pada penyadaran keagamaan sehingga terjadi perubahan pada penyandang disabilitas mental untuk lebih bisa mensyukuri kehidupannya dengan mengontrol emosi dan hati yang tenang dengan bersyukur.

3. Ana Bella Puandina, skripsi pada tahun 2023 dengan judul " Bimbingan Mental Spiritual Untuk Menumbuhkan *Self- Acceptance* Penyandang Disabilitas Fisik di Sentra Terpadu Prof.Dr. Soeharto Surakarta" jurusan Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, penelitian ini menggunakan metode penelitian lapangan kualitatif dengan data yang diperoleh melalui hasil wawancara, observasi dan dokumentasi. Hasil dari penelitian ini membuktikan bahwa dengan adanya pelayanan bimbingan mental spiritual ini sangat membantu ppks di Sentra Terpadu Prof.Dr. Soeharto Surakarta untuk dapat menerima keadaan dirinya dengan menginternalisasikan ajaran-ajaran yang telah diberikan oleh konselor/pembimbing.
4. Septi Wulandari, skripsi pada tahun 2020 dengan judul " Pelaksanaan Bimbingan Mental Bagi Penyandang Disabilitas Mental di BRSDM " Dharma Guna" Bengkulu", jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin, adab, dan Dakwah, IAIN Bengkulu. Penelitian ini menggunakan metode penelitian lapangan dengan pendekatan kualitatif. Hasil dari penelitian ini yaitu bimbingan mental yang lebih terfokus pada kegiatan bimbingan spiritual dan bimbingan psikososial. Pada pelaksanaan bimbingan mental juga terdapat faktor yang mendukung kegiatan tersebut sehingga pelaksanaan kegiatan tersebut dapat tercapai dengan maksimal.
5. Dewantara Damai Nazar, skripsi pada tahun 2020 dengan judul " Penerimaan Diri Sebagai Penyandang Disabilitas Mental Dalam Proses Rehabilitasi di Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental (RPSDM)" Martani", Kroya, Cilacap" jurusan Bimbingan dan Konseling Islam fakultas Dakwah, IAIN Purwokerto. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif. Penelitian ini hanya menggunakan satu orang sebagai subyek penelitian. Pada penelitian bukti dari penerimaan diri yang dilakukan oleh subjek adalah dengan kepatuhan pada peraturan panti, antusias mengikuti kegiatan, dan mandiri dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

Penelitian pada tinjauan diatas berbeda dengan penelitian yang akan penulis lakukan, penelitian ini akan berfokus pada bagaimana bimbingan mental spiritual dapat menumbuhkan regulasi diri pada penyandang disabilitas mental, yaitu kemampuan untuk mengatur emosi, pikiran, dan perilaku agar dapat hidup lebih mandiri dan seimbang. Penelitian ini tidak hanya akan menjelaskan proses bimbingan mental spiritual tetapi juga menelusuri dampaknya bagi kehidupan para

penyandang disabilitas mental dalam regulasi diri mereka yang tentunya berbeda dengan orang yang sehat mentalnya. Tujuannya yaitu agar dapat mengetahui seberapa besar peran bimbingan mental spiritual ini untuk membantu mengendalikan emosi, berpikir lebih tenang, dan berperilaku lebih baik.

Pemilihan tempat di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang ini karena terdapat integrasi antara pendekatan spiritual dan pendekatan sosial yang dilakukan secara konsisten. Panti ini tidak hanya fokus pada pengobatan medis atau terapi kejiwaan akan tetapi juga menjadikan nilai-nilai agama sebagai bagian penting dalam proses pemulihan mental. selain itu, PPSDM Pangrukti Mulyo Rembang ini memiliki latar belakang penyandang disabilitas mental yang beragam dengan kondisi sosial yang berbeda-beda.

F. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif deskriptif, yaitu menganalisis dan menyajikan fakta secara sistematik sehingga dapat lebih mudah untuk dipahami dan disimpulkan. Pendekatan kualitatif merupakan suatu proses penelitian yang dilakukan secara wajar dan natural sesuai dengan kondisi objektif di lapangan tanpa adanya manipulasi. Penelitian kualitatif menurut Moleong (2016) bertujuan untuk memperoleh pemahaman umum mengenai kenyataan sosial dari perspektif partisipan. Pemahaman ini tidak ditentukan sebelumnya, melainkan diperoleh setelah melakukan analisis terhadap kenyataan sosial yang menjadi fokus penelitian.

Pendekatan studi kasus adalah pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini. Pendekatan ini terdiri dari rangkaian kegiatan ilmiah yang dilakukan secara menyeluruh, mendalam tentang program, peristiwa dan aktivitas tertentu, baik pada individu, sekelompok orang, lembaga atau organisasi. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan pengetahuan mendalam tentang peristiwa tersebut (Rijali, 2018). Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus bertujuan untuk memahami secara mendalam mengenai penerapan pelaksanaan bimbingan mental spiritual untuk menumbuhkan regulasi diri pada penyandang disabilitas mental di Panti Pangrukti Mulyo Rembang.

2. Sumber Data dan Jenis Data

Untuk memberikan sekumpulan informasi yang disusun, sehingga menghasilkan kesimpulan dan data yang valid maka dibutuhkan subyek darimana

data tersebut didapatkan. Sumber data adalah tempat atau asal dari mana data diperoleh. Sumber data dapat beragam dan bergantung pada jenis penelitian atau analisis yang dilakukan. Sedangkan data adalah segala informasi yang berkaitan dengan penelitian yang dilakukan. Jenis data mengacu pada karakteristik atau bentuk dari informasi yang dikumpulkan atau dianalisis. Data kualitatif mendeskripsikan kualitas atau sifat subjektif dari suatu fenomena. Data ini umumnya berbentuk teks atau naratif, seperti kutipan dari wawancara, catatan lapangan, atau analisis teks (Nurjanah, 2021). Disini peneliti menggunakan dua sumber data yaitu sebagai berikut:

a. Sumber data primer

Sumber data primer yaitu data yang diperoleh langsung dari subjek atau sumbernya tanpa reprensentasi (Pasaribu et al., 2022). Data-data tersebut dapat dikumpulkan dengan angket, kuesioner, wawancara, observasi, dokumentasi dan sebagainya. Data primer dalam penelitian ini akan diperoleh dengan wawancara dengan beberapa sumber utama dalam penelitian ini seperti, kepala panti, pembimbing mental spiritual, dan pekerja sosial, observasi dilakukan secara langsung dilapangan saat pelaksanaan bimbingan mental spiritual di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang, dokumentasi berupa catatan, foto atau video pelaksanaan bimbingan mental spiritual. Data primer ini memberikan gambaran langsung tentang pelaksanaan bimbingan mental spiritual untuk menumbuhkan regulasi diri pada penyandang disabilitas mental.

b. Sumber data sekunder

Sumber data sekunder adalah sumber data yang diperoleh dari sumber kedua yang tidak langsung memberikan data ke pengumpul data atau lewat orang lain dan dokumen (Pasaribu et al., 2022). Sumber data sekunder pada penelitian ini dibantu dari beberapa jurnal dan juga skripsi yang berkaitan dengan penulisan judul skripsi peneliti seperti jurnal yang berkaitan dengan bimbingan mental spiritual, regulasi diri dan berbagai teori mengenai penyandang disabilitas mental.

3. **Definisi Konseptual Variabel**

a. Menurut Hidayati bimbingan mental spiritual adalah suatu bimbingan yang bertujuan untuk memperbaiki kondisi seseorang agar lebih sehat sesuai dengan ajaran agamanya dan dilakukan untuk membantu seseorang menjadi lebih baik lagi secara mental maupun spiritual sesuai dengan ajaran Tuhannya. Materi yang disampaikan dan teknik yang digunakan selama kegiatan dibahas dalam pelaksanaan ini.

b. Regulasi diri pada penyandang disabilitas mental, regulasi diri adalah kemampuan yang dimiliki oleh seorang individu untuk mengendalikan perasaan, pikiran dan perilaku untuk mencapai tujuan tertentu termasuk pada penyandang disabilitas mental. Menurut Shuck regulasi diri adalah kemampuan untuk mengontrol diri sendiri yang berupa pikiran, perasaan dan tingkah laku. Kemampuan ini penting bagi penyandang disabilitas untuk menunjang kemandirian, penerimaan diri, dan keberhasilan dalam menjalani hidup.

4. **Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti ini adalah sebagai berikut :

a. Wawancara

Wawancara merupakan proses interaksi atau komunikasi secara langsung antara pewawancara dengan responden. Agar wawancara efektif, maka terdapat berapa tahapan yang harus dilalui, yakni; 1).mengenalkan diri, 2) menjelaskan maksud kedatangan, 3) menjelaskan materi wawancara, dan 4).mengajukan pertanyaan. Wawancara dalam konteks penelitian adalah salah satu metode pengumpulan data kualitatif yang melibatkan interaksi langsung antara peneliti (sebagai pewawancara) dengan responden (subjek atau informan) untuk mendapatkan informasi yang mendalam tentang pengalaman, pandangan, pengetahuan, atau sikap mereka terkait dengan topik penelitian (Pasaribu et al., 2022) .Peneliti akan mewawancarai Kepala Panti, pembimbing bimbingan mental spiritual, dua pekerja sosial, dan tiga pasien disabilitas mental dengan kondisi tenang melalui metode wawancara yang dirancang secara terpimpin dan terdiri dari serangkaian pertanyaan. Metode wawancara ini dilakukan guna mendapatkan data tentang proses pelaksanaan bimbingan mental spiritual untuk

menumbuhkan regulasi diri pada penyandang disabilitas mental di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang.

b. Observasi

Menurut Marshall dalam (Handayani, 2020) dengan cara observasi, dapat diketahui perilaku dalam situasi sosial tertentu. Observasi adalah pengamatan dan pencatatan terhadap fenomena atau gejala yang diteliti. Hasil observasi berupa aktivitas, kejadian, peristiwa, objek, kondisi atau suasana tertentu, dan perasaan emosi seseorang. Observasi dilakukan untuk memperoleh gambaran riil suatu peristiwa atau kejadian untuk menjawab pertanyaan penelitian. Dalam observasi ini peneliti menggunakan pengumpulan data melalui studi lapangan dengan melihat dan mengamati kondisi masyarakat atau pasien rehabilitasi yang ada di Panti tersebut. Metode ini digunakan untuk mendapatkan data yang sah dan dapat diandalkan untuk menyelesaikan masalah. Selanjutnya, observasi dilakukan sesuai garis besar metode penelitian. Observasi akan dilakukan peneliti secara langsung di Panti Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang yaitu dengan melakukan pengamatan secara langsung kegiatan pelaksanaan bimbingan mental spiritual untuk menumbuhkan kembali regulasi diri pada penyandang disabilitas mental, peneliti akan mengamati perubahan yang terjadi pada penyandang disabilitas mental selama mengikuti kegiatan bimbingan mental spiritual baik itu dari emosi maupun perilakunya.

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan teknik pembangkitan/pengumpulan data yang digunakan untuk mendapatkan data yang dapat memberikan informasi terhadap objek penelitian terutama dokumen yang berkaitan dengan fokus masalah yang diteliti, baik dokumen berupa catatan penting, peraturan perundang-undangan, naskah, foto-foto, manuskrip,dan dokumen lain yang dapat menunjang. Atau dengan kata lain, dapat dikatakan bahwa metode dokumentasi digunakan oleh peneliti untuk mencari data mengenai hal-hal atau variabel baik berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen rapat, dan sebagainya (Saleh, 2017). Dokumentasi akan dilakukan oleh peneliti dengan mengambil gambar ketika kegiatan pelaksanaan bimbingan mental spiritual berlangsung dan ketika wawancara

dengan narasumber di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang.

5. **Keabsahan Data**

Untuk mengetahui keabsahan data peneliti menggunakan metode triangulasi. Penelitian kualitatif menggambarkan suatu uji keabsahan data yang meliputi kredibilitas data yang menjadi validitas.

Keabsahan data sendiri adalah ketepatan, kebenaran dan kepercayaan data yang dapat dikumpulkan dalam suatu penelitian. Dalam penelitian ini data dapat dinyatakan kredibel jika terdapat persamaan antara apa yang dilaporkan peneliti dengan hasil di lapangan. Sedangkan, triangulasi adalah teknik pemeriksaan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain diluar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding data itu. Disini peneliti menggunakan dua metode triangulasi

1. Triangulasi sumber

Triangulasi sumber adalah teknik pengumpulan data dari berbagai sumber untuk menguji kredibilitas (Pasaribu et al., 2022).Triangulasi sumber ini dilakukan dengan mengumpulkan dari hasil observasi, mengumpulkan data dari dokumen atau arsip dan mengumpulkan data dari lebih satu objek. Triangulasi ini dilakukan untuk memastikan kembali hasil observasi dan wawancara dari berbagai sumber. Bimbingan mental spiritual, referensi dokumentasi, dan jurnal adalah sumber data. Peneliti akan melibatkan bapak kepala panti, pekerja sosial yang bekerja di panti dan petugas lainnya.

2. Triangulasi Teknik

Triangulasi teknik adalah menguji kredibilitas data dengan cara mengecek data kepada sumber yang sama tetapi menggunakan teknik yang berbeda, melalui wawancara, observasi dan dokumentasi (Husnul Lail et al., 2024). Triangulasi ini dilakukan untuk memastikan metode pengumpulan data, apakah informasi yang didapat dengan metode wawancara sama dengan metode observasi atau apakah hasil metode observasi sama dengan metode wawancara atau tidak. Selain itu, peneliti juga menggunakan teknik dokumentasi untuk dijadikan sebagai data pendukung.

6. **Analisis Data**

Bogdan & Biklen dalam (Fadila 2023) mengemukakan bahwa analisis data digunakan dalam upaya mencari dan menata secara sistematis catatan hasil

observasi, wawancara, dan lainnya untuk meningkatkan pemahaman peneliti tentang kasus yang diteliti dan menyajikannya sebagai temuan bagi orang lain. Sedangkan untuk meningkatkan pemahaman tersebut analisis perlu dilanjutkan dengan berupaya mencari makna. Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari wawancara dan observasi analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, maka dari itu ada tiga tahapan yang harus dikerjakan dalam menganalisis data penelitian ini yaitu:

a. Reduksi data

Reduksi data menurut Moleong (2016) adalah proses menyederhanakan data yang kompleks, memilih data yang penting dan membuang data yang tidak diperlukan. Proses ini berlangsung terus menerus selama penelitian berlangsung, bahkan sebelum data benar-benar terkumpul sebagaimana terlihat dari kerangka konseptual penelitian, permasalahan studi, dan pendekatan pengumpulan data yang dipilih peneliti. Reduksi data meliputi: (1) meringkas data, (2) mengkode, (3) menelusur tema, (4) membuat gugus-gugus. Dalam reduksi data peneliti selalu memfokuskan pada tujuan penelitian dengan membuat rangkuman, memilih pertanyaan kunci dan fokus pada masalah penting yang terkait dengan masalah yang akan diteliti. Pada tahap ini peneliti harus mendapatkan informasi sebanyak-banyaknya tentang orientasi tujuan peneliti yaitu pelaksanaan dari bimbingan mental spiritual untuk menumbuhkan kembali regulasi diri pada penyandang disabilitas mental di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang dari pembimbing mental spiritual, pekerja sosial dan kepala panti. Reduksi data ini penting untuk menjaga fokus pada tujuan penelitian dan menghindari penyimpangan dari topik utama.

b. Penyajian Data

Penyajian data adalah kegiatan ketika sekumpulan informasi disusun, sehingga memberi kemungkinan akan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. Bentuk penyajian data kualitatif dapat berupa teks naratif berbentuk catatan lapangan, matriks, grafik, jaringan, dan bagan. Bentuk-bentuk ini menggabungkan informasi yang tersusun dalam suatu bentuk yang padu dan mudah diraih, sehingga memudahkan untuk melihat apa yang sedang terjadi, apakah kesimpulan sudah tepat atau sebaliknya

melakukan analisis kembali. Peneliti akan menyajikan data dari pelaksanaan bimbingan mental spiritual untuk penyandang disabilitas mental di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang.

c. Penarikan Kesimpulan

Upaya penarikan kesimpulan dilakukan peneliti secara terus- menerus selama berada di lapangan. Dari permulaan pengumpulan data, peneliti kualitatif mulai mencari arti benda-benda, mencatat keteraturan pola-pola (dalam catatan teori), penjelasan-penjelasan, konfigurasi-konfigurasi yang mungkin, alur sebab akibat, dan proposisi (Pasaribu et al., 2022) . Kesimpulan-kesimpulan ini ditangani secara longgar, tetap terbuka, dan skeptis, tetapi kesimpulan sudah disediakan. Mula-mula belum jelas, namun kemudian meningkat menjadi lebih rinci dan mengakar dengan kokoh. Kesimpulan-kesimpulan itu juga diverifikasi selama penelitian berlangsung, dengan cara: (1) memikir ulang selama penulisan, (2) tinjauan ulang catatan lapangan, (3) tinjauan kembali dan tukar pikiran antar teman sejawat untuk mengembangkan kesepakatan intersubjektif, (4) upaya-upaya yang luas untuk menempatkan salinan suatu temuan dalam seperangkat data yang lain.

G. Sistem Penulisan

Sistematika penelitian ini bertujuan untuk cara mendukung gambaran masalah penelitian dan gagasan yang baik, sehingga prosesnya disusun berikut ini:

BAB I PENDAHULUAN

Bab ini meliputi latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan pustaka, metode penelitian, dan sistematika penulisan. Bagian ini memberikan gambaran umum tentang masalah penelitian, tujuan yang ingin dicapai, serta manfaat yang diharapkan dari penelitian ini.

BAB II LANDASAN TEORI

Bab ini membahas teori yang mendukung penelitian khususnya tentang, bimbingan mental untuk menumbuhkan regulasi diri pada penyandang disabilitas mental di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang. Pembahasan meliputi: pengertian bimbingan mental spiritual, tujuan bimbingan mental spiritual, metode bimbingan mental spiritual, materi bimbingan mental spiritual, media, pengertian regulasi diri, indikator regulasi diri, faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi diri, pengertian disabilitas mental, faktor penyebab disabilitas mental, macam-macam

disabilitas mental dan urgensi bimbingan mental spiritual untuk menumbuhkan regulasi diri pad penyandang disabilitas mental di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang.

BAB III GAMBARAN UMUM DAN HASIL PENELITIAN

Bab ini berisi tentang gambaran umum lokasi penelitian, yaitu Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang. *Pertama*, bagian ini meliputi, sejarah Pangrukti Mulyo Rembang, latar belakang, landasan hukum berdirinya Panti Pangrukti Mulyo Rembang, visi dan misi Panti Pangrukti Mulyo Rembang, tugas pokok dan fungsi Panti, Tujuan didirikannya Panti, kegiatan dari penyandang disabilitas mental, kepengurusan Panti, sarana dan prasarana Panti, alur pelayanan. *Kedua*, data informan yang meliputi, pengurus Panti Pangrukti Mulyo Rembang, dan penyandang disabilitas mental. *Ketiga*, data hasil penelitian

BAB IV ANALISIS DATA DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini memuat mengenai hasil analisis data dari penelitian lapangan yang dilakukan. Pembahasan fokus pada bagaimana pelaksanaan bimbingan mental spiritual untuk menumbuhkan regulasi diri pada penyandang disabilitas mental di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang.

BAB V PENUTUP

Bab kelima merupakan bab terakhir yang berisi kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dijelaskan di bab-bab sebelumnya dan saran-saran yang bisa membuat penelitian lebih baik.

BAB II
KERANGKA TEORI

A. Bimbingan Mental Spiritual

1. Pengertian Bimbingan Mental Spiritual

Secara etimologi, kata " bimbingan " berasal dari kata " *guidance*" yang berasal dari kata " *to guide*" yang artinya menunjukan, membimbing atau menuntun orang lain ke jalan yang benar. Bantuan terus menerus kepada individu dikenal sebagai bimbingan yang dilakukan untuk membantu mereka memahami diri dan menjadi mampu mengarahkan diri serta bertindak sesuai dengan lingkungan, keluarga dan masyarakat. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) bimbingan yaitu petunjuk penjelasan cara mengerjakan sesuatu, artinya menunjukan, memberi jalan atau menuntun orang lain ke arah tujuan yang lebih bermanfaat.

Bimbingan menurut Prayitno dalam (St. Clair, 2019) adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja maupun dewasa agar yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri, dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku. Proses bimbingan merupakan usaha sadar yang dilakukan oleh orang yang memiliki kompetensi dalam bidang bimbingan maupun konseling yang diberikan kepada personal maupun komunal dalam rangka mengembangkan kemampuan secara mandiri agar individu dapat memahami dirinya sendiri. Sedangkan menurut Kartini mengartikan bahwa bimbingan sebagai proses bantuan yang diberikan oleh seseorang yang telah dipersiapkan (dengan pengetahuan, pemahaman, keterampilan-keterampilan tertentu yang diperlukan dalam menolong) kepada orang yang memerlukan pertolongan (Amti, 2008).

Mengacu pengertian bimbingan yang telah dipaparkan di atas maka dapat dipahami bahwa bimbingan adalah proses pemberian bantuan kepada seseorang atau kelompok secara terus menerus dan sistematis oleh konselor atau pembimbing kepada klien (individu maupun kelompok) agar mereka dapat memahami, mengarahkan, dan mengembangkan potensi diri secara optimal.

Pengertian mental menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), bahwa mental adalah hal yang berkaitan dengan batin dan watak manusia. Mental juga dapat diartikan sebagai tabiat atau sifat batin manusia yang mempengaruhi segala perilaku atau budi pekerti. Selain itu mental juga dapat diartikan sebagai suasana kejiwaan dan pola pikir (*mindse*t) seseorang atau sekelompok orang. Kata mental sendiri berasal dari bahasa Yunani yang mempunyai pengertian yang sama dengan *psyche* dalam bahasa latin artinya psikis, jiwa atau kejiwaan.

Menurut istilah H.M Arifin menyatakan bahwa mental adalah sesuatu kekuatan yang abstrak (tidak tampak) serta tidak dapat dilihat oleh pancaindra tentang wujud zatnya, melainkan yang tampak adalah hanya gejalanya saja dan gejala inilah yang mungkin dapat dijadikan sasaran penyediaan ilmu jiwa atau lainnya. Mental dapat diartikan sebagai kepribadian yang merupakan kebulatan yang dinamik yang dimiliki oleh seorang dan tercermin dalam sikap, perbuatan dan terlihat dari psikomotornya. Mental adalah hal yang dapat menyangkut batin dan watak manusia (Shofiyah, 2022).

Berdasarkan pengertian diatas dapat dipahami bahwa mental adalah dimana suasana kejiwaan seseorang yang berkaitan dengan pikiran, perasaan dan batin.

Definisi spiritual menurut Webster kata " *spirit*" berasal dari kata benda bahasa latin " *spiritus* " yang berarti napas dan kata kerja " *spirare*" yang berarti untuk bernapas, melihat asal katanya untuk hidup adalah untuk bernapas dan memiliki nafas artinya memiliki spirit. Menjadi spirit berarti memiliki ikatan yang lebih kepada hal yang bersifat kerohanian atau kejiwaan dibandingkan hal yang bersifat fisik atau material. Spiritual merupakan kebangkitan atau pencerahan diri dalam mencapai tujuan dan makna hidup (Sejati, 2016). Spiritual merupakan bagian dari esensial atas seluruh kesehatan dan kesejahteraan individu (Syamsiah et al., 2021).

Menurut KBBI istilah spirit diartikan sebagai semangat, roh, jiwa dan suka, sedangkan spiritual berkaitan dengan kejiwaan dan berhubungan dengan kerohanian. Kata spiritual sendiri sering digunakan dalam percakapan sehari-hari, untuk memahami pengertian spiritual ini dapat dilihat dari berbagai sumber. Menurut (Shofiyah, 2022) menjelaskan pengertian spiritual menurut *Oxford English Dictionary* bahwa makna spiritual dapat diartikan sebagai persembahan, dimensi supranatural, berbeda dengan dimensi fisik perasaan atau pernyataan jiwa, kekudusan, sesuatu yang suci, pemikiran yang intelektual dan berkualitas, adanya

perkembangan pemikiran dan perasaan, adanya perubahan hidup dan berhubungan dengan keagamaan.

Mengacu pada pemaparan diatas maka dapat dipahami bahwa spiritual adalah konsep yang berhubungan dengan hal-hal non-material, seperti jiwa, roh, dan kerohanian, yang melampaui dimensi fisik. Selain itu, spiritualitas berperan penting dalam menjaga kesehatan mental dan emosional, memberikan kedamaian batin, dan menjadi panduan untuk menjalani hidup dengan lebih bermakna.

Pengertian bimbingan mental spiritual menurut Hasmaniar dalam (Syamsiah et al., 2021) adalah suatu proses pemberian bantuan, mencoba perubahan ke arah yang lebih baik, ajakan kepada seseorang agar senantiasa mendekatkan diri kepada Allah SWT dalam ajaran agama Islam. Tingkah laku dalam kehidupan sehari-hari dapat dirubah dengan memperbaiki pikiran, mengontrol emosi, bersikap baik serta mengontrol perasaan. Bimbingan mental spiritual ini digunakan untuk membantu orang-orang dengan mengenali diri mereka sendiri untuk menjadi manusia seutuhnya untuk mencapai kepuasan dalam hidup didunia maupun diakhirat. Menurut Wahyuda (2018) ada pendapat lain tentang bimbingan mental spiritual yang mencakup proses pertolongan, transformasi, dan pengajaran kepada klien agar lebih mendekatkan diri kepada Allah dan ajaran agama Islam untuk membantu memperbaiki dan mengubah seseorang dari aspek pikiran, emosi, sikap dan perasaan yang berdampak pada perubahan tingkah laku mereka setiap hari.

Pengertian lain dari bimbingan mental spiritual menurut Ema Hidayanti adalah bimbingan yang bertujuan untuk memperbaiki mental seseorang agar lebih sehat sesuai dengan ajaran agamanya (Hidayati, 2014). Pengertian bimbingan mental spiritual dari " Glosarium Penyelenggaraan Kesejahteraan Sosial" Pusdatin Kesos tahun 2013 dalam (Hidayanti, 2014) menunjukan bahwa bimbingan mental spiritual merupakan bimbingan yang terpisah yaitu bimbingan mental dan bimbingan spiritual. Dijelaskan lebih lanjut bahwa bimbingan mental adalah bimbingan yang menumbuhkan dan mengembangkan rasa percaya diri, harga diri, dan memperbaiki sikap hidup klien. Sedangkan bimbingan spiritual adalah bimbingan untuk meningkatkan pengetahuan, pemahaman klien tentang agama yang diyakininya sehingga dapat menerapkan dalam kehidupannya.

Berdasarkan pengertian tersebut dapat dilihat bahwa bimbingan mental spiritual hampir sama dengan bimbingan konseling agama. Menurut Ahmad

Mubarok, bimbingan konseling agama adalah bantuan mental spiritual yang diharapkan untuk membantu seseorang mengatasi masalahnya sendiri melalui kekuatan iman dan ketaqwaannya kepada Tuhan (Ikhlas et al., 2024). Pendapat lain menurut Thohari Musnamar bimbingan konseling agama adalah proses pemberi bantuan terhadap individu agar menyadari kembali akan eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat (NELISMA et al., 2022). Sedangkan, menurut Anwar Sutoyo adalah upaya membantu individu belajar mengembangkan fitrah atau kembali kepada fitrah dengan cara memberdayakan iman, akal, dan kemauan yang dikaruniakan Allah SWT (Anwar Sutoyo, 2014). Pada dasarnya bimbingan konseling agama adalah bantuan spiritual yang dibutuhkan oleh seorang klien untuk menghadapi masalahnya dan kembali ke jalan Tuhannya.

Mengacu pada pemaparan tersebut maka dapat dipahami bahwa bimbingan mental spiritual memiliki kesamaan makna dengan bimbingan konseling agama (Islam), maka dapat dipahami bahwa bimbingan mental spiritual merupakan bimbingan dengan tujuan memperbaiki mental seseorang dan untuk kembali ke jalannya sesuai dengan agamanya.

2. Tujuan Bimbingan Mental Spiritual

Secara umum tujuan bimbingan mental spiritual yaitu menjadikan individu ke arah yang lebih baik dan bermoral. Jadi, secara khusus tujuan bimbingan mental spiritual adalah untuk memperbaiki jiwa atau akhlak seseorang sehingga mereka dapat hidup selaras dengan ketentuan Allah SWT. Menurut Ema Hidayanti, bimbingan mental spiritual juga bertujuan untuk meningkatkan kesadaran klien tentang aturan dan aturan hidup masyarakat, meningkatkan disiplin klien, mengurangi perilaku negatif yang merugikan dan memberikan arahan yang jelas untuk tujuan hidup klien (Hidayanti, 2014). Bimbingan mental spiritual juga dapat dikatakan efektif jika sudah mencapai tujuan dari bimbingan mental spiritual itu sendiri seperti yang terdapat dalam buku (Azizah et al., 2021) sebagai berikut:

a) Untuk menghasilkan suatu perbaikan, perubahan, kesehatan dan kebersihan mental serta jiwa. Dengan bantuan taufik dan hidayah Tuhan, jiwanya dapat menjadi tenang, dan damai (muthmainnah) serta lapang dada (radhiyah).

b) Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan, dan kesopanan tingkah laku yang memberikan manfaat, baik pada diri sendiri, lingkungan keluarga maupun di masyarakat.
c) Untuk menghasilkan kecerdasan rasa (emosi) pada individu sehingga muncul dan berkembang rasa toleransi, kesetiakawanan, tolong menolong dan rasa kasih sayang
d) Untuk menumbuhkan kecerdasan spiritual pada diri seseorang sehingga muncul dan berkembang keinginan untuk taat kepada Tuhannya, ketulusan harus mematuhi segala perintah-Nya.
e) Untuk mengembangkan potensi ilahiah sehingga orang dapat melaksanakan peran khalifah dengan baik dan benar, menangani masalah hidup dan memberikan manfaat serta keselamatan bagi lingkungan dalam aspek kehidupan.

Dari pemaparan tujuan bimbingan mental spiritual diatas maka dapat dipahami bahwa Bimbingan mental spiritual bertujuan untuk membawa individu menuju perbaikan diri yang lebih baik dan bermoral, dengan fokus pada kesehatan jiwa dan mental dan secara keseluruhan, bimbingan ini berfokus pada pembentukan individu yang lebih baik secara mental, emosional, dan spiritual, agar dapat berkontribusi positif dalam kehidupan pribadi, keluarga, dan masyarakat.

3. Metode Bimbingan Mental Spiritual

Ada beberapa metode yang lazim digunakan dalam bimbingan keagamaan yang dalam hal ini adalah bimbingan agama Islam, dimana dengan sasaran mereka yang berada dalam kesulitan, spiritual yang disebabkan oleh faktor-faktor kejiwaan dalam dirinya sendiri dan pada dasarnya metode yang digunakan dalam bimbingan agama dengan bimbingan mental spiritual itu sama (Kibtyah et al., 2022):

a) Metode Interview (wawancara)

Salah satu metode yang digunakan untuk memperoleh fakta-fakta kejiwaan yang dapat dijadikan untuk pemecahan masalah. Wawancara ini dilakukan secara lisan, baik itu dilakukan antara dua orang atau lebih dan dilakukan dengan *face to face*

b) Metode kelompok (*group guidance*)

Dengan menggunakan bimbingan kelompok maka pembimbing akan dapat mengembangkan sikap sosial, sikap memahami peranan dan bimbingan

dalam lingkungan lainnya. Pada bimbingan kelompok ini dapat menggunakan metode persuasif yaitu teknik komunikasi dengan mengajak orang-orang yang memiliki tujuan untuk mengubah atau mempengaruhi kepercayaan, sikap dan perilaku seseorang sehingga dapat bertindak sesuai dengan yang diinginkan

c) Metode yang dipusatkan pada klien (*Client centered method*)

Metode ini sering disebut non directive (tidak mengarahkan) berbasis pada gagasan bahwa klien adalah entitas yang lengkap dengan kemampuan untuk berkembang secara mandiri.

d) Directive Counseling

Directive counseling ini termasuk bentuk psikoterapi yang paling sederhana, karena metode ini dilakukan secara langsung dengan memberikan jawaban terhadap masalah yang dialami oleh klien disadari menjadi sumber kecemasannya.

e) *Psychoanalysis Method*

Metode ini mempunyai pandangan bahwa semua manusia itu jika perasaan dan pikiran tertekan oleh kesadaran dan perasaan atau motif-motif tertekan tersebut tetap aktif mempengaruhi segala tingkah lakunya meskipun mengendap dalam alam ketidaksadaran (*dus-s*). Jika berhubungan dengan metode ini seseorang yang menjadi konselor agama harus melakukan bimbingan dan konseling agama, juga menjiwai langkah-langkahnya dengan sumber petunjuk agama sebagai dasar membimbing klien

f) Metode Ceramah

Salah satu pendekatan yang ada dalam bimbingan agama adalah ceramah. Metode ini menyampaikan informasi melalui penerangan lisan atau penjelasan pembimbing kepada klien, yang menggunakan alat bantu seperti gambar dan kitab. Pembinaannya secara langsung dan dilakukan oleh kelompok.

g) Metode keteladanan

Metode keteladanan adalah pendekatan dalam bimbingan yang menekankan contoh atau teladan dari seorang guru atau pembimbing yang biasanya dapat dilakukan secara langsung. Dalam metode ini, perilaku, sikap, dan nilai-nilai positif ditunjukan oleh seorang pembimbing diharapkan dapat diikuti dan dicontoh oleh orang lain.

4. Materi Bimbingan Mental Spiritual

Materi adalah semua bahan-bahan yang akan disampaikan kepada klien dalam proses bimbingan atau pembinaan. Materi bimbingan ini mencakup keserasian, keselarasan dan keseimbangan antara hubungan manusia dengan Allah, manusia dan makhluk lain. Oleh karena itu, materi ini adalah semua materi yang dapat digunakan untuk mengajarkan agama Islam. Materi dalam bimbingan agama Islam yaitu semua yang terkandung dalam Al-Qur'an : akhlak, akidah, dan hukum (Hidayat, 2018).

a) Aqidah / Keyakinan

Secara etimologi aqidah ikatan, sangkutan. Dalam pengertian teknis artinya iman atau keyakinan. Aqidah juga disebut iman atau kepercayaan yang menjadi dasar kehidupan seseorang. Orang-orang muslim disebut juga dengan aqidah. Aqidah juga merupakan kepercayaan yang wajib diyakini kebenaranya oleh setiap muslim yang dirumuskan dalam ajaran " enam rukun iman' yakni iman kepada Allah, iman kepada malaikat Allah, Iman kepada Rasul Allah, iman kepada kitab Allah, iman kepada hari kiamat dan iman kepada qada dan qadar.

b) Akhlak

Ajaran etis dalam Islam disebut dengan akhlak. Akhlak adalah pendidikan jiwa agar seseorang dapat bersih dari sifat-sifat tercela yang dihiasi dengan sifat-sifat terpuji. Wilayah akhlak Islam sangat luas, sama luasnya dengan sikap dan perilaku manusia. Nabi Muhammad saw. Menegaskan bahwa akhlak adalah dasar kerasulannya. Manusia dapat memainkan peran dalam menentukan baik atau buruknya suatu tindakan yang ditampilkannya melalui akal dan kalbunya. Dalam ajaran Islam, nilai-nilai moral yang luhur ditanamkan, nilai-nilai ini mencakup berperilaku dengan baik terhadap Tuhan, diri sendiri, orang lain dan lingkungan kita.

c) Hukum atau Syariah

Hukum atau syariah adalah aturan yang ditetapkan oleh Allah untuk dipegang oleh manusia, baik secara khusus maupun luas. Selain itu, mengatur hubungan antara makhluk dan Tuhan-Nya. Masalah syariah dalam islam juga berkaitan dengan amalan lahir dalam rangka mematuhi semua hukum atau peraturan Allah untuk mengatur cara hidup manusia.

Secara keseluruhan, materi bimbingan ini bertujuan untuk membimbing individu dalam menjalani kehidupan yang selaras dengan ajaran Islam, memperkuat keyakinan, membentuk akhlak yang baik, dan mematuhi hukum Allah.

5. Media

Media massa adalah segala sesuatu yang dapat digunakan sebagai perantara untuk mencapai tujuan tertentu (Syukir, 1993). Menurut Ahmad Rohani dalam (Halawa, 2020) Media adalah segala sesuatu yang dapat di indera yang berfungsi sebagai perantara, sarana, alat untuk proses belajar mengajar. Media bimbingan dan konseling merupakan segala sesuatu yang digunakan untuk menyalurkan pesan bimbingan dan konseling untuk dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian, dan kemauan klien untuk memahami diri, mengambil keputusan serta memecahkan masalah yang dihadapi (Sopian, 2022). Media yang digunakan dalam bimbingan konseling dengan bimbingan mental spiritual itu sama, dikarenakan keduanya sama-sama mempunyai tujuan sebagai perantara penyampaian pesan kepada klien. Media menurut (Bukhori, 2008) tidak hanya digunakan sebagai alat bantu akan tetapi juga sebagai jembatan komunikasi antara pembimbing dengan klien agar pesan-pesan yang disampaikan dapat diterima dan dipahami oleh klien. Media dalam bimbingan dapat berupa alat grafis, audio, audio visual, proyeksi, multimedia, objek, cetak, manusia, maupun media digital/online. Media visual adalah penyampaian pesan melalui alat yang terlihat seperti majalah, brosur, foto gambar dll. Media audio adalah transmisi pesan melalui pendengaran, seperti radio, telepon, dan tape recorder. Sedangkan media audiovisual adalah penyampaian pesan yang dapat dinikmati melalui audio dan visual seperti televisi, video dan internet.

Dengan adanya media yang telah dijelaskan diatas, diharapkan dapat membantu penyampaian materi bimbingan sehingga isi materi yang di sampaikan dapat tersampaikan dengan baik pada klien sehungga tujuan dari bimbingan dapat tercapai.

B. Regulasi Diri

1. Pengertian Regulasi Diri

Regulasi diri adalah kemampuan seseorang untuk mengarahkan tingkah lakunya untuk mencapai tujuan dan memungkinkan orang untuk menunda kepuasan jangka pendek untuk mencapai hasil yang diinginkan di masa mendatang.

Dengan melakukan regulasi diri seseorang akan menerima informasi tentang tujuan yang ditetapkan, mengevaluasi diri, memiliki keinginan untuk berubah, mencari alternatif perubahan tingkah laku, dan menilai efektivitas dari perubahan tingkah laku tersebut (Pratiwi Wahyu & Sri, 2019).

Menurut Albert Bandura, regulasi diri adalah suatu kemampuan yang dimiliki manusia berupa kemampuan berpikir dan suatu kemampuan mereka dalam memanipulasi lingkungan, sehingga terjadi perubahan lingkungan akibat kegiatan tersebut (Nugraha & Suyadi, 2019). Regulasi diri merupakan proses yang mengaktivasi pemikiran, perilaku dan perasaan yang terus menerus dalam upaya untuk mencapai tujuan yang, telah ditetapkan. Regulasi diri atau *Self regulation* adalah proses belajar yang terjadi karena pengaruh dari pemikiran, perasaan, strategi, dan perilaku sendiri yang berorientasi pada pencapaian tujuan. Hal ini didukung dengan adanya komponen regulasi diri menurut pintrich yaitu: (1). Kontrol kognitif dan regulasi kognitif yang merupakan aktivitas dari kognitif dan metakognitif, (2) regulasi motivasi yang mencakup upaya untuk mengatur berbagai keyakinan motivasi, (3) regulasi perilaku yang melibatkan upaya individu dalam mengontrol perilaku sendiri, (4) regulasi konteks yaitu upaya untuk mengontrol konteks dalam menghadapi situasi dan kondisi.

Schuck berpendapat bahwa regulasi diri adalah kemampuan untuk mengontrol diri sendiri. Regulasi diri merupakan penggunaan suatu proses mengaktivasi pemikiran, perilaku, dan perasaan secara terus menerus dalam upaya untuk mencapai tujuan hidup (Nugraha & Suyadi, 2019).

Mengacu pada pada beberapa definisi yang telah dipaparkan dapat dipahami bahwa regulasi diri merupakan kemampuan seseorang untuk mengontrol, mengatur, dan merencanakan perilaku, emosi dan pikirannya untuk mencapai tujuan tertentu.

2. Indikator Regulasi Diri

Indikator regulasi khususnya untuk penyandang disabilitas mental dapat dilihat dari cara mereka untuk mengatur perilaku, emosi dan proses kognitif secara sadar dan terencana untuk mencapai tujuan tertentu. Menurut Zimmerman (dalam Rizki, 2021), regulasi diri memiliki tiga indikator atau aspek utama, yaitu metakognitif**,** motivasi**,** dan perilaku, yang saling berkaitan dalam proses pencapaian tujuan individu:

a) Metakognitif, merupakan suatu cara untuk membangkitkan sesuatu minat atau rasa keingintahuan dengan memakai proses berpikir atau kognisi orang itu sendiri. Individu dapat merencanakan, mengorganisasikan, memantau dan mengevaluasi langkah-langkah yang dilakukan untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Metakognisi ini dapat membantu individu untuk menentukan dan mengatur suatu strategi yang sesuai untuk meningkatkan kinerja kognitifnya. Hal ini dapat menjadikan metakognitif mencerminkan kemampuan seseorang dalam menyadari dan mengelola proses berpikir individu secara sadar
b) Motivasi, merupakan segala sesuatu yang bisa menyebabkan individu untuk mendapatkan sesuatu hal yang diinginkan. Perubahan energi yang terjadi pada individu dapat ditandai dengan mudah yaitu munculnya perasaan dan tanggapan pada tujuan yang dicapai, hal ini dapat berbentuk sesuatu aktivitas nyata yaitu kegiatan fisik. Individu memiliki motivasi yang baik dalam mencapai segala upaya yang dapat dilakukan oleh dirinya secara maksimal. Motivasi dapat mendorong seseorang untuk melakukan perubahan dalam dirinya untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Individu dengan motivasi yang tinggi akan mempunyai rasa percaya diri yang tinggi juga dalam mencapai sesuatu yang diinginkannya.
c) Perilaku, merupakan sikap yang dapat muncul dari individu dalam menanggapi atau merespon setiap kegiatan yang terjadi pada dirinya sendiri dan menunjukan sikap antusias serta bertanggung jawab. Aspek perilaku ini mencerminkan tindakan nyata individu dalam mengatur diri, termasuk untuk mengatur waktu, lingkungan belajar dan strategi perilaku yang mendukung pencapaian tujuan. perilaku yang teratur dan positif menjadi indikator bahwa individu dapat menerapkan regulasi diri secara efektif dalam kegiatan sehari-hari.

Mengacu pada pemaparan indikator-indikator diatas dapat dipahami bahwa Secara keseluruhan, regulasi diri berfungsi sebagai proses yang melibatkan kesadaran metakognitif, dorongan motivasional, dan sikap perilaku yang positif untuk mencapai tujuan. Ketiga aspek ini saling mendukung dalam meningkatkan efektivitas regulasi diri individu.

3. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Regulasi Diri

Ada dua faktor yang dapat mempengaruhi regulasi diri yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Bandura dan Alwisol mengatakan bahwa tingkah laku manusia dalam regulasi diri adalah hasil pengaruh resiprokal faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal dan faktor internal akan dijelaskan sebagai berikut (Dami & Parikaes, 2018) :

a) Faktor Eksternal

Faktor eksternal mempengaruhi regulasi diri dengan dua cara :

1) Standar

Faktor eksternal ini memberikan standar untuk mengevaluasi tingkah laku dari diri kita sendiri. Standar tidak semata-mata didasari oleh internal saja namun juga berasal dari faktor lingkungan yang juga berinteraksi dengan faktor pribadi sehingga membentuk standar pengevaluasian individu. Melalui pengalaman berinteraksi dengan lingkungan yang luas seseorang kemudian dapat megembangkan standar yang dipakai untuk menilai kemampuan diri.

2) Penguatan (*reinformance*)

Regulasi diri dipengaruhi oleh sumber eksternal. Hadiah intrinsik tidak selalu dapat memberi kepuasan, orang membutuhkan intensif yang berasal dari lingkungan eksternal. Standar tingkah laku dan penguatan biasanya bekerja ketika dapat mencapai standar tingkah laku tertentu, perlu adanya penguatan agar tingkah laku semacam itu dapat menjadi pilihan untuk dilakukan lagi.

b) Faktor Internal

Bandura dalam Alwisol menyebutkan ada tiga bentuk faktor internal yang mempengaruhi regulasi diri :

1) Observasi diri (*self observation*)

Observasi diri dilakukan berdasarkan faktor kualitas dan kuantitas penampilan, dan orisinalitas tingkah laku. Observasi dapat dilakukan terhadap performa yang dilakukan. Manusia sanggup memonitor penampilannya meskipun tidak lengkap atau akurat. Kita juga dapat memilih secara selektif sejumlah aspek perilaku dan mengabaikan aspek lainnya yang dipertahankan biasanya aspek yang sesuai dengan konsep diri

2) Proses penilaian (*judgmental process*)

Proses penilaian terdiri dari empat komponen yaitu ada standar pribadi, performa-performa acuan, nilai aktivitas, dan penyempurnaan performa. Proses penilaian merupakan kemampuan tindakan apa saja yang dilakukan untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan oleh diri sendiri. Proses penilaian berdasarkan pada standar membandingkan tingkah laku dengan norma standar dari perilaku orang lain akan memberikan nilai pada aktivitas, dan atribusi terhadap performa.

3) Reaksi diri *(self response*)

Reaksi diri adalah tanggapan secara positif dan negatif individu terhadap perilakunya. Individu bertindak berdasarkan penguatan diri, namun penguatan diri sebagian besar bergantung pada kemampuan kognitif seseorang untuk mengatasi akibat dari perilakunya sendiri, bukan langsung memunculkan respon. Kemampuan mengatur diri sendiri ini merupakan bagian dari kecerdasan emosi.

Karakteristik regulasi diri yang baik dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya sebagai berikut (Ariani & Indrawati, 2024):

a) Kesadaran diri

Kesadaran diri ini lebih merujuk kepada pemahaman yang akurat tentang diri sendiri, termasuk emosi, pikiran dan perilaku. Tingkat kesadaran diri yang tinggi dapat memiliki regulasi diri yang baik. Dengan memiliki kesadaran diri yang tinggi individu dapat mengenali dan memahami emosi mereka dengan lebih baik. Hal ini memungkinkan untuk mereka dapat mengidentifikasi faktor-faktor pemicu, mengevaluasi respon emosional dan memilih strategi untuk mengatur emosional diri. Sedangkan menurut Goleman pada (Ariani & Indrawati, 2024) kesadaran diri adalah pemahaman menyeluruh terhadap perasaan, kebutuhan, keinginan, serta kekuatan dan kekurangan yang ada dalam diri sendiri. Memahami dan mampu mengidentifikasi aspek-aspek penting yang ada pada diri sendiri adalah definisi dari kesadaran diri. Kesadaran diri ini dapat ditingkatkan dengan berbagai praktik seperti meditasi, refleksi dan refleksi yang bertujuan untuk bentuk penerimaan diri. Untuk berkembang untuk diri sendiri kesadaran dir harus tetap dikembangkan

b) Motivasi

Motivasi adalah suatu proses yang menyebabkan (*intensity*), arahan (*direction*), dan usaha terus menerus (*persistence*) individu menuju pencapaian tujuan. Motivasi juga dapat diartikan sebagai sebab dari tindakan dimana ketika seseorang bersungguh-sungguh maka akan menghasilkan tujuan yang maksimal sesuai dengan yang diharapkan. Motivasi mempunyai peran penting dalam regulasi diri, karena dengan adanya motivasi individu akan mempunyai keinginan yang kuat untuk mencapai suatu tujuan maka dari itu individu juga akan memiliki regulasi yang lebih baik. Motivasi internal memungkin individu untuk dapat mempertahankan fokus, berkomitmen pada tujuan mereka dalam melakukan tindakan yang konsisten dengan nilai-nilai dan aspirasi pribadi mereka, seperti motivasi seorang disabilitas mental yang tetap ingin hidup maka mereka akan menjalankan pengobatan hal tersebut dikarenakan motivasi yang menjadikan regulasi diri yang ada di mereka menjadi regulasi diri yang baik.

c) Keterampilan regulasi emosi

Regulasi emosi ini mengarah pada kemampuan individu dalam melakukan kontrol terhadap status emosi dan perilaku sebagai salah satu cara untuk mengekspresikan emosi agar sesuai dengan lingkungannya. Pengaturan emosi yang baik merupakan faktor penting dalam regulasi diri. Keterampilan pengaturan emosi melibatkan kemampuan untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi dengan cara yang sehat. Dengan kontrol emosi yang baik maka akan memiliki regulasi diri yang efektif dikarenakan regulasi diri yang baik akan terbentuk pada diri seseorang jika mereka memiliki kontrol emosi yang baik atau dapat mengendalikan dirinya sendiri.

d) Kesejahteraan psikologis

Kesejahteraan psikologis mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap regulasi diri. Dalam kesejahteraan psikologis adalah kondisi seorang individu yang bukan hanya bebas dari tekanan akan tetapi juga memiliki kondisi mental yang dianggap sehat dan berfungsi secara maksimal. Kesejahteraan psikologis seseorang akan tinggi jika dia mampu bersikap hangat dalam berhubungan dengan orang lain, memiliki empati, afeksi dan memahami pemberian serta penerimaan dalam suatu hubungan. Selain itu, tidur yang cukup, dukungan sosial yang memadai dan manajemen stress yang

efektif dapat membantu individu meningkatkan regulasi diri. Dalam menghadapi tantangan hidup dan mencapai potensi penuh, regulasi diri menjadi kunci penting.

Mengacu pada faktor regulasi diri yang telah dipaparkan maka dapat dipahami pembentukan regulasi diri dipengaruhi oleh 2 faktor, yaitu eksternal dan internal. Faktor eksternal mencakup standar evaluasi yang berkembang melalui interaksi dengan lingkungan dan penguatan eksternal yang memperkuat perilaku tertentu. Selain itu ada faktor internal yang meliputi observasi diri, proses penilaian dan reaksi diri yang semuanya berkaitan dengan kemampuan individu untuk memonitor, menilai dan merespon perilaku. Kedua faktor ini dapat menentukan seseorang dalam mengatur perilakunya untuk mencapai tujuan.

C. Disabilitas Mental

1. Pengertian Disabilitas Mental

Menurut DSM (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*) gangguan mental merujuk pada kondisi yang ditandai dengan disfungsi signifikan dalam kognisi, emosi, atau perilaku seseorang yang mencerminkan gangguan dalam psikologis, biologis, atau perkembangan yang mendasari fungsi mental (Tonge et al., 2022). Diagnosis ini merujuk pada identifikasi dan pelabelan gangguan mental melalui pemeriksaan dan analisis (Cooper, 2017). Disabilitas mental menunjukan kondisi dimana seseorang mengalami keterbatasan dalam fungsi intelektual dan adaptasi perilaku, yang dapat mempengaruhi kemampuan mereka untuk menjalankan kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan Direktorat Rehabilitasi Sosial Penyandang Disabilitas Kementerian Sosial RI, pengertian dari penyandang disabilitas mental adalah orang dengan masalah kejiwaan atau ODMK dan orang dengan gangguan jiwa atau ODGJ yang kesulitan bersosialisasi serta berpartisipasi di lingkungan masyarakat. Sedangkan berdasarkan penjelasan dalam UU penyandang disabilitas mental merupakan adanya gangguan terhadap emosi, perilaku, dan fungsi pikir seperti psikososial berupa bipolar, skizofrenia, ansietas, depresi serta gangguan kepribadian (Badra & Sukranatha, 2022). Kelompok ini termasuk ke dalam kategori penyandang kesejahteraan sosial yang jumlahnya cukup besar sehingga memerlukan penanganan yang intensif dan berkesinambungan agar mampu

menjalankan aktivitas bersosialisasi di masyarakat dan keluarganya (Murni & Astuti, 2015). Selain itu, disabilitas mental adalah suatu sindrom yang ditandai dengan gangguan klinis yang signifikan dalam aspek kognisi, kontrol emosi atau perilaku individu yang disebabkan oleh disfungsi dalam proses psikologis, biologis, atau perkembangan yang mendasari fungsi mental (Nugroho, 2023).

Menurut Kementerian Sosial Republik Indonesia, penyandang disabilitas mental adalah orang yang mengalami cacat mental atau gangguan jiwa dan telah dirawat di Rumah Sakit Jiwa. Setelah kondisinya bisa dikatakan dalam keadaan tenang, mereka disarankan untuk kembali melakukan fungsi sosial, seperti menyelesaikan masalah dan melakukan kegiatan sehari-hari. Penyandang disabilitas mental ini dipicu oleh kelainan sistem pada fungsi otak besar seperti pada bagian cortex cerebri tepatnya pada lobus frontal yang berfungsi untuk mengendalikan ucapan, gerakan, emosi, memori,perilaku, kepribadian dan fungsi intelektual (Andi & Suliana, 2022).

Pendapat Heria dalam (Rahmanto, 2019) mengatakan bahwa penyandang cacat mental merupakan individu yang mengalami kelainan mental dan atau tingkah laku baik karena faktor bawaan atau penyakit tertentu. Kondisi ini menyebabkan mereka kesulitan untuk mempelajari dan melakukan perbuatan yang umumnya dilakukan oleh orang normal sehingga menjadikan hambatan sehari-hari. Penyandang disabilitas mental memiliki keterkaitan yang erat dengan permasalahan gangguan jiwa.

Mengacu pada pemaparan definisi penyandang disabilitas mental diatas maka dapat dipahami penyandang disabilitas mental merupakan individu yang mengalami gangguan pada aspek emosi, perilaku, atau fungsi pikir yang mempengaruhi kemampuan mereka untuk menjalankan fungsi sosial dengan baik dalam kehidupan bermasyarakat. Penyandang disabilitas mental ini lebih merujuk kepada orangnya sedangkan disabilitas mental mengacu pada kondisi dari individu yang terkena gangguan mental.

Menurut berbagai sumber, individu dengan disabilitas mental seringkali menghadapi kesulitan dalam bersosialisasi, berpartisipasi di lingkungan masyarakat, serta menjalankan aktivitas sehari-hari. Hal ini menjadi tantangan besar dalam pemenuhan kebutuhan hidup mereka. Oleh karena itu, diperlukan penanganan yang intensif, berkelanjutan, dan berbasis rehabilitasi sosial untuk

membantu mereka memulihkan kemampuan dan menjalankan fungsi sosialnya secara optimal.

2. Faktor Penyebab Disabilitas Mental

Faktor penyebab disabilitas mental adalah hal-hal yang berkontribusi pada terjadinya gangguan atau keterbatasan pada fungsi mental seseorang, yang dapat mempengaruhi mereka dalam berpikir merasakan, berperilaku (Akbar et al., 2022).

a) Frustasi (tekanan perasaan), adalah suatu proses yang menyebabkan seseorang merasa adanya hambatan dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhannya atau menyangka akan terjadi sesuatu yang menghalangi keinginannya.
b) Pertentangan batin, merupakan pertentangan antara dua hal yang berlawanan atau terdapatnya dua macam dorongan yang berlawanan yang keduanya merupakan hal yang tidak dapat dilakukan dalam waktu yang sama.
c) Kecemasan, keadaan di mana seseorang mengalami gelisah, kekhawatiran atau cemas dalam berespon terhadap ancaman yang tidak jelas dan tidak spesifik dan dihubungkan dengan perasaan tidak menentu dan tidak berdaya.

Selain itu, masalah gangguan jiwa dapat disebabkan oleh berbagai faktor (Naziihah & Hamidah, 2023) yaitu :

a) Faktor genetik, kondisi yang diwariskan oleh gen, seperti autisme, bipolar dan down syndrom
b) Faktor biologis yang meliputi penyakit fisik kronis, penyakit fisik yang mempengaruhi kinerja otak, dan penyalahgunaan Narkotika.
c) Faktor psikologis yang meliputi pola adaptasi, pola penyelesaian masalah, pola mekanisme pertahanan diri dan juga pola kepribadian.
d) Faktor sosial spiritual contohnya adalah pola relasi, sistem dukungan, situasi khusus/krisis, tantangan/tugas dan stresor atau pemicu

3. Macam-Macam Disabilitas Mental

Disabilitas mental adalah kondisi terganggunya fungsi pikir, emosi, dan perilaku seseorang yang dapat mempengaruhi kehidupan sehari-hari. Berdasarkan Undang-Undang No.8 Tahun 2016 dan sumber kesehatan, disabilitas mental umumnya dibagi menjadi dua kategori yaitu disabilitas psikososial dan disabilitas perkembangan:

a) Disabilitas Psikososial, gangguan disabilitas ini berkaitan dengan hal-hal yang dapat mempengaruhi pikiran, emosi dan perilaku akibat kesehatan mental. jenis-jenisnya adalah :

1) Skizofrenia

Skizofrenia merupakan suatu sindrom klinis maupun proses penyakit yang mempengaruhi kognisi, persepsi, emosi, perilaku beserta fungsi sosial. Skizofrenia juga merupakan suatu gangguan jiwa berat yang menunjukkan perilaku ketidakmampuan merawat diri, tidak mau bersosialisasi, merasa diri tidak berharga, beserta menunjukan hal-hal atau efek yang tidak wajar sehingga tidak berfungsi dalam kehidupan sosialnya dalam kehidupan sehari-hari Setiap pengidap skizofrenia pada umumnya mengalami gejala tertentu sesuai di fase dimana dia berada. Menurut medis tahapan skizofrenia dibagi menjadi empat yaitu; fase premorbid, fase prodromal, fase aktif dan fase residual. Skizofrenia ditandai dengan delusi, halusinasi, dan gangguan berpikir. Pengidap skizofrenia ini seringkali mengalami halusinasi,delusi, kekacauan, berpikir dan perubahan perilaku (Alvinda et al., 2024).

2) Gangguan Bipolar

Bipolar atau yang biasa disebut dengan Bipolar Disorder merupakan gangguan mental yang mengganggu emosi atau perasaan. Menurut badan kesehatan dunia atau WHO, 45 juta jiwa di dunia mengidap gangguan bipolar. Orang Dengan Bipolar (ODB) merupakan individu yang mengalami perubahan suasana hati yang ekstrem, baik kenaikan suasana hati yang intens (disebut episode manik) dan penurunan suasana hati yang intens (disebut episode depresif). Episode manik memiliki beberapa ciri. Beberapa diantaranya adalah menunjukan kegembiraan yang berlebihan, berbicara dengan sangat cepat hingga sulit untuk dipahami, dan mengalami insomnia. Sedangkan episode depresif memiliki ciri yang berkebalikan dengan episode manik seperti tampak tak bertenaga secara tiba-tiba, berbicara dengan sangat lambat, dan hilang ketertarikan dengan aktivitas yang sedang dilakukan (Pendidikan et al., 2024).

3) Depresi

Depresi merupakan gangguan mental yang terjadi ditengah masyarakat dengan diawali dari stress yang tidak diatasi maka seseorang

akan jatuh pada fase depresi dan umumnya mengalami gangguan yang meliputi keadaan emosi, motivasi, fungsional serta gerakan tingkah laku dan kognisi. Menurut kusumanto dalam (Basuki, 2018) depresi adalah suatu perasaan kesedihan yang psikopatologis yang disertai dengan rasa sedih, kehilangan minat dan kegembiraan, berkurangnya energi yang menuju pada meningkatnya keadaan mudah lelah yang sangat nyata, berkurangnya aktivitas, depresi ini juga dapat dikategorikan ke dalam gejala atau kumpulan gejala. Depresi ini ditandai dengan perasaan sedih yang berkepanjangan, kehilangan minat, dan perubahan nafsu makan serta tidur.

4) Gangguan Kecemasan

Kecemasan adalah reaksi alami oleh individu sebagai respon terhadap situasi yang dianggap mengancam atau berbahaya. Kecemasan akan menjadi tidak normal jika terjadi secara terus menerus sehingga mengganggu pola pikir dan aktivitas sehari-hari. Gejala kecemasan ada berbagai macam, secara fisik kecemasan dapat ditandai dengan berkeringat, jantung berdebar, tubuh gemetar, hilang nafsu makan, dan sulit tidur. Dari sisi perilaku, orang yang cemas cenderung menunjukkan sikap menghindar, bergantung dan terguncang. Sementara itu, dilihat dari gejala kognitif kecemasan meliputi kekhawatiran berlebihan terhadap sesuatu, ada perasaan terganggu oleh ketakutan akan hal buruk yang mungkin akan terjadi di masa yang akan datang dan perasaan takut tidak mampu menghadapi masalah dimasa yang akan datang (Oktapiani & Pranata, 2018).

b) Disabilitas Perkembangan, disabilitas ini mempengaruhi kemampuan individu dalam berinteraksi dan berkomunikasi sejak masa perkembangan awal. Jenisnya yaitu :

1) Gangguan ADHD

ADHD merupakan suatu gangguan pada perkembangan yang menyebabkan individu tidak mampu mengatur perilakunya sendiri, tidak mampu mengantisipasi tindakannya, tidak mampu mengambil keputusan serta sulit menahan diri untuk tidak segera memberikan respon terhadap situasi yang sedang berlangsung (Gunawan, 2021).

2) Autisme (*Autism Spectrum Disorder*)

Autisme adalah gangguan perkembangan saraf yang dapat mempengaruhi cara seseorang dalam berinteraksi sosial, berkomunikasi baik secara verbal maupun nonverbal dan berperilaku. Gangguan ini termasuk ke dalam gangguan pada perkembangan otak yang gejalanya biasanya sudah muncul sebelum anak berusia 3 tahun. Autisme ini bukanlah penyakit yang gampang untuk disembuhkan akan tetapi dapat berbagai terapi dapat membantu penderita menyesuaikan diri dan mengembangkan potensinya dalam kehidupan sehari-hari.

4. Urgensi Bimbingan Mental Spiritual Untuk Menumbuhkan Regulasi Diri Pada Penyandang Disabilitas Mental

Bimbingan mental spiritual mempunyai peran penting untuk meningkatkan kualitas hidup pada penyandang disabilitas mental. Pendekatan dengan bimbingan ini tidak hanya membantu mereka dalam mengatasi tantangan psikososial, tetapi juga untuk memperkuat kemampuan regulasi diri yang menjadi pondasi penting untuk menjalankan hidup mandiri. Regulasi diri adalah kemampuan individu untuk mengendalikan pikiran, emosi, dan perilaku mereka guna mencapai tujuan tertentu. Menurut Bandura regulasi diri ini menekankan pentingnya *self efficacy* atau keyakinan individu mengenai kemampuannya dalam menghadapi suatu peristiwa yang ada dalam hidupnya. Sedangkan, bimbingan mental spiritual adalah pendekatan holistik yang memadukan nilai-nilai agama, psikologi, dan dukungan sosial untuk memulihkan keseimbangan mental dan spiritual individu (Muna et al., 2024). Berkaitan dengan teori yang dikemukakan oleh Maslow pada (Abdurrahman, 2020) bahwa setelah kebutuhan dasar terpenuhi, manusia akan mencari pemenuhan kebutuhan akan makna dan aktualisasi diri. Bimbingan mental spiritual ini dapat membantu penyandang disabilitas mental dengan memberikan mereka kesempatan untuk bisa memahami nilai-nilai spiritual.

Penyandang disabilitas seringkali menghadapi berbagai hambatan, seperti keterbatasan fisik, stigma sosial, dan kurangnya dukungan keluarga. Faktor lingkungan yang tidak mendukung ini dapat memperburuk kondisi mereka. Oleh karena itu, bimbingan mental spiritual yang berkesinambungan menjadi solusi untuk menciptakan lingkungan yang inklusif dan suportif (Husmiati et al., 2018).

Penyandang disabilitas mental yang sering membutuhkan perhatian khusus dikarenakan mereka mempunyai kekurangan yaitu gangguan mental yang dapat mempengaruhi cara berpikir, merasakan, dan berperilaku seseorang. Penyandang disabilitas mental juga membutuhkan pendekatan spiritual yang adaptif, yang tidak hanya memberikan ketenangan hati, akan tetapi juga memberikan ketenangan dalam kontrol diri yang mereka perlukan untuk kehidupan sehari-hari.

Dalam perspektif Islam, dakwah yang ditujukan kepada penyandang disabilitas mental haruslah menggunakan pendekatan rahmatan lil 'alamin, yakni pendekatan dakwah yang penuh kasih sayang, dan kesabaran seperti yang tercantum dalam Firman Allah dalam QS.Ar-Ra'd ayat 28:

ۗالَّذِيْنَ اٰمَنُوْا وَتَطْمَىِٕنُّ قُلُوْبُهُمْ بِذِكْرِ اللّٰهِۗ اَلَا بِذِكْرِ اللّٰهِ تَطْمَىِٕنُّ الْقُلُوْبُ

Artinya : (*yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tentram.*

Ayat ini menunjukan pentingnya ketenangan batin yang diperoleh melalui spiritualitas, yang relevan dengan kebutuhan penyandang disabilitas mental.

Aspek spiritual memberikan landasan kuat untuk mengatasi stress dan tantangan sekaligus mendorong mereka untuk mengembangkan kepribadian yang tangguh. Spiritual mempunyai dampak positif pada kesehatan mental. spiritualitas dapat memberikan harapan, makna, dan tujuan hidup yang sangat dibutuhkan oleh penyandang disabilitas mental dalam mengembangkan regulasi diri menjadi lebih baik (Lutfi & Lutfi, 2022). Pendekatan bimbingan ini dapat mencakup konseling berbasis agama, meditasi, dan refleksi spiritual. Berikut pendekatan yang dapat diterapkan :

a) Pendekatan Islami, yang menekankan iman dan taqwa sebagai landasan hidup
b) Pendekatan psikososial, seperti dukungan keluarga untuk membangun rasa percaya diri dan kemandirian
c) Pelatihan regulasi emosi, yang melibatkan meditasi atau doa terarah untuk meningkatkan kesadaran diri

Dengan pendekatan-pendekatan tersebut dapat menghasilkan manfaat untuk penyandang disabilitas mental. Bimbingan mental spiritual dapat membantu meningkatkan stabilitas emosional, mengurangi gejala kecemasan dan depresi, serta meningkatkan kesejahteraan mental (Putri, 2020). Penyandang disabilitas mental yang terlibat dalam kegiatan spiritual cenderung memiliki regulasi diri yang lebih baik karena mereka merasa lebih terhubung dengan sesuatu yang lebih besar dari diri mereka..

Bimbingan mental spiritual ini penting dan merupakan langkah strategis untuk menumbuhkan regulasi diri pada penyandang disabilitas mental. Pendekatan ini memadukan aspek spiritual dan psikologis untuk memberikan dukungan yang holistik, sehingga individu dapat mencapai stabilitas emosional dan fungsi sosial yang lebih baik

BAB III
GAMBARAN UMUM DAN OBYEK PENELITIAN

A. Gambaran Umum Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang

1. Sejarah Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang

Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang pada awalnya adalah Panti khusus yang didirikan pada tanggal 21 April 1997 dan disahkan dengan SK Gubernur Provinsi Jawa Tengah No. 061/182/1991, tentang Pembentukan Susunan Organisasi dan Tata Kerja Panti di lingkungan Jawa Tengah. Sasaran garapan Panti khusus adalah bekas penyandang penyakit jiwa, bekas penyandang penyakit kusta dan bekas penyakit kronis.

Dengan adanya otonomi daerah dan peleburan Kanwil Departemen Sosial dengan Dinas Sosial Provinsi Jawa tengah menjadi Dinas Kesejahteraan Sosial Jawa Tengah dan terbitnya Peraturan Daerah Nomor 1 Tahun 2002 Panti Khusus Pangrukti Mulyo Rembang, berubah menjadi Panti Tuna Laras Pangrukti Mulyo Rembang dengan sasaran garapannya bekas penyandang gangguan jiwa atau eks psikotik.

Berdasarkan Peraturan Gubernur Jawa Tengah Nomor : 50 Tahun 2008, Panti Tuna Laras Pangrukti Mulyo Rembang, berubah menjadi Satuan Kerja (SatKer) dari Panti Tuna Laras Ngudi Rahayu Boja kendal. Kemudian berdasarkan Peraturan Gubernur Nomor : 111 Tahun 2010, yang semula Satuan Kerja (SatKer) dari Panti Tuna Laras Ngudi Rahayu Boja Kendal, berubah menjadi Balai Rehabilitasi Sosial Eks Psikotik Pangrukti Mulyo Rembang dengan status eselon III dan membawahi Unit Rehabilitasi Sosial Pamardi di Karya Blora.

Selanjutnya, berdasarkan Peraturan Gubernur Jawa tengah Nomor 109 Tahun 2016, ada perubahan nama dari Balai Rehabilitasi Sosial Pangrukti Mulyo Rembang menjadi Panti Pelayanan Sosial dengan sebutan Panti Pelayanan Sosial Eks Psikotik Pangrukti Mulyo Rembang. Kemudian, muncul kembali mengenai adanya Pergub No 31 Tahun 2018, Panti Pelayanan Sosial eks Psikotik Pangrukti Mulyo Rembang ada perubahan predikat menjadi Panci kelas A dengan sebutan

Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang dan membawahi Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pamardi Blora.

2. Latar Belakang

Undang-Undang Nomor 11 tahun 2009 tentang Kesejahteraan Sosial memberikan rumusan bahwa pembangunan bidang kesejahteraan sosial meliputi berbagai intervensi dan pelayanan sosial untuk memenuhi kebutuhan hidup masyarakat, mencegah dan mengatasi masalah sosial, serta memperkuat institusi-institusi sosial.

Dinas Sosial Provinsi Jawa Tengah terus mengupayakan penanganan masalah kesejahteraan sosial dengan melibatkan peran aktif masyarakat dan dunia usaha. Namun, hasil yang dicapai belum mampu menekan populasi Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial, yang disebabkan oleh percepatan perkembangan populasi PKMS dengan sumber daya yang dimiliki Dinas Sosial Provinsi Jawa Tengah dalam menangani masalah kesejahteraan sosial tersebut.

Penyandang kesejahteraan sosial yang cenderung meningkat baik dalam jumlah maupun penyebarannya antara lain adalah keluarga miskin, gelandangan, pengemis, anak terlantar, dan anak jalanan yang disebabkan oleh berbagai faktor yang sangat kompleks dan saling berkaitan antara lain : era globalisasi, banyak terjadi pemutusan hubungan kerja, terbatasnya lapangan kerja, tingkat pendidikan yang rendah dan tidak dimilikinya keterampilan yang memadai.

Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial Disabilitas Mental (PSDM) adalah seseorang yang mengalami disfungsi sosial dalam perilaku hidup di masyarakat. Agar dapat kembali hidup bermasyarakat secara wajar, diperlukan pelayanan dan rehabilitasi sosial. Namun demikian realitanya di masyarakat harapan tersebut belum sepenuhnya terpenuhi. Peran lembaga pemerintah masyarakat dan keluarga untuk membantu proses pelayanan kesejahteraan sosial sangat penting, salah satu lembaga pemerintah yang memberikan pelayanan bagi PMKS Disabilitas Mental/Eks Psikotik adalah Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang sebagai Unit Pelaksana Teknis Dinas Sosial Provinsi Jawa Tengah.

Tugas pokok Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental (PPSDM) Pangrukti Mulyo Rembang adalah melaksanakan pelayanan dan rehabilitasi sosial yang meliputi pemenuhan kebutuhan pokok, pengasramaan, pembinaan fisik,

bimbingan mental, bimbingan sosial, latihan keterampilan, sosialisasi, penyaluran dan terminasi dengan maksud agar PMKS Disabilitas Mental / Eks Psikotik dapat hidup mandiri dan berperan aktif di masyarakat secara wajar.

3. Landasan Hukum Berdirinya Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang

Dalam proses berdirinya Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental, landasan hukum menjadi salah satu hal penting dalam rangka menjalankan seluruh kegiatan yang ada di Panti. Adapun landasan hukum berdirinya Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental rembang yaitu:

a. Undang Undang Dasar RI 1945, Pasal 34 yang berbunyi Fakir Miskin dan Anak Terlantar dipelihara oleh Negara
b. Undang Undang Nomor : 10 Tahun 1950 tentang Pembentukan Provinsi Jawa Tengah
c. Undang Undang Nomor : 11 Tahun 2009 tentang Kesejahteraan Sosial
d. Undang Undang Nomor : 23 Tahun 2014 tentang Pemerintah Daerah
e. Peraturan Pemerintah Nomor : 39 Tahun 2012 tentang Penyelenggaraan Kesejahteraan Sosial
f. Peraturan Daerah Provinsi Jawa Tengah Nomor : 9 Tahun 2016 tentang Pembentukan dan Susunan Perangkat Daerah Jawa Tengah
g. Peraturan Gubernur Jawa Tengah Nomor : 63 Tahun 2016 tentang Organisasi dan Tata Kerja Dinas Sosial Provinsi Jawa Tengah
h. Peraturan Gubernur Jawa Tengah Nomor 31 Tahun 2018 tentang Organisasi dan Tata kerja Unit Pelaksana Teknis pada Dinas Sosial Provinsi Jawa Tengah

4. Visi dan Misi Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang

a. Visi

1) Terwujudnya Penyelenggaraan Kesejahteraan Sosial yang Profesional dan Berkelanjutan

b. Misi

1) Meningkatkan jangkauan, kualitas dan profesionalisme dalam Penyelenggaraan Pelayanan Kesejahteraan Sosial terhadap PMKS
2) Mengembangkan, memperkuat sistem kelembagaan yang mendukung penyelenggaraan pelayanan kesejahteraan sosial terhadap PMKS

3) Meningkatkan kerjasama lintas sektoral dalam penyelenggaraan pelayanan kesejahteraan sosial terhadap PMKS
4) Meningkatkan harkat dan martabat serta kualitas hidup PMKS
5) Meningkatkan peran serta masyarakat dalam penyelenggaraan usaha kesejahteraan sosial.

5. Tugas pokok dan fungsi Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang

Tugas pokok Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang adalah melaksanakan sebagian kegiatan teknis operasional dan atau kegiatan teknis penunjang Dinas Sosial Provinsi Jawa Tengah di bidang pelayanan dan rehabilitasi sosial. Sedangkan, fungsi dari Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental adalah :

a. Penyusunan rencana teknis operasional penyantunan pelayanan dan rehabilitasi sosial
b. Pelaksanaan kebijakan teknis operasional penyantunan, pelayanan dan rehabilitasi sosial
c. Pemantauan, evaluasi, dan pelaporan penyantunan, pelayanan dan rehabilitasi sosial
d. Pengelolaan ketatausahaan
e. Pelaksanaan tugas lain yang diberikan oleh Kepala Dinas sesuai dengan tugas dan fungsinya

6. Tujuan dari didirikannya Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang

a. Tercapainya pemulihan kembali harga diri, kepercayaan diri, dan tanggung jawab sosial serta kemauan dan kemampuan melaksanakan fungsi sosial penyandang disabilitas mental secara wajar dalam kehidupan masyarakat.
b. Penyelenggaraan pelayanan dan rehabilitasi sosial bagi penyandang disabilitas mental Disabilitas Mental dapat dilaksanakan secara maksimal, terukur, transparan dan akuntabel sesuai dengan prinsip-prinsip pekerjaan sosial.
c. Meningkatkan kualitas kemitraan baik dengan masing-masing UPTD maupun lembaga atau organisasi sosial terkait, dengan sektor private atau stakeholder lainnya.

d. Terjadi sinergi yang maksimal dari berbagai sumber daya Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembangdalam melaksanakan pelayanan dan rehabilitasi sosial sesuai dengan bidang tugasnya.

7. Kegiatan Penyandang Disabilitas Mental di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang

a. Pelayanan Kebutuhan Pokok

a. Tercukupinya permakanan
b. Tercukupinya sandang/pakaian
c. Tercukupinya pemeriksaan kesehatan eks psikotik
d. Terciptanya lingkungan yang bersih dan nyaman

b.Pelayanan Rehabilitasi Sosial

1) Bimbingan fisik
2) Bimbingan Mental Psikososial
3) Bimbingan Mental Spiritual
4) Bimbingan Sosial
5) Bimbingan Keterampilan Kerja

8. Kepengurusan Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang

a. Kepala Panti : Drs. Joko Sarwanto MM

b. Kelompok Jabatan Fungsional :

1) Penyuluh Sosial Ahli Muda : Diantara Moderisa SH
2) Pekerja Sosial Ahli Muda : Endah Sri Wulandari SE, M.M
3) Pekerja Sosial Ahli Pertama : Dinarti, S.Sos
   Nailal Muna S.Tr.S.Sos
4) Pekerja Sosial Terampil : Dian Sulistyaningtyas

c. Sub. Chord Penyantunan dan Rujukan : Diantara Moderisa SH

d. Sub. Kor Bimbingan Resos : Endah Sri Wulandari SE,MM.

e. Pengelola Bimbingan Sosial : Sopiah A M.Pd

f. Pembina Jasmani dan Mental : Dika Pristina Mutiara, S.Tr.Keb

g. Pengadministrasi Umum : Subekti Yoeda Pratiwi

Dwi Haryanto
Eko Purnomo
Triyono
Jureni
Solikin
Slamet Choilil Riadi
Erry Mulyanto

h. Pengelola Asrama : Yuliono
Waluyo
Aji Pratama Panjang Yuswanto

i. Pranata Jamuan : Nur Indah
Winarti
Indyah Sulistyowati
Widia Ita Anggraini

j.Pit.Sub.Bag.Tata Usaha : Diyantara Moderisa SH

k.Pengadministrasi Kepegawaian : Wijayani
Sabari

l.Pengadministrasi Keuangan : Riskiono
Supriyanto

m.Pengadministrasian Milik Negara : Sumini

n.Pengelola Data Anggaran & Bendahara : Sri Hariyani S.Pd

9. Sarana dan Prasarana

Sarana dan prasarana Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang

Tabel 3. 1 Sarana dan Prasarana yang tidak bergerak

NO	JENIS BARANG	VOLUME	KET
1	Tanah	23.627 m2	Sertifikat
2	Tanah Makam	3213 m2	Sertifikat
3	Tanah Jalan	210 m2	Sertifikat
4	Bangunan Perkantoran	140 m2	
5	Bangunan Mushola	36 m2	
6	Bangunan Poliklinik	90 m2	

7	Bangunan Aula/serbaguna	120 m2	
8	Bangunan Asrama (6 gedung)	552 m2	
9	Bangunan Rumah Dinas	120 m2	
10	Bangunan pos jaga	5 m2	
11	Bangunan Dapur	72 m2	
12	Ruang makan		
13	Bangunan isolasi (3 gedung)	2 gedung @96 m2	
14	Bangunan gudang	1 gedung @224 m2	
15	Instalasi Air Tower	25 m2	
16	Pagar Tembok Keliling	570 m	
17	Kamar mandi umum	1 unit	

10. Alur Pelayanan

Tabel 3. 2 Alur Pelayanan

Pendekatan awal	Penerimaan	Perumusan dan penentuan program	Pelayanan sosial	Resosialisasi	Terminasi
1.Sosialisasi/ Motivasi 2.Identifikasi 3.Seleksi Calon Penerima Manfaat	1.Sidang Kasus (CC) 2. Registrasi 3. Pengasmraan 4. Orientasi	1.Asesmen (Pengungkapan dan pemahaman masalah) 2. Sidang Kasus 3.Rencana Intervensi 4.Penetapan program intervensi	1.Bimbingan Fisik 2.Bimbingan Psikologis 3. Bimbingan Sosial 4. Bimbingan Mental Spiritual 5. Bimbingan Keterampilan	1. Kesiapan dan peran serta Keluarga dan Masyarakat 2.Bimb.Sosial hidup bermasyarakat 3.Pemantapan Keterampilan 4.Kembali kepada	Pengakhiran proses pelayanan terhadap penerima manfaat

				keluarga & masyarakat	
Pelaksana : 1.Sie Penyantunan dan rujukan 2.Pekerja Sosial 3.Penyuluh Sosial 4.Tim seleksi 5.Stakeholder	Pelaksana: 1.Tim Sidang Kasus 2.Kasubag TU 3. Sie Yanrehsos 4.Sie Penyantunan dan rujukan 5. Pekerja Sosial	Pelaksana: 1.Subag TU 2. Sie Yanrehsos 3.Sie Penyantunan dan rujukan 4. Stakeholder 5.Pekerja Sosial	Pelaksana: 1.Subag TU 2. Sie Rehab 3.Sie Penyantunan 4. Peksos 5.Stakeholder	Pelaksana: 1.Kasubag TU 2.Sie Rehab 3.Sie Penyantunan 4.Peksos 5.Stakeholder 6.Keluarga/ tokoh masyarakat	Pelaksana: 1.Kepala Panti 2.Instansi Sosial Kab/Kota. 4. Keluarga penyandang disabilitas mental

B. Data Informan

1. Pengurus Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang
   a. Joko Sarwanto

      Bapak Joko Sarwanto merupakan Kepala Panti Pangrukti Mulyo Rembang, bapak Joko Sarwanto merupakan pindahan dari panti disabilitas lansia yang ada di Magelang, dan untuk sekarang beliau berada di panti Pangrukti Mulyo Rembang sudah berjalan selama kurang lebih 3 tahun dengan menjabat sebagai kepala panti.

   b. Tutik Wulandari

      Ibu tutik merupakan salah satu pegawai atau pekerja sosial di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang, beliau sudah berada di panti sekitar 6 tahun, dan beliau seringkali mendampingi penyandang disabilitas mental tau penyandang disabilitas dalam melakukan kegiatan yang ada di panti misalnya kegiatan membatik dan bimbingan mental spiritual, untuk sekarang beliau tinggal di Desa Tasik Agung Kabupaten Rembang

   c. Nailal Muna

      Ibu Naila Muna juga pegawai Panti Pangrukti Mulyo yang menjabat sebagai pekerja sosial ahli pertama, beliau beralamat Ds. Kaliombo Kecamatan Sulang dan sudah bekerja di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo

Rembang selama 8 tahun, ibu Naila aktif mendampingi semua kegiatan di panti untuk para penyandang disabilitas mental

d. Bapak Triwiyono

Bapak Triwiyono adalah pembimbing agama atau pembimbing mental spiritual juga ustadz yang seminggu sekali selalu datang ke panti untuk mengisi kegiatan bimbingan mental spiritual, beliau sudah 10 tahun menjadi pembimbing di panti Pangrukti Mulyo Rembang, dan untuk sekarang beliau tinggal di Kecamatan Kaliori Kabupaten Rembang, beliau tidak hanya sebagai pembimbing di panti tetapi beliau juga merupakan guru di SD kaliori

2. Penyandang disabilitas mental atau Penyandang Disabilitas Mental

a. Alif

Bapak alif merupakan penyandang disabilitas mental dengan jenis depresi, beliau berusia 37 tahun dari Desa Sarirejo, Pati beliau berada di panti sudah 4 bulan, beliau ini depresi diakibatkan adanya tuntutan atau tekanan dari keluarga, dan yang paling berpengaruh menjadikan menjadi seperti sekarang karena faktor ekonomi yang menjadi pikiran sampai depresi.

b. Nadhir

Bapak Nadhir merupakan salah penyandang disabilitas mental yang berusia 44 tahun berasal dari Pati, Jawa tengah dan beliau sudah berada di Panti selama 8 bulan, beliau ini juga depresi dikarenakan faktor ekonomi juga yang mengharuskan beliau bekerja di perantauan akan tetapi beliau pernah di tipu oleh bos nya yang menjadikan beliau menjadi depresi.

c. Supriyanto

Bapak Supriyanto juga merupakan penyandang disabilitas mental yang berasal dari Karangbandang, Karanganyar beliau berusia 41 tahun dan sudah berada di panti selama 7 bulan, beliau juga mengalami depresi seperti bapak nadhir dan bapak alif.

C. Pelaksanaan Bimbingan Mental Spiritual untuk Menumbuhkan Regulasi Diri pada Penyandang Disabilitas Mental di Panti Pelayanan Sosial Pangrukti Mulyo Rembang

1. Pelaksanaan Bimbingan Mental Spiritual

Bimbingan mental spiritual merupakan bimbingan yang mempunyai tujuan untuk memperbaiki mental seseorang dan untuk kembali ke jalannya sesuai dengan ajaran agamanya. Bimbingan mental spiritual yang ada di Panti Pelayanan Sosial

Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang dilaksanakan seminggu sekali. Kegiatan ini berisi berbagai aktivitas dan materi yang berkaitan dengan spiritual. Hal ini dilakukan untuk membantu para penyandang disabilitas mental agar dapat kembali menjalani hidup dengan normal dan menumbuhkan regulasi diri sesuai dengan ajaran agamanya, sehingga dipenuhi dengan kegiatan yang bermanfaat, dengan tujuan agar penyandang disabilitas mental memiliki bekal untuk nantinya kembali ke keluarga dan masyarakat. Penyandang disabilitas dapat menjadi lebih baik lagi seperti dapat mengontrol emosi, perilaku dan perasaannya juga memiliki kualitas iman dan islam. Pada awalnya penyandang disabilitas mental atau penyandang disabilitas ini adalah orang yang normal seperti pada umumnya, akan tetapi mereka mempunyai gangguan mental sehingga mereka tidak dapat berperilaku seperti orang biasa. Masalah yang mereka alami pun bermacam-macam mulai dari faktor ekonomi, putus cinta, rasa kehilangan, kekerasan hingga faktor keturunan. Semua hal tersebut bisa menjadi penyebab munculnya gangguan mental.

Penyandang disabilitas mental yang ikut dalam kegiatan bimbingan mental spiritual ini adalah kebanyakan mereka dengan kondisi masa tenang atau penyandang disabilitas mental yang ada di gedung kesatu dan kedua dikarenakan bisa diajak berkomunikasi oleh petugas. Penyandang disabilitas mental di panti ada tiga golongan, dengan kondisi tenang ditempatkan pada gedung satu dan dua sedangkan, dengan kondisi yang masih suka berontak dan bertindak tidak wajar di tempatkan di gedung tiga atau di ruang isolasi dengan mendapatkan perawatan dan pengawasan secara khusus. Seperti yang dikatakan oleh Ibu Naila dalam wawancara:

> "*Penyandang disabilitas mental disini dibagi menjadi tiga klaster atau tiga golongan, di gedung bagian depan klaster satu dan dua dengan kondisi penyandang disabilitas mental sudah dalam masa tenang, bisa diajak berkomunikasi dan melakukan kegiatan seperti orang normal walaupun belum sepenuhnya sembuh. Nah, di gedung belakang ada klaster tiga dengan kondisi penyandang disabilitas mental yang masih sering kambuh dan sering berontak maka dari itu masih dalam pengawasan dan perawatan khusus. Untuk kegiatan bimbingan mental spiritual biasanya diikuti oleh penyandang disabilitas mental dengan kondisi yang sudah tenang dan dapat diajak berkomunikasi*." (wawancara dengan ibu Naila pada 07 Mei 2025)

Pernyataan ibu Naila tersebut menjelaskan bahwa penyandang disabilitas mental yang ada di Panti pelayanan Sosial Disabilitas mental Pangrukti Mulyo Rembang ini terbagi menjadi tiga klaster yaitu klaster pertama dan kedua yang ditempatkan di gedung depan dan klaster tiga yang ditempatkan di gedung belakang

atau ruang isolasi karena masih harus mendapatkan perawatan dan pengawasan secara khusus hal tersebut dikarenakan pada klaster tiga ini penerima manfaatnya masih sering kambuh atau bertindak tidak wajar. Klaster pertama dan kedua ditempatkan di gedung depan dikarenakan mereka ada di fase tenang dan sudah bisa diajak berkomunikasi maka dari itu penyandang disabilitas mental klaster satu dan dua dapat beraktivitas layaknya orang normal di lingkungan panti seperti membantu berkebun, menyapu halaman dan bebersih bagian dapur, dikarenakan penyandang disabilitas mental mau mengikuti proses rehabilitasi yang ada di Panti. Ibu Naila juga menuturkan kegiatan bimbingan mental spiritual di Panti dilaksanakan seminggu sekali dengan mendatangkan Bapak Ustadz atau terkadang ada petugas Penyuluh Agama Islam dari Depag yang datang untuk mengisi kegiatan bimbingan mental spiritual tersebut. Kegiatan ini dilakukan seminggu sekali di hari Rabu dan penyandang disabilitas mental yang mengikuti kegiatan ini adalah mereka yang sudah dalam kondisi tenang dan dapat diajak berkomunikasi. Tugas pembimbing di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang sebelum kegiatan bimbingan mental dilaksanakan, penyandang disabilitas mental diberikan pencerahan, sholawatan dan hafalan surat-surat pendek dengan memberikan pemahaman dan motivasi yang menarik, dengan harapan penyandang disabilitas mental dapat menerima bimbingan mental spiritual oleh pembimbing agama dan mendapatkan pencerahan dari hasil bimbingan yang telah diberikan. Seperti yang diungkapkan oleh ibu Naila sebagai petugas panti:

> " *Bimbingan Mental Spiritual dilaksanakan seminggu sekali pada hari Rabu dimulai dari jam 09.00-selesai. Sebelum pelaksanaan bimbingan, penyandang disabilitas mental melakukan kegiatan rutin setiap paginya saya mandi, makan bersama, apel pagi, senam dengan latihan konsentrasi yang dipimpin oleh petugas panti lalu dilanjut lagi dengan minum obat sesuai dengan kondisi mereka masing-masing. Sebelum kegiatan bimbingan mental dilakukan penyandang disabilitas mental diajak untuk kerja bakti lingkungan, agar mereka dapat berkomunikasi secara terus menerus dengan teman lainnya selain itu juga melatih mereka untuk bersosialisasi. Sebelum bimbingan mental spiritual dilaksanakan penyandang disabilitas mental diberikan sedikit pencerahaan, diajak sholawatan dan hafalan surat-surat pendek, memberikan pemahaman dan motivasi yang menarik*." (wawancara dengan ibu Naila pada 10 Mei 2025)

Berdasarkan hasil wawancara dengan ibu Naila menunjukan bahwa bimbingan mental spiritual di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang dilaksanakan seminggu sekali yaitu pada hari Rabu dimulai jam 09.00-

selesai. Sebelum pelaksanaan bimbingan mental spiritual dilaksanakan, penyandang disabilitas mental melakukan kegiatan rutin sesuai jadwal yang sudah ditentukan oleh pihak panti yaitu makan pagi, apel pagi, senam, dan minum obat selain itu penyandang disabilitas mental juga diajak untuk kerja bakti membersihkan lingkungan panti, hal tersebut dilakukan agar penyandang disabilitas mental bisa tetap berbaur, bekerja sama dan melatih bersosialisasi sebelum nantinya dikembalikan ke keluarga dan masyarakat setelah dinyatakan sembuh secara keseluruhan. Sebelum bimbingan dilaksanakan penyandang disabilitas mental diberikan pencerahan, diajak sholawatan agar hati mereka merasa ketenangan dan hafalan – hafalan surat pendek, dengan memberikan pemahaman dan motivasi yang menarik, penyandang disabilitas mental diharapkan dapat menerima bimbingan mental spiritual oleh pembimbing agama dan mendapatkan pencerahan.

Penyandang disabilitas mental yang mengikuti bimbingan mental spiritual di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang tidak sepenuhnya dari mereka semua paham mengenai agama. Melalui kegiatan bimbingan mental spiritual yang dilakukan dengan pendekatan secara bertahap, penyandang disabilitas mental dapat menumbuhkan regulasi diri mereka serta meningkatkan motivasi untuk sembuh dan tetap sehat dari bimbingan mental spiritual yang disampaikan oleh pembimbing. Kegiatan bimbingan mental spiritual yang dilaksanakan berupa ceramah dengan materi-materi yang yang disesuaikan dengan penyandang disabilitas mental, sholawatan, hafalan surat-surat pendek, cara berwudhu, berdzikir dan lainnya.

Seperti yang diungkapkan oleh bapak Alif, beliau berusia 37 tahun berasal dari Pati, sudah hampir 4 bulan beliau berada di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang beliau mengakui bahwa ketika baru datang ke panti atau belum mengikuti rehabilitasi dan bimbingan ini beliau seringkali masih merasakan perasaan sedih, gelisah, dan tidak ada motivasi atau tujuan hidup. Akan tetapi ketika mengikuti kegiatan bimbingan mental spiritual ini beliau mengaku lebih tenang hatinya, dan mulai bisa mengendalikan emosi juga senang dapat berteman baik dengan yang lainnya dan timbul motivasi untuk segera sembuh dan pulang ke rumah kembali kepada keluarganya. Beliau mengakui banyak ilmu yang didapatkan dari kegiatan bimbingan ini karena yang dipelajari materinya macam-macam dan pembimbing menyampaikannya dengan cara yang menyenangkan, materi yang disampaikan diantaranya adalah perilaku akhlak yang baik seperti berbuat baik ke

sesama teman yang di panti, saling tolong menolong, dan kebersihan yang harus selalu dijaga juga beribadah yang baik dan benar seperti shalat dan puasa.

> " *Pas pertama datang kesini ya sedih, gelisah, kadang kayak takut, dan nggak mau kumpul sama yang lain. Tapi pas udah agak lama disini saya sudah terbiasa dan senang mendapatkan banyak teman disini, saya senang mengikuti kegiatan tadi, diajak sholawatan dan diajari afalan surat pendek ya mbak, saya juga tadi ikut khadroh bersama teman-teman, mendengarkan ceramah dari bapaknya untuk selalu bersyukur mbak, dan mengingat Allah dengan sholat dan berdoa kepada Allah agar saya cepat sembuh dan cepat pulang, hati saya juga tenang setelah sholat dan berdoa, saya juga diajarkan untuk berbuat baik kepada teman disini tidak boleh marah-marah lagi dan harus tetap menjaga kebersihan, kemarin saya sudah ikut puasa lo mbak"* (wawancara dengan bapak Alif pada 08 Mei 2025)

Dari hasil wawancara tersebut menunjukkan bahwa dengan mengikuti kegiatan bimbingan mental spiritual secara perlahan penyandang disabilitas mental dapat menumbuhkan kembali regulasi dirinya jika mau mengikuti bimbingan ini secara rutin. Hal tersebut dapat terlihat dari perubahan yang terjadi pada bapak Alif, sebelum mengikuti bimbingan dan sesudah mengikuti bimbingan. Pada bimbingan mental spiritual ini penyandang disabilitas mental diajak untuk mengikuti beberapa kegiatan dan diberikan materi yang ringan dan motivasi dengan kata- kata yang mudah dipahami oleh penerima manfaat, seperti yang diberitahukan bapak Alif materi yang diberikan pembimbing adalah akhlak yang baik, beribadah yang baik dan benar serta kegiatan-kegiatan untuk melatih konsentrasi para penyandang disabilitas mental salah satunya yaitu khadroh dan beberapa hafalan surat. Hal serupa juga disampaikan oleh ibu Naila selaku pekerja sosial yang mendampingi bapak alif:

> " *Bapak Alif salah satu penyandang disabilitas mental yang saya amati juga perubahannya mbak, dia itu bisa disini karena depresi, tekanan batin dan banyak pikiran yang dipikir sendiri, makanya dia jadi depresi karena dia ngerasa gaada teman dipikir semua sendiri. Dan dia sekarang ini sedikit demi sedikit ada perubahan, pak Alif ini termasuk cepat karena mungkin usia dia yang masih 37 ya, ketika baru datang dia juga sama seperti yang lainnya, masih sering mengamuk, gelisah, sulit diberi instruksi, tidak mau menjaga kebersihan, dan tidak mau bersosialisasi dengan temannya. Tetapi dia didampingi terus oleh petugas untuk mau mengikuti proses rehabilitasi dan mengikuti kegiatan-kegiatan di panti, akhirnya dia mau, dan ada perubahan, seperti dilihat sekarang, dia mau rajin mengikuti bimbingan-bimbingan yang ada di panti termasuk bimbingan mental spiritual ini, sudah gak gampang ngamuk, mau mendengarkan instruksi dari petugas, mau gabung dengan teman-temannya dan perlahan menjalankan kewajibannya sebagai seorang muslim seperti sholat, kalau ditanya dia menjawab pengen berdoa kepada*

Allah agar cepat sembuh dan pulang" (wawancara dengan ibu Naila pada 10 Mei 2025)

Berdasarkan hasil wawancara dengan ibu Naila selaku pekerja sosial atau petugas panti yang juga mendampingi dan juga mengamati bapak Alif, beliau menuturkan bahwa bapak Alif ketika baru datang mempunyai regulasi diri yang masih rendah sama seperti penyandang disabilitas mental yang lainnya ketika baru datang, beliau masih sering mengamuk, melamun, tidak mau menjaga kebersihan seperti mandi dan membersihkan kamarnya, masih sulit untuk diberi instruksi, tidak ada motivasi untuk sembuh, masih gelisah dan tidak mau bersosialisasi dengan teman yang lainnya. Tetapi setelah bapak alif mau mengikuti proses rehabilitasi termasuk mau mengikuti kegiatan bimbingan mental spiritual ada perubahan yang terjadi pada dirinya, ibu Naila menuturkan bahwa bapak alif sudah mau untuk berinteraksi dengan yang lainnya, rajin mengikuti kegiatan yang ada di panti, tidak mudah mengamuk ataupun gelisah dan mau menjalankan kewajibannya sebagai seorang muslim serta mempunyai harapan untuk sembuh agar segera pulang.

Adapun wawancara dengan salah satu penyandang disabilitas mental merasakan hal yang sama dengan bapak Alif yaitu bapak Supriyanto berusia 41 tahun berasal dari Karanganyar, beliau berada di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental sudah 6 bulan, selama berada di panti beliau sudah mulai ada perubahan dalam dirinya salah satunya yaitu adanya regulasi diri yang mulai tumbuh setelah mengikuti rehabilitasi dan kegiatan bimbingan-bimbingan yang ada di Panti. Pada awalnya bapak Supriyanto ini masih merasakan sedih, hati gelisah, cemas, mudah marah dan belum bisa bersosialisasi dengan teman yang lain, namun setelah beberapa saat beliau berada di Panti dan mau mengikuti proses rehabilitasi dan kegiatan bimbingan mental spiritual terjadi perubahan yang ada pada dirinya, sudah ada perasaan tenang, tidak mudah gelisah, mampu mengontrol emosi, dapat mengikuti kegiatan dengan baik, dan secara perlahan dapat bersosialisasi dengan temannya.

" *Awalnya sih sedih, mudah marah dan gelisah mbak, suka sendirian, tetapi setelah beberapa waktu saya disini dan saya mengikuti semua kegiatan termasuk kegiatan tadi (bimbingan mental spiritual), saya merasakan ketenangan, saya senang diajak sholawatan saya juga juga senang ada kegiatan khadroh seperti tadi, saya senang bisa bermain khadroh bersama teman-teman yang lainnya. Bapak Tri juga orangnya asik, beliau memberitahukan kepada kami jika ingin sembuh dan pulang harus berdoa dan sholat, selain itu harus mau berbuat baik juga"* (wawancara dengan bapak Supriyanto pada 08 Mei 2025)

Berdasarkan hasil wawancara dengan penyandang disabilitas mental bapak Supriyanto bahwa beliau merasakan perubahan ketika berada di Panti yang awalnya beliau masih seringkali merasakan hati yang gelisah, tidak tenang dan mudah emosi mulai ada perubahan setelah mengikuti serangkaian proses rehabilitasi dan bimbingan mental spiritual. Beliau mengatakan bahwa beliau mulai merasa tenang, tidak mudah cemas ataupun gelisah, sudah bisa mengontrol emosinya, ada keinginan untuk sembuh dan sedikit demi sedikit sudah dapat bersosialisasi dengan teman yang lainnya. Penuturan bapak Supriyanto tersebut sama dengan hasil pengamatan dari ibu Tutik selaku pekerja sosial yang ada di Panti:

> *"Penyandang disabilitas mental disini sebenarnya mendapatkan pendampingan dari semua petugas panti mbak, tapi mungkin ya ada beberapa penyandang disabilitas mental yang sudah saya hafal, saya tau proses perubahannya menjadi seperti yang sekarang, bapak Supriyanto itu udah disini sekitar 6 bulan, pak Suoriyanto ini juga depresi sama kayak pak Alif pada awal datang dia ya seperti yang lainnya, masih terlihat bingung, mudah tersinggung, tidak mau bersosialisasi, belum bisa menjaga kebersihan, bahkan pas awal datang ketika jam mandi, makan, dan minum obat saja harus didatangin petugas panti, istilahnya dibujuk biar mau ikut, tetapi perlahan dia mau berubah, mulai tumbuh kesadaran dari dirinya sendiri mungkin setelah melihat teman yang lainnya ikut kegiatan-kegiatan panti jadi dia mulai ikut, apalagi ketika ikut kegiatan bimbingan mental spiritual itu mbk, di sesi terakhir kan ada rebana bareng-bareng, dia mau iku dan dia senang bahkan ternyata dia sudah mau sholat, ketika ditanya siapa yang ngajarin, dia menjawab jika yang mengajarkan pak Triyono" (wawancara dengan ibu Tutik pada 10 Mei 2025)*

Berdasarkan hasil wawancara dengan ibu Tutik selaku pekerja sosial atau petugas panti beliau menuturkan bahwa beliau termasuk petugas yang mengamati perubahan dari bapak Supriyanto dari awal datang ke panti hingga terdapat perubahan menjadi seperti yang sekarang, ibu Tutik menuturkan bahwa penyandang disabilitas mental yang ada di panti didampingi oleh semua petugas yang ada di panti, dan untuk bapak Supriyanto sendiri sudah berada di Panti sekitar 6 bulan, ketika baru datang beliau seperti penyandang disabilitas mental yang lainnya, masih terlihat bingung dengan keadaan panti, mudah tersinggung, tidak mau bersosialisasi, belum bisa menjaga kebersihan, akan tetapi secara perlahan ada kesadaran diri dalam diri pak Supriyanto setelah melihat temannya yang lain mengikuti kegiatan yang ada di Panti, dan pada akhirnya beliau mau untuk mengikuti kegiatan yang ada di Panti salah satunya yaitu bimbingan mental spiritual, beliau senang mendengarkan ceramah dari bapak Triwiyono selaku pembimbing agama dan sudah dapat menerapkannya seperti

ibadah sholat. Selain kegiatan bimbingan mental spiritual untuk para penyandang disabilitas mental, ada beberapa kegiatan lain yang disediakan oleh pihak panti untuk para penyandang disabilitas mental, seperti yang dijelaskan oleh ibu Naila .

> " *Disini tentunya ada beberapa layanan bimbingan dan juga kegiatan untuk memfasilitasi para penyandang disabilitas mental agar mereka tidak mudah bosan, contohnya ada kegiatan membatik, kegiatan membatik ini nanti didampingi oleh pekerja panti dengan membatik para penyandang disabilitas mental diajarkan untuk berpikir secara pelan-pelan, melatih kesabaran dan mengelola emosi, ada juga kegiatan yang lain seperti beternak lele kami menyediakan tempatnya, dan berkebun kami juga sudah menyiapkan dari tempat dan bibit tinggal para penyandang disabilitas mental saja yang belajar menanam, dan ternyata sebagian dari mereka juga antusias mengikutinya*" (wawancara dengan ibu Naila 07 Mei 2025)

Berdasarkan hasil penuturan dari ibu Naila menjelaskan bahwa Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo menyediakan berbagai layanan bimbingan dan kegiatan untuk para penyandang disabilitas mental seperti kegiatan membatik, beternak lele dan berkebun. Hal ini juga dijelaskan oleh bapak Joko selaku Kepala Panti Pangrukti Mulyo Rembang, beliau menuturkan:

> " *Di Panti Pangrukti Mulyo ini, kami tidak hanya fokus pada aspek medis atau psikologis saja, tetapi juga menyediakan berbagai kegiatan yang bersifat produktif dan edukatif. Kegiatan- kegiatan seperti membatik, beternak lele, dan berkebun sengaja kami sediakan sebagai bagian dari pendekatan rehabilitasi. Adanya kegiatan ini mereka menunjukan antusiasme dan ketertarikan yang cukup tinggi karena mereka itu seperti merasa dihargai, dan merasa mampu, walaupun jika kita sebagai orang normal melihatnya seperti biasa aja tetapi untuk mereka yang mempunyai keterbatasan mental kegiatan-kegiatan itu dapat digunakan sebagai terapi untuk pemulihan dalam proses rehabilitasi*" (wawancara dengan bapak Joko selaku Kepala Panti pada 08 Mei 2025)

Dari penjelasan bapak Joko selaku Kepala Panti Pangrukti Mulyo Rembang, beliau menuturkan bahwa panti tidak hanya fokus pada aspek medis dan psikologis saja, akan tetapi juga menyediakan beberapa kegiatan yang produktif dan edukatif, dan para penyandang disabilitas mental sendiri antusias dalam mengikuti kegiatan tersebut, kegiatan tersebut juga merupakan terapi sebagai bentuk upaya dari pemulihan untuk para penyandang disabilitas mental.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti secara langsung Pelaksanaan bimbingan mental spiritual di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang ini tidak hanya pada aspek pengajaran nilai-nilai agama seperti ceramah, beribadah bersama, dan kajian islami. Dalam

praktiknya ada beberapa kegiatan yang diterapkan di Panti untuk penyandang disabilitas mental dan kegiatan ini juga bisa berkaitan dengan bimbingan mental spiritual. Dalam praktiknya, pendekatan bimbingan ini di integrasikan ke dalam kegiatan harian yang bersifat fungsional dan produktif. Beberapa kegiatan yang dilakukan secara aktif oleh penyandang disabilitas mental di panti ini adalah berkebun, berternak lele, dan membatik.

2. Tujuan Bimbingan Mental Spiritual

Bimbingan mental spiritual bagi penyandang disabilitas mental di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang memiliki tujuan yaitu terpenuhinya kebutuhan dasar manusia dalam hal ini penyandang disabilitas mental sebagai makhluk yang beragama. Meskipun, mereka memiliki gangguan disabilitas mental, mereka harus dianggap sebagai manusia normal dan membutuhkan bantuan fisik, rohani, sosial dan psikologis. Bimbingan mental spiritual bertujuan untuk meningkatkan kesadaran klien tentang aturan hidup dan masyarakat, meningkatkan disiplin dan tanggung jawab mereka, mengurangi perilaku negatif yang merugikan dan memberikan arahan yang lebih jelas. Tujuan tersebut termasuk dalam sebagian usaha untuk menumbuhkan regulasi diri pada penyandang disabilitas mental yaitu kemampuan untuk mengendalikan emosi, perilaku, dan pikiran secara positif untuk mencapai tujuan. Seperti yang diungkapkan oleh bapak Triwiyono selaku pembimbing agama di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas mental Pangrukti Mulyo Rembang:

> " *Tujuan dari kegiatan bimbingan mental spiritual ini ya untuk memberikan bimbingan kepada penyandang disabilitas mental dengan harapan adanya perubahan dari dalam dirinya baik itu dari segi emosi, atau perilaku agar mereka nanti ketika dipulangkan ke keluarga dan kembali ke masyarakat dapat diterima dengan baik, karena penyandang disabilitas mental disini kebanyakan beragama islam oleh karena itu diajarkan hafalan-hafalan surat pendek, diajak sholat berjamaah, diajarkan untuk puasa dan ceramah dengan materi-materi tertentu agar mereka juga tahu kewajibannya sebagai seorang muslim. Meskipun mereka adalah disabilitas mental, mereka tetap harus dipandang layaknya orang normal dan membutuhkan pelayanan. Bimbingan dilakukan secara kontinuitas dan terbukti dikit demi sedikit ada perubahan yang terjadi pada diri mereka secara perlahan, sudah bisa mengontrol emosinya dan ada perubahan perilaku"* (wawancara dengan bapak Triwiyono pada 08 Mei 2025)

Hasil wawancara dengan bapak Triwiyono selaku pembimbing mental spiritual menjelaskan bahwa tujuan dari bimbingan mental spiritual yaitu ada

perubahan dalam diri penyandang disabilitas mental untuk menjadi lebih baik lagi dari segi emosi, perilaku, perasaan dan dapat kembali mengingat kewajibannya sesuai dengan ajaran yang mereka anut dan dapat kembali ke keluarga serta dapat bersosialisasi di masyarakat. Para penyandang disabilitas mental diajarkan mengenai agama sesuai dengan yang mereka anut, akan tetapi di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas mental kebanyakan beragama Islam, maka kegiatan yang dilakukan oleh pembimbing agama adalah dengan mengajarkan mereka dimulai dari hafalan-hafalan surat pendek, diajak untuk sholat, dan tentunya memberikan ceramah dengan materi-materi tertentu. Meskipun para penerima manfaat ini merupakan disabilitas mental, mereka juga harus tetap dipandang layaknya orang normal yang membutuhkan pelayanan fisik, rohani, sosial dan psikologis. Bapak Triwiyono juga menuturkan bahwa bimbingan mental spiritual ini dilakukan secara kontinuitas dan terbukti adanya perubahan dari penyandang disabilitas mental setelah mengikuti bimbingan mental spiritual. Penjelasan tujuan bimbingan mental spiritual dari bapak Triwiyono selaras dengan hasil penjelasan dari bapak Joko selaku Kepala Panti, beliau menuturkan:

> "*Tujuan dari keberadaan Panti ini ya untuk memberikan pelayanan, pembinaan, dan perlindungan kepada penyandang disabilitas mental agar mereka dapat kembali menjalani fungsi sosialnya di tengah masyarakat. Para penyandang disabilitas mental ini walaupun mempunyai kekurangan akan tetapi mereka masih mempunyai hak yang sama untuk mendapatkan kehidupan yang layak, aman, baik secara fisik, rohani sosial maupun psikologis.. Kami ingin mereka itu tidak hanya menjalani hari-hari di panti secara pasif, tetapi juga aktif mengikuti pembinaan yang ada di panti. Nah, salah satunya dengan pelayanan bimbingaan mental spiritual melalui bimbingan ini penyandang disabilitas mental dibimbing untuk mengenal ajaran agama yang mereka anut, karena kebanyakan dari mereka beragama Islam maka ya diajarkan untuk sholat, baca surat-surat pendek dan penyampaian materi yang disesuaikan. Harapan kami y dari pembinaan itu nanti ada kesadaran spiritual dan tanggung jawab sebagai individu beragama. Hal itu menjadi bekal penting untuk mereka ketika pulih kembali ke keluarga maupun masyarakat.* (wawancara dengan bapak Joko pada 08 Mei 2025)

Berdasarkan hasil observasi peneliti secara langsung dan dengan hasil wawancara dengan bapak Triwiyono dan bapak Joko selaku Kepala Panti salah satu tujuan mendasar dari pelaksanaan bimbingan mental spiritual di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang adalah untuk membantu penyandang disabilitas mental agar mampu kembali menjalani kehidupan secara

mandiri dan berfungsi secara sosial setelah masa rehabilitasi berakhir. Oleh karena itu, dalam proses bimbingan tersebut tidak hanya ditanamkan ajaran-ajaran spiritual dan religius, tetapi juga diarahkan pada pemahaman terhadap nilai-nilai dan norma yang berlaku dalam kehidupan bermasyarakat. Nilai dan norma merupakan aspek penting dalam proses reintegrasi sosial. Bimbingan mental spiritual berupaya agar penyandang disabilitas mental dapat memahami, menerima, dan secara bertahap menerapkan kedua hal tersebut sebagai proses adaptasi dengan lingkungan sosial.

3. Metode Bimbingan Mental Spiritual

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan bimbingan mental spiritual di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang adalah metode kelompok dengan memberikan ceramah dan keteladanan. Bapak Triwiyono menuturkan bahwa metode yang digunakan dalam pelaksanaan bimbingan mental spiritual ceramah dan ketauladanan.

> "*Metode yang digunakan dalam bimbingan mental spiritual untuk penyandang disabilitas mental disini itu ceramah dan ketauladanan"* (wawancara dengan bapak Triwiyono 08 Mei 2025)

Dari hasil wawancara dengan bapak Triwiyono sebagai pembimbing agama di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang, beliau mengatakan bahwa metode yang digunakan dalam bimbingan mental spiritual ini adalah metode ceramah dan ketauladanan dan kegiatan tersebut dilakukan secara kelompok

a. Ceramah

Metode ceramah adalah penyampaian materi dari pembimbing kepada penyandang disabilitas mental secara langsung. Ceramah ini biasanya berisi mengenai penanaman nilai-nilai keagamaan seperti aqidah, akhlak, tata cara beribadah dan materi yang relevan dengan kondisi serta kebutuhan penerima manfaat. Bapak Triwiyono menuturkan bahwa metode ini digunakan untuk memberikan pemahaman agama yang dapat menenangkan jiwa, mengubah pola pikir serta memperbaiki perilaku dan emosi penerima manfaat.

> " *Metode ceramah ini saya lakukan secara langsung kepada penyandang disabilitas mental dengan memberikan materi dengan berdiri di depan barisan mereka dan sesekali saya keliling agar penyandang disabilitas mental tidak mudah bosan. Dengan metode ceramah saya dapat berinteraksi dan berkomunikasi secara langsung dengan penerima manfaat, metode ini biasanya digunakan pada orang normal dan pada kali*

ini saya gunakan untuk orang yang ada gangguan mental tentunya saya harus membuat cara yang menarik atau penyampaian materi menarik agar penyandang disabilitas mental disini dapat memahaminya dan tidak mudah bosan atau jenuh. Isi dari ceramah saya ini biasanya mengenai kebersihan, salin tolong menolong, puasa, sholat, rukun iman dan rukun Islam dan penyampaian motivasi untuk sembuh dan segera pulang. Di Akhir kegiatan biasanya saya mengajak mereka untuk hadroh mbak agar mereka senang dan tenang hatinya mendengarkan lantunan sholawat yang dibawakan oleh temannya sendiri" (wawancara dengan bapak Triwiyono pada 08 Mei 2025)

Berdasarkan hasil wawancara dengan bapak Triwiyono selaku pembimbing agama di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental dapat diketahui bahwa metode ceramah merupakan penyampaian materi dari pembimbing kepada klien atau penyandang disabilitas mental secara langsung dengan cara pembimbing agama berdiri langsung di depan para penyandang disabilitas mental dan sesekali beliau berkeliling agar penyandang disabilitas mental tidak merasa jenuh. Pembimbing agama menyampaikan bahwa dengan metode ceramah ini beliau dapat berinteraksi dan berkomunikasi dengan penyandang disabilitas mental secara langsung walaupun metode ini seringnya digunakan kepada orang normal akan tetapi beliau bisa menerapkannya pada penyandang disabilitas mental dengan menyampaikan materi yang mudah agar dapat diterima dan dimengerti oleh penerima manfaat. Beliau menyampaikan materi dengan diselingi candaan agar penyandang disabilitas mental tidak mudah bosan dan materi yang biasanya disampaikan adalah kebersihan dan tolong menolong, hal disampaikan untuk mengubah perilaku penyandang disabilitas mental dan dapat bersosialisasi dengan teman yang lainnya, ada juga materi mengenai rukun iman, rukun islam, shalat, puasa dan diajarkan ayat-ayat pendek dan di akhir kegiatan beliau mengajak para penyandang disabilitas mental untuk bermain hadroh bersama-sama agar mereka senang dan tenang hatinya ketika mendengarkan sholawat yang dibawakan oleh temannya sendiri atau sesama penerima manfaat.

b. Ketauladanan

Metode yang memberikan contoh secara langsung dari pembimbing agama kepada penyandang disabilitas mental agar mempermudah penyandang disabilitas mental untuk dapat menjalankan kewajiban mereka dalam hal beribadah seperti shalat berjamaah, mengaji, puasa dan lainnya. Bapak Triwiyono menjelaskan bahwa penyandang disabilitas mental pada awalnya masih susah

untuk diajak mengenai apa yang telah dicontohkan oleh pembimbing agama, akan tetapi pembimbing agama terus mencontohkan kegiatan-kegiatan beribadah sampai akhirnya penyandang disabilitas mental sudah dapat melakukan sendiri atau atas kemauan sendiri seperti contohnya sholat jum'at, ada penyandang disabilitas mental yang bahkan mengajak dahulu petugas pekerja sosial untuk sholat jum'at.

> " *Pada awalnya memang susah mengajak mereka untuk menjalankan kewajiban mereka salah satunya beribadah sholat ya. Tetapi saya tetap terus mengingatkan dan mengajak penyandang disabilitas mental untuk ikut saya ketika sholat, mengajarkan mereka mengaji dan pada akhirnya atas kesadaran mereka sendiri mereka mau melakukan ibadah mbak, bahkan dari mereka sudah sering kali mengajak petugas pekerja sosial disini untuk sholat jum'at, ada juga penyandang disabilitas mental yang mau mengikuti puasa, saya sangat senang dengan perubahan yang terjadi pada penyandang disabilitas mental "* (wawancara dengan bapak Triwiyono pada 08 Mei 2025)

Hasil wawancara dengan bapak Triwiyono selaku pembimbing agama di Panti Pelayanan Sosial dapat diketahui bahwa salah satu cara agar mempermudahkan penyandang disabilitas mental menjalankan ibadah adalah dengan mencontohkan atau melakukannya secara langsung yang artinya dapat dilihat oleh penerima manfaat. Walaupun, pada awalnya memang susah untuk mengajak penyandang disabilitas mental untuk melakukan kewajiban mereka, pembimbing agama tidak pernah lelah untuk selalu mengingatkan kepada mereka dan mencontohkannya secara langsung. Dengan cara tersebut terbukti adanya perubahan pada penerima manfaat. Mereka jadi mengetahui kewajiban ibadah mereka seperti shalat, dan puasa.

4. Materi Bimbingan Mental Spiritual

Materi-materi yang diberikan oleh pembimbing mental spiritual merupakan materi yang disesuaikan dengan kondisi penyandang disabilitas mental untuk mengembangkan kesehatan mental, memperbaiki perilaku, serta membangun akhlak terpuji, keyakinan dan kewajiban agama dengan melalui pendekatan keagamaan dengan harapan nantinya ketika sudah selesai masa rehabilitasi, penyandang disabilitas mental dapat menerapkan materi yang telah diajarkan dalam kehidupan bermasyarakat.

Materi bimbingan mental spiritual ini disampaikan secara bertahap dimulai dari penguatan dasar-dasar keimanan seperti mengenal sifat-sifat Allah,

rukun Iman, rukun Islam, makna ibadah dan pentingnya bertawakal juga bersyukur dalam kehidupan sehari-hari. Materi yang disampaikan di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang tersebut dikaitkan dengan kondisi emosional dan psikologis penerima manfaat, seperti menghadapi rasa cemas, kecewa, atau putus asa. Dengan menggunakan pendekatan keagamaan, penyandang disabilitas mental dibimbing untuk menyadari pentingnya mengelola emosi dan perilaku melalui ajaran Islam, seperti kesabaran, tawakal,menjaga hubungan dengan Allah dengan cara beribadah dan berdoa.

Dalam pelaksanaanya, metode yang digunakan adalah ceramah agama yang dipadukan dengan diskusi bersama, praktik ibadah bersama. Melalui pembinaan secara perlahan penyandang disabilitas mental diarahkan untuk lebih memahami perasaan mereka sendiri, mengenali pemicu emosi, serta membentuk respon yang lebih tenang. Bapak Triwiyono menjelaskan bahwa materi yang disampaikan disesuaikan dengan kondisi penyandang disabilitas mental dan disetiap pertemuan materinya berbeda-beda supaya penyandang disabilitas mental tidak merasa bosan. Hal tersebut dilakukan agar penyandang disabilitas mental mampu menerima dan memahami apa yang telah disampaikan oleh pembimbing. Harapan pembimbing agar penyandang disabilitas mental dapat mengerti, memahami dan mampu mempraktekkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Seperti yang diungkapkan oleh bapak Nadhir berusia 44 tahun, beliau berasal dari Pati dan sudah berada di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas mental Pangrukti Mulyo Rembang selama 8 bulan. Beliau mengakui sebelumnya sering mengalami kegelisahan, cemas, suka marah, dan lebih suka menyendiri. Akan tetapi ketika beliau mengikuti serangkaian pembinaan bimbingan mental spiritual, dan beliau sudah mampu mempraktekannya yaitu dengan berdzikir, sholat dan berdoa, beliau menuturkan bahwa merasa lebih tenang setelah melakukan ibadah tersebut.

> “ *Selama kegiatan bimbingan mental spiritual ini saya banyak diajarkan mengenai ibadah mbak, sebelumnya saya sudah lupa mengenai kewajiban saya dan merasakan gelisah dan cemas. Pas udah selesai sholat, berdoa, dan berdzikir saya lebih tenang hatinya dan sudah jarang merasakan gelisah atau cemas, tidak mudah marah lagi dan mau berkumpul dengan teman yang lain*, *saya pengen sembuh dan segera pulang* “ (wawancara dengan bapak Nadlir pada 08 Mei 2025)

Hasil wawancara tersebut menunjukan adanya perubahan yang terjadi pada bapak Nadhir setelah beliau mengikuti bimbingan mental spiritual, beliau mulai mengingat kewajibannya sebagai seorang muslim dan mau menjalankan ibadah yaitu sholat, berdzikir dan berdoa yang dapat membuat ketenangan hatinya, yang pada awalnya masih sering merasakan gelisah dan cemas, setelah beliau mau beribadah sudah mulai merasakan ketenangan hati. Hasil wawancara mengenai keadaan bapak Nadlir selaras dengan wawacara dengan ibu Nial selaku pekerja sosial yang juga mengathui keadaan bapak Nadlir, beliau menuturkan:

"*Bapak Nadlir ini ya mbak, orangnya agak susah, pas awal datang dia terlihat sekali cemas, gelisah, komunikasinya masih buruk dan lebih suka menyendiri, dia juga lupa mengenai kewajibannya sebagai seorang muslim, tapi walaupun dia termasuk lama dalam proses perubahannya dan setelah membutuhkan waktu yang nggak singkat dia ada perubahannya, seperti sudah mau sholat, mau ikut kumpul dan tidak terlihat gelisah atau cemas seperti pas awal datang dulu*" (wawancara dengan ibu Naila)

Hasil wawancara tersebut mmeberikan penjelasan mengenai perubahan yang terjadi pada bapak Nadlir yang selaras dengan hasil wawancara dengan bapak Nadlir sendiri.

Hal serupa juga disampaikan oleh bapak alif, beliau menuturkan bahwa ketika belum mengikuti bimbingan mental spiritual beliau masih belum mau untuk beribadah, merasa gelisah dan sedih. Akan tetapi, setelah beliau mau mengikuti kegiatan bimbingan mental spiritual dan menerima materi yang disampaikan dan diajarkan oleh pembimbing dengan baik, ada perubahan yang terjadi pada bapak Alif, beliau mau untuk beribadah lagi dan merasakan ketenangan setelah melakukan ibadah seperti sholat, berdzikir dan berdoa untuk kesembuhan beliau agar cepat pulang.

> "*Dulu saya nggak mau sholat mbak, tetapi ketika saya ikut bimbingan ini dan mendengarkan dan melihat yang diajarkan oleh pembimbing, saya mau mulai sholat, dan berdzikir lalu berdoa untuk sembuh dan cepat pulang dari sini, hati saya juga tenang dan adem ketika sudah beribadah dan berdoa"*(wawancara dengan bapak Alif pada 08 Mei 2025)

Dari hasil wawancara tersebut dapat dilihat perubahan dari bapak Alif setelah mengikuti kegiatan bimbingan mental spiritual dan menerima materi yang disampaikan dan diajarkan oleh pembimbing. Bapak Alif yang awalnya tidak mau beribadah, secara perlahan ada kesadaran diri dari beliau, bapak Alif mulai mau sholat, berdzikir dan berdoa untuk segera pulang. Bapak Alif juga merasakan

perubahan pada keadaan hatinya yang awalnya gelisah namun sekarang beliau merasakan ketenangan dalam hatinya ketika sudah menjalankan ibadah. Bapak Triwiyono sendiri sebagai pembimbing agama menuturkan:

> " *Materi yang saya sampaikan ketika bimbingan itu ada tiga yang utama, aqidah, akhlak, dan syari'ah. Biasanya saya mulai dari penguatan dasar-dasar keimanan seperti mengenal sifat-sifat Allah, rukun Iman, rukun Islam, makna ibadah dan pentingnya bertawakal juga bersyukur dalam kehidupan sehari-hari. Ketika saya menyampaikan materi tersebut tentunya tidak langsung dalam satu waktu ya, saya beda-bedakan misal minggu pertama saya fokuskan mengenai akhlak minggu kedua mengenai syari'ah. Itu karena penyandang disabilitas mental tidak dapat menerima materi jika langsung disampaikan secara bersamaan, dan ketika saya menyampaikannya saya juga mempraktekannya agar penyandang disabilitas mental dapat menerima dan memahaminya, di sela-sela penyampaian materi saya keliling mbk, biasanya ada penyandang disabilitas mental yang tidak mau mendengarkan bahkan tertidur tetapi hal seperti sudah biasa, dan beberapa penyandang disabilitas mental yang lain antusias ketika saya sedang ceramah karena saya selingi juga candaan agar mereka tidak merasa jenuh ya, dari materi-materi dan praktek secara langsung yang saya ajarkan, diantara mereka mulai timbul kesadaran dan mau menerapkan, seperti mau menjaga kebersihan kamar masing-masing, beribadah dan sudah mulai tenang keadaannya*" (wawancara dengan bapak Triwiyono pada 08 Mei 2025)

Berdasarkan penjelasan dari bapak Triwiyono selaku pembimbing mental spiritual, beliau mengatakan bahwa ada tiga materi utama yang disampaikan ketika memberikan bimbingan kepada penyandang disabilitas mental dengan ceramah, tiga materi itu ada akhlak, aqidah dan syari'ah. Bapak Triwiyono menuturkan bahwa ketika menyampaikan materi beliau akan menyampaikan satu- persatu dan mempraktekkannya agar penyandang disabilitas mental dapat menerima dan memahami apa yang telah disampaikan, dan cara bapak Triwiyono agar penyandang disabilitas mental tertarik dalam penyampaian materi ceramahnya, beliau menyampaikan dengan berkeliling dan menyelingi candaan dalam ceramahnya agar penyandang disabilitas mental tidak mudah bosan atau jenuh. Bapak Triwiyono juga menuturkan bahwa diantara mereka sudah timbul kesadaran diri untuk dapat menerima dan mulai menerapkan materi yang telah disampaikan dan diajarkan oleh bapak Triwiyono seperti menjaga kebersihan kamar, kemauan untuk beribadah dan dalam keadaan tenang.

Materi yang disampaikan oleh bapak Triwiyono ini tentunya tidak lepas dari pembekalan untuk nantinya penyandang disabilitas mental ketika sudah pulih dan dapat kembali di keluarga dan masyarakat secara baik.

5. Media Bimbingan Mental Spiritual

Media menjadi salah satu alat yang digunakan dalam kegiatan bimbingan ketika berlangsung dan mereka sangat bermanfaat untuk mencapai tujuan bimbingan. Media yang digunakan di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang adalah ruang aula, sound system, microphone, televisi dan ada alat rebana. Bimbingan ini dilaksanakan di aula sekaligus praktek bimbingan dilakukan dengan bantuan media seperti sound dan microphone agar ketika pembimbing berbicara dapat didengar dan dipahami dengan jelas oleh penerima manfaat, sedangkan televisi dan beberapa alat rebana dipakai ketika sesi ceramah telah selesai hal itu dilakukan untuk melatih konsentrasi penerima manfaat. Seperti yang dijelaskan oleh bapak Triwiyono selaku pembimbing bahwa:

> " *Media yang kita gunakan dalam kegiatan bimbingan mental spiritual itu ada sound, microphone, televisi, dan beberapa alat rebana. Bimbingan ini dilaksanakan di aula sekaligus pelaksanaan praktek secara langsung. Sound dan microphone sudah pasti daya gunakan ketika penyampaian materi , sedangkan televisi dan alat rebana biasanya saya gunakan saat di sesi akhir ceramah atau setelah ceramah selesai saya mengajak penyandang disabilitas mental untuk main rebana bersama-sama, hal itu menjadi salah satu cara untuk melatih konsentrasi mereka mbak, dengan mengingat gerakan untuk memainkan beberapa alat rebana dan menyanyikan sholawat*" (wawancara dengan bapak Triwiyono pada 08 Mei 2025)

Dari hasil wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa media yang digunakan dalam kegiatan bimbingan mental spiritual adalah microphone, sound, televisi, dan beberapa alat rebana dan kegiatan dilaksanakan di aula. Media yang digunakan dalam sesi ceramah yaitu microphone dan sound , kedua media tersebut digunakan agar para penyandang disabilitas mental dapat mendengar dan memahami materi yang disampaikan oleh pembimbing dengan jelas. Lalu ada televisi dan beberapa alat rebana yang digunakan di sesi akhir atau setelah kegiatan ceramah selesai, rebana dilakukan untuk melatih konsentrasi para penerima manfaat.

BAB IV
PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

A. Analisis Pelaksanaan Bimbingan Mental Spiritual untuk Menumbuhkan Regulasi Diri pada Penyandang Disabilitas Mental di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang

1. Pelaksanaan Bimbingan Mental Spiritual

Pelaksanaan pembinaan yang dilakukan di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang meliputi berbagai kegiatan pelayanan sosial dan pembinaan. Kegiatan pembinaan atau pelayanan yang disediakan meliputi bimbingan fisik, bimbingan psikososial, bimbingan sosial, bimbingan ADL dan bimbingan mental spiritual. Bimbingan mental spiritual merupakan salah satu bentuk pembinaan yang digunakan untuk pemulihan mental dengan menumbuhkan regulasi diri penyandang disabilitas mental. Bimbingan mental spiritual adalah suatu proses bentuk pembinaan, bimbingan, arahan dan bantuan yang diberikan kepada individu untuk memperbaiki kondisi mental dan perilakunya berlandaskan nilai-nilai agama yang dianutnya. Tujuannya, agar individu dapat mendekatkan diri kepada Tuhan, memiliki kepribadian yang sehat, akhlak yang terpuji, serta bertanggung jawab dalam menjalani kehidupannya. Hal ini sejalan dengan definisi bimbingan mental spiritual menurut Ema Hidayanti (2014) yang menyatakan bahwa bimbingan ini bertujuan untuk memperbaiki mental seseorang agar lebih sehat sesuai dengan ajaran agama. Pembinaan bimbingan mental spiritual yang dilakukan di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang ini dilaksanakan secara rutin untuk para penyandang disabilitas mental dengan menggunakan metode ceramah agama, ibadah bersama, pelatihan akhlak, serta pembiasaan kegiatan spiritual seperti dzikir dan hafalan surat-surat pendek.

Penyandang disabilitas mental di Panti pangrukti Mulyo dibagi menjadi tiga klaster, di gedung pertama ada klaster satu dan dua dengan kondisi penyandang disabilitas mental yang bisa dikatakan sudah tenang dan dapat diajak berkomunikasi, sedangkan pada klaster tiga terdapat penyandang disabilitas mental dengan kondisi masih sering berontak dan berlaku tidak wajar, maka dari itu klaster tiga ditempatkan pada gedung belakang dan masih dalam pengawasan dari petugas panti secara intensif. Pelaksanaan bimbingan mental spiritual di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang dimulai dengan kegiatan pagi yang

berupa mandi, makan pagi, apel, senam dan minum obat lalu baru dilanjutkan dengan kegiatan bimbingan yang dilakukan pada setiap hari Rabu dimulai jam 09.00- selesai. Kegiatan bimbingan diawali dengan sedikit pencerahan atau motivasi dari petugas panti, lalu diajak sholawatan dan hafalan surat-surat pendek.

Pelaksanaan bimbingan mental spiritual di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang telah menjadi bentuk nyata dari upaya pemulihan yang mengintegrasikan aspek religius, psikologis dan sosial untuk membantu penyandang disabilitas mental menumbuhkan regulasi dirinya. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara mendalam dengan para penyandang disabilitas mental dan petugas panti, analisis ini menelaah bagaimana bimbingan mental spiritual berdampak pada proses menumbuhkan regulasi diri pada penyandang disabilitas mental, dengan tiga indikator utama menurut teori Zimmerman, proses ini mencakup tiga komponen yaitu, metakognitif, motivasional (dorongan untuk berubah), dan perilaku.

Metakognitif merupakan kemampan individu untuk menyadari, mengontrol, dan mengevaluasi proses berpikir serta emosinya sendiri. Penyandang disabilitas mental yang sebelumnya mengalami ketidakjelasan pikiran dan kehilangan makna hidup, hal ini menjadi titik awal penting dalam pemulihan. Berdasarkan data dilapangan, kegiatan bimbingan mental spiritual seperti mendengarkan ceramah agama, sholawatan, hafalan surat pendek, dan pembacaan dzikir telah memberikan ruang untuk membangun kesadaran reflektif pada penyandang disabilitas mental. Mereka mulai memahami kondisi dirinya, mengenali emosi, dan bahkan mengutarakan keinginan untuk sembuh dan kembali ke keluarganya.

Seperti bapak Alif yang menyampaikan bahwa pada awal kedatangannya ia merasa gelisah, tidak memiliki arah hidup, dan sering menyendiri. Namun, setelah beberapa kali mengikuti kegiatan bimbingan mental spiritual, ia mulai merasakan ketenangan, mulai menyadari pentingnya beribadah, serta mampu membedakan mana perbuatan baik dan mana yang tidak baik. Hal ini menunjukan bahwa kemampuan untuk mengamati dan mengevaluasi kondisi mulai terbentuk. Secara teori, proses ini mendukung pendapat Zimmerman (dalam Rizki 2021) bahwa aspek metakognitif merupakan langkah awal untuk menumbuhkan regulais diri, dimana individu mulai menyusun strategi dan menetapkan tujuan internal dalam menghadapi situasi yang dihadapi. Dalam hal ini, penyadaran yang mucul pada bapak Alif menjadi pondasi awal bagi pengendaian emosi dan perilaku yang lebih

terarah, serta menunjukan bahwa dukungan spiritual mampu mengaktifkan fungsi reflektif dalam diri individu.

Aspek motivasi merupakan hal inti dalam regulasi diri menurut Zimmerman. Hal ini mencakup dorongan internal untuk berusaha menetapkan tujuan, dan mengevaluasi hasil. Melalui pendekatan spiritual, para penyandang disabilitas mental diberikan pemahaman bahwa mereka memiliki harapan hidup, dapat sembuh, dan dapat kembali menjalani hidup secara normal. Bimbingan ini menanamkan makna dan harapan, bahwa setiap musibah adalah bagian dari ujian hidup dan harus disikapi dengan sabar serta mendekatkan diri kepada Allah SWT. Berdasarkan wawancara dengan bapak Alif mengungkapkan bahwa ia merasa lebih semangat untuk sembuh dan pulang setelah mengikuti bimbingan mental spiritual yang mengajarkan tentang syukur, doa, dan shalat. Motivasi ini juga diperkuat oleh interaksi sosial yang positif, perasaan dihargai dalam kegiatan panti, serta dukungan moral dari pembimbing. Faktor internal yang mempengaruhi ialah dorongan dari dalam diri untuk kembali hidup normal, sedangkan faktor eksternal adalah dukunhan sosial dari petugas panti dan lingkungan rehabilitasi yang menumbuhkan harapan.

Perubahan perilaku tampak nyata dari penyandang disabilitas mental yang mengikuti bimbingan secara rutin. Sebagian dari mereka awalnya sulit untuk diatur, enggan berinteraksi, dan tidak menjaga kebersihan diri, mulai menunjukan perubahan positif seperti kegiatan harian, menjaga harian serta bersikap lebih kooperatif terhadap petugas dan sesama penghuni panti. Misalnya, bapak Supriyanto yang sebelumnya pasif dan mudah tersinggung kini mampu bergabung dalam kegiatan yang ada di panti , mengikuti shalat berjamaah dan mau mendengarkan instruksi dengan baik. Hal ini sesuai dengan teori bimbingan mental spiritual yang menyatakan pendekatan spiritual mampu mengarahkan individu kepada perilaku yang positif dan adaptif (Hidayanti, 2014). Faktor internal yang mempengaruhi ialah kemauan untuk berubah, sedangkan faktor eksternal meliputi keteladanan petugas, suasana panti yang terstruktur serta kegiatan yang bervariasi namun makna secara sosial dan spiritual.

Pelaksanaan bimbingan mental spiritual ini tidak terlepas dengan adanya peran pembimbing (Faiza Algifahmy et al., 2024). Dalam kegiatan bimbingan mental spiritual ini pembimbinglah yang membantu, mengarahkan, memberikan motivasi, dan membimbing penyandang disabilitas mental dalam perubahan perilaku, dan mengingat Tuhan-Nya untuk menjalan kewajibannya. Hal ini dapat

terlihat dari kegiatan yang rutin dilakukan oleh penyandang disabilitas mental ketika mengikuti bimbingan menjadi antusiasme dalam waktu ke waktu, mulai dari mereka yang sudah mau duduk tenang mendengarkan materi, menjawab pertanyaan sederhana dari pembimbing hingga menunjukan ketersediaan mereka dalam membantu kegiatan kelompok seperti mengatur alat rebana, dan membersihkan lingkungan panti seperti halaman, mushola dan lainnya. Hal ini menunjukan aktivitas yang dilakukan bukan hanya mengenai keagamaan, tetapi juga menjadi media rehabilitasi sosial dan emosional dan secara teoritis hal ini memperkuat gagasan dari Khahar (2020) yang menyatakan bahwa metode- metode seperti ceramah, keteladanan serta pendekatan kelompok menjadi cara efektif untuk mengajarkan nilai spiritual dan mendorong perubahan perilaku pada penerima manfaat. Selain kegiatan yang berkaitan dengan hal-hal religius ada kegiatan-kegiatan yang lain di panti sebagai penunjang upaya pemulihan atau terapi bagi penyandang disabilitas mental yaitu terdapat aktivitas pendukung seperti berkebun, ternak lele dan membatik yang berperan sebagai terapi untuk meningkatkan regulasi diri penyandang disabilitas mental. Kegiatan ini melatih mereka untuk berpikir terstruktur, fokus dan mengevaluasi tindakan. Dari kegiatan ini jua muncul semangat saat hasil kerja mereka di hargai, menumbuhkan rasa percaya diri dan membentuk kedisplinan, keteraturan yang menunjukan adanya perubahan positif dalam regulasi diri.

Dari kegiatan tersebut juga menunjukan bahwa kegiatan seperti berkebun, beternak lele, dan membatik dapat menjadi bentuk nyata dari belajar dengan melakukan kegiatan secara langsung dalam konteks bimbingan mental spiritual. Nilai-nilai religius tidak hanya disampaikan dalam bentuk ceramah, tetapi juga dapat diinternalisasikan melalui tindakan nyata yang menyentuh ranah spiritual dan emosional. Dengan kata lain, pendekatan ini mengkombinasikan unsur terapi kerja dan pembinaan spiritual untuk menciptakan lingkungan yang suportif bagi pemulihan pada penyandang disabilitas mental dengan upaya menumbuhkan regulasi diri. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Panti Pelayanan Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang, dapat disimpulkan bahwa bimbingan mental spiritual dapat membantu menumbuhkan regulasi diri pada penyandang disabilitas mental atau penerima manfaat. Pelaksanaan bimbingan ini dilakukan secara terstruktur oleh petugas panti dan pembimbing agama melalui kegiatan rutin seperti ceramah keagamaan, serta praktik ibadah yang menjadi kewajiban

penyandang disabilitas mental sesuai dengan ajaran yang dianutnya. Kegiatan ini tidak hanya berfungsi sebagai penguatan spiritual, tetapi juga sebagai sarana untuk meningkatkan kesadaran diri dan kontrol emosi penyandang disabilitas mental

Dari hasil wawancara dan observasi, maka dapat dilihat bahwa bimbingan mental spiritual mampu menumbuhkan aspek-aspek regulasi diri, seperti kemampuan mengontrol emosi, merespon situasi dengan tenang, dan menunjukan perilaku yang lebih terarah atau adanya tujuan dan motivasi. Hal ini terlihat dari perubahan perilaku penyandang disabilitas mental yang mulai menunjukan sikap kooperatif dalam kegiatan harian, lebih terbuka dalam berkomunikasi, serta mulai mampu mengambil keputusan sederhana secara mandiri. Dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian menunjukan bahwa bimbingan mental spiritual bukan hanya berdampak pada aspek spiritualitas penerima manfaat, akan tetapi juga dapat menumbuhkan regulasi diri mereka seperti memberikan pengaruh nyata terhadap kemampuan mereka dalam mengelola emosi, pikiran dan perilaku sehari-hari.

2. Tujuan Bimbingan Mental Spiritual

Bimbingan mental spiritual untuk penyandang disabilitas mental di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang mempunyai tujuan yaitu terpenuhinya kebutuhan dasar manusia atau penyandang disabilitas mental sebagai makhluk hidup yang beragama. Walaupun mereka memiliki keterbatasan mental atau biasa disebut dengan orang dengan disabilitas mental, mereka juga harus dipandang sebagai manusia normal yang tetap membutuhkan pelayanan fisik, rohani, sosial dan psikologis. Tujuan bimbingan mental spiritual ini agar penyandang disabilitas mental dapat meningkatkan kesadaran diri, pemahaman terhadap aturan kehidupan, meningkatkan disiplin dan tanggung jawab serta memberikan arahan yang jelas dalam menjalani hidup.

Melalui adanya bimbingan mental spiritual yang terstruktur dan berkesinambungan diharapkan penyandang disabilitas mental mampu untuk memahami dirinya dan memiliki kesadaran serta peningkatan dalam hal keagamaan. Dalam konteks ini, bimbingan mental spiritual tidak hanya menjadi sarana pendekatan agama, tetapi juga berperan dalam mempercepat proses pemulihan dan menumbuhkan regulasi diri. Regulasi diri yang dimaksud merujuk pada kemampuan individu untuk mengelola pikiran, emosi, dan perilaku secara sadar guna mencapai kesejahteraan.

Berdasarkan hasil wawanacara dengan bapak Triwiyono selaku pembimbing spiritual dan Bapak Joko selaku Kepala Panti memperkuat pemahaman tersebut. Keduanya menegaskan bahwa bimbingan mental spiritual ini merupakan bagian penting dari proses rehabilitasi sosial yang diarahkan untuk membentuk regulasi diri pada penyandang disabilitas mental agar mereka dapat membentuk kemandirian dan kesipan dalam menjalani hidup di masyarakat setelah keluar dari panti. Hal ini tercermin dari berbagai kegiatan yang dilakukan secara rutin dan terstruktur, seperti hafalan surat-surat pendek, pelaksanaan shalat berjamaah, kegiatan puasa serta ceramah dengan materi yang disesuaikan dengan kondisi dan kemampuan penyandang disabilitas mental.

Kegiatan-kegiatan tersebut dimaksutkan untuk memperkuat pemahaman agama, meningkatkan kedisiplinan, serta membiasakan perilaku positif dalam kehidupan sehari-hari. Seperti yang disampaikan oleh pembimbing mental spiritual dan pekerja sosial, sudah ada beberapa penyandang disabilitas mental yang mengalami peningkatan dalam hal ketenangan emosi, keteraturan menjalankan ibadah dan memiliki kesadaran sosial. penyandang disabilitas mental yang awalnya masih sering emosi dan berperilaku pasif sudah mulai dapat mengendalikan dirinya, menunjukan minat dalam keagamaan dan sudah lebih terbuka atau mau berinteraksi sosial dengan yang lainnya. Hal ini menunjukan bahwa tujuan bimbingan mental spiritual tidak hanya bersikap normatif akan tetapi juga operasional dan terukur. Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Ema Hidayanti bahwa tujuan bimbingan mental spiritual adalah untuk meningkatkan kesadaran hidup, memperbaiki perilaku, dan membantu individu untuk kembali ke fitrahnya melalui pendekatan agama. Dengan kata lain, pendekatan spiritual berkontribusi dalam membentuk pola pikir dan sikap hidup yang lebih terarah dan positif.

Berdasarkan hasil observasi peneliti secara langsung dan dengan hasil wawancara dengan bapak Triwiyono dan bapak Joko selaku Kepala Panti salah satu tujuan mendasar dari pelaksanaan bimbingan mental spiritual di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang adalah untuk membantu penyandang disabilitas mental agar mampu kembali menjalani kehidupan secara mandiri dan berfungsi secara sosial setelah masa rehabilitasi berakhir. Oleh karena itu, dalam proses bimbingan tersebut tidak hanya ditanamkan ajaran-ajaran spiritual dan religius, tetapi juga diarahkan pada pemahaman terhadap nilai-nilai dan norma yang berlaku dalam kehidupan bermasyarakat. Nilai dan norma merupakan aspek

penting dalam proses reintegrasi sosial. nilai sosial ini adalah prinsip-prinsip hidup yang dianggap baik dan ideal oleh masyarakat, seperti kejujuran, tanggung jawab, kesopanan, serta saling menghormati. Sedangkan, norma adalah aturan yang konkret yang menjadi standar perilaku sehari-hari, baik yang bersumber dari agama, adat, hukum, maupun kebiasaan sosial.

Penerapan nilai dan norma ini menjadi bekal penting bagi para penyandang disabilitas mental dalam beradaptasi dengan lingkungan sosial setelah kembali ke masyarakat. Sejalan dengan pandangan Soekanto (2006) yang menyatakan bahwa nilai sosial merupakan landasan sikap dan tindakan yang dianggap baik dalam masyarakat, sedangkan norma dapat berfungsi mengarahkan dan membatasi perilaku seseorang agar tetap berada dalam tempat yang diterima. Dengan demikian, pembekalan nilai dan norma yang diselipkan dalam proses bimbingan mental spiritual adalah bentuk nyata sebagai pembekalan penyandang disabilitas mental untuk nantinya kembali pada keluarga dan masyarakat**.**

Dari sisi implementasi kesejahteraan sosial, Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang juga memberikan bukan hanya pemenuhan kebutuhan fisik semata, melainkan juga mencakup aspek psikologis dan hubungan sosial yang dijalin oleh penyandang disabilitas mental hal itu dilakukan dengan tujuan ketika nantinya penyandang disabilitas mental yang sudah pulih dapat kembali pada keluarga dan dapat diterima di lingkungan masyarakat dengan baik. Pihak panti memberikan fasilitas berupa kebutuhan pokok yang terpenuhi dengan baik, seperti makanan bergizi tiga kali sehari, tempat tinggal yang bersih dan tertata serta pakaian yang layak. Selain itu, tersedia juga layanan-layanan pemeriksaan kesehatan rutin, fisik maupun mental.

Peneliti dapat melihat bahwa para penyandang disabilitas mental tidak hanya dibantu dalam hal pemenuhan kebutuhan sehari-hari, tetapi juga difasilitasi untuk menjalankan hidup dengan terstruktur dan rutinitas yang sehat hal tersebut membuktikan bahwa penyandang disabilitas mental mempunyai hak yang sama dalam mendapatkan pelayanan sebelum nantinya kembali pada keluarga dan masyarakat. Adapun kegiatan yang pembinaanya berbasis keterampilan hidup, seperti membatik, berkebun, dan beternak lele. Dalam kegiatan kegiatan sederhana ini penyandang disabilitas mental diajarkan tahapan-tahapan dasar hingga menghasilkan karya yang memiliki nilai estetika dan ekonomi seperti kegiatan

membatik. Kegiatan- kegiatan yang ada di panti diadakan bukan hanya untuk mengisi waktu, tetapi menjadi salah satu latihan keterampilan yang bertujuan membentuk rasa tanggung jawab, kemampuan bekerja sama dan pengalaman sosial yang nyata. Aktivitas ini membantu penyandang disabilitas mental untuk mengalami struktur kehidupan yang teratur, yang pada giliranya dapat mendukung perkembangan regulasi diri.

Pelaksanaan kegiatan tersebut juga menunjukkan pendekatan komprehensif. Pembimbing tidak hanya berperan sebagai pengawas, tetapi juga membangun komunikasi yang hangat dan bersifat edukatif. Interaksi antara pembimbing dengan penyandang disabilitas mental berlangsung dalam suasana yang penuh empati, dimana nilai-nilai keagamaan dan motivasi hidup disampaikan dengan cara yang mudah diterima.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan bimbingan mental spiritual di panti ini bukan hanya berorientasi pada penguatan spiritual, tetapi juga diarahkan untuk menumbuhkan regulasi diri secara menyeluruh. Tujuan yang ingin dicapai meliputi perubahan sikap, perilaku, penguatan kesadaran spiritual dan pemahaman nilai dan norma serta pengembangan kemampuan sosial. Semua aspek dilakukan secara berkesinambungan dalam mempersiapkan penyandang disabilitas mental agar mampu kembali menjalani kehidupan secara mandiri dan dapat di terima oleh masyarakat.

3. Metode Bimbingan Mental Spiritual

Pelaksanaan bimbingan mental spiritual di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang menggunakan pendekatan yang dirancang untuk menjawab kebutuhan spiritual dan psikologis penerima manfaat. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan bapak Triwiyono selaku pembimbing agama, beliau menuturkan bahwa metode yang digunakan dalam bimbingan mental spiritual di panti adalah metode ceramah dan keteladanan yang dilaksanakan secara berkelompok agar suasana menjadi lebih terbuka dan mendukung pada saat proses penyampaian materi. Metode ceramah menjadi metode paling utama yang digunakan oleh pembimbing dalam menyampaikan materi secara langsung kepada penerima manfaat.

Metode ceramah adalah penyampaian materi dari pembimbing kepada penyandang disabilitas mental secara langsung dalam satu tempat dan satu waktu. Penyampaian materi oleh pembimbing dilakukan secara langsung pada penyandang disabilitas mental dengan berdiri di depan untuk memberikan ceramah dan bimbingan, dan dalam pelaksanaannya sesekali pembimbing juga menyisipkan humor serta interaksi langsung agar penyandang disabilitas mental tidak mudah merasa jenuh, sehingga materi yang disampaikan dapat diterima dan dicerna dengan baik oleh penerima manfaat. Ceramah ini termasuk ke dalam metode direktif yang dimana pembimbing secara aktif memberikan arahan dan materi untuk memperkuat mental dan spiritual klien. Metode kelompok seperti ceramah ini yang digunakan di panti mampu mendorong perkembangan sikap sosial dan tanggung jawab bersama dalam lingkungan yang kondusif. Materi yang biasanya disampaikan oleh pembimbing dalam ceramah adalah mengenai aqidah, akhlak, dan syari'ah. Ketiga materi tersebut saling melengkapi untuk membentuk kepribadian yang lebih baik dan religius. Aqidah menanamkan keimanan, akhlak untuk memperkuat perilaku sosial dan syariah mengajarkan keteraturan dalam hidup. Penerapan metode ceramah yang dilakukan rutin setiap hari rabu menjadi strategi keberlanjutan yang efektif.

Metode ketauladanan merupakan pendekatan yang dilakukan dengan memberikan contoh nyata dari pembimbing kepada penyandang disabilitas mental untuk mempermudahkan mereka dalam menjalan kewajiban keagamaan, seperti pelaksanaan shalat berjamaah. Selain sebagai sarana bimbingan ibadah, metode ini juga diterapkan dalam kehidupan sehari-hari melalui sikap dan perilaku pembimbing yang mencerminkan nilai-nilai positif. Tujuannya agar penyandang disabilitas mental tidak hanya memahami secara konseptual saja tetapi juga mampu menerapkannya perilaku terpuji dalam keseharian mereka. Metode keteladanan yang digunakan dalam bimbingan mental spiritual ini selaras dengan teori pembelajaran sosial dari Albert Bandura dalam (Nugraha & Suyadi, 2019), yang menekankan bahwa perilaku seseorang dapat berubah melalui proses observasi terhadap model yang dihormati. Dalam konteks ini, pembimbing agama bertindak sebagai model yang ditiru oleh penyandang disabilitas mental. Keteladanan menjadi kunci dalam menanamkan regulasi diri karena memberikan contoh nyata yang dapat ditiru secara langsung dalam konteks keseharian penerima manfaatMenurut penuturan bapak Triwiyono selaku pembimbing agama, metode ini terbukti efektif karena adanya

kesadaran dari penyandang disabilitas mental dan secara bertahap penyandang disabilitas mental mulai meniru dan menerapkan perilaku yang dicontohkan walaupun memang pada awalnya susah akan tetapi sekarang sudah ada perubahan dan kesadaran diri dari penerima manfaat.

Berdasarkan hasil penelitian di Panti Pelayanan Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang,diketahui bahwa pelaksanaan bimbingan mental spiritual menjadi salah satu pendekatan yang digunakan untuk menumbuhkan regulasi diri pada penyandang disabilitas mental. Dua metode yang digunakan yaitu metode ceramah dan ketauladanan. Kedua materi ini diterapkan dalam setting kelompok dengan suasana yang komunikatif dan mengedepankan pendekatan humanistik. Pelaksanaan kedua metode ini tidak hanya disesuaikan dengan materi keagamaan, tetapi juga disesuaikan dengan kemampuan intelektual dan emosional dari masing-masing penyandang disabilitas mental. Hasilnya, proses perubahan regulasi diri menunjukan pola yang berbeda-beda antar individu, tergantung pada faktor internal maupun eksternal yang mempengaruhi mereka.

Salah satu individu yang menunjukan perubahan cukup cepat adalah bapak Alif. Pada saat awal datang ke panti, ia memperlihatkan sikap pasif, cenderung menarik diri, serta tidak menunjukan minat terhadap aktivitas keagamaan. Ia juga memiliki kebiasaan yang kurang baik dalam kebersihan diri dan enggan berinteraksi dengan teman yang lainnya. namun, setelah mengikuti bimbingan mental spiritual secara rutin, terutama dalam bentuk ceramah yang interaktif dan diselingi dengan motivasi, candaan, serta penekanan pada nilai-nilai dasar keislaman, ia menunjukan ketertarikan terhadap aktivitas keagamaan. Metode ceramah yang digunakan pembimbing agama dilakukan dengan cara berdiri, sesekali berkeliling dan menggunakan bahasa sederhanna serta menyenangkan. Hal ini membantu bapak alif untuk merasa nyaman dan mulai membuka diri. Ia kemudia mulai mengikuti sholat berjamaah, mendengarkan ceramah dengan fokus, menjaga kebersihan diri dan bahkan bapak Alif mengikuti hadroh bersama teman-teman panti yang lainnya. perubahan pada bapak Alif terutama di dorong oleh faktor internal yakni adanya keinginan yang kuat untuk sembuh dan kembali pada keluarganya. Motivasi untuk pulang dan menjalani hidup lebih baik lagi menjadi pendorong utama yang mempercepat perubahan regulasi dirinya.

Berbeda dengan bapak Alif, proses perubahan yang terjadi pada bapak Supriyanto cenderung lebih lambat, tetapi tetap menunjukan proges yang stabil dan

signifikan dalam jangka waktu menengah. Bapak Supriyanto memiliki kecenderungna untuk mudah marah, menolak perintah, dan menunjukan sikap menutup diri dari interaksi dengan petugas maupun teman yang lainnya. Dalam pengamatan awal, metode ceramah ini tidak memberikan dampak berarti karena ia tidak fokus mendengarkan dan mudah terdistraksi. Namun, pendekatan melalui metode ketauladanan yang dilakukan pembimbing agama ternyata lebih efektif. Pembimbing tidak hanya menyuruh atau mengingatkan, tetapi ikut serta dalam menunjukan perilaku yang mencerminkan nilai-nilai Islam. Setelah bebrap waktu, bapak Supriyanto mulai memperhatikan kebiasaan pembimbing dan ikut sholat. Proses ini menunjukan bahwa perubahan pada bapak Supriyanto dipicu oleh faktor eksternal yang kuat, yakni figur pembimbing sebagai teladan yang ia percayai. Keteladanan yang dilakukan secara konsisten membentuk kesadaran dalam dirinya mengenai pentingnya beribadah. Dalam konteks ini bapak Supriyanto mengalami perkembangan pada aspek metakognitif (kesadaran atas dampak perilakunya), motivasi (tumbuhnya rasa ingin berubah) serta perilaku (mulai aktif dalam ibadah dan bersosialisasi).

Adapun proses perubahan yang paling lambat terjadi pada bapak Nadhir. Dalam observasi dan wawancara dengan petugas, bapak Nadhir tidak mau merespon komunikasi verbal dan menunjukan sikap tertutup terhadap segala bentuk pendekatan. Metode ceramah pada awalnya tidak membuahkan hasil sama sekali, karena tidak menunjukan ketertarikan maupun merespon isi materi. Namun, melalui pendekatan ketaladanan yang dilakukan secara berulang dan dalam jangka waktu lama, perlahan mulai terlihat tanda-tanda perubahan. Ia mau mengikuti sholat, menunjukan keinginan dalam kegiatan hadroh walupun belum ikut dan mulai terlibat dalam aktivitas kelompok. Proses ini menunjukan bahwa bapak Nadlir faktor intenal seperti kemampuan kognitif yang terbatas menjadi hambatan besar dalam pembentukan regulasi diri. Oleh karena itu, faktor eksternal berupa rutinitas, pengulangan kegiatan, dan stabilitas lingkungan menjadi penentu utama dalam memicu perubahan. Meskipun perubahan yang terjadi belum sekuat dua penerima manfaat sebelumnya, tetapi adanya peningkatan keterlibatan sosial dan ketertarikan pada kegiatan spiritual sudah menunjukkan adanya perkembangan pada aspek perilaku dan metakognitif dalam skala minimal.

Berdasarkan ketiga studi kasus tersebut, dapat disimpulkan bahwa metode keteladanan merupakan pendekatan yang paling efektif dalam menumbuhkan

regulasi diri pada penyandang disabilitas mental di Panti Pangrukti Mulyo. Hal ini sesuai dengan teori pembelajaran sosial yang dikemukakan oleh Bandura, di mana individu lebih mudah mempelajari dan meniru perilaku yang ditunjukkan secara langsung oleh model atau figur yang dihormati. Keteladanan tidak hanya memberikan stimulus visual, tetapi juga membangun ikatan emosional dan kepercayaan antara pembimbing dan penerima manfaat. Sementara itu, metode ceramah tetap relevan dan efektif terutama pada individu yang memiliki kesiapan mental dan kemampuan kognitif yang lebih baik. Ceramah yang dilakukan dengan pendekatan persuasif, interaktif, dan menyenangkan dapat menjadi media yang memperkuat motivasi dan memperluas wawasan spiritual penerima manfaat. Dengan demikian, bimbingan mental spiritual terbukti menjadi salah satu pendekatan yang efektif dan layak diterapkan secara terstruktur di lembaga rehabilitasi sosial bagi penyandang disabilitas mental. Keberhasilan metode ini tidak hanya terletak pada isi materi yang disampaikan, tetapi juga pada cara penyampaian, keteladanan yang diberikan, serta hubungan interpersonal yang terjalin antara pembimbing dan penerima manfaat.

4. Materi Bimbingan Mental Spiritual

Bimbingan mental spiritual yang dilaksanakan di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang ini mengedepankan materi untuk penyandang disabilitas mental sebagai proses pembekalan dalam dirinya. Materi adalah ajaran atau nilai-nilai yang disampaikan oleh pembimbing secara sistematis oleh pembimbing agama dengan tujuan untuk membentuk pribadi yang religius, stabil secara emosional, dan mengatur perilaku secara mandiri. Materi bimbingan mental spiritual yang diberikan di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang merupakan bagian dari proses pembentukan atau menumbuhkan regulasi diri penyandang disabilitas mental. Materi ini terdiri dari tiga aspek uatama dalam ajaran Islam, yakni aqidah, akhlak dan syariah. Ketiga aspek tersebut memiliki relevansi langsung dnegan kebutuhan spiritual, emosional dan sosial penyandang disabilitas mental. Materi diajarkan secara bertahap dan berkesinambungan serta disesuaikan dengan tingkat kemampuan dan kondisi psikologis masing-masing penyandang disabilitas mental.

Dalam praktiknya materi disampaikan dengan pendekatan yang komunikatif melalui metode ceramah yang diselingi humor, dialog ringan, serta praktik langsung seperti sholat berjamaah, dan dzikir bersama. hal ini sesuai dengan penjelasan

pembimbing mental spiritual, bapak Triwiyono yang menyampaikan bahwa penyandang disabilitas mental tidak bisa menerima materi dalam satu waktu sekaligus. Oleh karena itu, beliau membagi materi ke dalam beberapa pertemuan berbeda dan memadukannya dengan praktik yang disesuaikan dengan kesiapan masing-masing individu. Ia juga menuturkan bahwa agar klien tidak bosan, penyampaian materi dilakukan dengan berkeliling dan menyelingi ceramah dengan candaan ringan. Hasilnya, sebagian besar penyandang disabilitas mental menunjukkan antusiasme yang meningkat, dan beberapa di antaranya mulai menerapkan ajaran yang telah disampaikan, seperti menjaga kebersihan kamar, aktif mengikuti ibadah, serta menunjukkan kondisi psikologis yang lebih tenang.

a. Aqidah

Aqidah ini lebih difokuskan untuk membangun dasar keyakinan dan ketenangan. Materi akidah yang diajarkan meliputi pengenalan rukun iman, mengenal sifat-sifat Allah, serta menanamkan kepercayaan terhadap qada dan qadar. Penyandang disabilitas mental dibimbing secara bertahap mulai dari pemahaman dasar seperti mengenal Allah sebagai sang pencipta, sampai pada makna bersyukur dan bertawakal dalam menghadapi kehidupan. Materi ini sangat penting untuk memberikan ketenangan batin, mengurangi kecemasan penyandang disabilitas mental dan membantu penyandang disabilitas mental untuk memahami tujuan hidup. Dalam penyampaiannya pembimbing menggunakan pendekatan dengan bahasa yang sederhana. Diselingi dengan candaan dan cerita inspiratif, disini pembimbing berusaha untuk membangun kedekatan dengan penyandang disabilitas mental agar mereka merasa nyaman ketika penyampaian materi. Materi ini secara signifikan memberikan pengaruh pada aspek metakognitif, khususnya dalam membantu penyandang disabilitas mental untuk mengenali perasaan, mamahami makna kehidupan serta mempercayai adanya kekuatan lebih besar yang mendampingi proses pemulihan mereka.

b. Akhlak

Akhlak merupakan ajaran etika dan moral dalam Islam yang mengatur perilaku manusia dalam hubungannya dengan Allah, dirinya sendiri dan makhluk lainnya. Materi akhlak ini merupakan aspek yang paling terlihat memberikan dampak dalam aspek perilaku dan sosial. Materi akhlak yang diajarkan untuk para penyandang disabilitas mental di Panti Pelayanan Sosial

Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang meliputi perilaku terpuji seperti sabar, tolong menolong, menjaga kebersihan dan mengontrol emosi. Nilai-nilai yang diajarkan ini tidak hanya secara teori akan tetapi juga dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari di Panti. Tujuannya agar para penyandang disabilitas mental mampu membentuk pola perilaku yang baik, bisa bersosialisasi serta dapat hidup mandiri di masyarakat nantinya. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi materi akhlak menjadi materi yang paling cepat memberikan perubahan perilaku karena disampaikan tidak hanya secara lisan tetapi juga melalui contoh langsung dalam kehidupan sehari-hari di panti. Kegiatan gotong royong, bermain rebana bersama, serta saling membantu antar sesama penghuni panti menjadi sarana praktis dalam menanamkan nilai-nilai moral. Misalnya, Bapak Nadhir yang sebelumnya lebih sering menyendiri dan cepat marah, setelah mengikuti kegiatan bimbingan mental spiritual dan mempraktikkan ajaran akhlak, mulai menunjukkan sikap yang lebih sabar, tidak mudah marah, dan mau berbaur dengan teman-temannya. Ia sendiri menyatakan bahwa setelah sholat, berdzikir, dan berdoa, ia merasa lebih tenang dan tidak lagi mengalami kecemasan seperti sebelumnya. Hal ini menunjukkan keberhasilan materi akhlak dalam memperbaiki regulasi emosi dan perilaku sosial.

c. Syari'ah

Materi ini mencakup praktik ibadah seperti shalat, puasa. Materi ini salah satu bagian penting karena penyandang disabilitas mental diperkenalkan dengan kewajiban dasar sebagai seorang muslim. Bimbingan ini tidak hanya mengajarkan mengenai teori, akan tetapi juga praktek secara langsung seperti tata cara wudhu, shalat berjamaah, hingga berpuasa saat bulan ramadhan. penyandang disabilitas mental dibimbing secara berulang dan sabar oleh pembimbing karena sebelumnya masih banyak diantara mereka yang kesulitan dan melupakan kewajiban mereka sebagai seorang muslim, seperti kegiatan ibadah. Namun, seiring berjalannya waktu para penyandang disabilitas mental menunjukan perubahan dan kemajuan seperti mau mengikuti shalat jamaah dengan sukarela, bahkan berinisiatif mengajak petugas panti untuk sholat berjamaah, serta menunjukkan berkeinginan untuk ikut berpuasa. Hak tersebut didukung dnegan hasil wawancara dengan bapak Alif yang menunjukan bahwa pada awalnya ia tidak memiliki keinginan untuk beribadah, namun setelah mengikuti bimbingan mental spiritual dan melihat pembimbing serta teman-

teman lain beribadah secara rutin, ia pun mengikuti kegiatan sholat, berdzikir dan bahkan menyampaikan harapan untuk smebuh dan dapat segera pulang. Perubahan ini merupakan indikator bahwa materi syariah memberikan pengaruh pada aspek motivasi dan perilaku, dimana keingina untuk smebuh dan menjalankan kewajiban agama mulai tumbuh dari kesadaran diri.

Ketiga materi ini tidak diajarkan secara terpisah, melainkan saling melengkapi. Aqidah digunakan sebagai pondasi keyakinan untuk membentuk cara berpikir dan sikap spiritual, akhlak sebagai bekal untuk kehidupan sosial atau bermasyarakat, dan syariah sebagai panduan dalam menjalankan kewajiban agama. Materi akhlak menjadi materi yang paling berdampak nyata dan langsung terhadap regulasi diri penyandang disabilitas mental. Para penyandang disabilitas mental yang mengikuti bimbingan mental spiritual secara rutin menunjukan perubahan dan peningkatan kemampuan dalam mengatur emosi, memahami tanggung jawab sebagai seorang manusia yang beragama, dan memiliki semangat hidup yang lebih baik serta menunjukan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari.

Dari ketiga materi tersebut tampak bahwa terdapat unsur penting yang menyatu dalam pelaksanaan bimbingan, yaitu nilai dan norma masyarakat. Materi ini tidak diajarkan sebagai topik tersendiri akan tetapi terintegrasi secara menyeluruh dalam setiap kegiatan keagamaan, pembinaan perilaku, dan interaksi sosial yang dilakukan pembimbing bersama penyandang disabilitas mental. Nilai dan norma dalam materi bimbingan mental spiritual berfungsi sebagai perangkat adaptif bagi penyandang disabilitas mental ketika kelak sudah pulih dan kembali ke lingkungan masyarakat.. Penanaman nilai seperti kejujuran, kedisiplinan, tenggang rasa, dan sikap menghormati orang lain merupakan bagian dari materi akhlak yang diterapkan secara kontekstual. Sementara norma-norma sosial seperti kepatuhan terhadap aturan, sopan santun, dan keterlibatan dalam kegiatan bersama ditekankan dalam kegiatan berjamaah maupun pelatihan keterampilan. Semua ini dilakukan dengan pendekatan edukatif dan keteladanan yang menjadi inti dari metode bimbingan mental spiritual di panti

Dengan demikian, materi bimbingan mental spiritual yang disusun dan disampaikan secara bertahap, sesuai dengan kondisi masing-masing penerima manfaat, serta dikaitkan dengan pengalaman emosional dan sosial mereka, terbukti menjadi pendekatan yang efektif dalam membangun regulasi diri pada penyandang disabilitas mental.

5. Media Bimbingan Mental Spiritual

Untuk mendukung kegiatan bimbingan mental spiritual tentunya membutuhkan media sebagai alat penunjang keberhasilan dari kegiatan bimbingan ini untuk penerima manfaat. Menurut Bukhori (2008) media tidak hanya alat bantu, tapi jembatan komunikasi antara pembimbing dan klien agar pesan tersampaikan dan dipahami dengan baikHasil wawancara dengan bapak Triwiyono, beliau menuturkan bahwa media yang digunakan dalam kegiatan bimbingan mental spiritual ini adalah ruang aula, sound system, mikrofon, televisi, serta alat musik rebana. Ruang aula ini digunakan sebagai tempat utama pelaksanaan bimbingan mental spiritual. Ruang aula ini tidak hanya berfungsi sebagai ruangan untuk berkumpul akan tetapi juga untuk menciptakan suasana kondusif yang mendukung kegiatan. Penggunaan mikrofon dan sound system juga penting dalam penyampaian ceramah. Alat ini digunakan oleh pembimbing agar suaranya dapat terdengar jelas untuk menyampaikan ceramah untuk para penerima manfaat. Dan di akhir kegiatan bimbingan ada rebana yang digunakan dalam sesi sholawatan bersama-sama oleh penerima manfaat. Aktifitas ini digunakan untuk melatih konsentrasi dan kerja kelompok antar penerima manfaat. Dalam konteks terapi spiritual, penggunaan musik seperti rebana ini mempunyai efek relaksasi dan mampu membangkitkan emosional positif bagi penerima manfaat.

Fakta dilapangan menunjukan bahwa penggunaan media tersebut secara konsisten menciptakan kebiasaan positif yang mendukung pencapaian tujuan pembinaan. Misalnya setelah mengikuti kegiatan di aula dengan suasana yang mendukung, banyak penerima manfaat yang mulai terbiasa duduk rapi, mendengarkan ceramah, dan mengikuti sholawat bersama secara tertib. Hal ini terlihat dari peningkatan partisipasi aktif Bapak Alif dan Bapak Nadhir yang awalnya sulit fokus atau enggan bergabung, namun kemudian menunjukkan antusiasme setelah kegiatan bimbingan dikemas dengan menarik melalui bantuan media. Keterlibatan mereka dalam kegiatan, terutama sesi rebana dan tonton video Islami, menunjukkan bahwa media tersebut tidak hanya mendukung pemahaman, tetapi juga menstimulasi regulasi diri, terutama dalam aspek perilaku dan emosi.

Dari hasil analisis, dapat disimpulkan bahwa penggunaan media dalam bimbingan mental spiritual bukan hanya pelengkap teknis, tetapi bagian integral dari strategi pembinaan. Media yang digunakan mampu mengatasi hambatan komunikasi, emmbangun suasana kondusif, serta menciptakan keterlibatan

emosional yang memperkuat proses internalisasi materi. Dengan demikian, media seperti ruang aula, mikrofon, sound system, televisi dan rebana secara nyata memberikan kontribusi terhadap tumbuhnya regulasi diri penyandang disabilitas mental baik dalam aspek metakognitif (melalui tayangan edukatif), motivasi(melalui pengalaman menyenangkan dalam sholawat), dan perilaku (melalui keterlibatan aktif dalam kegiatan kelompok).

Tabel 4. 1 Indikator Regulasi Diri

Nama	**Indikator Regulasi Diri**	**Kondisi sebelum mengikuti bimbingan mental spiritual**	**Kondisi sesudah mengikuti bimbingan mental spiritual**	**Indikator yang tercapai**
Bapak Alif	Metakognitif	Tidak sadar pentingnya beribadah dan kebersihan	Mampu menyadari pentingnya beribadah dan menjaga diri atau kebersihan	Kesadaran diri, dan pengambilan keputusan mandiri
	Motivasi	Tidak harapan untuk sembuh	Muncul motivasi untuk pulih dan kembali kepada keluarga	Tujuan hidup, harapan semangat menjalani hari
	Perilaku	Tidak mau menjaga kebersihan, menolak mengikuti kegiatan panti	Sudah mulai aktif mengikuti kegiatan yang ada di panti	Disipllin perilaku, partisipasi aktif, dan mulai bisa mengontrol emosi

Bapak Supriyanto	Metakognitif	Tidak tahu tujuan hidup, tidak bisa mengekspresikan emosi	Mulai mengenali diri dan bisa mengungkapkan perasaan	Kesadaran diri dan pengendalian emosi
	Motivasi	Tidak semangat dan apatis	Muncul semangat mengikuti kegiatan ibadah	Meningkatnya antuasisme dan minat terhadap kesembuhan
	Perilaku	Menarik diri, mudah marah, tidak ikut kegiatan	Mulai bersosialisasi dan aktif dalam kegiatan spriitual	Keterlibatan sosial dan stabilitas emosional
Bapak Nadlir	Metakognitif	Gelisah, bingung, tidak mengenal waktu ibadah	Mulai mengenali waktu ibadah dan bisa tenang saat mengikuti kegiatan	Pemahaman waktu, pengenalan diri, pengendalian emosi dasar
	Motivasi	Pasrah dengan keadaan, tidak menunjukkan usaha untuk sembuh	Sedikit demi sedikit muncul keinginan untuk sembuh	Motivasi spiritual awal (masih perlu penguatan lanjutan)
	Perilaku	Tidak mengikuti aturan, emosional tidak stabil	Mulai mengikuti kegiatan secara rutin, emosi lebih tenang	Perilaku adaptif dan kepatuhan terhadap rutinitas

Ringkasan capaian indikator regulasi diri pada penyandang disabilitas mental:

a. Bapak alif menunjukan perubahan yang paling signifikan dan menyeluruh pada ketiga indikator regulasi diri. Sebelum mengikuti kegiatan bimbingan mental spiritual, beliau masih tampak pasif, tidak memiliki kesadaran akan diri, serta kurang termotivasi untuk sembuh. Namun, setelah mengikuti kegiatan bimbingan mental spiritual bapak Alif mulai menunjukan peningkatan dalam kesadaran diri, mampu mengontrol emosi, menjaga kebersihan serta memiliki semangat untuk sembuh dan kembali ke rumah. Ketiga indikator sudah tercapai secara menyeluruh pada dirinya
b. Berbeda dengan bapak Alif, bapak Supriyanto perubahannya berlangsung secara bertahap. Pada awalnya beliau enggan untuk berinteraksi, mudah tersinggung dan tidak memiliki arah tujuan. Namun, setelah beberapa kali mengikuti kegiatan bimbingan mental spiritual khususnya yang bersifat motivasional seperti ceramah agama dan ibadah berjamaah, beliau mulai menampakkan kemauan untuk sembuh dan berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Indikator perilaku dan motivasi bapak Supriyanto mengalami perkembangan yang baik.
c. Sementara itu, untuk bapak Nadlir menunjukan proses perubahan yang paling lambat dibanding dengan bapak Alif dan bapak Supriyanto. Hal ini disebabkan oleh kondisi awal yang cukup berat seperti gelisah, tidak fokus, kurang mengenali ibadah dan emosi diri. Namun, pendekatan spiritual yang kontinyu dan pendampingan yan sabar, beliau mulai menunjukan perubahan seperti mengikuti kegiatan ibadah dengan tertib dan mampu menenangkan dirinya saat mengalami ketegangan. Indikator perilaku dan metakognitif menunjukkan peningkatan, namun dari sisi motivasi, masih diperlukan penguatan lebih lanjut untuk mendorong pemulihan yang optimal.

Dari ketiga kasus tersebut dapat disimpulkan bahwa efektivitas bimbingan mental spiritual dalam menumbuhkan regulasi diri sangat bergantung pada kondisi awal masing-masing individu, serta konsistensi kegiatan yang diberikan. Meski capaian tiap individu berbeda, seluruh penyandang menunjukkan adanya perkembangan positif dalam aspek regulasi diri yang meliputi kemampuan mengenali dan mengelola pikiran (metakognitif), menumbuhkan semangat dan harapan hidup (motivasi), serta mengontrol tindakan dan emosi (perilaku)

BAB V
PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang, dapat disimpulkan bahwa bimbingan mental spiritual dapat menumbuhkan regulasi diri pada penyandang disabilitas mental. Kegiatan bimbingan ini dilaksanakan secara rutin dan terstruktur setiap hari Rabu oleh oleh pembimbing spiritual dan pekerja sosial, dengan metode ceramah dan ketauladanan dengan menggunakan pendekatan yang disesuaikan terhadap kondisi psikologis masing-masing penyandang disabilitas mental. Kegiatan-kegiatan seperti ceramah agama dengan materi akhlak, aqidah dan syariah, tadarus, doa bersama, dzikir, serta konseling spiritual. Kegiatan bimbingan mental spiritual ini juga dapat membantu mereka membangun motivasi dan menerima keadaan diri, terlihat dari perubahan-perubahan yang terjadi pada penyandang disabilitas mental, yang awalnya mereka belum mempunyai kesadaran diri mengenai ibadah setelah mengikuti bimbingan mental spiritual ini mereka mulai mau mengikuti ibadah, adanya kemampuan dalam mengontrol emosi para penyandang disabilitas mental sudah tidak mudah marah dan perubahan perilaku sosial yang lebih baik. Hal ini membuktikan bahwa bimbingan mental spiritual dapat membantu menumbuhkan regulasi diri pada penyandang disabilitas mental.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa melalui bimbingan mental spiritual, penyandang disabilitas mental mengalami perkembangan dalam tiga aspek regulasi diri menurut Zimmerman, yaitu metakognitif, motivasional, dan perilaku. Aspek metakognitif tercermin dari munculnya kesadaran diri terhadap waktu ibadah, pemahaman tentang kebersihan diri, dan kemampuan merefleksikan tindakan. Aspek motivasional tampak dari meningkatnya keinginan untuk sembuh, semangat mengikuti kegiatan keagamaan, serta munculnya harapan untuk kembali pulang ke rumah. Sedangkan aspek perilaku dapat diamati melalui peningkatan kemampuan dalam mengelola emosi, mengikuti kegiatan secara aktif, serta menjalin interaksi sosial yang lebih sehat.

Masing-masing informan menunjukkan tingkat perubahan yang berbeda. Bapak Alif mengalami perubahan paling cepat dan menyeluruh. Ia berhasil membangun kesadaran diri, memiliki motivasi untuk sembuh, serta menunjukkan perilaku yang positif dalam kegiatan harian. Bimbingan mental spiritual pada dirinya menunjukkan hasil yang optimal karena adanya kesiapan internal serta respons yang positif terhadap pendekatan spiritual yang diberikan. Bapak Supriyanto mengalami perubahan pada tahap menengah. Ia mulai menunjukkan semangat dan keterlibatan dalam kegiatan spiritual serta menunjukkan kontrol emosi yang lebih baik. Namun, kesadaran reflektifnya masih berkembang secara bertahap. Sementara itu, Bapak Nadlir mengalami perubahan yang cenderung lebih lambat. Namun demikian, ia mulai menunjukkan kestabilan emosi, kemampuan mengikuti kegiatan ibadah dengan lebih rutin, dan perlahan memiliki motivasi untuk pulih, meskipun masih memerlukan penguatan lanjutan.

Proses perubahan tersebut juga dipengaruhi oleh beberapa faktor internal seperti kondisi psikis awal, kesiapan menerima bimbingan, serta faktor eksternal seperti pola pendekatan yang digunakan pembimbing, lingkungan sosial di dalam panti, dan rutinitas kegiatan spiritual yang dibangun secara konsisten. Dengan demikian, penelitian ini menyimpulkan bahwa bimbingan mental spiritual di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang terbukti dapat embantu penyandang disabilitas mental untuk menumbuhkan regulasi diri.

B. Saran

Setelah melaksanakan penelitian di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang, dengan ini penulis memberikan beberapa saran yaitu, sebagai berikut:

1. Bagi Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang, diharapkan terus mengembangkan pendekatan bimbingan mental spiritual dengan metode dan materi yang lebih variatif, disesuaikan dengan kemampuan masing-masing individu agar kegiatan ini dapat lebih efektif dalam aspek perkembangan regulasi diri, dan menambahkan fasilitas kamar lagi untuk para penyandang disabilitas mental
2. Bagi pihak keluarga dan masyarakat, perlu adanya edukasi dan pelibatan dalam proses rehabilitasi sosial agar penyandang disabilitas mental dapat diterima kembali

dalam kehidupan sosial tanpa stigma. Dukungan keluarga menjadi kunci penting dalam memperkuat hasil bimbingan yang ada di panti dan menjadi salah satu motivasi untuk sembuh dan pulih.

C. Penutup

Dengan mengucapkan puji syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kepada Allah SWT, dan berkat Rahmat dan Ridho-Nya peneliti dapat menyelesaikan proses penelitian yang panjang ini hingga dapat dituangkan dalam bentuk tulisan ini. Peneliti merasa masih banyak hal yang kurang dalam tulisan ini, dan peneliti juga menyadari adanya keterbatasan kemampuan dan sedikitnya ilmu yang peneliti miliki. Namun dengan demikian, peneliti berharap penelitiannya ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan peneliti berikutnya yang memiliki keterkaitan tema dengan penelitian ini. Dengan kerendahan hati peneliti berharap adanya masukan bagi penelitian ini agar menjadi penelitian yang sempurna. Sebagai penutup peneliti mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang membantu dalam penyusunan skripsi ini, khususnya kepada Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang dan seluruh staf panti yang telah memberikan izin peneliti untuk melakukan penelitian dan mengambil data dari Panti ini. Dan yang terakhir semoga skripsi ini dapat bermanfaat barokah dan mendapatkan Ridho dari Allah SWT.

DAFTAR PUSTAKA

Artikel

Abdurrahman, Z. (2020). Teori Maqasid Al-Syatibi Dan Kaitannya Dengan Kebutuhan Dasar Manusia Menurut Abraham Maslow. *Jurnal Ushuluddin: Media Dialog Pemikiran Islam*, *22*(1), 52–70. https://doi.org/10.24252/jumdpi.v22i1.15534

Afidah, I. (2021). Spiritualitas Masyarakat Perkotaan the Spirituality of Urban Society. *HIKMAH | Jurnal Dakwah & Sosial*, *1*(1), 1--33. https://journals.unisba.ac.id/index.php/hikmah/article/view/2522

Agustian, N. R. (2024). *Kesehatan Mental di Indonesia Tahun 2024: Antara Tantangan dan Harapan*. Kompasiana. https://www.kompasiana.com/rifky15/6672b8a2c925c4791a738562/kesehatan-mental-di-indonesia-t

Akbar, R. I., Damayanti, B. A. T., Ifanisari, R. V., & Farisa, A. N. (2022). Rehabilitasi Sosial dengan Metode Spiritual bagi Penyandang Disabilitas Mental. *Proceeding of International Conference on Islamic Guidance and Counseling*, *2*, 281–287.

Alvinda, S., Rejo, & Wahyuni, S. (2024). Penerapan Terapi Murrotal Al-Qur'an Untuk Mengurangi Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur Femur. *Journal of Language and Health*, *5*(2), 561–570.

Amti, P. dan E. (2008). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*.

Ariadi, P. (2019). Kesehatan Mental dalam Perspektif Islam. *Syifa' MEDIKA: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, *3*(2), 118. https://doi.org/10.32502/sm.v3i2.1433

Ariani, D. A., & Indrawati, E. (2024). *Pengaruh Antara Kesadaran Diri dan Regulasi Diri Terhadap Adaptasibilitas Karier*. *5*(1), 45–52.

Azizah, N., Budiyono, A., Nela, A., & ... (2021). *Bimbingan Mental Spiritual di Balai Rehabilitasi bagi Korban Penyalahgunaan Narkoba*. 1–115.

Badra, N. K. P. J., & Sukranatha, A. A. K. (2022). Problematika Penyandang Disabilitas Mental Dalam Perspektif Hak Asasi Manusia. *Jurnal Kertha Wicara*, *11*(5), 1092–1101.

Basuki, W. (2018). Depresi Pada Lansia Penghuni Panti Sosial Tresna. *Psikoborneo*, *3*(2), 122–136.

Cooper, R. (2017). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM). *Knowledge Organization*, *44*(8), 668–676. https://doi.org/10.5771/0943-7444-2017-8-668

Dami, Z. A., & Parikaes, P. (2018). Regulasi Diri Dalam Belajar Sebagai Konsekuen. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*, *1*(1), 82–95.

Durkheim, Emile. (1956). *Education and Sociology*. New York: Free Press.

FATIKA, A. R. (2024). *Gangguan Kesehatan Mental yang Paling Dikhawatirkan Orang Indonesia 2024*. Https://Data.Goodstats.Id/. https://data.goodstats.id/statistic/gangguan-kesehatan-mental-yang-paling-dikhawatirkan-orang-indonesia-2024-mA3pJ?utm_source

Fadilla, A. R., & Wulandari, P. A. (2023). Literature Review Analisis Data Kualitatif: Tahap Pengumpulan Data. Mitita Jurnal Penlitian, 1(3), 34–46.

Fidiyani, R., Nuzulia, S., & Mukminto, E. (n.d.). *Pemenuhan Hak-Hak Mendasar bagi Disabilitas Mental sebagai Upaya Jaminan Hak Asasi Manusia menurut Hukum yang Berlaku*. 394–430.

Galih Fajar Fadillah, G., & Aini, I. N. (2023). Peran Pekerja Sosial Pada Disabilitas Mental Melalui Bimbingan Vokasional Di Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental (Rpsdm) "Martani" Cilacap. *Pekerjaan Sosial*, *22*(1), 83–91. https://doi.org/10.31595/peksos.v22i1.696

Gunawan, L. (2021). Komunikasi Interpersonal pada Anak dengan Gangguan Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD). *Psiko Edukasi*, *19*(1), 49–68. https://ejournal.atmajaya.ac.id/index.php/psikoedukasi/article/view/3499/1607

Halawa, W. (2020). Improved Writing Ability Poster By Using Media Pictures Grade Viii Smp Negeri 1 Sawo Year Learning 20 20 /20 21. *Al'Adzkiya International of Education and Sosial (AIoES) Journal*, *1*(2), 141–151. https://doi.org/10.55311/aioes.v1i2.67

Handayani, R. (2020). Metode Penelitian Sosial. In *Bandung* (Issue September).

Hidayat, D. F. (2018). Konsep Bimbingan Agama Islam Terhadap Wanita Tuna Susila Di Upt Rehabilitasi Sosial Tuna Susila Kediri. *Inovatif*, *4*(1), 24–25.

Hidayanti Ema, 2014, " *Metode Bimbingan Mental Spiritual bagi Penyandang Masalah Kesejahteraan (PMKS) Kota Semarang*", Semarang; LP2M

Husmiati, H., R Irmayani, N., Sugiyanto, S., & habibullah, H. (2018). Dukungan Terhadap Penyandang Disabilitas Mental Sebagai Strategi Mendukung Program Stop Pemasungan 2019. *Sosio Konsepsia*, *7*(1), 62–74. https://doi.org/10.33007/ska.v7i1.1103

Husnullail, M., Risnita, Jailani, M. S., & Asbui. (2024). Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data Dalam Riset lmiah. *Journal Genta Mulia*, *15*(0), 1–23.

Ikhlas, A., Kenedi, G., Afnibar, & Ulfatmi. (2024). Konsep Dasar Konseling Pendidikan Islam. *Kolaboratif Sains*, *7*(1), 266–271. https://doi.org/10.56338/jks.v7i1.4858

Khahar, A. (2020). Bimbingan Agama Terhadap Tindak Kriminal. *TASAMUH: Jurnal Studi Islam*, *12*(1), 69–93. https://doi.org/10.47945/tasamuh.v12i1.238

Lutfi, M., & Lutfi, M. F. R. (2022). Bimbingan Qur'ani-Ruhani-Islami bagi Perawatan Kesehatan Mental Pasien. *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwah*, *21*(2), 49. https://doi.org/10.18592/alhadharah.v21i2.7390

Faiza Algifahmy, A., Kibtiyah, M., Diah Anjaryani, W., & Maulida Khasanah, R. (2024). Pengembangan Layanan Bimbingan Dan Konseling Islam Melalui Pendampingan Konselor Sebaya Di Pondok Pesantren Fadhlul Fadhlan Kecamatan Mijen Kota Semarang. *Jurnal Berdaya Mandiri*, *6*(2), 76–89. https://doi.org/10.31316/jbm.v6i2.6034

Muna, N., Muslimin, N. M., & Himmawan, D. (2024). *Bimbingan Mental Spiritual pada Remaja Binaan di Satuan Pelayanan Rehabilitasi Sosial Bina Mandiri Cirebon*. *10*(2), 575–583.

Nihayah, U., Manggarani, M., & Mintarsih, W. (2024). *Islamic spiritual guidance as a solution to the problem of spiritual well-being*. *5*(1).

Nur Ikha Wijayanto, Sholihan, S., & Mintarsih, W. (2023). Bimbingan Islam dalam Menumbuhkan Kepercayaan Diri Penyintas HIV/AIDS. *Griya Widya: Journal of Sexual and Reproductive Health*, *2*(2), 88–100. https://doi.org/10.53088/griyawidya.v2i2.659

Pasaribu, B., Herawati, A., Utomo, K. W., & Aji, R. H. S. (2022). Metodologi Penelitian untuk Ekonomi dan Bisnis. In *UUP Academic Manajemen Perusahaan YKPN*.

Zahrani, T. M. Z., Ulin Nihayah, & Ayu Faiza Algifahmy. (2024). Upaya Menumbuhkan Kesehatan Mental Melalui Music Therapy Dalam Mengatasi Kecemasan. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, *8*(3), 1884–1892.

https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i3.5556

Milenia, M. (2022). *Minimnya Kesadaran Masyarakat terhadap Mental Health*. Yankes.Kemkes. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/974/minimnya-kesadaran-masyarakat-terhadap-mental-health

Moleong, L. J. (2016). METODOLOGI PENELITIAN KUALITATIF EDISI REVISI (cet. ke-35). Remaja Rosda Karya.

Muna, N., Muslimin, N. M., & Himmawan, D. (2024). *Bimbingan Mental Spiritual pada Remaja Binaan di Satuan Pelayanan Rehabilitasi Sosial Bina Mandiri Cirebon*. *10*(2), 575–583.

Murni, R., & Astuti, M. (2015). Rehabilitasi Sosial bagi Penyandang Disabilitas Mental Melalui Unit Informasi dan Layanan Sosial Rumah Kita (Social Rehabilitation for Persons with Mental Disabilities Through Unit Information and Social Services Rumah Kita). *Sosio Informa*, *1*(03), 278–292. https://e-journal.kemensos.go.id/index.php/Sosioinforma/article/download/170/112

Naziihah, D. S., & Hamidah, K. (2023). Meretas Jalan Menuju Kesetaraan: Studi Pemberdayaan Penyandang Disabilitas Mental di Sentra Margo Laras, Pati. *Al-I'timad: Jurnal Dakwah Dan Pengembangan Masyarakat Islam*, *1*(2), 143–164. https://doi.org/10.35878/alitimad.v1i2.924

NELISMA, Y., Fitriani, W., & Silvianetri, S. (2022). Konseling Agama Dengan Pendekatan Budaya Dalam Membentuk Resiliensi Remaja. *Consilia : Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, *5*(1), 66–76. https://doi.org/10.33369/consilia.5.1.66-76

Novianti, D. (2023). Isu Kesehatan Mental (Mental Health) dan Peranan Pelayanan Konseling Pastoral Kristen. *Jurnal Kadesi*, *5*(April), 137–162.

Nugraha, R., & Suyadi. (2019). Regulasi Diri Dalam Pembelajaran. In *Jurnal Tarbiyah al-awlad* (Vol. 9, Issue 2, pp. 121–135). https://www.ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/alawlad/article/view/1917

Nur Ikha Wijayanto, Sholihan, S., & Mintarsih, W. (2023). Bimbingan Islam dalam Menumbuhkan Kepercayaan Diri Penyintas HIV/AIDS. *Griya Widya: Journal of Sexual and Reproductive Health*, *2*(2), 88–100. https://doi.org/10.53088/griyawidya.v2i2.659

Nugroho, F. W. (2023). Buku Edukasi Pengasuhan anak dengan disabilitas. *Dinas*

Perempuan Dan Anak Provinsi Jawa Tengah, 82–95.

Nurjanah. (2021). Analisis Kepuasan Konsumen dalam Meningkatkan Pelayanan Pada Usaha Laundry Bunda Nurjanah. *Jurnal Mahasiswa*, *1*, 117–128.

Oktapiani, N., & Pranata, A. P. (2018). Gangguan Kecemasan Sosial dengan Menggunakan Pendekatan Rasional Emotif Terapi. *Fokus* , *1*(6), 227–232.

Pasaribu, B., Herawati, A., Utomo, K. W., & Aji, R. H. S. (2022). Metodologi Penelitian untuk Ekonomi dan Bisnis. In *UUP Academic Manajemen Perusahaan YKPN*.

Pendidikan, P., Informatika, T., Teknik, F., & Yogyakarta, U. N. (2024). *PENGEMBANGAN MEDIA PEMBELAJARAN KOMIK DIGITAL TENTANG BIPOLAR UNTUK REMAJA Bunga Anindita Pramono 1 , Handaru Jati 2*. *2*(1), 1–10.

Penulis, I., & Artikel, I. (2022). *Arus Jurnal Pendidikan (AJUP) Permasalahan Anak Disabilitas Intelektual dan Disabilitas Mental di Sekolah*. *2*(3). http://jurnal.ardenjaya.com/index.php/ajuphttp://jurnal.ardenjaya.com/index.php/ajup

Pratiwi Wahyu, I., & Sri, W. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Self Regulation Remaja Dalam Bersosialisasi. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Pengembangan Sdm*, *8*(1), 1–11. https://ejournal.borobudur.ac.id/index.php/psikologi/article/view/589

Putri, D. R. (2020). Implementasi Regulasi Emosi dalam Meningkatkan Efikasi diri Difabel. *At-Taujih : Bimbingan Dan Konseling Islam*, *3*(2), 70. https://doi.org/10.22373/taujih.v3i2.8241

Rahmanto, T. Y. (2019). HAK PILIH BAGI PENYANDANG DISABILITAS MENTAL DITINJAU DARI PERSPEKTIFHAKASASI MANUSIA (The Right to Vote for People with Mental Disabilities Viewed from The Human Rights Perspective). *Jurnal HAM*, *1*(3), 19–38.

Rijali, A. (2018). *Analisis Data Kualitatif Ahmad Rijali UIN Antasari Banjarmasin*. *17*(33), 81–95.

S, C. T., Oetopo, A., & Hazmi, F. Al. (2022). Pemberdayaan Penyandang Disabilitas Mental Melalui Pelatihan Membatik di Yayasan Jiwa Layang. *Diklus: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, *6*(2), 127–137. https://doi.org/10.21831/diklus.v6i2.47968

Saleh, S. (2017). Penerbit Pustaka Ramadhan, Bandung. *Analisis Data Kualitatif*, *1*, 180.

https://core.ac.uk/download/pdf/228075212.pdf

Saputri, E. (2022). Proses Rehabilitasi pada Pasien Disabilitas Mental di RSUD Banyumas. *TAUJIHAT: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, *3*(2), 87–98. https://doi.org/10.21093/tj.v3i2.4727

Sejati, S. (2016). Perkembangan Spiritual Remaja dalam Perspektif Ahli. *Hawa*, *1*(1). https://doi.org/10.29300/hawapsga.v1i1.2231

Shofiyah, N. A. (2022). Pendidikan Agama Islam dalam Pembinaan Mental Spiritual pada Anak Berkebutuhan Khusus Nilna. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, *4*, 1349–1358.

Sopian, A. amat. (2022). Systematic Literature Review (Slr) Pemanfaatan Media Dalam Layanan Bimbingan Dan Konseling. *QUANTA: Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan*, *6*(1), 1–6. https://doi.org/10.22460/q.v6i1p1-7.2960

Soekanto, Soerjono. (2006). *Sosiologi: Suatu Pengantar*. Jakarta: Rajawali Press.

St. Clair, R. N. (2019). Interaction of Media, Cognition, and Learning. In *IALLT Journal of Language Learning Technologies* (Vol. 14, Issue 1). https://doi.org/10.17161/iallt.v14i1.9040

Suparlan, P. (2004). *Kemiskinan di Perkotaan*. Jakarta: Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia (LIPI) Press.

Susanti, S., Disabilitas, S., Inklusi, P., & Sunan, U. I. N. (2025). *Analisis persepsi pekerja sosial dalam rehabilitasi kepada penyandang disabilitas memberikan layanan kemudian memunculkan model disabilitas baru yang dianggap akan lebih*. *6*(April), 25–45.

Syamsiah, R. E., Kusnawan, A., & Saepulrohim, A. (2021). Pengaruh Bimbingan Mental Spiritual Terhadap Regulasi Emosi Remaja. *Irsyad: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, Dan Psikoterapi Islam*, *9*(2), 139–158. https://doi.org/10.15575/irsyad.v9i2.20419

Tarbiyah, J., & Kudus, S. (2014). Mengembangkan Kemampuan. *Jurnal Matematika Dan Pendidikan Matematika*, *3*, 16–39.

Tonge, B. J., Brereton, A. V., & Bertelli, M. O. (2022). Somatic Symptom and Related Disorders. In *Textbook of Psychiatry for Intellectual Disability and Autism Spectrum Disorder*. https://doi.org/10.1007/978-3-319-95720-3_23

Faiza Algifahmy, A., Kibtiyah, M., Diah Anjaryani, W., & Maulida Khasanah, R. (2024). Pengembangan Layanan Bimbingan Dan Konseling Islam Melalui Pendampingan Konselor Sebaya Di Pondok Pesantren Fadhlul Fadhlan Kecamatan Mijen Kota Semarang. *Jurnal Berdaya Mandiri*, *6*(2), 76–89. https://doi.org/10.31316/jbm.v6i2.6034

Muna, N., Muslimin, N. M., & Himmawan, D. (2024). *Bimbingan Mental Spiritual pada Remaja Binaan di Satuan Pelayanan Rehabilitasi Sosial Bina Mandiri Cirebon*. *10*(2), 575–583.

Nihayah, U., Manggarani, M., & Mintarsih, W. (2024). *Islamic spiritual guidance as a solution to the problem of spiritual well-being*. *5*(1).

Nur Ikha Wijayanto, Sholihan, S., & Mintarsih, W. (2023). Bimbingan Islam dalam Menumbuhkan Kepercayaan Diri Penyintas HIV/AIDS. *Griya Widya: Journal of Sexual and Reproductive Health*, *2*(2), 88–100. https://doi.org/10.53088/griyawidya.v2i2.659

Pasaribu, B., Herawati, A., Utomo, K. W., & Aji, R. H. S. (2022). Metodologi Penelitian untuk Ekonomi dan Bisnis. In *UUP Academic Manajemen Perusahaan YKPN*.

Zahrani, T. M. Z., Ulin Nihayah, & Ayu Faiza Algifahmy. (2024). Upaya Menumbuhkan Kesehatan Mental Melalui Music Therapy Dalam Mengatasi Kecemasan. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, *8*(3), 1884–1892. https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i3.5556

Buku

Amti, P. dan E. (2008). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*.

Hidayanti Ema, 2014, " *Metode Bimbingan Mental Spiritual bagi Penyandang Masalah Kesejahteraan (PMKS) Kota Semarang*", Semarang; LP2M

Nugroho, F. W. (2023). Buku Edukasi Pengasuhan anak dengan disabilitas. *Dinas Perempuan Dan Anak Provinsi Jawa Tengah*, 82–95.

Pintrich, Paul R. (2000). "*The Role of Goal Orientation in Self-Regulated Learning*"

Sutoyo Anwar (2014). " *Bimbingan Konseling Islami (Teori dan Praktik)*", Yogyakarta; Pustaka Belajar

Yang Lainnya

FATIKA, A. R. (2024). *Gangguan Kesehatan Mental yang Paling Dikhawatirkan Orang Indonesia 2024*. Https://Data.Goodstats.Id/. https://data.goodstats.id/statistic/gangguan-kesehatan-mental-yang-paling-dikhawatirkan-orang-indonesia-2024-mA3pJ?utm_source

Milenia, M. (2022). *Minimnya Kesadaran Masyarakat terhadap Mental Health*. Yankes.Kemkes.https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/974/minimnya-kesadaran-masyarakat-terhadap-mental-healt

Wawancara dengan ibu Naila selaku pekerja sosial ahli pertama pada 07 Mei 2025

Wawancara dengan bapak Alif selaku penyandang disabilitas mental pada 08 Mei 2025

Wawancara dengan bapak Supriyanto selaku penyandang disabilitas mental pada 08 Mei 2025

Wawancara dengan bapak Nadhir selaku penyandang disabilitas mental pada 08 Mei 2025

Wawancara dengan ibu Tutik selaku pekerja sosial pada 10 Mei 2025

Wawancara dengan ibu Naila selaku pekerja sosial pada 10 Mei 2025

Wawancara dengan bapak Joko selaku Kepala Panti pada 08 Mei 2025

Wawancara dengan bapak Triwiyono selaku pembimbing mental spiritual pada 08 Mei 2025

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1. Draf Wawancara

a. Wawancara dengan ketua panti
   1. Bagaimana sejarah berdirinya Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental pangrukti Mulyo Rembang ?
   2. Berapa jumlah PM (penyandang disabilitas mental) di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang ?

3. Apa saja kegiatan yang ada di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang
4. Program apa saja atau layanan apa yang disediakan oleh panti Pangrukti Mulyo Rembang ?
5. Berapa jumlah petugas yang ada di PSDM Pangrukti Mulyo Rembang ?
6. Bagaimana kondisi penyandang disabilitas mental (disabilitas mental) ketika baru datang dan sesudah di panti Pangrukti Mulyo Rembang ini ?
7. Bagaimana respon PM ketika melakukan tahapan rehabilitasi di Panti ?
8. Kekurangan dan kelebihan apa saja yang terdapat dalam bimbingan mental spiritual Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangrukti Mulyo Rembang ?
9. Berapa kali bimbingan dilakukan ?
10. Apa saja latar belakang dari penyandang disabilitas mental di PPSDM Pangrukti Mulyo Rembang ?
11. Apakah terjadi perubahan pada PM (penerima manfaat/disabilitas mental) setelah mendapatkan layanan bimbingan ini ?
12. Apa yang diharapkan dari bimbingan ini ?

b. Wawancara untuk penerima manfaat/ penyandang disabilitas mental

1. Siapa nama anda ?
2. Sejak kapan anda tinggal di panti ini ?
3. Bagaimana perasaan anda ketika baru datang ke Panti ?
4. Apakah Anda tahu atau pernah mendengar tentang bimbingan mental spiritual ?
5. Bagaimana perasaan anda saat mengikuti kegiatan bimbingan tersebut?
6. Bagaimana suasana atau lingkungan panti saat kegiatan bimbingan berlangsung?
7. Bagaimana perasaan anda setelah mengikuti kegiatan bimbingan ini ?
8. Bentuk bimbingan mental spiritual apa yang anda sukai setelah diajarkan ?
9. Apa harapan anda untuk kedepannya ?

c. Wawancara untuk pembimbing / pekerja sosial di Panti

1. Bagaimana kondisi regulasi diri dari penyandang disabilitas mental sebelum dan sesudah mengikuti rehabilitasi ?

2. Bagaimana pelaksanaan bimbingan mental spiritual untuk para penerima manfaat?

3. Apa tujuan dari adanya bimbingan mental spiritual ?

4. Apa saja kegiatan yang ada dalam bimbingan mental spiritual ?

5. Kapan dilaksanakan bimbingan mental spiritual ?

6. Metode apa yang digunakan dalam pelaksanaan bimbingan mental spiritual ?

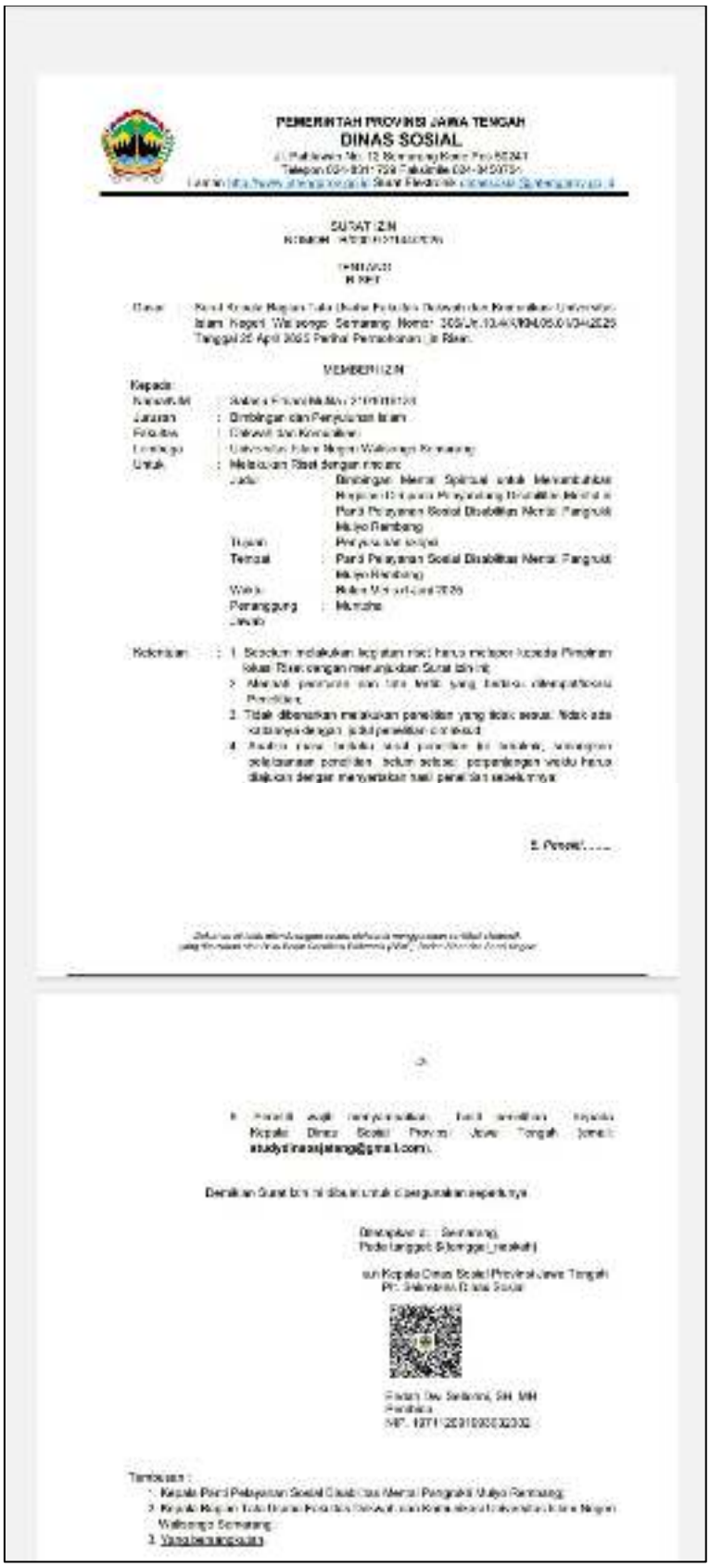
7. Menurut anda, apakah dengan bimbingan mental spiritual penyandang disabilitas mental dapat menumbuhkan kembali regulasi diri yang ada pada dirinya ?

8. Materi apa yang biasanya disampaikan ketika pelaksanaan bimbingan mental spiritual ?

9. Media apa yang digunakan dalam pelaksanaan bimbingan mental spiritual ?

10. Apa harapan anda kedepannya untuk penyandang disabilitas mental di Panti ?

Lampiran 2. Surat Ijin Riset/Observasi



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS SOSIAL

SURAT IZIN

Dasar : Surat Kepala Bagian Tata Usaha Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang Nomor 305/Jn.10.4/KM/05.01/04/2025 Tanggal 25 April 2025 Perihal Permohonan Ijin Riset.

MEMBERI IZIN

Kepada:
Nama/NIM : Salma Fitrianti Nafisa 2101018128
Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi
Lembaga : Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
Untuk : Melakukan Riset dengan rincian:
Judul : Bimbingan Mental Spiritual untuk Memantabilitas Kegiatan Dirujuan Penyandang Disabilitas Mental di Pand Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangruktl Mulyo Rembang
Tujuan : Penyusunan skripsi
Tempat : Pand Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangruktl Mulyo Rembang
Waktu : Bulan Mei sd Juni 2025
Penanggung Jawab : Mumaha

Ketentuan :
1. Sebelum melakukan kegiatan riset harus melapor kepada Pimpinan Kiusi Riset dengan menunjukkan Surat Izin ini;
2. Mentati peraturan dan tata tertib yang berlaku diempat/lokasi Penelitian;
3. Tidak dibenarkan melakukan penelitian yang tidak sesuai, tidak ada kaitannya dengan judul penelitian diterbitkan;
4. Apabila masa berlaku surat penelitian ini terlalu, sehingga pelaksanaan penelitian belum selesai, perpanjangan waktu harus diajukan dengan menyertakan hasil penelitian sebelumnya.

E. Penelit.....

5. Penelit wajib menyerahkan hasil penelitian kepada Kepala Dinas Sosial Provinsi Jawa Tengah (email: studydinassjateng@gmail.com).

Demikian Surat Izin ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya.

Ditetapkan di : Semarang,
Pada tanggal: 5 (tanggal_neskah)

sun Kepala Dinas Sosial Provinsi Jawa Tengah
Plt. Sekretaris Dinas Sosial

Endah Dwi Setiarini, SH, MH
Pembina
NIP. 197112201993032002

Tembusan :
1. Kepala Pand Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Pangruktl Mulyo Rembang;
2. Kepala Bagian Tata Usaha Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang;
3. Yang bersangkutan.

Lampiran 3. Dokumentasi



(Kegiatan pelaksanaan bimbingan mental spiritual)



(Kegiatan Khadroh/Rebana)



(Wawancara dengan bapak Alif)



(Wawancara dengan bapak Nadhir)



(Wawancara dengan bapak Supriyanto)



(Wawancara dengan ibu Naila selaku Pekerja Sosial Ahli Utama)



(Wawancara dengan ibu Tutik selaku pekerja sosial)



(Wawancara dengan bapak Joko selaku Kepala Panti)



(Wawancara dengan bapak Triwiyono selaku pembimbing mental spiritual)



(Kegiatan makan pagi bersama)



(Kegiatan senam pagi)



(Kegiatan membatik)



(Kegiatan berkebun)

RIWAYAT HIDUP



A. Identitas Diri

Nama	: Safana Fitriani Mufila
Tempat, Tanggal Lahir	: Rembang, 08 Desember 2002
Alamat	: Desa Sulang Utara Rt 03 Rw 01
No hp	: 083865677154
Email	: safanafitrianimufila08@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. Pendidikan Formal
   a. SD Negeri 1 Sulang 2009-2015
   b. SMP Negeri 1 Sulang 2015-2018
   c. SMA Negeri 1 Sulang 2018-2021

Semarang, 23 Juni 2025

Safana Fitriani Mufila

NIM: 2101016134