

BAB V PENUTUP

A. Simpulan

Terapi Mental Spiritual di Balai Rehabilitasi Sosial Penyandang Disabilitas Mental “Margo Laras” Pati merupakan bagian dari jenis terapi yang diberikan kepada Penerima manfaat . berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan penulis melalui “ Tehnik Terapi Mental Spiritual dalam Menumbuhkan Religiusitas Pada Eks Psikotik di BRSPDM “Margo Laras” Pati , maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Terapi mental spiritual merupakan sub bagian dari keempat program jenis terapi yang ada di BRSPDM “Margo Laras” Pati. Terapi mental spiritual disebut sebagai terapi yang menggunakan nilai-nilai moral dan agama untuk menelaraskan pikiran, tubuh, dan jiwa pada penerima manfaat dalam upaya mengatasi kecemasan dan depresi. Terapi terapi mental spiritual memang bukan terapi utama karena di BRSPDM “Margo Laras” Pati ranah utamanya yaitu medis dan sosial, namun untuk mendukung berhasilnya konsep terapi perlu adanya dorongan jiwa yang sehat yang didapat dengan diberikannya terapi mental spiritual. Mental spiritual dalam BRSPDM “Margo Laras” Pati menggunakan tehnik spiritual islami dengan tujuan memperkuat daya dukung dan mengembalikan fungsi sosialnya, manfaat dari spiritual islami yaitu penyucian jiwa (*Tazkiyatunnufus*).
2. Hasil peneliti menemukan penerapan tehnik terapi mental spiritual di BRSPDM “Margo Laras” Pati melalui beberapa tahapan yaitu :
 - a. Tahalli, tahap pengembangan diri untuk melatih mengembangkan nilai-nilai kebaikan, pada tahap ini menggunakan tehnik kegiatan keagamaan dan ceramah keagamaan yang dilakukan 3 kali dalam 1 minggu yaitu senin, rabu dan kamis, metode ini berlangsung selama 60-80 menit pada tiap pertemuan. Ceramah keagamaan berisi kajian atau muatan teori yang sudah ditetapkan pada assessment sebelumnya, namun pada kajian

ceramah ini terkadang diberikan sesuai dengan kebutuhan dan perkembangan penerima manfaat.

- b. Takhalli, tahap penyucian diri penerima manfaat pada tahap ini menggunakan tehnik :

1) Praktik shalat

Dilakukan 2 kali dalam 1 minggu , untuk memberikan arahan atau pembenaran setelah dilaksankannya shalat berjamaah. Proses terapi ini dimulai dari

- a) Tahap persiapan : pembimbing spiritual menyiapkan sarana, mengarahkan penerima manfaat ke musholla, memastikan penerima manfaat sudah mengambil air wudlu.
- b) Tahap pelaksanaan : niat shalat, takbiratul ikhram, rukuk, iktidal, sujud, duduk diantara dua sudut, tasyahud, salam.
- c) Penutup : membaca do'a, pemberian sugesti dan motivasi dari pembimbing spiritual.

2) Dzikir

Dzikir dilakukan pada malam setelah melaksanakan shalat maghrib, yang bertempat di mushola dalam Balai. Proses terapi dzikir yang dilakukan dimulai dari :

- a) Tahap persiapan: mempersiapkan sarana seperti panduan dzikir dan pembimbing spiritual mengarahkan penerima manfaat untu mempersiapkan diri.
 - b) Tahap pelaksanaan : niat dzikir pengarahan kepada penerima manfaat untuk focus pada kegiatan terapi.
 - c) Penutup : membaca do'a dan pemberian sugesti dan motivasi.
- c. Tajalli, Tahap penemuan jati diri, pada tahapan ini menggunakan tehnik Relaksasi yang dilakukan di minggu keempat, biasany dalam satu semester dilakukan 1 kali atau 2 kali. Pada

proses ini dilakukan langsung oleh pembimbing spiritual dan didampingi pekerja social masing-masing penerima manfaat dengan tujuan pekerja social dapat menggali lebih jauh terkait kelanjutan terapi. Pada terapi ini dimulai dari :

- 1) Tahap persiapan : pembimbing spiritual dan pekerja social mempersiapkan sarana relaksasi, dan menyiapkan materi sesuai dengan kebutuhan penerima manfaat.
 - 2) Tahap pelaksanaan : mengarahkan penerima manfaat untuk tidur terlentang lalu memakai handset yang sudah disiapkan., mengarahkan paenerima manfaat agar focus pada proses relaksasi.
 - 3) Penutup : pemberian sugesti dan motivasi oleh pembimbing spiritual.
3. Hasil yang dicapai dari tehnik terapi mental spiritual dalam menumbuhkan religiusitas pada eks psikotik di BRSPDM “Margo Laras” Pati yaitu adanya perubahan perilaku pada eks psikotik menjadi lebih baik dari sebelumnya. Eks psikotik mulai memahami tentang kondisi yang dialami dan sikapnya mulai tenang serta terbuka dengan pembimbing spiritual. eks psikotik memiliki motivasi hidup yang lebih baik sehingga semangat dalam mengikuti seluruh kegiatan program terapi mental spiritual. memiliki keinginan untuk sembuh dan keyakinan untuk bertanggungjawab atas dirinya sendiri sehingga mampu berkontribusi dan berkumpul lagi di masyarakat.

B. Saran

Setelah melakukan penelitian, menganalisis dan menyimpulkan hasilnya maka penulis ingin menyampaikan beberapa saran kepada pihak yang terlibat dalam penelitian ini agar kedepannya dapat bermanfaat bagi semua pihak, antara lain sebagai berikut :

1. Bagi eks psikotik di BRSPDM “Margo Laras” Pati diharapkan melalui terapi mental spiritual dapat menumbuhkan religiusitas dengan memposisikan diri untuk semangat dalam mengikuti seluruh kegiatan

- terapi sehingga dalam perkembangan rehabilitasi berjalan dengan baik dan terarah.
2. Bagi BRSPDM “Margo Laras” Pati sebagai salah satu rujukan Balai Rehabilitasi di Jawa Tengah memiliki tugas penting untuk memfungsikan kembali fungsi social penyandang disabilitas mental yang layak rehabilitasi agar mampu mandiri dan bersosialisasi kembali produktif dimasyarakat. Untuk itu BRSPDM “Margo Laras” Pati harus lebih memaksimalkan SDM khususnya pada tim pelaksana program terapi. Jenis terapi yang ada meliputi terapi psikososial, terapi fisik, terapi ketrampilan hidup, terapi mental spiritual dapat tercapai lebih baik lagi. Selain dari mengoptimalkan kualitas SDM yang ada, BRSPDM “Margo Laras” Pati diharapkan dapat memperbanyak kerjasama dengan lembaga kesejahteraan social dalam upaya memberdayakan penerima manfaat baik dalam balai maupun setelah kembali ke masyarakat.
 3. Bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian sejenis terkait tehnik terapi mental spiritual dalam menumbuhkan religiusitas pada eks piskotik diharapkan dapat menggunakan variable lain yang belum diteliti dalam penelitian, dapat memperbanyak jumlah responden serta diharapkan untuk menambah metode pengumpulan data agar dapat menggali informasi yang mendukung penelitian yang lebih dalam lagi.