

**PERANAN PENDIDIKAN ISLAM DALAM MEMBINA
KESEHATAN MENTAL ANAK PERSPEKTIF ZAKIAH
DARADJAT**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas Dan Memenuhi Syarat-
Syarat Guna Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Dalam Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan.



Oleh :

SUAINI

NPM : 1711010301

Prodi : Pendidikan Agama Islam

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1443 H/2021 M**

**PERANAN PENDIDIKAN ISLAM DALAM MEMBINA
KESEHATAN MENTAL ANAK PERSPEKTIF ZAKIAH
DARADJAT**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas Dan Memenuhi Syarat-
Syarat Guna Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Dalam Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan.



Pembimbing I : Saiful Bahri, M.Pd.I

Pembimbing II : Hj. Siti Zulaikha, M.Ag

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1443 H/ 2021 M**

ABSTRAK

Tujuan pendidikan Islam yaitu harus mengarah kepada pencapaian keseimbangan kepribadian manusia secara menyeluruh melalui latihan jiwa, intelek, jiwa rasional, perasaan dan penghayatan lahir. Pendidikan dan kesehatan mental mempunyai hubungan erat. Pendidikan Islam sebagai penolong merasa kesulitan dan juga menentramkan jiwa, emosional manusia. Manusia yang mampu mengontrol rasa emosi dan kegelisahan yang di alami di dalam dirinya dan dapat menjalani kehidupannya secara optimis tanpa ada rasa putus asa. Kesehatan mental seyogyanya dibina sejak masih kecil dengan menanamkan nilai-nilai agama dan melakukan pembinaan moral didalam pendidikannya.

Peranan agama sangat penting dalam memberikan bimbingan, tuntunan yang menyeluruh sebagai landasan hidup manusia sepanjang zaman. Agama juga sebagai motivasi hidup dan alat untuk mengendalikan diri dari segala perbuatan, prilaku dan perasaan menjadi lebih positif. Tanpa adanya agama seorang anak tidak akan mampu mengendalikan dirinya sendiri.

Dalam penulisan ini penulis merumuskan masalah yaitu bagaimana peranan pendidikan Islam dalam membina kesehatan mental perspektif Zakiah Daradjat. Adapun jenis penelitian ini adalah *Library Research* (penelitian kepustakaan). Yaitu suatu penelitian yang bertujuan untuk mengumpulkan bermacam-macam materi yang terdapat dalam kepustakaan, misalnya berupa buku, journal, makalah dan lain-lain. Artinya kajian penelitiannya berasal dari kepustakaan. Metode analisis datanya menggunakan analisis deskriptif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pandangan Zakiah Daradjat tentang peranan pendidikan Islam dalam membina kesehatan mental itu sendiri.

Hasil penelitian ini adalah peran agama Islam dalam membina kesehatan mental perspektif Zakiah Daradjat. Dari penelitian ini terdapat beberapa point yaitu (1) anak harus dibina dan diberi bekal ilmu agama sejak dini agar mampu mengatasi persoalan-persoalan yang ada dan sebagai psikoterapi untuk anak agar mentalnya tidak terganggu, (2) pendidikan yang didapat oleh anak tidak hanya dari keluarganya akan tetapi dari sekolah dan juga masyarakat.

Kata kunci: Pendidikan Islam, Kesehatan Mental, Zakiah Daradjat.

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Suaini
NPM : 1711010301
Jurusan : Pendidikan Agama Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Peranan Pendidikan Islam Dalam Membina Kesehatan Mental Anak Perspektif Zakiah Daradjat ” adalah benar-benar merupakan hasil karya penulis sendiri, bukan duplikasi dari karya orang lain kecuali bagian yang telah dirujuk dan disebut dalam footnote atau daftar pustaka. Apabila dilain waktu terbukti adanya penyimpangan dalam karya ini, maka tanggung jawab sepenuhnya ada pada penulis.

Demikian surat pernyataan ini saya buat agar dapat dimaklumi.

Bandar Lampung, Agustus 2021

Penulis,



SUAINI
NPM. 1711010301



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIIYAH DAN KEGURUAN

Alamat: Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame I Bandar Lampung, Tlp. (0721) 703289

SURAT PERSETUJUAN

Judul Skripsi : **PERANAN PENDIDIKAN ISLAM DALAM MEMBINA KESEHATAN MENTAL ANAK PERSPEKTIF ZAKIAH DARADJAT**
Nama : **SUAINI**
NPM : **1711010301**
Jurusan : **Pendidikan Agama Islam**
Fakultas : **TARBIIYAH DAN KEGURUAN**

MENYETUJUI

Untuk dimunaqosahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqosah
Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I,

Saiful Bahri, M.Pd.I.

NIP. 198512192015031006

Pembimbing II,

Hj. Siti Zulaikha, M.Ag

NIP. 1991090120190320036

Mengetahui,

Ketua Jurusan Pendidikan Agama Islam

Drs. Sa'idi, M.Ag

NIP. 196603 101994031007



KEMENTERIAN AGAMA
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

Alamat: Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmaji Sukatame I/Bandar Lampung 35131, Telp. (0721)764260

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul : **“PERANAN PENDIDIKAN ISLAM DALAM MEMBINA KESEHATAN MENTAL ANAK PERSPEKTIF ZAKIAH DARADJAT”** disusun oleh, **SUAINI, NPM: 1711010301**, Program Studi Pendidikan Agama Islam, Telah di Ujikan dalam sidang Munaqosyah di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung pada Hari/Tanggal : Rabu, 14 Juli 2021

TIM PENGUJI

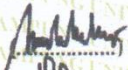




Ketua : **Andi Thahir, S.Psi., M.A., ED.D**

Sekretaris : **Ida Faridatul Hasanah, M.Pd**

Penguji Utama : **Drs. Ruswanto, M.Ag.**

Penguji Pendamping I : **Saiful Bahri, M.Pd.I**

Penguji Pendamping II : **Hj. Siti Zulaikha M. Ag**


.....

.....

.....

.....

.....



Mengetahui,

Dean Fakultas Tarbiyah dan Keguruan

Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd

NIP. 19640828 198803 2 002

MOTTO

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾ الَّذِينَ

ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ طُوبَىٰ لَهُمْ وَحُسْنُ مَآبٍ ﴿٢٩﴾

(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram. Orang-orang yang beriman dan beramal saleh, bagi mereka kebahagiaan dan tempat kembali yang baik.



PERSEMBAHAN

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas rahmat dan karunia, telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mempersembahkan sesuatu kepada orang-orang yang penulis cintai:

1. Orangtua bapak Baharen yang telah memberikan motivasi kepada penulis untuk selalu belajar dan semangat selama hidup dan selalu menginspirasi untuk menjadi anak yang bisa memiliki pendidikan yang dapat berguna untuk lingkungan sekitar, dan ibuku Rodita yang senantiasa memberikan support dan nasihat-nasihat kepada penulis serta selalu memberikan doa yang senantiasa mengiringi setiap langkah perjuanganku, penulis menyadari bahwa pengorbanan tidak dapat terbalas, serta kasih sayangnya yang tulus demi mengharapkan ridho dari Allah SWT.
2. Kakakku baiti jannati yang selalu memberi arahan dalam mengerjakan skripsi ini dan rurnaini serta kedua kakak iparku yang selalu menyemangati dan memotivasi di setiap langkahku dan mengerjakan skripsi ini dengan baik.
3. Yang terhormat bapak saiful bahri, M.Pd selaku pembimbing I.
4. Yang terhormat ibu Hj. siti Zulaikha, M.Ag selaku pembimbing II
5. Temanku ulan sari yang selalu menemani dan menyemangatiku dalam mengerjakan skripsi ini.
6. Teman-temanku seperjuangan angkatan 2017 kelas i yang selalu menyemangati dalam mengerjakan skripsi ini.
7. Dan Almameter UIN Raden Intan Lampung yang saya banggakan.

RIWAYAT HIDUP

Penulis mempunyai nama lengkap Suaini, putri bungsu dari bapak Baharen dan Ibu Rodita yang dilahirkan di pekon Bandar Suka Bumi kecamatan Bandar Negeri Semuong Kabupaten Tanggamus pada hari Sabtu, 13 Juni 1998. Penulis tumbuh besar di desa tersebut dan mempunyai kakak yang bernama Baiti Jannati dan Rumaini.

Penulis mengawali pendidikannya di SDN 1 Bandar Sukabumi selesai pada tahun 2011. Setelah itu, penulis melanjutkan kejenjang sekolah menengah pertama di SMP N 1 Kota Agung dan selesai tahun 2014. Setelah itu, penulis melanjutkan sekolah kejenjang menengah atas di MAN 1 Tanggamus dan selesai pada tahun 2017. Dan pada tahun yang sama penulis melanjutkan kejenjang pendidikan Tinggi, yaitu di Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung, mengambil program studi Pendidikan Agama Islam (PAI) di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan.



KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Segala Puji syukur bagi Allah SWT atas segala nikmat dan karunia yang begitu melimpah sehingga memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menyelesaikan skripsi. Setelah melalui banyak hambatan yang mengiringi sepanjang jalan, akhirnya terselesaikan juga penulisan skripsi yang berjudul **Peranan Pendidikan Islam Dalam Membina Kesehatan Mental Anak Perspektif Zakiah Daradjat**. Terselesaikan skripsi ini merupakan kelegaan yang luar biasa bagi peneliti setelah cukup lama dengan perjuangan, kenakalan, pikiran dan tenaga untuk menyelesaikan skripsi ini.

Shalawat dan salam semoga senantiasa tercurah kepada Baginda Nabi Muhammad SAW, keluarga, para sahabat dan mudah-mudahan sampai kepada kita semua yang telah berniat dengan segenap kuasa untuk mengikuti ajaran-ajarannya.

Dalam penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan, pengarahan, bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu peneliti mengucapkan terimakasih terutama kepada:

1. Bapak prof. Dr. H. Moh. Mukri, M.Ag, selaku rektor UIN Raden Intan Lampung yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti dalam menimba ilmu di kampus tercinta.
2. Bapak Saiful Bahri, M.Pd.I, selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan waktunya untuk memberikan bimbingan, dorongan dan arahan kepada peneliti dalam menyusun skripsi.
3. Ibu Hj. Siti Zulaikha, M.Ag selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan arahan kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak dan Ibu dosen dan Karyawati Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung yang telah memberikan motivasi dan ilmu yang bermanfaat kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan studi.
5. Sahabatku Ulan sari yang selalu memberiku semangat dan motivasi dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

6. Dan semua pihak yang ikut membantu namun tidak dapat disebutkan satu persatu, semoga selalu terikat dalam ukhuwah Islamiyah.

Akhir kata jika penulis ada kesalahan dan kelalaian dalam penulisan skripsi ini peneliti mohon maa dan kepada Allah mohon ampun dan perlindungan-Nya. Semoga karya peneliti dapat bermanfaat bagi kita semua.

Bandar Lampung, April 2021
Penulis

Suaini
NPM. 1711010301



DAFTAR ISI

COVER	i
ABSTRAK	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
PERSETUJUAN	iv
PENGESAHAN	v
MOTTO	vi
PERSETUJUAN	vii
PENGESAHAN	viii
PERSEMBAHAN	ix
RIWAYAT HIDUP	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xiii

BAB I PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul	1
B. Latar Belakang Masalah	2
C. Fokus Dan Sub Fokus Penelitian	9
D. Rumusan Masalah	9
E. Tujuan Dan Kegunaan Penelitian	9
F. Penelitian Terdahulu Yang Relevan	10
G. Metode Penelitian.....	12
H. Sistematika Pembahasan	18

BAB II PEMBAHASAN

A. Kesehatan Mental Anak	11
1. Pengertian Kesehatan Mental.....	11
2. Indikator Kesehatan Mental.....	23
3. Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental	26
4. Ciri-Ciri Mental Yang Sehat Dan Tidak Sehat (Abnormal Mental)	30
B. Pendidikan Islam.....	34
1. Hakekat Pendidikan.....	34
2. Pengertian Pendidikan Islam	36
3. Dasar Dan Tujuan Pendidikan Islam	37
4. Tugas Dan Fungsi Pendidikan Islam	41
C. Hubungan Agama Dan Kesehatan Mental	42

BAB III BIOGRAFI DAN PEMIKIRAN ZAKIAH DARADJAT

A. Riwayat Hidup Zakiah Daradjat	31
--	----

1. Biografi Zakiah Daradjat	31
2. Riwayat pendidikan dan karir	32
3. Aktifitas Sosial Dan Politik Zakiah Daradjat	Error
! Bookmark not defined.	35
4. Karya-Karya Zakiah Daradjat	38
B. Pemikiran Umum Zakiah Daradjat	42
1. Kesehatan Mental	42
2. Pendidikan Islam	48
3. Pemikiran Zakiah Dradjat Tentang Peranan Pendidikan Islam Dalam Membina Kesehatan Mental.	
Error! Bookmark not defined.	52
 BAB IV ANALISIS PERAN PENDIDIKAN ISLAM DALAM	
A. Membina Kesehatan Mental Anak Perspektif Zakiah Daradjat.....	57
 BAB V KESIMPULAN DAN PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	67
B. Saran	67
 DAFTAR PUSTAKA	



BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Peran merupakan hak, kewajiban, kepercayaan, dan norma yang diharapkan dari seseorang individu yang memiliki status sosial tertentu. Peranan merupakan aspek yang dinamis. Peranan menjadi sangat penting karena mengatur perilaku seseorang.

Pendidikan Islam merupakan adalah upaya membimbing, mengarahkan dan membina, peserta didik yang dilakukan secara sadar agar terbina suatu kepribadian yang utama sesuai dengan nilai-nilai ajaran Islam dan mendapatkan kebahagiaan hidup di dunia maupun diakhirat. Pendidikan Islam dapat diartikan pula sebagai

Membina adalah menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah mengusahakan supaya lebih baik (maju, sempurna dan sebagainya). Membina juga dapat diartikan sebagai suatu tindakan, pengalaman, dan keberadaan dan dinamis lainnya.

Kesehatan mental artinya yaitu ilmu pengetahuan yang mempelajari jiwa seseorang atau masyarakat dan berusaha mencegah timbulnya kepatahan jiwa (*mental breakdown*), mencegah berkembangnya macam-macam penyakit mental dan faktor penyebabnya. Disamping itu, kesehatan mental mengusahakan bentuk dan teknik-teknik penyembuhannya¹.

Anak adalah seorang laki atau perempuan yang belum dewasa atau belum mengalami masa pubertas. Anak menurut Psikologi adalah periode perkembangan yang merentang dari masa bayi hingga usia lima tahun atau enam tahun, periode ini biasa disebut dengan pra sekolah dan kemudian ke periode sekolah dasar.

Zakiah Daradjat merupakan salah satu tokoh Indonesia yang banyak meneliti tentang hubungan agama dengan kesehatan mental.

¹ Syaiful Hamami, *Psikologi Agama (Refleksi Psikologi Manusia Beragama)*, (Publising Bandar Lampung, 2013), H. 141

B. Latar Belakang Masalah

Anak merupakan individu sebagai pembawa perubahan perkembangan yang dimulai dari bayi hingga remaja. Anak memiliki peran penting dalam perubahan bangsa dan negara dan anak juga sebagai penerus dikemudian hari. Perlindungan anak merupakan usaha dan kegiatan seluruh kegiatan masyarakat dalam berbagai kedudukan dan peran, yang menyadari akan pentingnya anak untuk nusa serta bangsa. Jika anak sudah memiliki fisik dan mental yang kuat dan sosialnya telah matang maka tiba saatnya untuk mereka menggantikan yang terdahulu.

Jika kita menginginkan anak-anak dan generasi yang akan datang bertumbuh kearah hidup yang lebih bahagia membahagiakan, tolong menolong, jujur, maka mau tidak mau harus menanamkan jiwa taqwa sejak kecil. Karena kepribadian (mental) yang unsur-unsurnya terdiri dari antara lain keyakinan beragama, maka dengan sendirinya keyakinan itu akan dapat mengendalikan kelakuan, tindakan dan sikap dalam hidup.

Dalam sejarah kehidupan manusia telah dipaparkan tentang kehidupan manusia itu dalam hubungannya dengan dunia sekitarnya. Sebenarnya tersirat pula pembicaraan tentang usaha itu dalam mempertahankan keharmonisan dalam kehidupan ini. Jadi, keseimbangan idupan ini telah ada, hanya bentuknya belum sistematis dan masih sederhana. *mental hygiene* atau kesehatan mental merupakan ilmu pengetahuan yang masih muda. Kesehatan mental sebagai disiplin ilmu yang merupakan bagian dari psikologi agama terus berkembang dengan pesat. Hal ini tidak lepas dari kondisi masyarakat yang membutuhkan jawaban atas berbagai permasalahan yang melingkupinya. Kemudahan yang didapat dari kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi serta industri belum mampu memenuhi kebutuhan ruhaninya. Dampak lain adalah mereduksinya integritas kemanusiaan, yang akhirnya membawa manusia terperangkap dalam jaringan sistem rasionalitas teknologi yang tidak manusiawi.

Masalah kejiwaan yang dihadapi seseorang sering mendapatkan reaksi negatif dari orang-orang yang berada di sekelilingnya. Hal ini di sebabkan keterbatasan pemahaman

mengenai gangguan jiwa. Tradisi dan budaya yang menghubungkan kasus jiwa dengan kepercayaan masyarakat setempat, menyebabkan sebagian masyarakat tidak terbuka dengan penjelasan-penjelasan yang lebih ilmiah untuk menyampingkan perawatan medis dan psikiatris tentang gangguan jiwa. Pandangan Islam tentang gangguan jiwa tidak jauh berbeda dengan pandangan ahli kesehatan mental pada umumnya².

Istilah kesehatan mental diambil dari kata *mental hygiene* atau *mental health* yang merupakan ilmu pengetahuan baru di dunia psikolog. Kesehatan mental sebenarnya bukan merupakan suatu disiplin ilmu professional yang berdiri sendiri, melainkan suatu gerakan yang mula-mula mengabdikan diri untuk mencegah secara preventif serta mencari cara-cara mengadakan terapi yang lebih sempurna dalam penyembuhan gangguan penyakit mental³.

Mentalitas manusia yang didominasi oleh nilai-nilai materialistik telah mengesampingkan dimensi manusia sebagai makhluk spritual. Fakta manusia sebagai makhluk spritual atau manusia yang beriman sudah seharusnya terus dikembangkan melalui pendidikan. Manusia beriman adalah manusia yang memiliki keseimbangan jasmani dan rohani, dunia akhirat atau dapat menjaga stabilitas hubungan, baik hubungan vertikal dengan Tuhannya maupun terhadap sesamanya, hal itu selaras dengan firman Allah SWT dalam Q.S Ali Imran ayat 112:

ضُرِبَتْ عَلَيْهِمُ الذَّلِيلَةُ أَيْنَ مَا تُقِفُوا إِلَّا أَنْ يُحِبَّ اللَّهُ مِنْ اللَّهِ وَحَبَلَ مِنَ النَّاسِ وَبَاءُوا
بِغَضَبٍ مِنَ اللَّهِ وَضُرِبَتْ عَلَيْهِمُ الْمَسْكَنَةُ ذَلِكُمْ الَّذِي بَاءْتُمْ بِأَيْدِيكُمْ أَنْ تَكْفُرُوا بِمَا
أَلَّهِ وَيَقْتُلُونَ الْأَنْبِيَاءَ بِغَيْرِ حَقِّ ذَلِكُمْ بِمَا عَصَوْا وَكَانُوا يَعْتَدُونَ ﴿١١٢﴾

Mereka diliputi kehinaan di mana saja mereka berada, kecuali jika mereka berpegang kepada tali (agama) Allah dan tali (perjanjian) dengan manusia, dan mereka kembali mendapat

²Purmansyah Ariyadi, *Kesehatan Mental Dalam Perspektif Islam*, (Journal Syifa MEDIKA, Vol. 3 No. 2, Maret 2013), Hlm.119

³Sundari, *Kesehatan Mental Dalam Kehidupan*, (Jakarta: Rhineka Cipta, 2005), Hlm.v

kemurkaan dari Allah dan mereka diliputi kerendahan. yang demikian itu karena mereka kafir kepada ayat-ayat Allah dan membunuh Para Nabi tanpa alasan yang benar. yang demikian itu disebabkan mereka durhaka dan melampaui batas (QS. Ali Imran: 112).

Zakiah Daradjat menyebutkan kesehatan mental terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara individu dan lingkungannya seperti hidup bermakna dan bahagia di dunia dan akhirat.

Kesehatan mental dapat diartikan sebagai terhindarnya seseorang dari gejala-gejala gangguan dan penyakit jiwa, dapat menyesuaikan diri, dapat memanfaatkan segala potensi dan bakat yang ada semaksimal mungkin dan membawa kepada kebahagiaan bersama serta mencapai keharmonisan jiwa dalam hidup⁴.

Di samping beberapa istilah kesehatan mental tersebut, di dalam Al-Quran juga banyak terdapat ayat-ayat yang berkaitan dengan uraian definisi kesehatan mental salah satunya mengenai ketengangan jiwa yang dapat dicapai dengan Dzikir (mengingat) Allah SWT. Sebagaimana firman Allah dalam al-Quran Surat Al-Ra'd: 28:

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ ۗ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Orang-orang yang beriman itu, hati mereka menjadi tenang dengan mengingat Allah. Ketahuilah bahwa mengingat Allah itu dapat menentramkan jiwa. (Q.S. al-Rad:28)

Proses pembinaan mental bisa di bina melalui peran keluarga. Pola asuh orang tua dalam menghadapi dan menyelesaikan persoalan secara modeling menurun keanak. Pola interaksi dan komunikasi dalam keluarga dalam memberikan pendidikan agama akan mempunyai pengaruh yang besar terhadap perkembangan dan pembinaan mental anak. Apabila cara pola asuh secara salah dengan tidak

⁴ *Ibid*, Hlm.6

memberikan pendidikan agama kepada anak maka akan membawa anak ke arah sifat yang tercela.

Pembinaan mental anak adalah semua upaya yang dilakukan secara sadar, berencana dan teratur, terarah, dan memiliki tujuan yang jelas. Pembinaan mental dilakukan dengan memberikan pengarahan, bimbingan dan pengawasan (control)⁵.

Menurut pandangan Islam orang yang sehat mentalnya ialah orang yang berperilaku, pikiran, dan perasaannya mencerminkan dan sesuai dengan ajaran Islam. Ini berarti, orang yang sehat mentalnya ialah orang yang di dalam dirinya terdapat keterpaduan antara perilaku perasaan, pikiran dan jiwa keberagamannya. Dengan demikian tampak sulit diciptakan kondisi kesehatan mental dengan tanpa agama. Bahkan dalam hal ini Malik B. Badri berdasarkan pengamatan berpendapat dalam kebebasan jiwa dari gangguan dan penyakit kejiwaan. Disinilah peran penting Islam dalam membina kesehatan mental⁶.

Dalam pendidikan Islam, konsep pendidikan Islam mencakup segala aspek kehidupan manusia seutuhnya baik dari segi pengembangan pengetahuan, akhlak maupun ibadah dan bahkan lebih luas dari pada itu. Oleh karena itu tujuan pendidikan Islam secara garis besar adalah membina manusia menjadi hamba Allah yang sholeh dengan seluruh aspek kehidupannya mulai dari pemikiran, perbuatan dan perasaan. Disisi lain pendidikan Islam mengemban tugas penting, yakni bagaimana membina kesehatan mental umat Islam dapat berperan aktif dan tetap survival di era globalisasi. Dalam dunia pendidikan Islam yang diharapkan adalah kesehatan mental yang positif agar generasi muda dapat berkembang maju berkarakter dan berakhlak mulia. Agama sebagai keyakinan dapat berperan penting terhadap kesehatan mental. Saat individu memiliki sikap tawakal menyerahkan dirinya penuh

⁵ Sudibyo Setiobrotro, *Mental Training*, (Jakarta: Percetakan Solo, 2001), H.

⁶ Ramayulis, *Psikologi Agama*, (Jakarta: Kalam Mulia, 2002), Hlm. 160

kepada sesuatu yang menurutnya transider atau mempunyai kekuatan yaitu Allah SWT, maka disitulah kondisi kesehatan mental.

Mengenai pentingnya pendidikan, Islam sebagai *Rahmatan Lil alamin*, mewajibkan untuk mencari ilmu pengetahuan melalui pendidikan di dalam maupun diluar pendidikan formal. Bahwa Allah mengawali menurunkan Al-Qur'an sebagai pedoman hidup manusia dengan ayat yang memerintahkan Rasul-Nya untuk membaca dan dan membaca dan dalam arti yang sangat luas, dengan belajar pula manusia dapat mengembangkan pengetahuannya sekaligus memperbaiki kehidupannya⁷. Sebagaimana firman Allah tentang pentingnya menuntut ilmu yang tercantum dalam Al-Qur'an surat Al-Mujadillah: 11 yang berbunyi:

يَتَّيِبُهَا لِلَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا
يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ انشُرُوا فَانشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْكُمْ
وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ

Hai orang-orang beriman apabila kamu dikatakan kepadamu: "Berlapang-lapanglah dalam majlis", Maka lapangkanlah niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. dan apabila dikatakan: "Berdirilah kamu", Maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. dan Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan.

Betapa mulianya orang yang berilmu, bahkan syaithon pun kewalahan terhadap orang muslim yang berilmu, karena dengan ilmu ia memiliki ia tidak mudah tertipu oeh muslihat syaithon, karena derajat yang Allah berikan kepada orang berilmu lebih tinggi untuk orang-orang yang mencari ilmu.

⁷ Baharuddin Dan Esa Nur Wahyuni, *Teori Belajar Dan Pembelajaran* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media,2007). H.27

Sebagai hamba Allah yang berserah diri kepada sang Khalik, ia adalah hamba-Nya yang berilmu pengetahuan, sesuai dengan kehendak penciptaan-Nya agar terealisasi cita-cita yang terkandung dalam kalimat ajaran Allah:

قُلْ إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ﴿١٦٢﴾

Katakanlah: Sesungguhnya sembahyangku, ibadatku, hidupku dan matiku hanyalah untuk Allah, Tuhan semesta alam.

Untuk membentuk manusia yang berkarakter agamis dan mempunyai nilai-nilai spritual dalam dirinya, maka diperlukan pendidikan yang terarah. Menurut Bapak Chairul Anwar dalam bukunya mengatakan bahawa "pendidikan yang terarah merupakan pendidikan yang berbasis pada prinsip-prinsip hakikat fitrah manusia dalam pendidikan. Artinya pendidikan terarah adalah pendidikan yang bisa membentuk manusia secara utuh, baik dari sisi dimensi jasmaniah (materi), maupun dari sisi dimensi mental inmateri (ruh, akal, rasa dan hati)⁸

Sebagai manusia yang berpendidikan dan berilmu, tak luput manusia berserah diri kepada sang khalik dalam segala masalah yang terjadi. Kepasrahan yang penuh kepada Allah sangat berperan terhadap kesehatan mental individu. orang mengalami gangguan kesehatan mental biasanya diakibatkan oleh stress. Orang yang stress biasanya merasa tertekan karena kenyataan yang tidak sama seperti yang diharapkan, kemudian dia berusaha dengan segala daya dan upaya yang bisa dilakukan untuk membuat sesuai dengan keinginannya. Dan ketika seseorang tersebut mempasrahkan dirinya kepada Allah SWT disitulah sebenarnya kembali ketitik awal dan menemukan kondisi yang damai dan tenang serta optimis sehingga merasakan kebahagiaan⁹.

⁸ Chairul Anwar, *Hakikat Manusia Dalam Pendidikan: Sebuah Tinjauan Filosofis* (Yogyakarta: SUKA-Press, 2014), H.Vi-Vii

⁹ Zun Azirul Hakim, M.Psi, Psi, *Kesehatan Mental Dan Agama* (Sinau Psikologi)

Salah satu tokoh tersebut adalah Zakiah Daradjat yang merupakan salah satu tokoh cendekiawan muslim di Indonesia yang juga ahli dalam ilmu jiwa. Ketertarikannya dengan ilmu kejiwaan menghasilkan pemikiran yang menarik dalam karya yang telah di buatnya. Dalam banyak karya yang telah dibuat banyak didalamnya yang membahas bagaimana kesehatan dapat terbentuk dari keserasian jiwa terhadap diri, masyarakat dan lingkungan. Beliau berhasil menggabungkan keserasian jiwa terhadap penggunaan nilai agama yang dimiliki individu.

Dari uraian diatas dapat diketahui bahwa kesehatan mental menjadi pokok penting di dalam pendidikan Islam, bukan hanya menjadi pokok bahasan tapi juga menjadi topik yang perlu dipertimbangkan pelaksanaannya dan perannya dalam pendidikan Islam. Menurut peneliti sendiri kesehatan mental adalah terhindar individu dari gangguan-gangguan kejiwaan yang dapat membentuk individu untuk mampu melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekitar sehingga individu tersebut mampu mengembangkan potensi yang dimiliki di dalam diri dengan berserah diri kepada Allah SWT dengan segala tekanan maupun masalah yang dihadapi individu. pembinaan mental anak bisa dilakukan dan dibina oleh keluarga sebagai pendidikan pertama yang mengajarkannya. Anak harus diberi bekal ilmu agama agar anak mampu mengendalikan emosi dalam diri dan tidak terbawa oleh pergaulan yang bebas dan anak juga akan merasakan kasih sayang dari keluarganya dan tidak merasakan dirinya terasingkan ditengah keluarga. Anak yang merasa terasing dan tidak merasa aman dalam dirinya maka anak akan mengikuti mudah emosi dan menjadi nakal.

Dalam penelitian ini, akan menjelaskan bagaimana pandangan Zakiah Daradjat tentang Peranan pendidikan Islam dalam membina Kesehatan Mental. Beliau merupakan ahli jiwa atau pakar psikologi yang dapat memadukan agama dalam menjaga kesehatan mental. Oleh karenanya peneliliti tertarik untuk mengetahui bagaimana pandangan Zakiah Daradjat

tentang peranan pendidikan Islam dalam membina kesehatan mental anak.

C. Fokus dan Sub Fokus Penelitian

Pada penelitian ini supaya tidak terjadi *mis-understanding* dalam memahami hasil dari penulisan ini, maka penulis perlu menjelaskan batasan-batasan pembahasannya. Sesungguhnya penulisan skripsi ini akan mengungkapkan konsep Peranan pendidikan Islam dalam membina kesehatan mental anak. Perspektif disini fokuskan merujuk pada salah satu tokoh Indonesia yang banyak menghubungkan agama dan kesehatan mental. Sedangkan sub fokusnya sendiri yaitu peranan pendidikan Islam dalam membina kesehatan mental anak perspektif Zakiah Daradjat.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis merumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut, bagaimana peranan pendidikan Islam dalam membina kesehatan mental anak menurut Zakiah Daradjat?.

E. Tujuan Dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peranan pendidikan Islam dalam membina kesehatan mental anak perspektif Zakiah Daradjat.

2. Kegunaan penelitian

- a. Memaparkan uraian tentang peranan pendidikan Islam dalam membina kesehatan mental.
- b. Memaparkan hubungan agama dalam kesehatan mental itu sendiri.
- c. Memberikan kontribusi dalam menambah ilmu pengetahuan khususnya ilmu pendidikan Islam.

F. Penelitian Terdahulu Yang Relevan

Sejauh pengamatan dan penelusuran penulis terhadap penelitian yang sejenis, ada beberapa penelitian yang sejenis terkait yang sedang penulis kaji. Penelitian tersebut diantaranya sebagai berikut:

1. Yatim Pujiati, fungsi agama terhadap kesehatan mental menurut Dzakiah Drajat, . Skripsi ini membahas tentang agama yang berfungsi untuk memenuhi kebutuhan dalam kehidupan manusia. Selain itu juga agama berfungsi untuk memenuhi kejiwaan manusia serta sebagai terapi pada gangguan kejiwaan pada manusia¹⁰.

Sedangkan penulis membahas bahwa peran pendidikan Islam adalah membawa individu kepada kebahagiaan, kedamaian dan ketentraman sehingga terhindar dari stress yang menyebabkan gangguan mental/jiwa. Pembinaan mental menurut zakiah Daradjat yaitu terletak pada mendidik anak dalam menanamkan pendidikan seperti akhlak, moral, serta etika sehingga anak mampu menilai mana yang baik dan mana yang salah.

2. Skripsi saudari Hanik Munadifah urgensi kesehatan mental dalam agama Islam perspektif Zakiah Daradjat, 2019, Mahasiswa Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. Skripsi ini membahas tentang *pertama*, keharmonisan pada fungsi-fungsi jiwa dan memiliki kesanggupan dalam menghadapi problema-problema yang biasa terjadi pada dirinya dan lingkungan dengan ketaqwaan serta keimanan. *Kedua*, menjaga kesehatan mental maka diharapkan terciptanya ketenangan bathin dan kebahagiaan dunia dan akhirat yang tergambar dalam akhlak mahmudah¹¹.

Perbedaan antara penulis yaitu peneliti membahas tentang membina kesehatan mental kepada anak dengan cara

¹⁰ Yatim Puji Astuti, *Fungsi Agama Dan Kesehatan Mental Perspektig Zakiah Daradjat*, Uin Raden Intan Lampung, 2018

¹¹ Hanik Munadifah, *Urgensi Kesehatan Mental Dalam Pendidikan Islam Perspektif Zakiah Daradjat*, Uin Sunan Ampel Surabaya, 2019

menanamkan pendidikan Islam yang didalamnya terdapat pendidikan agama sejak usia dini, dengan menanamkan moral yang baik agar ketika dewasa tidak salah dalam mengambil keputusan. Selain itu juga agama sebagai psikoterapi yang baik untuk lebih mendekatkan diri kepada sang pencipta dengan ibadah agar hati menjadi tenang, damai dan bahagia.

3. Tesis saudari Santi Aisah Sitohang, yang berjudul pendidikan Agama Islam dan kesehatan mental remaja dalam pemikiran Zakiah Daradjat, 2019, Mahasiswi Pasca Universitas Islam Negeri Sunan Ampel. Tesis ini membahas tentang kesehatan mental seorang remaja dimulai dengan adanya pendidikan agama pada remaja yang dimulai dari keluarga sebagai pendidikan yang pertama, sebab kesehatan mental seorang remaja akan akan terbina oleh adanya pendidikan agama yang baik, akan mampu mengarahkan hidupnya secara terarah, dan menjadi pribadi yang berkualitas dari segi ibadah, iman dan akidah dan akhlak yang dimiliki¹².

Jika tesis yang dilakukan Santi Aisyah Sitohang lebih membahas kepada kesehatan mental seorang remaja, pada penelitian yang penulis lakukan adalah membahas secara mendalam, bukan hanya kepada remaja akan tetapi menanamkan pendidikan Agama untuk kesehatan dan kebahagiaan sejak dini, sehingga ketika ia dewasa individu mampu mengambil langkah yang tepat dalam menyelesaikan masalah-masalah yang dihadapi.

4. Laila takhfa lubis, dkk, peningkatan kesehatan mental anak dan remaja melalui ibadah keislaman, 2019, Al-Hikmah : Jurnal Agama Dan Ilmu Pengetahuan volume 16 nomor 2. Jurnal ini berisikan tentang anak dan remaja yang memahami dan menghayati ibadah mampu mengatasi masalah dalam hidup mereka. Peningkatan rasa syukur, mampu menyesuaikan diri

¹² Santi Aisah Sitohang, *Pendidikan Agama Islam Dan Kesehatan Mental Remaja Dalam Pemikiran Zakiah Daradjat*, Pasca Sarjana Uin Sumatera Utara, 2020

dengan lingkungan dan tuhanannya akan cenderung memiliki kesehatan mental yang lebih baik¹³.

Sedangkan pada penelitian ini membahas tentang khusus pada pembinaan anak. Pendidikan yang diberikan kepada anak tidak hanya melalui keluarga sebagai pendidikan utama akan tetapi juga dari sekolah maupun masyarakat agar membentuk pola pikir anak yang lebih baik lagi.

G. Metode Penelitian

Metode penelitian adalah cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu¹⁴. Metode penelitian pada dasarnya adalah langkah dan prosedur yang dapat dilakukan dalam mengumpulkan data dan informasi empiris untuk memecahkan permasalahan atau menguji hipotesis penelitian. Sedangkan menurut Mustika Zed mendefinisikan bahwa penelitian sebagai usaha untuk menemukan, mengembangkan dan menguji kebenaran suatu penelitian, usaha yang dilakukan dengan menggunakan metode-metode ilmiah.

Dari pengertian diatas peneliti dapat menyimpulkan bahwa metode penelitian adalah cara atau usaha yang dilakukan untuk menemukan, mengembangkan atau menguji suatu kebenaran penelitian dengan menggunakan metode ilmiah, dan dalam penelitian ini terdapat beberapa hal pokok yang mendasari penelitian yaitu: jenis penelitian, sumber data, metode pengumpulan data dan analisis data.

1. Jenis dan sifat Penelitian

Tulisan ini tergolong dalam penelitian kepustakaan (Library Research), yaitu penelitian yang mengumpulkan data dan informasi dengan mengumpulkan apa-apa yang disebut sebagai sumber Mutakhir yang menunjang penelitian dalam bentuk teks.¹⁵ Karena sumber-sumber yang diakui adalah sumber buku, atau paling tidak jurnal-jurnal yang menuliskan tentang

¹³ Laila Takhfa Lubis, Dkk, *Kesehatan Mental Anak Dan Remaja Melalui Ibadah Keislaman*, Volume 16 Nomor 2, 2019.

¹⁴ Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Alfabeta, 2017), H.37

¹⁵ Suharini Arikunto, *Manajemen Pendidikan*, (Jakarta: Rhineka Cipta, 1995) H. 310

pemikiran tokoh yang berkaitan dengan peranan pendidikan Islam dalam membina kesehatan mental. Untuk menjelaskan masalah diatas penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Hasil akhir dari penelitian ini adalah deskripsi-deskripsi konseptual tentang aspek yang diteliti menyangkut tentang gambaran-gambaran peranan Pendidikan Islam dalam Membina Kesehatan Mental Anak Perspektif Zakiah Daradjat.

Kajian kepustakaan secara sederhana dapat dipahami sebagai kegiatan melakukan kajian dan analisis terhadap bahan-bahan yang bersumber dari kepustakaan (buku, laporan, hasil penelitian, laporan hasil pengabdian, dan sebagainya)¹⁶.

Dalam sebuah penelitian, keberadaan buku-buku literatur merupakan sebuah keharusan. Kajian pustaka berisikan teori-teori yang relevan dengan masalah penelitian pada bagian ini dilakukan pengkajian mengenai konsep dan teori yang digunakan berdasarkan literatur yang tersedia. Terutama dari artikel-artikel yang telah dipublikasikan dalam berbagai jurnal ilmiah. Kajian pustaka berfungsi membangun konsep atau teori yang menjadi dasar studi dalam penelitian¹⁷. Kajian pustaka mempunyai beberapa peranan diantaranya:

- a. Peneliti akan mengetahui batas-batas cakupan dari permasalahan.
- b. Dengan mengetahui teori yang berkaitan dengan permasalahan, peneliti dapat menempatkan pernyataan secara perspektif.
- c. Dengan studi literatur, peneliti dapat membatasi pertanyaan yang diajukan dan menentuka konsep studi yang berkaitan erat dengan permasalahannya.
- d. Dengan studi literatur, peneliti dapat mengetahui dan menilai hasil-hasil penelitian yang sejenis yang mungkin kontradiktif antara satu penelitian dengan penelitian lainnya.

¹⁶ Ibrahim, *Metodologi penelitian Kualitatif*, (bandung: alfabetha, 2017) h. 23

¹⁷ V. Wiratma Sujarwena, *Metodologii Penelitian*, (Yogyakarta: Pustakabarupres, 2014). 57

- e. Dengan melalui studi literatur, peneliti dapat menentukan pilihan metode penelitian yang tepat untuk memecahkan masalah.
- f. Dengan studi literatur dapat dicegah atau dikurangi refleksi yang kurang bermanfaat.
- g. Dengan studi literatur peneliti dapat lebih nyakin dalam menginterpretasikan hasil penelitian yang hendak dilakukan.

Riset pustaka tidak hanya sekedar urusan membaca dan mencatat literatur atau buku sebagaimana yang sering dipahami banyak orang selama ini. Apa yang disebut dengan studi pustaka ialah serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat serta mengolah bahan penelitian.

2. Sumber Data Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto sumber data dalam penelitian adalah subjek darimana data itu di peroleh. Data data yang berasal dari kepustakaan pada dasarnya diklarifikasikan ke dalam dua sumber yaitu, sumber primer dan sumber sekunder¹⁸.

a. Sumber primer

"Sumber data primer adalah rujukan pokok yang akan digunakan dalam penulisan pokok yang akan digunakan dalam penulisan penelitian"¹⁹ ataupun sumber informasi yang secara langsung memiliki hubungan dengan tema atau topik pembahasan. Adapun yang dijadikan data primer dalam penelitian ini adalah :

1. *Pendidikan Agama Dalam Dalam Membina Kesehatan mental*, Zakiah Daradjat, (Bulan Bintang, Jakarta 1970)
2. *peranan agama dalam kesehatan mental*, Zakiah Daradjat, (Gunung Agung, Jakarta 1970)
3. *Ilmu Jiwa Agama*, Zakiah Daradjat, (Jakarta: Bulan Bintang 2005)

¹⁸ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: Rhineka Cipta, 2013), 129

¹⁹ Kartini Kartono, *Pengantar Metologi Research* (Jakarta: Bumi Aksara, 2017) H. 78

b. Sumber sekunder

Literatur-literatur yang terdiri dari buku-buku, jurnal, artikel baik itu dimuat oleh media cetak maupun elektronik, yang memiliki relevansi dan penunjang dari penelitian ini. Yaitu tulisan yang membahas tentang kesehatan mental dan pendidikan Islam. Dalam penelitian ini data sekundernya adalah:

1. *Pengantar Ilmu Jiwa Agama*, H. Ramayulis, Jalaluddin. (Jakarta: Kalam Mulia.1993)..
2. *Psikologi Agama*, Jalaluddin. (Jakarta: PT. RajaGravindo Persada, 2009)..
3. *Filsafat Pendidikan Islam: Analisis Filosofis Sistem Pendidikan Islam*. Ramayulis, (Jakarta: Kalam Mulia.2015).
4. *Psikologi Agama*. Ramayulis, (Jakarta: Kalam Mulia.2002).
5. *Kesehatan Mental (Konsep, Cakupan, dan Perkembangannya)*. Siswanto. (Yogyakarta: CV.ANDI.2007).
6. *Kesehatan Mental dalam Kehidupan*. D. S. Sundari, (Jakarta: PT. Rhineka Cipta.2005)..
7. Jalaluddin, Ramayulis, *Pengantar Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta: Kalam Mulia, 1993),

3. Teknik pengumpulan data

Teknik pengumpulan data adalah metode dokumentasi berupa pengumpulan data terhadap tulisan-tulisan terkait²⁰. Adapun jalan pengumpulan data sebagai berikut:

a. Tahap orientasi

Pada tahap ini, peneliti mengumpulkan data dan membaca secara umum tentang kesehatan mental dan hubungannya dengan hubungannya dengan agama dalam term pembahasan Pendidikan Islam mendapatkan

²⁰ *Ibid*, 274

kekayaan sumber terkait penulisan. Dari sini kemudian peneliti memfokuskan studi atau tema pokok bahasan.

b. Tahap eksplorasi

Pada tahap ini, peneliti mulai mengumpulkan data secara terarah dan terfokus. Peneliti juga membaca untuk mengetahui konsep peranan pendidikan Islam dalam membina kesehatan mental dari berbagai sudut pandang. Selanjutnya unsur relevan yang terkumpul akan dianalisis untuk melihat secara objektif.

Ketika langkah ini telah dilakukan, maka akan muncul seras-seras pokok pembahasan kesehatan mental dalam ranah pendidikan Islam sehingga bisa dijadikan kajian lebih lanjut.

c. Tahap terfokus

Ditahap ini, penulis melakukan studi mendalam tentang peranan pendidikan Islam dalam membina kesehatan mental perspektif Zakiah Daradjat.

4. Teknik Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan penelitian ini adalah analisis. Analisis data merupakan tahap terpenting dari sebuah penulisan. Sebab pada tahap ini dapat dikerjakan dan dimanfaatkan sedemikian rupa sehingga menghasilkan sebuah penyampaian yang benar-benar dapat digunakan untuk menjawab persoalan-persoalan yang telah dirumuskan. Secara definitif analisa data merupakan proses pengorganisasian dan pengurutan data kedalam suatu pola. Tahapan dalam menganalisis data yaitu sebagai berikut:

a. Meringkas data

Meringkas data dilakukan agar data yang akan dipresentasikan dapat dipahami dan diinterpretasikan secara objektif, logis dan proposional. Seiring itu, data dapat dihubungkan dan diketersambungkan dengan pembahasan-pembahasan lainnya.

- b. Menemukan atau membuat berbagai pola, tema, dan topik yang akan dibahas.

Berdasarkan data-datayang telah dikumpulkan diberbagai bacaan dan ditelaah yang dilakukan peneliti ditarik berbagai topik-topik pembahasan pada bab-bab pembahasan. Penarikan berbagai pola, tema, dan topik harus relevan dengan masalah yang telah dibangun sebelumnya.

- c. Mengembangkan data atau sumber

Sumber data yang telah diperoleh, dikembangkan berdasarkan jenisnya. Hal ini dilakukan untuk mengurangi atau menghindari `berbagai kesalahan pemahaman dalam menarik sintesis sebuah pendapat atau teori yang dikemukakan oleh pakar atau sumber yang mendukung.

- d. Menguraikan data atau mengemukakan data seadanya.

Data-data yang telah dihimpun, atau dikemukakan sesuai dengan sumber yang diperoleh. Teknik dalam menguraikan data-data ini dapat diperoleh secara langsung atau tidak langsung. Secara langsung dapat ditemukan di kuti apa adanya dan peneliti tidak merubah sebagaimana kutipan aslinya.

- e. Mengolah pendekatan berpikir sebagai ketajaman analisis.

Analisis yang dilakukan harus bertolak dari suatu cara pendekatan berpikir yang jelas. Hal ini sangat penting dilakukan dalam rangka menjaga konsistensi setiap pembahasan yang dikembangkan dengan rujukan sumber yang menjadi pegangan peneliti.

Teknik analisis pada tahap ini merupakan pengembangan dari metode analisis kritis. Adapun teknik analisisnya yaitu content analisis atau analisa isi, yakni teknik pengolahan data dengan cara pemilihan sendiri berkaitan dengan pembahasan dari beberapa gagasan atau pemikiran para tokoh pendidik yang kemudian di deskripsikan dan dibahas. Selanjutnya dikategorikan dengan

data yang sejenis dan di analisa isinya secara kritisguna mendapatkan formulasi yang konkrit sehingga pada akhirnya dijadikan sebagai langkah dalam mengambil sebuah kesimpulan sebagai jawaban dari rumusan masalah yang ada.

H. Sistematika pembahasan

Untuk memberikan gambaran yang jelas tentang pembahasan tesis yang akan ditulis oleh penulis maka penulisan penelitian ini akan dirangkai dalam beberapa sub yang terdiri dari lima bab yaitu:

Bab I : merupakan bab pendahuluan yang terdiri dari dari penegasan judul, latar belakang, fokus dan sub fokus masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, metode penelitian, langkah metode penelitian, penelitian terdahulu yang relevan dan sistematika pembahasan.

Bab II : yaitu bab yang berisikan tentang landasan teoritis yang terdiri dari kesehatan mental anak, pendidikan Islam dan Hubungan agama dengan kesehatan mental.

Bab III : merupakan bab yang berisikan tentang biografi dan riwayat tokoh serta pemikirannya tentang pendidikan agama dan kesehatan mental.

Bab IV : dalam bab ini penulis menjelaskan tentang analisis pandangan Zakiah Daradjat tentang Peranan pendidikan agama Islam dalam membina kesehatan mental.

Bab V : merupakan bab penutup yang berisikan tentang kesimpulan dan saran.

BAB II PEMBAHASAN

A. Kesehatan Mental anak

1. Pengertian Kesehatan Mental anak

Pengertian kesehatan mental sudah dikenal sejak manusia pertama (adam), karena Nabi Adam As merasa berdosa yang menyebabkan jiwanya gelisah dan hatinya sedih. Untuk menghilangkan kesedihan dan kegelisahan tersebut dia bertaubat kepada Allah SWT, dan taubatnya diterima dan ia merasa lega kembali¹. Sebagaimana firman Allah SWT yang berbunyi:

فَتَلَقَىٰ آدَمُ مِن رَّبِّهِ ۖ كَلِمَاتٍ فَتَابَ عَلَيْهِ ۚ إِنَّهُ هُوَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ ﴿٣٧﴾

Kemudian Adam menerima beberapa kalimat (untuk bertaubat) dan Tuhannya, maka Allah menerima taubatnya. Sesungguhnya Allah penerima taubat dan maha penyayang. (QS. Al-Baqarah:37)

Orang-orang terdahulu mengartikan kesehatan mental hanya terbatas dan sempit. Kesehatan mental hanya dibatasi pada orang yang tidak ada gangguan dan penyakit jiwa. Dengan pengertian seperti ini kesehatan mental hanya pada seseorang yang terganggu dan memiliki penyakit jiwa saja.

Perkembangan kesehatan mental dimulai sejak abad ke-19 yang dipengaruhi oleh gagasan, pemikiran dan inspirasi para ahli terutama dari dua tokoh perintis, yaitu Dorothea Lynde Dix dan Clifford Whittingham Beer. kedua tokoh ini banyak mendedikasikan hidupnya dalam bidang pencegahan gangguan mental dan pertolongan bagi orang-orang yang miskin dan lemah. Sehingga banyak didirikannya organisasi kesehatan mental, seperti *american social hygiene associatin* (ASHA), dan *American Federation for Sex Hygiene*. Dan atas jasa dari

¹ Ramayulis, *Psikologi Agama*, (Jakarta: Kalam Mulia, 2002), hlm. 139

Clifford Whittingham Beers, ia dinobatkan sebagai "*The Founder of Mental Hygiene Movement*".

Secara hukum gerakan kesehatan mental terus berkembang sehingga pada tanggal 13 Juli 1946 mendapatkan pengukuhan oleh presiden Amerika Serikat ketika menandatangani "*The National Mental Health Act*". Akibat gerakan kesehatan mental yang terus berkembang sehingga dari berbagai belahan dunia, maka gerakan ini dikembangkan melalui "*The World Federation For Mental Health*" dan "*The World Health Organization (WHO)*"².

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa seiringnya peubahan zaman maka semakin banyak pula organisasi-organisasi kesehatan mental dalam menyembuhkan maupun mencegah adanya gangguan kejiwaan. Dan pada pertengahan abad ke-20 ilmu kesehatan mental sudah berkembang dan maju dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi modern.

Dari segi bahasa kesehatan mental berasal dari dua kata yaitu *kesehatan* dan *mental*. Kesehatan menurut Freund yang dikutip dari *the international dictionary of medicine and biology*, mendefinisikan kesehatan sebagai suatu kondisi dalam keadaan baik dari suatu organisme atau bagiannya, yang dicirikan oleh fungsi yang normal dan tidak adanya penyakit. Juga sampai pada kesimpulan mengenai kesehatan sebagai suatu keadaan tidak adanya penyakit sebagai salah satu ciri kalau organisme disebut sehat.

Kamus lainnya tampak mengartikan kesehatan (*health*) mirip dengan pengertian kesehatan seperti yang diungkapkan oleh Freund tersebut yaitu sebagai: (1) *condition of a person's body or mind*; (2) *state of being well and free from illness*. Namun pada pemahaman terakhir ini, kesehatan juga mulai menyangkut segi lainnya selain fisik, yaitu sudah memasukkan unsur jiwa dan keadaan sejahtera, yang tentunya tidak terlepas dari masalah psikologis.

² Indra Adityawarman, *Sejarah Perkembangan Kesehatan Mental*, (Journal Dakwah Dan Komunikasi Vol. 4 No 1, 2010) h. 2-3

Pengertian mengenai kesehatan umumnya dimengerti sebagai hal-hal yang bersifat fisik dan kurang memperhatikan hal-hal yang bersifat mental bisa dipahami karena hal-hal fisik lebih mudah diamati karena dibanding hal yang bersifat psikis.

Kesehatan mental merupakan salah satu cabang psikologi. Secara etimology kesehatan mental berasal dari bahasa Inggris yaitu *mental hygiene*. Kesehatan mental sebagai salah satu ilmu jiwa yang sudah di kenal sejak abad ke-19, seperti di Jerman pada tahun 1875 M, orang sudah mengenal kesehatan mental sebagai salah satu ilmu walaupun bentuknya sangat sederhana³.

Ada beberapa pengertian tentang kesehatan mental diantaranya sebagai berikut: Zakiah Daradjat mengemukakan kesehatan mental adalah terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara individu dengan dirinya sendiri dan lingkungan berdasarkan keimanan dan ketakwaan serta tujuan untuk mencapai hidup bermakna dan bahagia dunia dan akhirat⁴.

Mustofa Fahmi mengemukakan kesehatan mental yaitu *pertama*, pola negatif (*salabiy*) bahwa kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari gejala neurosis (*al-amradh al-ashabiyah*) dan psikologis (*al-amradh al-dzibaniyah*). Kedua, pola positif (*ijabiy*) kesehatan mental adalah kemampuan individu dalam penyesuaian terhadap diri sendiri dan penyesuaian terhadap diri sendiri dan terhadap lingkungan sosialnya. Pola kedua ini lebih umum dan lebih luas dari pola pertama⁵.

WHO mendefinisikan kesehatan sebagai keadaan status sehat secara fisik, mental (rohani), dan sosial bukan hanya suatu keadaan bebas dari penyakit, cacat dan kelemahan. Pengertian tersebut menyebabkan kebijakan di bidang kesehatan mengalami perubahan. Dulu segala upaya dilakukan

³*Ibid*, 139

⁴Yahya Jaya, *Peran Taubat dan Manfaat dalam Kesehatan Mental*, (Jakarta: PT. Yayasan Pendidikan Islam Ruhana, 1992), hlm. 15

⁵Ramayulis, *psikologi Agama, op.cit*, hlm. 140

dengan tujuam untuk menyembuhkan/mengobati penyakit. Penelitian dan temuan-temuan teknologi diupayakan ke arah penyembuhan. Upaya kesehatan pada saat ini mengarahkan kepada usaha pencegahan terhadap kemungkinan menurunnya kualitas hidup individu sehingga kondisi sehat bisa dijaga sedemikian rupa dan penyakit tidak sampai dialami oleh individu⁶.

Dalam definisi WHO disebutkan semata-mata absensinya dari penyakit atau lemah. Berarti tidak sekedar bebas dari penyakit. Menurut Zakiah Drajat ditekankan orang yang sehat mentalnya dapat menyesuaikan diri dan memanfaatkan potensi serta mencapai keharmonisan jiwa. Jadi, yang bersangkutan mengalami keseimbangan atau dalam keadaan equilibrium, tidak berat sebelah dan tidak goncang. Mempunyai kestabilan emosi dalam menghadapi persoalan serta mendapat kepuasan dalam memenuhi kebutuhan jasmani, rohani, sosial dan metafisis. Kestabilan/keseimbangan masing-masing individu berbeda, karena diperoleh dari pengalaman-pengalaman yang berbeda. Ada beberapa macam kestabilan dalam kesehatan mental diantaranya yaitu⁷:

- a. Kestabilan umum adalah kemampuan untuk tetap seimbang dalam keadaan bagaimanapun.
- b. Kestabilan khusus yaitu kemampuan menghadapi tantangan khusus, yang bersangkutan tetap seimbang. Misalnya pindah tempat tinggal, urbanisasi.
- c. Kestabilan dasar yaitu kemampuan bawaan/keturunan atau akibat selama prenatal atau natal. Misalnya mengalami kelainan/cacat yang bersangkutan tetap seimbang.
- d. Kestabilan yang dialami, kemampuan yang diperoleh dari pengalaman-pengalaman yang telah dipelajari dalam keluarga digunakan untuk menghadapi masalah yang lebih berat. Sebagai anak sulung atau bungsu.

⁶ Siswanto, *Kesehatan Mental (Konsep, Cakupan Dan Perkembangn)*, Yogyakarta:CV.ANDI. 2007), Hlm.15

⁷ Dra. Siti Sundari HS, *Kesehatan Mental Dalam Kehidupan*, (Jakarta: PT.Rhineka Cipta, 2005), Hlm. 1-2

Dalam Undang-Undang No.18 Tahun 2014 tentang kesehatan jiwa menjelaskan secara umum bahwa Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945 menjamin setiap orang dapat hidup sejahtera lahir dan bathin serta memperoleh pelayanan kesehatan dengan penyelenggaraan pembangunan kesehatan. Tujuan pembangunan kesehatan yang hendak dicapai yaitu terwujudnya derajat kesehatan yang setinggi-tingginya. Untuk mencapai tujuan tersebut, perlu dilakukan berbagai upaya kesehatan jiwa dengan pendekatan promotif, preventif kuratif, dan rehabilitatif. Upaya kesehatan jiwa harus dilakukan secara integritas, komprehensif, dan berkesinambungan oleh pemerintah, pemerintah daerah, dan/atau masyarakat.

Kesehatan mental (*mental hygeny*) adalah ilmu yang meliputi sistem, prinsip-prinsip, peraturan-peraturan yang prosedurnya untuk mempertinggi kesehatan ruhani. Orang yang sehat mentalnya ialah orang yang dalam nuraninya atau hatinya selalu tenang, damai dan tentetram.

Fungsi-fungsi jiwa dengan unsur-unsurnya, bertindak sesuai dengan dirinya dengan orang lain dan dengan lingkungannya. Dalam menghadapi suasana yang selalu berubah, fungsi-fungsi jiwa akan selalu bekerja secara harmonis dalam menyiapkan diri untuk menghadapi perubahan-perubahan tersebut. Dengan demikian perubahan-perubahan itu tidak akan menyebabkan kegelisahan dan kegoncangan jiwa.

Dari beberapa pengertian kesehatan mental dapat di simpulkan bahwa kesehatan mental adalah sehat secara rohan maupun jasmani yang memiliki kemampuan dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan sosialnya dan mampu mengembangkan potensi yang dimiliki guna mencapai kebahagiaan didalam dirinya tanpa adanya tekanan maupun stress yang dialami oleh individu.

Menurut ahli jiwa, fase setiap pertumbuhan yang dilalui oleh setiap orang, merupakan bagian dari pembinaan bagian pembinaan pribadinya. Pembinaan mental harus diulang-ulang karena pengalaman-pengalaman yang sedang dilalui dapat

mempengaruhi dan merusak mental yang telah terbina. Seandainya pembinaan mental yang ada pada setiap orang tidak terjadi pada umur pertumbuhan yang telah dilaluinya dan ketika dewasa tidak mengenal agama beserta nilai-nilai yang terkandung didalamnya, maka proses pendewasaan ini akan menjadi sebuah proses yang cenderung tidak mengenal nilai-nilai agama, bahkan akan merasakan kesukaran akan pentingnya agama dalam hidupnya. Pendewasaan yang seperti ini akan menjadi acuh tak acuh terhadap agama yang dianutnya dan orang-orang seperti ini yang sering kali memandang agama dari segi-segi negatif dan disangkanya menjadi penghalang, kemajuan serta berat dalam pelaksanaannya. Oleh karena itu, dari pembinaan mental bukanlah suatu proses yang dapat terjadi dalam pelaksanaannya, karena itu pembinaan mental bukanlah suatu proses yang dapat terjadi dengan cepat dan dipaksakan, tapi harus secara berangsur-angsur wajar. Sehat dan sesuai dengan pertumbuhan, kemampuan dan keistimewaan umur yang sedang dilalui.

Allah berfirman dalam Al-Qur'an Surat Al-Baqarah ayat

256:

لَا إِكْرَاهَ فِي الدِّينِ ۚ قَدْ تَبَيَّنَ الرُّشْدُ مِنَ الْغَيِّ ۚ فَمَنْ يَكْفُرْ بِالطَّاغُوتِ
وَيُؤْمَرْ بِاللَّهِ فَقَدْ اسْتَمْسَكَ بِالْعُرْوَةِ الْوُثْقَىٰ لَا انْفِصَامَ لَهَا ۗ وَاللَّهُ

سَمِيعٌ عَلِيمٌ ﴿٢٥٦﴾

Tidak ada paksaan untuk (memasuki) agama (Islam); Sesungguhnya telah jelas jalan yang benar daripada jalan yang sesat. karena itu Barangsiapa yang ingkar kepada Thaghut dan beriman kepada Allah, Maka Sesungguhnya ia telah berpegang kepada buhul tali yang Amat kuat yang tidak akan putus. dan Allah Maha mendengar lagi Maha mengetahui.(QS. Al-Baqarah: 256)

Ciri khas ajaran agama selanjutnya dapat dilihat dalam konsep mengenai kesehatan. Ajaran Islam tentang kesehatan

berpedoman pada prinsip pencegahan lebih di tamakan dari pada penyembuhan. Dalam bahasa arab, prinsip ini berbunyi, *al-wiyaqah khair minal al-'ilaj*. Berkenaan dengan konteks kesehatan ini ditemukan semakin banyak petunjuk kitab suci dan sunnah nabi saw yang pada dasarnya mengarah pada upaya pencegahan.

Untuk menuju upaya pencegahan tersebut, Islam menekankan segi kebersihan lahir dan batin. Kebersihan lahir dapat mengambil bentuk kebersihan tempat tinggal, lingkungan sekitar, badan, pakaian, makanan, minuman, dan lain sebagainya. Dalam hubungan ini kita membaca ayat Al-Qur'an :

وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذَىٰ فَأَعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرُبُوهُنَّ حَتَّىٰ يَطْهَرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ

حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ ﴿٢٢٢﴾

sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertaubat dan senang kepada orang-orang yang membersihkan diri. (QS. Al-Baqarah: 222)

Bertaubat sebagaimana dikemukakan pada ayat tersebut akan menghasilkan kesehatan mental, sedangkan kebersihan lahiriah menghasilkan fisik. Selanjutnya kita baca lagi ayat Al-Qur'an yang berbunyi *dan bersihkanlah pakaianmu dan tinggalkanlah segala macam kekotoran* (QS. Al-Mudatsir, 74:75). Perintah tersebut berbarengan dengan perintah menyampaikan ajaran agama dan membesarkan nama Allah SWT⁸.

Al-Quran sebagai sumber ajaran Islam, kebenaran bersifat hakiki dan tidak ada kegunaannya di dalamnya karena ia diturunkan oleh Allah. Sebagai kitab suci yang berisi petunjuk (*huda*) dan penjas, bagi petunjuk itu sendiri (*wa bayyin min al-huda*) di dalamnya banyak terdapat ayat-ayat yang berkaitan dengan kesehatan mental dengan berbagai istilah yang

⁸ Abuddin Nata, *Metodologi Studi Islam*, Jakarta: Rajawali Pers. 2011. Hlm 91-92.

digunakan sebagai sesuatu yang hendak dicapai oleh setiap manusia. Hasan Langgulung, istilah-istilah tersebut adalah kebahagiaan (*sa'adal*) keselamatan (*fawz*), kemakmuran (*falah*) dan kesempurnaan (*al-kamal*)⁹.

Disamping beberapa istilah kesehatan mental tersebut, di dalam Al-Qur'an juga banyak terdapat ayat-ayat yang berkaitan dengan uraian definisi kesehatan mental, meliputi hubungan manusia dengan dirinya sendiri, sesama manusia, lingkungan, dan Tuhan yang semuanya di tujukan untuk mendapatkan hidup bermakna dan bahagia di dunia dan akhirat. Secara simpel Al-Qur'an menyatakan dengan kalimat *ama nu wa 'amilu ak-salihat* di berbagai tempat. Berikut ini merupakan penjelasan dari definisi Al-Qur'an:

- a. Hubungan manusia dengan dirinya sendiri (*habl min an-nafs*). Dalam hubungan manusia mengembangkan dan memanfaatkan potensinya dalam bentuk *amr ma'ruf nahi munkar*. Sebagaimana firman Allah SWT:



كُنْتُمْ خَيْرَ أُمَّةٍ أُخْرِجَتْ لِلنَّاسِ تَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَتَنْهَوْنَ عَنِ
الْمُنْكَرِ وَتُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَلَوْ أَمَرَ أَهْلُ الْكِتَابِ لَكَانَ خَيْرًا لَهُمْ
مِنْهُمْ الْمُؤْمِنُونَ وَأَكْثَرُهُمُ الْفَاسِقُونَ ﴿١١٠﴾

Kamu adalah umat yang terbaik yang dilahirkan untuk manusia, menyuruh kepada yang ma'ruf, dan mencegah dari yang munkar, dan beriman kepada Allah. Sekiranya ahli kitab beriman, tentulah itu lebih baik bagi mereka, di antara mereka ada yang beriman, dan kebanyakan mereka adalah orang-orang yang fasik. (QS. Al-Imran: 110)

- b. Hubungan manusia dengan sesama (*habl min an-nas*). Manusia mengembangkan dan memanfaatkan potensinya dalam bentuk menjalin persaudaraan ataupun sebaliknya. Sebagaimana firman Allah SWT berikut:

⁹ H. Ramayulis, *Psikologi Agama*, (Jakarta: Kalam Mulia, 2002), Hlm. 149

مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللَّهِ ۚ وَالَّذِينَ مَعَهُ أَشِدَّاءُ عَلَى الْكُفَّارِ رُحَمَاءُ بَيْنَهُمْ ۖ
 تَرَاهُمْ رُكَّعًا سُجَّدًا يَبْتَغُونَ فَضْلًا مِّنَ اللَّهِ وَرِضْوَانًا سِيمَاهُمْ فِي
 وُجُوهِهِمْ مِّنْ أَثَرِ السُّجُودِ ۚ ذَٰلِكَ مَثَلُهُمْ فِي التَّوْرَةِ ۚ وَمَثَلُهُمْ فِي
 الْإِنجِيلِ كَرَزَعٍ أُخْرِجَ شَطَطُهُ فَأَزَّارَهُ فَأَسْتَعْلَطَ فَاسْتَوَىٰ عَلَىٰ
 سَوْفِهِ ۖ يُعْجِبُ الزَّرَّاعَ لِيَغِيظَ بِهِمُ الْكُفَّارَ ۗ وَعَدَّ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا
 وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ مِنْهُمْ مَغْفِرَةً وَأَجْرًا عَظِيمًا ﴿٢٩﴾

Muhammad itu adalah utusan Allah dan orang-orang yang bersama dengan Dia adalah keras terhadap orang-orang kafir, tetapi berkasih sayang sesama mereka. kamu Lihat mereka ruku' dan sujud mencari karunia Allah dan keridhaan-Nya, tanda-tanda mereka tampak pada muka mereka dari bekas sujud. Demikianlah sifat-sifat mereka dalam Taurat dan sifat-sifat mereka dalam Injil, yaitu seperti tanaman yang mengeluarkan tunasnya Maka tunas itu menjadikan tanaman itu kuat lalu menjadi besarlah Dia dan tegak Lurus di atas pokoknya; tanaman itu menyenangkan hati penanam-penanamnya karena Allah hendak menjengkelkan hati orang-orang kafir (dengan kekuatan orang-orang mukmin). Allah menjanjikan kepada orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal yang saleh di antara mereka ampunan dan pahala yang besar. (QS. Al-Fath: 29)

- c. Hubungan dengan alam (*habl min al-a'lam*), \dimana manusia mempunyai kecenderungan untuk mengembangkan dan memanfaatkan potensi dalam bentuk kelestarian dan memanfaatkan potensinya dala bentuk kelestarian dan memanfaatkan seisinya dengan

baik ataupun sebaliknya. Sebagaimana firman Allah berikut ini:

ظَهَرَ الْفَسَادُ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ بِمَا كَسَبَتْ أَيْدِي النَّاسِ لِيُذِيقَهُمْ بَعْضَ

الَّذِي عَمِلُوا لَعَلَّهُمْ يَرْجِعُونَ ﴿٤١﴾

Telah nampak kerusakan di darat dan di laut disebabkan karena perbuatan tangan manusi, supay Allah merasakan kepada mereka sebahagian dari (akibat) perbuatan mereka, agar mereka kembali (ke jalan yang benar). (QS. Ar-Rum : 41)

- d. Hubungan manusia dengan Allah SWT (*habl min Allah*), manusia mempunyai kecenderungan untuk mengembangkan dan memanfaatkan potensinya dalam beribadah kepada Allah atau sebaliknya yaitu mengingkari perintah Allah SWT, sebagaimana firmanNya yang berbunyi

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ ﴿٥٦﴾

Dan aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka mengabdikan kepada-Ku. (QS. Ad-Dzariyat: 56)

Al-Qur'an sebagai dasar dan sumber sejarah Islam banyak ditemui ayat-ayat yang berhubungan dengan ketenangan dan kebahagiaan jiwa sebagai hal yang prinsipil dalam kesehatan mental. Adapun ayat-ayat tersebut adalah sebagai berikut¹⁰:

- 1) Kebahagiaan
Firman Allah SWT:

¹⁰ Dr. Jalaluddin, *Pengantar Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta: Kalam Mulia, 1993), Hlm. 84-85

وَأَتَّبِعْ فِي مَآءِ آتَانِكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ ۖ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا
 وَأَحْسِنْ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ ۖ وَلَا تَتَّبِعِ الْفَسَادَ فِي الْأَرْضِ ۚ إِنَّ اللَّهَ
 لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ ﴿٧٧﴾

Dan carilah pada apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu (kebahagiaan) negeri akhirat, dan janganlah kamu melupakan bahagianmu dari (kenikmatan) duniawi dan berbuat baiklah (kepada orang lain) sebagaimana Allah telah berbuat baik, kepadamu, dan janganlah kamu berbuat kerusakan di (muka) bumi. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berbuat kerusakan. (QS. Al-Qashash: 77)

وَلَتَكُنَّ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ
 الْمُنْكَرِ ۚ وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ﴿١٠٤﴾

Dan hendaklah ada di antara kamu segolongan umat yang menyeru kepada kebajikan, menyuruh kepada yang ma'ruf dan mencegah dari yang munkar, merekalah orang-orang yang beruntung. (QS. Ali Imran : 104)

Ayat pertama Allah memerintahkan orang Islam untuk merebut kebahagiaan akhirat dan kenikmatan dunia dengan jalan berbuat baik dan menjauhi perbuatan munkar. Pada ayat kedua Allah menjanjikan kemenangan pada orang yang mengajak kepada kebaikan, menyuruh kepada yang makruf dan mencegah yang munkar. Keimanan, ketaqwaan, amal sholeh berbuat baik yang makruf dan menjauhi perbuatan yang keji dan munkar adalah faktor penting dalam usaha pembinaan kesehatan mental.

- 2) Ayat ketenangan jiwa
 Firman Allah SWT:

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram. (QS. Al-Ra'd: 28)

اللَّهُ يَسْتَهْزِئُ بِهِمْ وَيَمُدُّهُمْ فِي طُغْيَانِهِمْ يَعْمَهُونَ ﴿١٥﴾

Allah akan (membalas) olok-olokan mereka dan membiarkan mereka terombang-ambing dalam kesesatan mereka. (QS. AL-Baqarah: 15)

يَنبِئُ ءَادَمَ إِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ رُسُلٌ مِّنكُمْ يَقُصُّونَ عَلَيْكُمْ ءَايَاتِي فَمَنِ اتَّقَىٰ

وَأَصْلَحَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴿٣٥﴾

Hai anak-anak Adam, jika datang kepadamu Rasul-rasul daripada kamu yang menceritakan kepadamu ayat-ayat-Ku, Maka Barangsiapa yang bertakwa dan Mengadakan perbaikan, tidaklah ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak (pula) mereka bersedih hati. (QS. Al-a'raf: 35)

هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لَيَرَدَّأَوْ إِيْمَانًا مَّعَ إِيْمَانِهِمْ

وَلِلَّهِ جُنُودُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا ﴿٤﴾

Dia-lah yang telah menurunkan ketenangan ke dalam hati orang-orang mukmin supaya keimanan mereka bertambah di samping keimanan mereka (yang telah ada). dan kepunyaan Allah-lah tentara langit dan bumi dan adalah Allah Maha mengetahui lagi Maha Bijaksana, (QS. Al-Fath: 4)

Dalam keterangan ayat pertama Allah SWT dengan tegas menerangkan, bahwa ketenangan jiwa dapat dicapai dengan dzikir Allah. Pada Ayat kedua ditunjukkan pula oleh Allah jalan bagaimana cara seseorang mengatasi kesukaran dan problem kehidupan sehari-hari, yaitu dengan kesabaran

dan shalat. Pada ayat yang terakhir Allah mensifati diri-Nya bahwa Dia-lah Tuhan Yang Maha Mengetahui dan bijaksana dan dapat memberikan ketenangan jiwa ke dalam hati orang yang beriman.

Pembinaan mental secara efektif dilakukan dengan memperhatikan faktor kejiwaan `saran yang akan dibina. Pembinaan yang dilakukan melalui pembinaan moral, pembentukan sikap dan mental terhadap anak masih kecil. Pembinaan mental merupakan salah satu cara untuk membentuk akhlak manusia agar memiliki pribadi yang bermoral, berbudi pekerti luhur dan bersusila, sehingga seseorang dapat terhindar dari sifat tercela sebagai langkah timbulnya penyebab kenakalan pada anak.

Pembentukan sikap, pembinaan moral dan pribadi pada umumnya terjadi pada anak masih kecil. Agar anak memiliki kepribadian yang kuat dan sikap mental yang sehat serta akhlak yang terpuji, semua dapat diusahakan melalui penglihatan, pendengaran, maupun perlakuan yang diterimanya dan akan ikut menentukan pembinaan pribadinya.

Dengan demikian dapat diartikan bahwa pembinaan mental adalah usaha untuk memperbaiki dan memperbaharui suatu tindakan atau tingkah laku seseorang melalui bimbingan mental/jiwanya sehingga memiliki kepribadian yang sehat, akhlak yang terpuji dan bertanggung jawab dalam menjalani kehidupan.

2. Indikator Kesehatan Mental

Indikator kesehatan mental menurut WHO yaitu sebagai berikut:

- a. Bebas dari ketegangan dan kecemasan
- b. Menerima kekecewaan sebagai pelajaran di kemudian hari.
- c. Dapat menyesuaikan diri secara konsultif pada kenyataan meskipun kenyataan itu pahit.
- d. Merasa lebih puas dalam memberi daripada menerima.
- e. Dapa merasakan kepuasan perjuangan hidup.

- f. Dapat mengalahkan rasa permusuhan pada penyelesaian kreatif dan konstruktif.
- g. Merasakan kasih sayang dan butuh di sayangi.
- h. Mempunyai spritual atau agama.

Said Hawa menetapkan kesehatan mental berdasarkan *tahhiral qalh (penyucian jiwa)* dengan indikatornya sebagai berikut¹¹:

- a. Sempurna dalam melaksanakan ibadah sesuai dengan perintah Allah SWT.
- b. Terlihat efek dari peribadatannya pada sifat-sifatnya yang utama dan *akhlakul karimah* dan melaksanakan *habl min Allah* dan *habl min al-nas*.
- c. Mempunyai hati yang mantap dalam mentauhidkan Allah SWT.
- d. Tidak mempunyai penyakit hati, yang bertentangan dengan keesaan Allah SWT.
- e. Jiwanya menjadi Suci, hatinya menjadi suci, dan pandangannya menjadi jernih.
- f. Seluruh anggota tubuhnya senantiasa berbuat sesuai dengan apa yang diperintahkan oleh Allah SWT.

Indikator kesehatan mental menurut Ahmad Farid yang menetapkan indikator kesehatan mental berdasarkan kepada agama sebagai berikut:

- a. Berfokus pada akhirat
- b. Tidak meninggalkan dzikrullah
- c. Selalu merindukan untuk beribadah kepada Allah SWT.
- d. Tujuan hidup hanya kepada Allah SWT
- e. Khusyu' dalam menegakkan shalat dan saat itu ia lupa akan segala urusan dunia.
- f. Menghargai waktu dan tidak bakhil harta
- g. Tidak berputus asa dan tidak malas untuk berdzikir
- h. Mengutamakan kualitas perbuatan.

selain dari pendapat WHO tentang beberapa indikator, Najati juga mengetengahkan pendapat Muhammad Audah

¹¹ *Ibid.* Hlm 163

dan Kamal Ibrahim yang mengisyaratkan pentingnya dimensi spritual dalam memandang kesehatan mental. Berikut ini beberap indikator kesehatan mental yang menurut keduanya harus mencakup beberapa dimensi kehidupan diantaranya¹²:

1) dimensi spritual

Dimensi ini terdiri dri keimanan kepada Allah, melakukan ibadah, menerima ketentuan dan takdir Allah, senantiasa merasa dekat dengan Allah SWT, dan selalu berdzikir kepada Allah.

2) Dimensi psikologis

Dimensi psikologis terdiri dari kejujuran, terbebas dari dari rasa dengki, iri, merasa percaya diri, mampu menanggung rasa gelisah, menjauhi hal-hal yang menyakiti jiwa seperti sifat sombong, menipu, boros, pelit, malas, pesimis, berpegang pada prinsip-prinsip syariat, memiliki keseimbangan emosional, lapang dada, mudah menerima kenyataan hidup, mampu mengendalikan, mengekang hawa nafsu, dan tidak terlalu berambisi.

3) Dimesi sosial

Dimensi sosial terdiri dari mencintai kedua orang tua, rekan dan anak, membantu orang yang membutuhkan, bersikap amanah dan berani menyatakan yang benar, dan lain sebagainya.

4) Dimensi biologis

Dimensi biologis terdiri dari sehat dari berbagai penyakit, tidak cacat fisik, memperhatikan kesehatan, dan tidak membebani fisik sesuai kemampuan. Berdasarkan tolak ukur tersebut, dapat dikatakan bahwa secara ideal orang yang memiliki kesehatan mental yang sehat adalah orang yang beriman dan bertawa kepada Allah SWT serta berusaha untuk dapat merealisasikan nilai-nilai agama, sehingga dalam

¹² Usman Najati, *al-quran wa ilmu nafs*, beirut: darussy-assalam

keidupannya mampu menjalaninya sesuai dengan tuntunan dalam agamanya. Sejalan dengan itu semua dapat menghambat dan mengurangi kualitas negatif dirinya, karena sadar bahwa hal itu dapat menjadi sumber berbagai gangguan dan penyakit kejiwaan.

3. Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Anak

Kesehatan mental manusia dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor internal dan eksternal yang keduanya saling mempengaruhi dan dapat menyebabkan mental yang sakit sehingga bisa menyebabkan penyakit jiwa atau sakit jiwa.

a. Faktor internal

Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri seseorang seperti sifat, bakat, keturunan dan sebagainya. Contoh dari sifat sendiri yaitu baik, jahat, pemarah, dengki, iri, pemberani, pemalu, dan lain sebagainya. Contoh bakat seperti melukis, bermain musik, bernyanyi, menciptakan lagu, akting dan lain-lain. Sedangkan aspek keturunan sendiri yaitu potensi diri, emosi, intelektual dan lain sebagainya. Dari ketidak sempurnaan yang dimiliki dapat menimbulkan hambatan dan pergaulan seorang anak, misalnya seperti rendah diri, iri hati dan kompensasi. Ketiga hal tersebut memerlukan perhatian dan bimbingan, seperti kompensasi yang diarahkan dapat berubah menjadi positif karena kekurangan pada dirinyadan dapat diimbangi dengan prestasi dibidang lain. Akan tetapi bila tidak tersalur, rendah diripun dapat menimbulkan ketakutan untuk bergaul dan iri hati menimbulkan dendam dalam diri.

b. Faktor eksternal

Faktor internal yaitu faktor yang berasal dari luar diri seseorang yang dapat mempengaruhi mental seseorang. Lingkungan yang paling dekat dengan seseorang adalah keluarga seperti orang tua, kakak, adek, kakek, nenek, sepupu dan lainnya. Selain itu, ada beberapa faktor dari luar seperti hukum, politik, agama,

sosial budaya, pemerintah, pendidikan, pekerjaan, masyarakat dan lain sebagainya. Faktor eksternal yang baik dapat menjaga mental seseorang namun apabila faktor eksternal yang buruk mampu membuat mental seseorang menjadi tidak sehat.

Pada faktor eksteren ini merupakan ini dari berhasil atau tidaknya dalam membina kesehatan mental pada anak. Karena dengan faktor ini hampir semua problema dapat diatasi. Dalam masalah pengaruh dari luar, agama Islam juga memberi petunjuk bahwa perkembangan seorang anak juga dapat dipengaruhi oleh lingkungan disekelilingnya. Jadi jmeski anak lahir dalam keadaan baik, jika tanpa terpengaruh oleh pergaulan teman yng kurang baik maka akan menjadi kurang baik juga. Akan tetapi jika lingkungan sosial dan keluarganya membawa kearah positif dan baik maka anak akan karah yang lebih baik juga.

Selain dari faktor internal dan eksternal, terdapat beberapa faktor lainnya yang dapat mempengaruhi kesehatan mental diantaranya yaitu:

1) Faktor biologis

Faktor biologis merupakan faktor mendasar yang mempengaruhi kesehatan mental seseorang. Diantaranya aspek biologis yang mempengaruhi kesehatan mental yaitu otak, sistem endoktrin, genetik, dan sensorik.

Otak manusia sangat kompleks secara fisiologis, tetapi memiliki fungsi yang esensi bagi seluruh aktifitas manusia. Otak manusia terbilang unik karena mampu mengekspresikan seluruh pengalaman manusia dalam hidupnya. Jadi dipadukan dengan pandangan psikologis jelas adanya kesesuaian antara perkembangan fisiologis otak dengan kesehatan mental. Fungsi otak seperti motorik, intelektual, emosional, dan afeksi berhubungan dengan mentalitas manusia. Sistem

endoktrin merupakan sistem yang terdiri dari sekumpulan kelenjar yang sering bekerjasama dengan sistem syaraf otonom. Sistem endoktrin sangat berhubungan dengan kesehatan mental seseorang karena sering munculnya gangguan mental akibat sistem endoktrin membawa dampak buruk terhadap mentalitas manusia. Contohnya, terganggunya kelenjar adrenalin berpengaruh terhadap kesehatan mental yakni terganggunya *mood* dan perasaannya dan tidak mendapatkan *coping stress*. Faktor genetik juga dapat mempengaruhi kesehatan mental, diantaranya yaitu kecenderungan psikologis. Dalam hal ini juga terdapat gangguan mental yang disebabkan karena tidak normalnya hal jumlah dan struktur kromosom dalam tubuh manusia.

2) Faktor ibu selama masa kehamilan

Faktor ini juga dapat mempengaruhi kesehatan mental anak dalam kandungan, karena kesehatan janin ditentukan oleh kesehatan ibu, diantaranya yaitu faktor usia, nutrisi, obat-obatan, radiasi, penyakit yang di derita, stress dan komplikasi.

3) Faktor psikis

Faktor psikis merupakan satu kesatuan dengan sistem biologis. Sebagai subsistem dari eksistensi manusia, maka psikis selalu berinteraksi dengan keseluruhan aspek kemanusiaan. Aspek psikis berasal dari pengalaman awal yang dipandang sebagai bagian penting bahkan sangat menentukan bagi kondisi mental individu, serta proses pembelajaran yang menyangkut segala aspek kehidupan manusia.

4) Kebutuhan

Pemenuhan kebutuhan dapat meningkatkan kesehatan mental manusia. Orang yang telah menggunakan dan memanfaatkan segala bakat dan kemampuan pada dirinya disebut dengan pengalaman puncak. Suatu ketidak mampuan dalam

mengenali dan memenuhi kebutuhan hidupnya adalah dasar dari gangguan mental.

5) Lingkungan sosial

Lingkungan sosial memiliki pengaruh yang sangat besar bagi kesehatan mental seseorang. Lingkungan sosial yang positif dapat membentuk mental yang sehat dan berlaku sebaliknya. Lingkungan ini berkisar pada jenis lingkungannya ataupun lingkungan yang tercipta dari interaksi manusia dengan manusia lainnya. Seperti lingkungan keluarga, adanya perubahan sosial, interaksi sosial, stratifikasi sosial, kegiatan budaya dan stressor psikososial lainnya.

6) Interaksi manusia dan lingkungannya

Interaksi manusia dengan lingkungannya, saat seseorang mampu berinteraksi dengan lingkungannya merupakan hal yang dapat mempengaruhi kesehatan mental seseorang. Saat seseorang mampu berinteraksi dengan lingkungan sosial yang bersifat positif maka kesehatan mental akan terbentuk menjadi lebih positif.

Menurut Hamdani Bakran, gangguan kesehatan mental juga dipicu oleh empat hal lainnya yaitu: Tekanan jiwa dalam keluarga (ketidakmampuan atau usaha guna menyatukan pemikiran anggota keluarga agar dapat selaras, ketidakmampuan akan menyebabkan perceraian), Tekanan jiwa dalam pekerjaan (ketidakmampuan dalam mengukur kemampuan dirinya untuk memenuhi posisi jabatan yang tinggi), Tekanan dalam pergaulan (ketidakmampuan dalam bergaul atau memiliki minimnya teman dekat bahkan dibenci teman), Tekanan yang disebabkan oleh peranan ganda (peran yang dilakukan karena adanya peran yang bertentangan)¹³

¹³ Kholil Lur Rochman, *Kesehatan Mental*, h.34-42.

4. Ciri-Ciri Mental Yang Sehat Dan Tidak Sehat (Abnormal Mental)

a. Ciri mental yang sehat

Menggambarkan tingkat laku yang sehat atau normal biasanya relatif agak sulit dibandingkan dengan tingkah laku yang tidak normal. Ini disebabkan karena tingkah laku yang normal seringkali kurang mendapatkan perhatian karena tersebut dianggap wajar. Sedangkan tingkah laku abnormal biasanya lebih mendapatkan perhatian karena biasanya tidak wajar atau aneh.

Adapun ciri-ciri individu yang normal atau sehat pada umumnya adalah sebagai berikut:

- 1) Bertingkah laku menurut norma-norma sosial yang diakui
- 2) Mampu mengelola emosi.
- 3) Mampu mengaktualkan potensi-potensi yang dimiliki.
- 4) Dapat mengikuti kebiasaan-kebiasaan sosial.
- 5) Dapat mengenali risiko dari setiap perbuatan dan kemampuan tersebut digunakan untuk menuntun tingkah lakunya.
- 6) Mampu menunda keinginan sesaat untuk mencapai tujuan jangka panjang.
- 7) Mampu belajar dari pengalaman.
- 8) Biasanya gembira.

Harber dan runyon menyebutkan sejumlah ciri individu yang bisa dikelompokkan sebagai normal adalah sebagai berikut¹⁴:

- a) *Sikap terhadap diri sendiri*. Mampu menerima diri sendiri apa adanya, memiliki identitas diri yang jelas, mampu menilai kelebihan dan kekurangan diri sendiri secara realistis.
- b) *Persepsi terhadap realita*. Pandangan yang realistis terhadap diri sendiri dan dunia sekitar yang meliputi orang lain mampu segala sesuatunya.

¹⁴ *Ibid.* hlm 24-25

- c) *Integritas*. Kepribadian yang menyatu dan harmonis, bebas dari konflik-konflik batin yang mengakibatkan ketidakmampuan dan memiliki toleransi yang baik terhadap stres.
- d) *Kompetensi*. Mengembangkan keterampilan mendasar berkaitan dengan aspek fisik, intelektual, emosional, dan sosial untuk dapat melakukan koping terhadap masalah-masalah kehidupan.
- e) *Otonomi*. Memiliki ketetapan diri yang kuat, bertanggung jawab, dan penentuan diri dan memiliki kebebasan yang cukup terhadap pengaruh sosial.
- f) *Pertumbuhan dan aktualisasi diri*. Mengembangkan kecenderungan ke arah peningkatan kematangan, pengembangan potensi, dan pemenuhan diri sebagai seorang pribadi.
- g) *Relasi interpersonal*. Kemampuan untuk membentuk dan memelihara relasi interpersonal yang intim.
- h) *Tujuan hidup*. Tidak terlalu kaku untuk mencapai kesempurnaan, tetapi membuat tujuan yang realistis dan masih di dalam kemampuan individu.

b. Keabnormalan mental dan ciri-cirinya

Menurut Zakiah Drajat, keabnormalan mental adalah kumpulan dari keadaan-keadaan yang tidak normal, baik yang berhubungan fisik, maupun dengan psikis. Keabnormalan tersebut disebabkan oleh sakit atau rusaknya bagian-bagian anggota badan meskipun kadang-kadang gejalanya terlihat pada fisik.

Dalam perpektif Islam sehat atau tidaknya mental seseorang berpijak pada aspek spritualitas keagamaan. Seberapa jauh keimanan seseorang yang tercermin dalam kehidupan keberagamaan dalam kesehariannya menjadi titik tolak penting dalam menentukan sehat atau tidaknya mental seseorang.

Dalam perpektif Islam gangguan dan sakit mental tidak hanya diukur dengan ukuran humanistik saja.

Sebagaimana diikuti oleh semua aliran psikologi komtemporer. Akan tetapi Islam juga melihat bagaimana kaitannya dengan iman dan akhlak.

Al-Ghazali memandang bahwa keabnormalan mental identik dengan akhlak yang buruk. Akhlak yang baik, dikategorikan sebagai sifat para rasul Allah, perbuatan para as-Shiddiqin paling utama. Sedangkan akhlak yang buruk dinyatakan sebagai racun yang berbisa yang dapat membunuh, atau kotoran yang bisa menjauhkan seseorang dari Allah SWT.

Ukuran yang biasa dipergunakan untuk mengetahui ciri khas gangguan mental dalam Islam adalah kesadaran diri sebagai hamba Allah, ketaatan beribadah dan kontinuitas melakukan perbaikan akhlak menuju tercapainya derajat *insan kamil* atau untuk mencapainya *taqarrub ila Allah*. Sebab orang yang selalu dekat dengan Tuhannya dan selalu mengingat-Nya akan menggunakan potensi kekuatan dirinya secara optimal, tidak akan menimbulkan kealpaan, dan tidak akan mengakibatkan timbulnya mental negatif. Sebab ia selalu berada di lingkungan *nur Haqi*.

Gangguan mental dalam Islam berkaitan dengan penyimpangan-penyimpangan sikap batin. Inilah yang menjadi dasar dan awal dari semua penderitaan batin. Ada aspek penting yang menjadi ciri-ciri gangguan mental menurut Islam yaitu *qalb* dan *afal* (hati dan perbuatan). Gejala-gejala gangguan mental semacam ini dirumuskan sebagai berikut:

- 1) Hati yang menyimpang dari keikhlasan dan ketundukan kepada Allah sehingga menjadi lupa terhadap posisinya sebagai hamba Allah SWT. Wujud dan penyimpangan ini bisa dalam bentuk ria, hasad, ujub, takabbur, tamak dan sebagainya.
- 2) Perilaku yang terbiasa dengan pelanggaran ajaran agama disebabkan oleh dominannya peran *nafs al-ammarah* dalam kehidupan. Pada kondisi ini ada dua

bentuk gangguan mental yaitu: (1) kekuatan fitrah untuk mendengarkan dan melihat kebenaran, serta berpihak dan menyukai kebenaran tidak berfungsi lagi dengan baik. Hati orang seperti ini tertutup dari seruan-seruan kebenaran, dan (2) memandangi indah dan baik perbuatan-perbuatan dosa dan kesesatan sehingga tetap merasa nikmat untuk melakukannya.

Al-Ghazali mengatakan bahwa penyebabnya adalah karena dominannya *nafs al-ammarah* (*syahwat* dan *qhadab*) dalam mengatur tatanan kehidupan seseorang sehingga akal tidak mampu mengendalikan dirinya dengan baik. *Syahwat* dan *qhadab* menurut Al-Ghazali bukanlah suatu yang harus dicabut atau dihilangkan, tetapi harus dimanfaatkan melalui pengendalian akal yang sehat, sebab ada empat esensi dari akhlak yang mulia yaitu kebijakan, kebenaran, *iffah* dan keadilan, yang dapat menciptakan kondisi kejiwaan yang bertolak dari pengendalian *syahwat* dan *qhadab* tersebut.

Selanjutnya Al-Ghazali menyatakan bahwa manusia mengalami gangguan mental berarti dia dalam keadaan sakit (terganggu mentalnya) kecuali manusia yang dikehendaki oleh Allah SWT untuk tidak sakit mentalnya, seperti Nabi dan Rasul Allah SWT. Orang yang terganggu mentalnya memiliki sifat-sifat seperti nifak, memperturutkan hawa nafs, berlebih-lebihan dalam berbicara, marah, iri hati/dengki, cinta keduniaan, cinta harta, ria, takabbur, sombong dan *ghurur*. *Al-akh laq al mazmumah* inilah yang dipandang sebagai gangguan mental karena akhlak tersebut dapat merusak ketenangan dan ketenteraman mental (jiwa)¹⁵.

Menurut Zakiah Daradjat jenis-jenis mental diantaranya:


¹⁵ Prof. Dr. Ramayulis, *opcit*, hlm. 164-167

- a) Hysteria Merupakan gangguan jiwa yang diakibatkan oleh seseorang yang tidak mampu dalam menghadapi kesukaran-kesukaran, tekanan, perasaan, gelisah dan pertentangan batin.
- b) Psychasthenia Merupakan gangguan jiwa yang bersifat paksaan yang berarti kurangnya kemampuan jiwa untuk tatap dalam keadaan integrasi yang normal. Gejala-gejala penyakit ini antaranya adalah:
 - 1) Phobia (rasa takut yang tidak masuk akal atau tidak seimbang dan tidak dapat untuk menghindri dari rasa takkut itu).
 - 2) Obsesi yaitu gangguan jiwa yang dikuasai pikiran yang tidak bisa dihindarinya.
 - 3) Kompulsi yaitu gangguan jiwa yang menyebabkan si penderita melakukan masuk akal atau tidaknya dan selalu merasah gelisah serta cemas.
- c) Gagap bicara Yaitu gangguan jiwa dimana si penderita terputus-putus dan berulang-uang ketika berbicara.

B. Pendidikan Islam

1. Hakekat Pendidikan

Pendidikan merupakan kebutuhan pokok bagi manusia, karena manusia di saat dilahirkan tidak mengetahui sesuatu apapun, sebagaimana firman Allah:


 وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا

Dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu, tidak mengetahui sesuatu (QS. 16:78)

Pendidikan merupakan bagian yang tidak dapat di pisahkan dari hidup dan kehidupan manusia. Bagaimanapun sederhana komunitas manusia memerlukan pendidikan. Maka dalam pengertian umum, kehidupan dan komunitas tersebut akan ditentukan oleh aktivitas pendidikan di dalamnya. Sebab

pendidikan secara alami sudah merupakan kebutuhan hidup manusia.

Pendidikan selalu berkaitan dengan tujuan terwujudnya keserasian hubungan antara manusia dan Tuhan, manusia dengan manusia, dan manusia dengan alam sekitarnya. Makin tinggi keserasian hubungan tersebut, maka makin dekat pula terwujudnya tujuan dari pendidikan. Pendidikan merupakan alat yang penting untuk mengembangkan potensi kehidupan manusia dalam rangka menumbuhkan dan memajukan peradaban manusia¹⁶.

Jalaluddin mengemukakan bagi manusia yang masih hidup di lingkungan masyarakat yang masih sederhana pendidikan dilakukan langsung oleh para orang tua. Pendidikan akan dinilai rampung bila anak mereka sudah menginjak usia dewasa, siap untuk berumah tangga dan mampu mandiri setelah menguasai sejumlah keterampilan praktis sesuai dengan tuntutan dan kebutuhan hidup di Masyarakat lingkungannya. Makin sederhana masyarakatnya, makin sedikit tuntutan kebutuhan akan keterampilan yang perlu dikuasainya.

pengertian pendidikan dalam perkembangannya selalu mengalami perubahan menuju kesempurnaan. Pada awalnya, istilah pendidikan berarti bimbingan atau pertolongan yang diberikan dengan sengaja terhadap anak didik oleh orang dewasa. Dalam perkembangan selanjutnya, pendidikan berarti usaha yang dijalankan oleh seorang atau sekelompok orang agar menjadi dewasa atau mencapai tingkat hidup dan peghidupan yang lebih tinggi dalam arti mental.

Dan akhirnya pendidikan berarti usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia,

¹⁶ Chairul Anwar, *Multikulturalisme, Globalisasi Dan Tantangan Pendidikan Abad Ke-21*, (Yogyakarta: DIVA Press, 2019), h. 66-67

serta keterampilan yang diperlukan bagi dirinya, masyarakat dan negara.

2. Pengertian Pendidikan Islam

Pendidikan secara bahasa (lughotan) ada tiga kata yang digunakan. Ketiga tersebut yaitu *at-tarbiyah*, *al-ta'lim*, *al-ta'dib*. Ketiga kata tersebut memiliki mana yang saling berkaitan saling cocok untuk pemaknaan pendidikan di dalam islam. Term *at-tarbiyah* berakar dari tiga kata *pertama*, berasal dari kata *rabba yarbu* yang artinya bertambah dan tumbuh. *Kedua*, berasal dari kata *rabiya rabi* yang artinya tumbuh dan berkembang. *Ketiga*, berasal dari kata *rabba yarubbu* yang artinya memperbaiki, membimbing, menguasai, memimpin, menjaga, dan memelihara.

Term *at-ta'lim* secara lughowi berasal dari kata *fi'il tsulasi mazid biharfin wahid*, yaitu *'allama yu'alimu* yang artinya mengajar. Selanjutnya term *ta'dib* berasal dari kata *tsulasi masjid bihajim wahid* yaitu *addaba yu'addibu*. Jadi *addaba* artinya adab. Selain yang ketiga tersebut ada lagi istilah "*riadhah*" yang berarti pelatihan.

Menurut Abu 'Ala al-Mardudi kata *rabbun* terdiri atas dua huruf "ra" dan "ba" tasdid yang merupakan pecahan dari katta *tarbiyah* yang berarti pendidikan, pengasuhan dan sebagainya. Sedangkan pengertian *ta'lim* menurut Abd. Al-Rahman sebatas proses penstransferan pengetahuan antar manusia. Ia hanya di tuntut untuk menguasai pengetahuan yang di transfer secara kognitif dan psikomotorik akan tetapi tidak dituntut untuk domain afektif. Sedangkan kata *ta'dib* menurut al-atas adalah pengenalan dan pengakuan tempat-tempat yang tepat dan segala sesuatu yang ada dalam tatanan pencipta segala rupa, sehingga membimbing ke arah pengenalan dan pengakuan kekuasaan dan keagungan tuhan di dalam tatanan wujud dan kebenarannya¹⁷.

Dr. Muhammad SA Ibrahimy (Bangladesh) mengemukakan pengertian pendidikan islam yaitu pendidikan

¹⁷ Prof. Dr. H. Ramayulis, *Ilmu Pendidikan Islam*, (Jakarta: Kalam Mulia. 2002). Hlm. 33-35

dalam pandangan yang sebenarnya adalah suatu sistem pendidikan yang memungkinkan seorang dapat mengarahkan kehidupannya sesuai dengan cita-cita islam. Pengertian itu mengacu pada perkembangan kehidupan manusia masa depan tanpa menghilangkan prinsip-prinsip islami yang diamanahkan oleh Allah kepada manusia, sehingga manusia mampu memenuhi kebutuhan dan tuntutan hidupnya seiring dengan perkembangan iptek¹⁸.

Menurut ahmat athiyah al-abrasyi menyatakan bahwa pendidikan Islam tidak seluruhnya bersifat keagaamaan, akhlak dan spritual, namun tujuan ini merupakan landasan demi tercapainya tujuan yang bermanfaat.

Hasil konferensi internasional pendidikan Islam menyatakan bahwa pendidikan Islam ditujukan untuk mencapai keseimbangan pertumbuhan dan pribadi manusia secara menyeluruh melalui latihan, kejiwaan, akal, pikiran, kecerdasan, perasaan dan panca indra. Dalam artian pendidikan Islam mengembangkan seluruh aspek kehidupan manusia baik spritual, intelektual, imajinasi, jasmani, keilmuan, bahasa baik secara individual ataupun kelompok. Selain itu, dapat mendorong aspek-aspek itu kearah kebaikan dan penciptaan kesempurnaan hidup.

Berdasarkan yang dikemukakan pendapat para ahli dapat disimpulkan bahwa pendidikan Islam intinya adalah pendidikan Islam merupakan suatu sistem pendidikan yang berisikan nilai-nilai Islam dalam menumbuhkan semangat dan aspek pendidikan kearah yang lebih baik.

3. Dasar Dan Tujuan Pendidikan Islam

Pendidikan Islam berlandaskan pada dua sumber utama yaitu Al-Qur'an dan sunnah nabi Muhammad SAW. Al-Qur'an merupakan obor dan lampu penerang manusia di tengah gulita sahara kejahilan, menjadi petunjuk ke jalan yang lurus menghantarkan manusia menuju fitrahnya. Dalam dunia pendidikan As-Sunnah menjelaskan konsep dan

¹⁸ Bukhori Umar, *Ilmu Pendidikan Islam*,(Jakarta, Amzah, 2010). Hlm.26

kesempurnaan pendidikan Islam yang dijelaskan oleh Al-Qur'an secara global¹⁹.

Al-Qur'an sebagai pedoman manusia dan Mu'jizat yang agung didalamnya memuat segala tata cara serta aturan hidup manusia dalam meraih kebahagiaan. salah satunya yaitu dalam mendidik anak usia dini. Salah satu surat yang menerangkan tentang mendidik anak adalah Al-Qur'an Surat An-Nisa ayat 9 yang berbunyi:

وَلْيَخْشَ الَّذِينَ لَوْ تَرَكَوْا مِنْ خَلْفِهِمْ ذُرِّيَّةً ضَعِيفًا خَافُوا عَلَيْهِمْ فَلْيَتَّقُوا
 اللَّهَ وَلْيَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا ﴿٩﴾

Dan hendaklah takut kepada Allah orang-orang yang seandainya meninggalkan dibelakang mereka anak-anak yang lemah, yang mereka khawatir terhadap (kesejahteraan) mereka. oleh sebab itu hendaklah mereka bertakwa kepada Allah dan hendaklah mereka mengucapkan Perkataan yang benar.

Di dalam Islam tidak adanya keterpaksaan dalam menyakini sebuah agama, keyakinan seseorang akan membawa kearah jalan yang benar ataupun ke arah yang salah. Bapak Chairul Anwar mengemukakan tentang keyakinan dalam memeluk agama Islam yaitu At the Islam emphasizes coexisten in diversity by means of mutual appreciation, respect and toleransi²⁰. The Islamic view is associated with the freedom of religious belief is based on the qur'an surat al-baqarah : 256

¹⁹ Abu Ammar Dan Abu Fatiah Al-Adnani, *Mizanul Muslim* 2, (Solo: Cordova Mediatama, 2016), Hlm. 66

²⁰ Chairul Anwar, *Character Education Insighful Nationality: A Multy Cultural Approach*, (Journal Mediterranean Journal Of Social Scienes, Vol.7 No.2 SI, 2016) h.185

لَا إِكْرَاهَ فِي الدِّينِ ۗ قَدْ تَبَيَّنَ الرُّشْدُ مِنَ الْغَيِّ ۚ فَمَنْ يَكْفُرْ بِالطَّاغُوتِ
وَيُؤْمِرْ بِاللَّهِ فَقَدْ اسْتَمْسَكَ بِالْعُرْوَةِ الْوُثْقَىٰ لَا انفِصَامَ لَهَا ۗ وَاللَّهُ

سَمِيعٌ عَلِيمٌ ﴿٢٥١﴾

Tidak ada paksaan untuk (memasuki) agama (Islam); Sesungguhnya telah jelas jalan yang benar daripada jalan yang sesat. karena itu Barangsiapa yang ingkar kepada Thaghut dan beriman kepada Allah, Maka Sesungguhnya ia telah berpegang kepada buhul tali yang Amat kuat yang tidak akan putus. dan Allah Maha mendengar lagi Maha mengetahui.

Prinsip menjadikan Al-Qur'an dan As-Sunnah sebagai dasar pendidikan bukan hanya dipandang sebagai kebenaran kenyanikan semata. Lebih jauh, kebenaranyang dikandungnya sejalan dengan kebenaran yang dapat diterima oleh akal yang sehat dan bukti sejarah. Dengan demikian barangkali wajar jika kebenaran kedua sumber tersebut dijadikan dasar seluruh kehidupan termasuk pendidikan. Sebagaimana firman Allah SWT:

ذَٰلِكَ الْكِتَابُ لَا رَيْبَ ۚ فِيهِ هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ ﴿٢٥٢﴾

Kitab [Al Quran] ini tidak ada keraguan padanya; petunjuk bagi mereka yang bertaqwa. (Q.S. Al-Baqarah:2)

Istilah "tujuan" atau "sasaran" atau "maksud", dalam bahasa Arab dinyatakan dengan *ghayat* atau *ahdaf* atau *maqasid*. Sedangkan dalam bahasa Inggris, istilah "tujuan" dinyatakan dengan "goal atau *purpose* atau *objective* atau *aim*. Secara umum atau istilah-istilah itu mengandung pengertian yang sama, yaitu perbuatan yang diarahkan kepada suatu tujuan tertentu, atau arah, maksud yang hendak dicapai melalui upaya atau aktivitas.

Tujuan, menurut Zakiah Daradjat adalah sesuatu yang diharapkan tercapai setelah suatu usaha dan kegiatan selesai. Sedangkan menurut H.M. Arifin, tujuan itu bisa jadi menunjukkan kepada *Futuritas* (masa depan) yang terletak suatu jarak tertentu yang tidak dapat dicapai kecuali dengan usaha melalui proses tertentu, meskipun banyak pendapat tentang pengertian tujuan, akan tetapi pada umumnya pengertian itu berpusat pada usaha atau perbuatan yang dilaksanakan untuk suatu maksud tertentu.²¹

As-Syaibany mengemukakan istilah *matlamat* (tanda-tanda), ramalan, hasil, keinginan, dan nilai-nilai, dan hubungannya, yakni: a. hubungan antara tujuan dan tanda-tanda. B. hubungan antara tujuan dengan ramalan; c. hubungan antara tujuan dan hasil; d. hubungan antara tujuan dan keinginan; e. hubungan antara tujuan dan nilai-nilai²².

Menurut Omar Al-Toumy al-Syaibany menggariskan bahwa tujuan pendidikan islam adalah *untuk mempertinggi nilai-nilai akhlak hingga mencapai tingkat akhlak al-karimah*. Tujuan ini sama dan sebangun dengan tujuan yang akan di capai oleh misi ke Rasulan, yaitu "membimbing manusia agar berakhlak mulia" (al-Hadist). Kemudian akhlak mulia di maksud, diharapkan tercermin dari sikap dan tingkah laku individu dalam hubungannya dengan Allah, diri sendiri, sesama manusia dan sesama makhluk Allah, serta lingkungannya²³.

Tujuan pendidikan Islam terkait erat dengan penciptaan manusia sebagai khalifah Allah SWT dan sebagai Abdu Allah. 'Atiyah al-Abrasyi menyatakan tujuan pendidikan Islam sebagai berikut:

- a. Membantu pembentukan akhlak mulia.

²¹ M. Arifin, *Ilmu Pendidikan Islam*, (Jakarta: Bumi Aksara,1991), Hlm. 222

²² Muhammad Al-Taomy Al-Syaibany, *Falsafah Pendidikan Islam (Terjemahan) Hasan Langgulung*, (Jakarta: Bulan Bintang,1977), Hlm 403.

²³ H. Jalaluddin, *Teologi Pendidikan*, (Jakarta: Pt. Rajagrafindo Persada, 2003): Hlm 91-92

- b. Persiapan untuk dunia akhirat.
- c. Menumbuhkan roh islamiyah.
- d. Menyiapkan peserta didik dari segi profesional.
- e. Persiapan untuk mencari rizki²⁴.

4. Tugas Dan Fungsi Pendidikan Islam

Pendidikan Islam adalah suatu proses yang berlangsung secara kontiniu dan berkesinambungan. Berdasarkan hal ini, maka tugas dan fungsi yang perlu di emban oleh pendidikan Islam adalah pendidikan manusia secara seutuhnya dan berlangsung sepanjang hayat. Konsep ini bermakna bahwa tugas dan fungsi pendidikan memiliki sasaran pada peserta didik yang senantiasa tumbuh dan berkembang secara dinamis, mulai dari kandungan sampai akhir hayat.

Secara umum tugas pendidikan Islam adalah membimbing dan mengarahkan pertumbuhan dan perkembangan peserta didik dari tahap ke tahap kehidupannya sampai pada titik kemampuan optimal. Sementara fungsinya adalah menyediakan fasilitas yang dapat memungkinkan tugas pendidikan berjalan dengan lancar.

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa tugas pendidikan Islam setidaknya dapat dilihat dari tiga pendekatan. Ketiga pendekatan itu adalah pendidikan Islam sebagai *pengembangan potensi, proses pewarisan budaya dan interaksi antara potensi dan budaya*. Sebagai pengembangan potensi, tugas pendidikan Islam adalah menemukan dan mengembangkan kemampuan dasar yang dimiliki peserta didik, sehingga dapat diaktualisasikan dalam kehidupan sehari-hari.

Sementara sebagai pewaris buadaya, tugas pendidikan Islam adalah alat tansmisi unsur-unsur pokok budaya dari satu generasi ke generasi yang berikutnya, sehingga identitas umat tetap terpelihara dan terjamin dalam tantangan zaman.

²⁴ Haidar Putra Dauly, *Pendidikan Islam Dalam Perspektif Filsafat*, (Jakarta: Kencana Presda Group,2014), Hlm.16

Adapun sebagai interaksi antara potensi dan budaya, tugas pendidikan islam adalah sebagai proses tamsaksi (memberi dan mengadopsi) antara manusia dan lingkungannya.

Untuk menjamin terlaksananya tugas pendidikan Islam secara baik hendaknya terlebih dahulu dipersiapkan situasi-kondisi pendidikan yang bernuansa elastis, dinamis, dan kondusif yang memungkinkan bagi pencapaian tugas tersebut. Hal ini berarti bahwa pendidikan Islam dituntut untuk dapat menjalankan fungsinya, baik secara struktural maupun institusional.

Secara struktural, pendidikan Islam menuntut adanya struktur organisasi yang mengatur jalannya proses pendidikan, baik pada dimensi vertikal maupun horizontal. Sementara secara institusional, ia mengandung implikasi bahwa proses pendidikan yang berjalan hendaknya dapat memenuhi kebutuhan dan mengikuti perkembangan zaman yang terus berkembang. Untuk itu, diperlukan kerjasama berbagai jalur dan jenis pendidikan mulai dari sistem pendidikan sekolah maupun pendidikan luar sekolah²⁵.

Bila dilihat secara operasional, fungsi pendidikan dapat dilihat dari dua bentuk, yaitu:

- a. Alat untuk memelihara, memperluas, dan menghubungkan tingkat-tingkat kebudayaan, nilai-nilai tradisi dan sosial, serta ide-ide masyarakat dan nasional.
- b. Alat untuk mengadakan perubahan, inovasi, dan perkembangan. Pada garis besarnya, upaya ini dilakukan melalui potensi ilmu pengetahuan dan skill yang dimiliki, serta melatih tenaga-tenaga manusia (peserta didik) yang produktif dalam menemukan perubahan sosial dan ekonomi yang demikian dinamis.

C. Hubungan Agama Dan Kesehatan Mental

Dalam ilmu kedokteran dikenal dengan istilah "psikosomatik" (kejiwabadian). Dimaksudkan dengan istilah tersebut adalah untuk

²⁵H. Ramayulis, *Filsafat Pendidikan Islam: Analisis Filosofis Sistem Pendidikan Islam*, (Jakarta: Kalam Mulia, 2015), Hlm. 123

menjelaskan bahwa, terdapat hubungan yang erat antara jiwa dan badan. Jika jiwa berada dalam kondisi yang kurang normal seperti susah, cemas, gelisah dan sebagainya, maka turut menderita.

Beberapa penemuan di bidang kedokteran dijumpai sejumlah kasus yang membuktikan adanya hubungan tersebut, jiwa (*psyche*) dan badan (*soma*). Orang yang merasa takut, langsung kehilangan nafsu makan atau susah buang air. Atau badan dalam keadaan kesal dan jengkel, perut seseorang terasa menjadi kembung. Dan istilah makan hati berulam jantung merupakan cerminan tentang adanya hubungan antara jiwa dan badan sebagai hubungan timbal balik, jiwa sehat badan segar dan badan sehat jiwa normal²⁶.

Dr. Breuer dan S. Freud orang yang mulai mengenal pengobatan *hipotherla*, yaitu pengobatan dengan cara hipnotis. Dan kemudian dikenal pula adanya istilah *psikoterapi* atau auto terapi (penyembuhan diri sendiri) yang dilakukan tanpa bantuan obat-obatan biasa. Sesuai dengan istilahnya, maka *psikoterapi* atau auto terapi digunakan untuk menyembuhkan pasien yang menderita penyakit gangguan rohani (jiwa). Dalam usaha penyembuhan itu digunakan cara penyembuhan sendiri. Usaha yang dilakukan untuk mengobati pasien yang menderita penyakit seperti itu, dalam kasus-kasus tertentu biasanya dihubungkan dengan aspek keyakinan masing-masing.

Sejumlah kasus yang menunjukkan adanya hubungan antara faktor keyakinan dengan kesehatan jiwa atau mental tampaknya sudah disadari pada ilmuan beberapa abad yang lalu, misalnya pernyataan Carel Gustav Jung "diantara pasien saya yang setengah baya, tidak seorang pun yang penyebab penyakit kejiwaannya yang tidak dilatar belakangi oleh aspek agama". Kenyataan serupa itu juga akan dijumpai dalam banyak buku yang mengungkapkan akan betapa eratnya hubungan antara agama dan kesehatan mental. Di Indonesia sendiri ada dua buku yang diterbitkan dengan judul "*peranan agama dan kesehatan mental*" oleh Zakiyah Daradjat dan "*agama dan kesehatan mental Jiwa*" disusun oleh Aulia, telah

²⁶H. Ramayulis, *psikologi Agama*, (Jakarta: Kalam Mulia, 2002), hlm. 143

membahas secara luas mengenai kasus yang menunjukkan adanya hubungan antara kesehatan jiwa dan agama²⁷.

Salah satu cabang ilmu jiwa yang tergolong dalam psikologi Humanistik dikenal *Logoterapi* (logos berarti makna dan juga Rohani). *Logoterapi* dilandasi Falsafah hidup dan wawasan mengenai hidup manusia yang mengakui adanya dimensi spritual di samping dimensi biologis, dimensi psikologis, dan dimensi sosial pada kehidupan manusia. Kemudian *Logoterapi* menitik beratkan pada pemahaman bahwa dambaan utama manusia yang asasi dan motif dasar adalah hasrat untuk hidup bermakna.

Di sinilah barangkali letak peranan agama dalam membina kesehatan mental, berdasarkan pendekatan *logoterapi*, karena bagaimanapun, suatu ketika manusia berada dalam kondisi keadaan tanpa daya, manusia akan kehilangan pegangan dan bersikap pasrah. Dalam kondisi yang serupa ini ajaran agama paling tidak akan membangkitkan makna dalam hidupnya, makna hidup pribadi menurut *logoterapi* hanya dapat dan harus ditemukan sendiri.

Selain itu, *logoterapi* juga menunjukkan tiga bidang kegiatan yang secara potensial memberikan peluang kepada seseorang untuk menemukan makna hidup bagi dirinya, ketiga kegiatan itu adalah:

1. Kegiatan berkarya, bekerja dan mencipta, serta melaksanakan dengan sebaik-baiknya tugas dan kewajiban masing-masing.
2. Kenyakinan dalam penghayatan atas nilai-nilai tertentu (kebenaran, keindahan, kebajikan, keimanan, dan lainnya) dan;
3. Sikap tepat yang diambil dalam keadaan dan penderitaan yang tidak terelakkan lagi.

Dalam menghadapi sikap yang tak terhindarkan lagi pada kondisi yang ketiga menurut *logoterapi*, maka ibadah merupakan salah satu cara yang dapat digunakan untuk membuka pandangan seseorang akan nilai-nilai potensial dan makna hidup yang terdapat dalam diri dan sekitarnya²⁸.

²⁷ Jalaluddin, Ramayulis, *pengantar Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta: Kalam Mulia, 1993), hlm. 79

²⁸ Jalaluddin, *Psikologi Agama*, (Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada, 2009), hlm. 167-168.

Penulis dapat menyimpulkan bahwa peran agama sangatlah penting dalam memperhatikan kesehatan mental (jiwa) pada diri seseorang dan masyarakat maupun kesehatan secara fisik lebih dikedepankan dibandingkan kesehatan mental, bisa dikatakan bahwa kesehatan mental tanpa adanya peranan agama akan menghasilkan dampak yang kurang baik bagi kesehatan.





BAB III

BIOGRAFI DAN PEMIKIRAN ZAKIAH DARADJAT

A. Riwayat Hidup Zakiah Daradjat

1. Biografi Zakiah Daradjat

Zakiah Daradjat lahir pada 6 November 1929 di Jorong Koto Marapak, Nagari Lambah, Ampek Angkek, Agam. Alamat beliau di jalan Rumah Sakit Fatmawati No. 6 Jakarta Selatan, ayahnya bernama Haji Daradjat Husein aktif dalam pergerakan Muhammadiyah sementara ibunya bernama Rafiah adalah anggota Sarikat Islam. Ia adalah anak tertua dari 11 bersaudara, termasuk lima adik lain ibu. Meskipun tidak berasal dari figur orang tua ulama, sejak kecil Zakiah Daradjat telah ditempa pendidikan agama dan dasar keimanan yang kuat. Kiah, panggilan masa kecilnya sudah dibiasakan oleh ibunya untuk menghadiri pengajian-pengajian agama dan dilatih berpidato oleh ayahnya.

Pada usia tujuh tahun, Zakiah sudah mulai memasuki sekolah. Pagi ia belajar di Standar School Muhammadiyah dan sorenya belajar lagi di Diniyah School. Semasa sekolah ia memperlihatkan minat cukup besar dalam bidang ilmu pengetahuan dan agama. Saat masih duduk di bangku kelas 4 SD, ia berpidato pertama kali di hadapan guru dan kakak kelasnya. Ia mendapat tugas dari gurunya waktu itu untuk berjalan berpidato pada acara perpisahan sekolah. Setelah tamat pada tahun 1941, Zakiah masuk ke salah satu SMP di Padang Panjang sambil mengikuti sekolah agama di Kulliyatul Mubalighat kelak ikut mendorongnya untuk menjadi mubaligh.

Pada tahun 1951, ia menamatkan pendidikan SMA di Bukit Tinggi. Sebelumnya ia pernah belajar di sekolah Asisten Apoteker, tetapi tidak di teruskan akibat Agresi Militer Belanda II yang diikuti pembumihangusan Bukit Tinggi. Setelah itu, ia meninggalkan kampung halamannya menjalani pendidikan tinggi di Yogyakarta. Ia mendaftar dan lulus di

dua perguruan tinggi dengan fakultas yang berbeda yaitu Fakultas Tarbiyan Perguruan Tinggi Agama Islam Negeri (PTAIN) Yogyakarta dan Fakultas Hukum Universitas Islam Indonesia (UII). Namun, setelah tahun ketiga, ia meninggalkan kuliahnya di UII atas saran kedua orang tuanya untuk fokus di salah satu jurusan.

2. Riwayat Pendidikan Dan Karir

a. Pendidikan

- 1) Pada tahun 1941, Standar School Muhammadiyah Bukit Tinggi.
- 2) Tahun 1947, Kulliyatul Mubalighat Muhammadiyah Padang Panjang.
- 3) Tahun 1947, SMP Negeri Padang Panjang.
- 4) Tahun 1951, SMA bagian BTDR, pemuda Bukit Tinggi.
- 5) Tahun 1955, Doktoral I, Fakultas Tarbiyah, PTAIN Yogyakarta.
- 6) Pada tahun 1958, special diploma for education, Ein Shams Universitas Vaculty of Education, Cairo.
- 7) Tahn 1959, magister pendidikan, spesial dalam mental Hygiene, Ein Syams Universitas, Cairo.
- 8) Tahun 1964, Doktor (Ph.D) pendidikan, spesialisasi Psychotherapy, Ein Syam Universitas, Cairo.
- 9) Tahun 1976, Sekolah Staf Pimpinan dan Aministrasi (SESPA), Departemen Agama Republik Indonesia, Jakarta.
- 10) Tahun 1978, penataran calon penatar P4 (Manggala 04 Nasional) Bogor.
- 11) Pada tahun 1982, Penataran Kewaspadaan Khusus, Jakarta¹.

¹ Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental (Peranan dalam Pendidikan dan pengajaran)*, Jakarta: IAIN Syarif Hidayatullah, 1984), hlm.63

b. Pengalaman Kerja Zakiah Daradjat

- 1) Pada tahun 1964 sampai dengan 1967, menjadi Pegawai pada Perguruan Tinggi Agama, Departemen Agama Republik Indonesia.
- 2) Tahun 1967 sampai dengan 1972, Menjadi Kepala Dinas Kementerian dan Kurikulum pada Direktorat Perguruan Tinggi Agama, Departemen Agama Republik Indonesia.
- 3) Tahun 1972 sampai dengan 1977, menjadi Direktorat Pendidikan Agama, Departemen Agama Republik Indonesia.
- 4) Tahun 1977 sampai dengan 1984, menjadi Direktur Direktorat Pembinaan Perguruan Tinggi Agama Islam, Departemen Agama Republik Indonesia.
- 5) Tahun 1983, diangkat menjadi Anggota Dewan Pertimbangan Agung Republik Indonesia².

c. Kegiatan Akademik Zakiah Daradjat

Pada tahun 1965 sampai dengan 1971, menjadi dosen luar biasa, kesehatan mental pada:

- 1) IAIN Syarif Hidayatullah, Jakarta.
- 2) IAIN Arraniry, Banda Aceh.
- 3) IAIN Imam Bonjol, Padang.
- 4)
- 5) IAIN Raden Patah, Palembang.
- 6) Universitas Muhammadiyah, Jakarta.
- 7) Universitas Islam Sumatra Utara, Medan.
- 8) Pusat Pembinaan Mental, Angkatan Bersenjata Republik Indonesia.
- 9) Institut Teknolog Bandung (Stasiun General) Bandung.

Pada tahun 1966 sampai dengan 1972, Menjadi Dosen Luar Biasa Ilmu Jiwa Agama, pada:

- 1) IAIN Syarif Hidayatullah, Jakarta.
- 2) IAIN Sunan Gunung Jati, Bandung.

² Ibid, Hlm.64

- 3) Universitas Islam Sumatera Utara, Medan.
- 4) Pusat Pembinaan Mental, Angkatan Bersenjata Republik Indonesia.
- 5) Penerima Beasiswa Organisasi Islam Asia Afrika.
- 6) Pada tahun 1966 sampai dengan 1971, menjadi Dosen Luar biasa Ilmu Jiwa Anak dan Ilmu Jiwa Sosial, pada IAIN Syarif Hidayatullah, Jakarta.
- 7) Pada tahun 1968, menjadi kursus sosiawan-sosiawati, Departemen Sosial.
- 8) Pada tahun 1968 sampai dengan 1969, menjadi testing bahasa Arab dan bahasa Inggris, Departemen Agama dan Republik Indonesia.
- 9) Pada tahun 1968, menjadi anggota Tim Pelaksana Survey Keagamaan dengan Departemen Agama Republik Indonesia.
- 10) Pada tahun 1969, menjadi anggota Tim Penelaah Masalah Porno, Kejaksaan Agung, Jakarta.
- 11) Pada tahun 1970 sampai dengan 1971, menjadi Dosen Luar Biasa Pendidikan Agama, pada Ilmu Akademi Pemasyarakatan, Departemen Kehakiman.
- 12) Pada Tahun 1971, menjadi Dosen Luar Biasa Ilmu Jiwa Agama, pada IAIN Sunan Kalijogo, Yogyakarta.
- 13) Pada tahun 1972 sampai dengan 1976, menjadi pengajar Falsafah Agama pada Sekolah Guru Keperawatan atau Kebidanan dan Kesehatan Masyarakat, Departemen Kesehatan Jakarta.
- 14) Pada Tahun 1973 samapi dengan 1976, menjadi Dosen Ilmu Jiwa pada:
 - a) IAIN Raden Patah, Palembang.
 - b) IAIN Sumatera Utara, Medan.
 - c) Kursus Tenaga Inti Pembinaan Mental, Angkatan Bersenjata Republik Indonesia.
- 15) Pada tahun 1970 sampai dengan 1984, menjadi Dosen Ilmu Jiwa Agama, Lembaga Pendidikan Kesehatan Jiwa, pada Universitas Islam, Jakarta.

- 16) Pada tahun 1976 sampai dengan 1983, menjadi Dosen Ilmu Jiwa Agama, pada:
 - a) Studi Purna Sarjana, dosen-dosen IAIN; Yogyakarta.
 - b) Studi Purna Ulama, dosen-dosen IAIN, Banda Aceh.
- 17) Pada tahun 1978 sampai dengan 1984, menjadi:
 - a) Wakil Tim Ketua Seleksi Karya Ilmiah, Dosen se Indonesia.
 - b) Sekretaris merangkap anggota, Dewan Penilaian Karya Ilmiah dan pangkat Akademik, Departemen Agama Republik Indonesia.
- 18) Pada tahun 1978 sampai dengan 1984, menjadi Penatar Tingkat Nasional (Manggala P4).
- 19) Pada tahun 1978 sampai dengan 1980, menjadi Anggota Komisi Pembaharuan Pendidikan Nasional Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

3. Aktifitas Sosial Dan Politik Zakiah Daradjat

- a. Didalam lembaga, badan pada instansi pemerintah dan masyarakat:
 - 1) Konsultasi kejiwaan pada bali pengobatan Departemen Agama RI, Jakarta, 1965.
 - 2) Anggota Tim Kerja Sama Teknik Luar Negeri (TKTLN) Departemen Agama RI, Jakarta 1968-1984.
 - 3) Anggota Tim Pembinaan Pendidikan Agama pada Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Jakarta 1969-1972.
 - 4) Anggota Studi Group Majelis Pendidikan Nasional, 1968-1972.
 - 5) Salah seorang pemimpin dan pendiri, Lembaga Pendidikan Kesehatan Jiwa, Universitas Islam Jakarta, 1969-1984.
 - 6) Pengurus Pusat Persatuan Wanita Departemen Agama 1966-1976.

- 7) Anggota Tim Penelaah Masalah Porno, Kejaksaan Agung, 1969-1970.
- 8) Andalan Nasional Gerakan Pramuka RI, masa bhakti 1970-1974.
- 9) Anggota Team screening Departement Agama RI 1970-1971.
- 10) Anggota Ahli Komite Nasional Kedudukan Wanita Indonesia (KNKWI), 1970-1971.
- 11) Konsultasi Kejiwaan (Perorangan), 1965-1984.
- 12) Anggota Ahli Team Kerja Penyusunan Pola Penanggulangan Kenakalan Remaja, Departemen Sosial, 1971-1972.
- 13) Anggota Bidang kenakalan remaja pada badan koordinasi pelaksanaan instruksi Presiden no.6, tahun 1971 (Bakolak Inpres 6/71) 1971-1984.
- 14) Anggota Team Penyesuaian Tahanan Pusat (TEPTAPU) 1972-1973.
- 15) Anggota badan koordinasi nasional untuk kesejahteraan keluarga dan anak (BKN-KKA), Departemen Sosial 1972-1973.
- 16) Anggota panitia tahun buku Internasional, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 1972-1973.
- 17) Anggota pengurus (ek officio) yayasan pendidikan Islam, Departemen Agama, 1972-1973.
- 18) Anggota badan tetap penilaian ijazah luar negeri, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 1972-1973.
- 19) Penasehat pada Ahli pada Konsultasi Perkawinan dan Hukum, BP4 Pusat 1974-1977.
- 20) Anggota Tim Penelitian Buku Bacaan Sekolah Dasar, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 1974-1976.
- 21) Anggota Tim Pengecekan Guru Agama Departemen Agama (TEPEGADE), 1975-1976.

- 22) Ketua merangkap Anggota Tim penilaian Buku Pelajaran Madrasah Ibtidaiyah Negeri, 1975-1976.
- 23) Anggota Tim Seleksi Buku Bacaan Kanak-Kanak, Remaja dan Pemuda, Departemen Pendidikan dan Agama, 1975.
- 24) Anggota Tim Seleksi Buku Guru Agama pada Sekolah Umum, Departemen Agama, 1976.
- 25) Anggota Tim Inter Departemen atau Kopkamtib dalam Rangka mendukung kegiatan penanggulangan Bahaya dan penyalahgunaan serta korban Narkotika dan Obat-Obat Berbahaya Lainnya di Indonesia, 1976-1977.
- 26) Anggota Tim Kerja P7, 1977-1980.
- 27) Wakil Ketua Tim Seleksi dan Penilaian Karya Ilmiah Dosen IAIN, 1978-1984.
- 28) Anggota Komisi pembaharuan pendidikan nasional, Departemen Pendidikan Nasional, Departemen dan Kebudayaan, 1978-1980.
- 29) Ketua Tim Pelaksanan Pemberian Biaya Penelitian bagi Peserta Program Dokter Dosen IAIN, 1978.
- 30) Wakil ketua kelompok kerja (Bidang Anak dalam Lingkungan Keluarga) pada Panitia Nasional Tahun Internasional Anak-Anak, 1979.
- 31) Anggota Tim Penelitian Hukum, Badan Pembinaan Hukum Nasional Departemen Kehakiman, 1979-1983.
- 32) Anggota Dewan Siaran Nasional, Departemen Penerangan, 1979-1985.
- 33) Anggota Perguruan Tinggi Swasta (LPTS) Departemen Pendidikan dan Kebudayaan 1979-1984.
- 34) Anggota pengurus KOPRI Unit Departemen Agama, 1979-1981.
- 35) Anggota Tim Inti bagian proyek pementapan Implementasi P4, Dewan Pertahanan Keamanan Nasional 1980.

- 36) Anggota Tim Kerja sama Ulama dan Lingkungan Hidup. Materi PPLH-1980.
- 37) Anggota Pengurus Majelis Ulama Indonesia, 1980-1984.
- 38) Anggota Dewan Pembina dewan lembaga Konsultasi dan Bantuan Hukum untuk wanita dan keluarga, Jakarta 1980-1984.
- 39) Wakil Ketua Satuan Tugas Dewan Pimpinan GUPPI, 1982.
- 40) Anggota Tim Pelaksanaan Pengkajian Hukum, 1982-1983.
- 41) Staf ahli Redaksi atau Pengasuhan Majalah Pembimbing, 1982.
- 42) Penyelenggaraan pendidikan kesehatan mental YPI Ruhma, Jakarta, 1984.

4. Karya-Karya Zakiah Daradjat

Dalam masa aktif di departemen Kementerian Agama, Zakiah Daradjat mulai menulis buku disamping mengajar karya atau buku karangan Zakiah Daradjat kebanyakan merupakan tulisan yang diangkat dari kuliah-kuliah dan ceramah-ceramahnya. Selain menulis buku Zakiah Daradjat juga giat menerjemahkan ataupun berkisar pada masalah-masalah psikologi.

Pertama, Ilmu Pendidikan Islam Dalam Keluarga dan Sekolah, buku ini berisi gagasan orisonal Zakiah Daradjat tentang pendidikan Islam. Buku tersebut antara lain berisi tentang prinsip-prinsip pendidikan Islam dan implementasinya dalam pendidikan anak dan keluarga di dalam sekolah.

Kedua, Ilmu Pendidikan Islam, buku ini berisikan tentang konsep pendidikan Islam yang di dasarkan pada pandangannya tentang manusia menurut perspektif Ilmu Jiwa. Menurutnya dimensi manusia terdiri dari Fisik, Akal, Akhlak, Iman, Takwa, Estetika, dan Sosial Kemasyarakatan.

Ketiga, Metodologi Pengajaran Agama Islam, buku yang disusun dalam sebuah tim ini, selain membahas tentang berbagai macam metode dalam penyampaian materi pelajaran, juga membahas tentang kualifikasi guru yang ideal, yaitu guru yang memiliki kompetensi dan kepribadian yang baik.

Keempat, Metode Khusus Pengajaran Agama Islam, buku ini disusun Zakiah Daradjat bersama-sama dengan kawan-kawannya dalam sebuah tim, isi buku ini merupakan pendalaman lebih lanjut tentang metode pengajaran yang dikhususkan pada ajaran agama Islam. Dengan buku ini Zakiah mencoba menjelaskan tentang seluk beluk metode pengajaran pengajaran serta hal-hal yang terkait dengan prinsip-prinsip yang perlu dipertimbangkan dalam menggunakan metode pengajaran yaitu individualitas, kebebasan, lingkungan, globalisasi, pusat-pusat minat, aktivitas, motivasi, pengajaran berupa serta korelasi dan konsentrasi.

Kelima, kesehatan mental: peranannya dalam pendidikan dan pengajaran, buku ini merupakan kumpulan pidato pengukuhan sebagai guru besar tetap dalam ilmu jiwa agama IAIN Syarif Hidayatullah Jakarta, pada tanggal 27 Agustus 1984. Buku ini berisi tentang uraian peranan kesehatan mental yang dikelompokkan menjadi tiga bagian, kondisi kesehatan, ilmu pengetahuan dan lingkungan.

Keenam, interelisasi Pendidikan Islam dengan disiplin ilmu-ilmu lainnya, buku ini merupakan kumpulan makalah yang disampaikan dalam berbagai kesempatan, antara lain pada musyawarah nasional pendidikan Islam di Ciawi, Bogor pada tahun 1993. Sebagaimana halnya pada bukunya yang pertama diatas, di dalam buku ini Zakiah Daradjat mengungkapkan kembali tesisnya tentang manusia sebagai makhluk yang memiliki tujuh dimensi yaitu Fisik, Akal, Agama, Akhlak, Kejiwaan, Estetika, dan Sosial Kemasyarakatan.

Selain itu buku tersebut berbicara tentang hubungan antara ilmu pendidikan ke Islaman dengan ilmu-ilmu lainnya. Menurutny hubungan tersebut merupakan suatu keniscayaan, karena relasi antara ilmu jiwa dengan berbagai bagiannya merupakan relasi yang erat. Ilmu pendidikan Islam berusaha membina pengembangan manusia dan agar dapat mengembangkan manusia tersebut perlu ilmu jiwa.

Berdasarkan ilmu yang didapat dari berbagai karya tulisnya itu kita dapat mengetahui bahwa Zakiah Daradjat pada dasarnya sebagai seorang yang memiliki ilmu jiwa agama. Keahlian dalam bidang tersebut telah ia gunakan untuk merumuskan berbagai konsep Ilmu Pendidikan Islam.

a. Buku yang dikarang oleh Zakiah Daradjat sendiri.

- 1) "*Musykilatual Murahqah Fi Indonesia*" thesis untuk mencapai gelar Magister (MA) pada Fakultas Pendidikan, Universitas Eins Shams Cairo, 1959.
- 2) "*Dirasah Tarbiyah Littagayyuraati allati tatrau allatif tatrau ala syakhshi yatil atfaa al mushkilin in fialian fu khilafinfi fatratil 'ilaj an-nafsi ghairil muwajjah 'an thariqil la'bi*" disertasi untuk mencapai gelar doktor (PH.D) dalam psiko-terapi, pada Fakultas Pendidikan, Universitas Eins Shams Cairo, 1964.
- 3) Kesehatan, Gunung Agung, Jakarta 1969.
- 4) Peran Agama Dalam Kesehatan Mental Gunung Agung, Jakarta 1970.
- 5) Ilmu Jiwa Agama, Bulan Bintang, Jakarta 1970.
- 6) Pendidikan Agama dalam Pembinaan Mental, Bulan Bintang, Jakarta 1970.
- 7) Islam dan Kesehatan Mental, Gunung Agung, Jakarta 1971.
- 8) Membina Nilai-Nilai Moral di Indonesia, Bulan Bintang, Jakarta 1971.
- 9) Kesehatan jilid: i, ii, iii, Pustaka Antara, Jakarta 1971.

- 10) Perawatan Jiwa untuk Anak-Anak Terjemahan disertasi Doktor dengan sedikit tambahan, Bulan Bintang, Jakarta 1973.
 - 11) Problem Remaja di Indonesia (terjemahan thesis Magister), Bulan Bintang, Jakarta 1974.
 - 12) Kesehatan (pertolongan pertama pada kecelakaan) jilid iv, Pustaka antar, 1974.
 - 13) Pembinaan atau Mental, Bulan Bintang, Jakarta 1974.
 - 14) Ketenangan dan Kebahagiaan dalam Keluarga, Bulan Bintang, Jakarta, 1974.
 - 15) Pendidikan Orang Dewasa, Bulan Bintang, Jakarta 1975.
 - 16) Perkawinan yang Bertanggung jawab, Bulan Bintang, Jakarta 1974.
 - 17) Pembinaan Remaja, Bulan Bintang, Jakarta 1975.
 - 18) Menghadapi Masa Manopause, Bulan Bintang, Jakarta 1975.
 - 19) Kunci Kebahagiaan, Bulan Bintang, Jakarta 1977.
 - 20) Membangun Manusia Indonesia yang Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, Bulan Bintang, Jakarta 1978.
 - 21) Islam dan Peranan Wanita, Bulan Bintang, Jakarta 1978.
 - 22) Kepribadian guru, Bulan Bintang, Jakarta 1978.
 - 23) Peranan IAIN dalam pelaksanaan P4, Bulan Bintang, Jakarta 1979.
- b. Buku karangan yang diterjemahkan Zakiah daradjat sendiri.
- 1) Pokok-Pokok Kesehatan Jiwa atau Mental, (karangan prof. Dr. Abdul Aziz al Quusy, Cairo), Bulan Bintang, Jakarta 1974.
 - 2) Ilmu Jiwa, Prinsip-Prinsip dan Implementasinya dalam Pendidikan, (karangan Prof. Dr. Abdul Aziz Al Quusy, Cairo), Bulan Bintang, Jakarta 1976.

- 3) Kesehatan Jiwa dalam Keluarga, Sekolah dan Masyarakat, (karangan Prof. Dr. Mustofa Fahmi, Cairo), Bulan Bintang, Jakarta 1977.
- 4) Bimbingan Pendidikan dan Pekerjaan (karangan Dr. Attia Mahmud Hana, Cairo) Bulan Bintang, Jakarta 1978.
- 5) Anda dan Kemampuan Anda, (karangan Virginia Bailard), Bulan Bintang, Jakarta 1979.
- 6) Pengembangan Kemampuan Belajar pada Anak-Anak, (karangan Hary N. Revilin), Bulan Bintang, Jakarta 1980.
- 7) Dendam Anak-Anak (karangan Paul Witty) Bulan Bintang, Jakarta 1980.
- 8) Anak-Anak yang Cemerlang, (karangan Paul Witty), Bulan Bintang, Jakarta 1980.
- 9) Mencari Bakat Anak-Anak (karangan G. Frederic Kuder dan Blance B. Paulson), Bulan Bintang, Jakarta 1980.
- 10) Penyesuaian Diri dan Penggantian dan Peranannya dalam kesehatan Mental, (karangan Prof. Dr. Mustofa Fahmi, Cairo), Bulan Bintang, Jakarta 1982.
- 11) Marilah Kita Pahami Persoalan Remaja (terjemahan buku H.H. Rammers dan C. G. Hackett), Bulan Bintang, Jakarta 1984.

B. Pemikiran Umum Zakiah Daradjat

1. Kesehatan Mental Anak

Kesehatan mental menurut zakiah daradjat dalam penelitian ini adalah gagasan/ide beliau tentang kesehatan mental yang mencakup konsep kesehatan mental, faktor yang mempengaruhi mental, indikator kesehatan mental, dan ciri-ciri orang yang sehat mental, untuk lebih lanjutnya maka akan dijelaskan sebagai berikut:

a. Konsep kesehatan mental

Zakiah daradjat mengemukakan rumusan untuk konsep kesehatan mental. Konsep pertama kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari penyakit jiwa (*psikosis*) dan gangguan jiwa (*Neurosis*). Yang dikatakan dengan gangguan jiwa yaitu bila seorang individu sering merasakan kecemasan dalam dirinya tanpa diketahui sebab yang pasti, malas dan tidak memiliki gairah atau semangat untuk bekerja, rasa badan yang lemas dan lesu, dan sebagainya. Sedangkan orang yang sakit jiwa yaitu orang yang pandangannya jauh dari kenyataan dan berbeda dengan pandangan orang yang umumnya sehingga sering dikatakan orang yang miring, stress atau gila.

Konsep kedua kesehatan mental yaitu kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan dirinya sendiri, lingkungan masyarakat dan lingkungan yang ia tempati. Untuk mengenal dirinya sendiri maka diperlukan untuk menganal, memahami dan menerima diri sendiri sehingga mampu bertindak dengan kemampuan dan kekurangan yang ia miliki.

Konsep kesehatan mental ketiga yaitu pengetahuan dan perbuatan yang bertujuan untuk mengembangkan serta memanfaatkan potensi, bakat, dan pembawaan yang ada semaksimal mungkin sehingga membawa kepada kebahagiaan diri dan orang lain terhindar dari gangguan dan penyakit jiwa. Pengertian ini mendorong bahwa seseorang yang mentalnya sehat adalah yang dapat mengembangkan dan memanfaatkan segala potensi yang dimiliki baik bagi dirinya dan orang lain. Bakat yang tidak di gunakan atau dikembangkan demi kebaikan atau tidak bermanfaat bagi dirinya dan orang lain merupakan indikasi dari kurang sehatnya mental individu.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental adalah orang yang bebas dari gangguan dan penyakit jiwa, dapat menyesuaikan diri, orang lain dan lingkungannya, serta dengan Tuhannya dengan segala potensi yang dimiliki

sehingga dapat menyelesaikan masalah yang ditimbulkan atau yang terjadi. Sehingga individu dapat merasakan kebahagiaan dan ketentraman dalam hidupnya yang menjadi tolak ukur kesehatan mental pada manusia.

Secara ringkas dapat dikatakan bahwa proses pembinaan mental itu terjadi melalui dua kemungkinan :³

a. Melalui Proses Pendidikan

1) Pendidikan di rumah tangga yang meliputi :

Penanaman jiwa taqwa, harus dimulai sejak si anak lahir. Penanaman jiwa taqwa -perlu dilakukan, yaitu taqwa seperti yang disebutkan dalam surat Al-Baqarah ayat 177

* لَيْسَ الْبِرَّ أَنْ تُوَلُّوا وُجُوهَكُمْ قِبَلَ الْمَشْرِقِ وَالْمَغْرِبِ وَلَكِنَّ الْبِرَّ
 مَنْ ءَامَنَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَالْمَلَائِكَةِ وَالْكِتَابِ وَالنَّبِيِّينَ وَءَاتَى
 الْأَمَالَ عَلَىٰ حُبِّهِ ذَوِي الْقُرْبَىٰ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسْكِينِ وَابْنَ
 السَّبِيلِ وَالسَّائِلِينَ وَفِي الرِّقَابِ وَأَقَامَ الصَّلَاةَ وَءَاتَى الزَّكَاةَ
 وَالْمُوفُونَ بِعَهْدِهِمْ إِذَا عَاهَدُوا وَالصَّابِرِينَ فِي الْبَأْسَاءِ
 وَالضَّرَّاءِ وَحِينَ الْبَأْسِ أُولَئِكَ الَّذِينَ صَدَقُوا وَأُولَئِكَ هُمُ
 الْمُتَّقُونَ

Bukanlah menghadapkan wajahmu ke arah timur dan barat itu suatu kebajikan, akan tetapi Sesungguhnya kebajikan itu ialah beriman kepada Allah, hari Kemudian, malaikat-malaikat, kitab-kitab, nabi-nabi dan memberikan harta yang dicintainya kepada kerabatnya, anak-anak yatim, orang-orang miskin, musafir (yang memerlukan pertolongan) dan orang-orang yang meminta-minta; dan (memerdekakan)

³Zakiah Darajat, *Ilmu Jiwa...*, hal. 70

hamba sahaya, mendirikan shalat, dan menunaikan zakat; dan orang-orang yang menepati janjinya apabila ia berjanji, dan orang-orang yang sabar dalam kesempitan, penderitaan dan dalam peperangan. mereka Itulah orang-orang yang benar (imannya); dan mereka Itulah orang-orang yang bertakwa.

2) Pendidikan di sekolah

3) Pendidikan di masyarakat

Dalam mengatasi hal tersebut, semua pihak baik itu keluarga, sekolah, dan masyarakat, ikut berperan dan memberikan usaha preventif terhadap semua perilaku anak. Melihat banyaknya permasalahan yang dihadapi oleh anak yang menuju ke dewasa, maka usaha dalam membina kesehatan mental melalui agama Islam adalah suatu cara efektif dalam membentuk kepribadian anak, segala kegiatannya yang sesuai dengan ajaran islam sehingga terwujud perilaku yang baik.

b. Indikator Kesehatan Mental Anak

Menurut zakiah daradja indikator kesehatan mental yaitu:

- 1) Memiliki ketenangan hidup yang ditandai dengan empat indikator. Pertama perasaan yang stabil yaitu terhindar dari rasa cemas, ragu, sedih, iri hati, rendah diri dan pemaarah. Kedua memiliki pemikiran yang sehat yaitu pemikiran yang fokus pada tujuan yang ingin dicapai, dan memiliki daya ingat yang kuat dan tidak mudah lupa. Ketiga memiliki kelakuan atau perbuatan yang baik dan yang keempat memiliki kesehatan jasmani yang sehat.
- 2) Dapat menyesuaikan diri dengan hidup. Indikator ini dipengaruhi oleh tiga faktor. Pertama tekanan pemikiran atau stress yaitu protes dimana individu merasa hambatan untuk memenuhi kebutuhan. Kedua adanya konflik bathin yang terdapat dua macam puluhan yang berlawanan atau yang bertentangan atau tidak dapat dipenuhi dalam suatu waktu. Ketiga

munculnya kecemasan atau kekhawatiran yaitu perasaan yang muncul akibat bergabung frustrasi dan konflik bathin.

Dari pemaparan diatas, dapat diketahui beberapa indikator kesehatan mental. Maka untuk mencapai kesehatan mental, diperlukan memenuhi kesehatan tersebut maka akan terlihat siapa individu yang memiliki kesehatan mental yang sehat.

c. Ciri-Ciri Individu Yang Sehat Mental Anak

Mental yang sehat yaitu mental yang terhindar dari segala macam gangguan dan penyakit mental. Serta memiliki kemampuan menyesuaikan diri dengan lingkungannya dengan mengoptimalkan potensi yang dimiliki sehingga dapat berguna bagi dirinya dan orang lain. Ciri-ciri individu yang sehat mentalnya dapat dilihat dari pemikiran, perasaan, perbuatan dan kesehatan badan, karena bagaimanapun orang yang sehat mentalnya memiliki kestabilan dalam empat kriteria tersebut.

Sehingga ciri-ciri individu yang sehat mental menurut Zakiah Daradjat yaitu:

- 1) Melaksanakan ibadah dengan rajin. Karena inti dari kesehatan mental adalah ketenangan jiwa. Sehingga melaksanakan ibadah merupakan salah satu bukti dari mental yang sehat.
- 2) Menjalankan tuntutan ibadah tanpa keluhan yaitu dengan kesabaran, ketabahan dan kepasrahan kepada Allah SWT.
- 3) Tidak pernah melakukan larangan agama bahkan berusaha menjauhi segala larangan agama.
- 4) Memiliki banyak potensi yang di kembangkan darinya untuk keburuhan dirinya dan umat.
- 5) Memiliki sifat yang baik. Dia menjauhkan dirinya dari penyakit hati seperti ghadab, marah, iri dengki, dan lain-lain.
- 6) Memiliki sikap tenang dalam menjalani kehidupan yang penuh dengan masalah.

- 7) Selalu menunjukkan hal yang positif darinya sebagai implementasi dari pemahaman menjaga hati dari sifat tercela.
- 8) Pemikiran religius, tenang dan selalu bersikap positif thinking.
- 9) Perilaku yang menunjukkan akhlak mulia.
- 10) Senantiasa merasa bahagia, tidak murung dan pendiam.
- 11) Selalu bersemangat dalam hidup

Dari beberapa ciri-ciri tersebut maka dapat diketahui mana individu yang mental yang sehat dan mana yang tidak memiliki mental yang sehat atau yang sedang mengalami gangguan mental.

d. Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental

Menurut zakiah daradajat faktor yang mempengaruhi kesehatan mental yaitu:

- 1) Keadaan dan suasana rumah tangga (keluarga) mencakup perlakuan, sikap dan tanggapan orang tua atau anggota keluarga saat ada masalah.
- 2) Keadaan dan suasana sekolah meliputi seluruh anggota sekolah terutama guru dan teman.
- 3) Terpenuhi atau tidaknya kebutuhan individu seperti kebutuhan kasih sayang, rasa aman, harga diri, kebebasan dalam kewajaran, rasa sukses, dan kebutuhan mengenal dan memahami.
- 4) Dari uraian diatas, dapat diketahui beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan mental. Salah satunya mengalami guncangan atau masalah, maka akan berdampak sebaliknya yaitu menjadi faktor yang menyebabkan gangguan kesehatan mental.

Selain dari faktor diatas ada juga faktor yang menyebabkan gangguan mental pada anak diantaranya:

- a) Perasaan
Orang yang kurang sehat mentalnya akan selalu merasakan gelisah karena kurang mampu menyelesaikan masalah-masalah yang dihadapinya.

b) Pikiran

Orang yang sehat mentalnya akan mempengaruhi pikirannya, sehingga ia merasa kurang mampu melanjutkan sesuatu yang telah direncanakan sebelumnya. Seperti tidak dapat dalam berkonsentrasi dalam melakukan suatu pekerjaan, pemalas, pelupa, dan sebagainya.

c) Perbuatan

Pada umumnya orang yang kurang sehat mentalnya akan tampak pada kelakuan-kelakuannya yang tidak baik, seperti keras kepala, suka berdusta, suka mencuri, menyeleweng, berdusta kepada orang lain, dan masih banyak lagi.

Dari beberapa gejala yang disebutkan diatas merupakan gejala kurang sehat yang sedikit ringan dan lebih berat dari itu, mungkin akan menjadi *nourose* (gangguan jiwa), dan terberat sakit jiwa.

2. Pendidikan Islam

Gagasan dan pemikiran Zakiah Daradjat mengenai pendidikan Islami meliputi hakikat pendidikan Islam, tujuan pendidikan Islam, dasar pendidikan Islam.

a. Hakikat pendidikan Islam

Secara bahasa pendidikan Islam berasal dari kata Pendidikan dan Islam. Pendidikan berasal dari bahasa arab tarbiyah dengan kata kerja " rabba". Pengertian yang sama dengan tarbiyah yaitu " ta'lim" yang kata kerjanya "allama" yang berarti mengajar dan "adaba" yang berarti mendidik. Sehingga pendidikan Islam dikenal dengan "*tarbiyah Islamiyah*". Dasar penggunaan kata "rabba" dalam al-Qur'an terdapat dalam Q.S al-Isra' 17: 24 dan Asy-Syura' 26:18

وَأَخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا

Dan rendahkanlah dirimu terhadap mereka berdua dengan penuh kesayangan dan ucapkanlah: "Wahai Tuhanku, kasihilah mereka keduanya, sebagaimana mereka berdua telah mendidik aku waktu kecil".

قَالَ أَلَمْ نُرَبِّكَ فِينَا وَلِيدًا وَلَبِثْتَ فِينَا مِنْ عُمُرِكَ سِنِينَ ﴿٧٦﴾

Fir'aun menjawab: "Bukankah Kami telah mengasuhmu di antara (keluarga) Kami, waktu kamu masih kanak-kanak dan kamu tinggal bersama Kami beberapa tahun dari umurmu.

Dari ayat diatas, dapat diketahui bahwa kata " rabba" memiliki arti mendidik, mengasuh, memelihara, dan mencipta.⁴ Sedangkan kata "allima" dalam al-qur'an terdapat dalam QS. Al-Baqarah 2: 31

وَعَلَّمَ آدَمَ الْأَسْمَاءَ كُلَّهَا ثُمَّ عَرَضَهُمْ عَلَى الْمَلَائِكَةِ فَقَالَ أَقْبِلُوكُنِي بِأَسْمَاءِ هَؤُلَاءِ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ ﴿٣١﴾

Dan Dia mengajarkan kepada Adam Nama-nama (benda-benda) seluruhnya, kemudian mengemukakannya kepada Para Malaikat lalu berfirman: "Sebutkanlah kepada-Ku nama benda-benda itu jika kamu mamang benar orang-orang yang benar!"

Dari ayat diatas, mengartikan bahwa "allama" memiliki arti memberitahukan dan memberi pengetahuan, tidak memiliki arti pembinaan kepribadian, seperti dalam kata rabba. Maka dalam hal ini pendidikan Islam secara bahasa berasal dari kata "rabba" yang berarti mengasuh, mendidik, memelihara, dan mencipta.

Secara istilah, pendidikan Islam secara umum diartikan sebagai pembentukan kepribadian muslim yang memiliki ciri adanya suatu perubahan sikap dan tingkah

⁴ Zakiah Daradjat, *Ilmu pendidikan*, hlm.26

laku muslim yang memiliki ciri adanya suatu perubahan sikap dan tingkah laku sesuai petunjuk ajaran agama. Dengan demikian, guna mewujudkan maka diperlukan suatu usaha, kegiatan, cara, alat, dan lingkungan hidup untuk menunjang keberhasilan pendidikan Islam⁵.

Menurut Zakiah Daradjat, hakikat pendidikan Islam mencakup kehidupan manusia seutuhnya. Pendidikan Islam memperhatikan semua aspek kehidupan seperti akidah, akhlak. Ibadah, bahkan lebih luas daripada itu. Hal ini menjadi titik tekan bagi Zakiah Dardjat karena pendidikan saat ini berorientasi pada satu titik saja. Namun bagi Zakiah Daradjat, pendidikan Islam menjangkau semua aspek kehidupan baik di dunia dan akhirat secara seimbang. Selain itu, pendidikan Islam juga memberikan perhatian pada semua aktifitas manusia serta mengembangkan hubungan antara dirinya dengan orang lain. Pendidikan Islam juga berlangsung sepanjang hayat.

b. Dasar Pendidikan Islam

Sejalan dengan pemaparan hakikat pendidikan, Zakiah berpendapat bahwa landasan pendidikan Islam harus bertumbu pada Al-Qur'an, hadist dan ijtihad.

Bagi Zakiah, ajaran berkaitan dengan keimanan jumlahnya tidak banyak dibandingkan dengan ajaran yang menekankan amal perbuatan. Hal ini menunjukkan bahwa amal dalam Islam sangat di pentingkan untuk dilaksanakan. Amal perbuatan yang berkaitan dengan Tuhan, diri sendiri, masyarakat, dan alam lingkungan adalah termasuk lingkup aktifitas manusia.

Al-qur'an sebagai kitab suci ajaran Islam yang harus dijadikan sebagai dasar sumber utama dalam pendidikan Islam. Banyak dari kandungan al-Quran yang menjadi dasar pendidikan Islam seperti QS. Luqman 31:13 yang berbunyi:

⁵ *Ibid.* Hlm.28

وَإِذْ قَالَ لُقْمَانُ لِابْنِهِ وَهُوَ يَعِظُهُ يَا بُنَيَّ لَا تُشْرِكْ بِاللَّهِ إِنَّ الشِّرْكَ

لَظُلْمٌ عَظِيمٌ ﴿١٠١﴾

Dan (ingatlah) ketika Luqman berkata kepada anaknya, di waktu ia memberi pelajaran kepadanya: "Hai anakku, janganlah kamu mempersekutukan Allah, Sesungguhnya mempersekutukan (Allah) adalah benar-benar kezaliman yang besar".

Selanjutnya as-sunnah yang menjadi dasar kedua dalam pendidikan Islam. As-Sunnah berisikan akidah dan syariah yang berisi petunjuk dan pedoman demi kemaslahatan hidup manusia dalam segala aspek dengan tujuan untuk membina manusia seutuhnya atau seorang muslim yang beriman dan bertaqwa⁶. Dengan as-sunnah tersebut, maka diharapkan pengalaman ajaran islam termasuk pendidikan Islam akan bisa utuh dan sempurna jika berpedoman dengan as-Sunnah.

c. Tujuan Pendidikan Islam

Zakiah Daradjat menjelaskan bahwa tujuan pendidikan Islam harus mengarah pada pembinaan manusia agar menjadi hamba yang shalih dengan seluruh aspek kehidupannya, perbuatan, pemikiran, dan perasaan. Tujuan pendidikan Islam secara rinci sebagai berikut:

Mengetahui dan melaksanakan ibadah dengan baik. Ibadah ini harus sesuai dengan yang dinyatakan dalam hadist Nabi tentang lima pilar agama Islam yaitu rukun Islam. Memperoleh bekal pengetahuan, keterampilan, sikap dan perbuatan yang diperlakukan untuk mendapatkan rizki bagi diri dan keluarga. Sesuai dengan QS. Al-Isra' 17: 12

⁶ Zakiah Daradjat, *Ilmu Pendidikan Islam*, hlm. 21

وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ آيَاتَيْنِ ۗ فَمَحَوْنَا آيَةَ اللَّيْلِ وَجَعَلْنَا آيَةَ النَّهَارِ
 مُبْصِرَةً لِّتَبْتَغُوا فَضْلًا مِّن رَّبِّكُمْ ۗ وَلِتَعْلَمُوا عَدَدَ السِّنِينَ وَالْحِسَابَ ۗ
 وَكُلُّ شَيْءٍ فَصَلْنَاهُ تَفْصِيلًا ﴿١٧﴾

Dan Kami jadikan malam dan siang sebagai dua tanda, lalu Kami hapuskan tanda malam dan Kami jadikan tanda siang itu terang, agar kamu mencari kurnia dari Tuhanmu, dan supaya kamu mengetahui bilangan tahun-tahun dan perhitungan. dan segala sesuatu telah kami terangkan dengan jelas⁷.

Mengetahui dan mempunyai keterampilan untuk melaksanakan peranan kemasyarakatan dengan baik, berakhlak mulia, dengan titik tekan pada dua sasaran. Pertama akhlak muliayang diperlukan untuk berhubungan baik dengan orang lain, diri sendiri dan seperti menjaga janji, berkata sopan, dan lain-lain. Kedua akhlak yang terkait dengan kasih sayang kepada hewan, dan lain-lain.

Dari pemaparan diatas, dapat diketahui bahwa tujuan pendidikan islam adalah membimbing dan membentuk manusia menjadi hamba Allah yang shaleh, teguh Imannya, taat beribadah dan berakhlak terpuji dan mulia. Hal ini menunjukkan bahwa inti dari tujuan pendidikan Islam Adalah iman dan akhlak terpuji⁸. Dan menunjukkan bahwa zakiah Daradjat sangat berpegang teguh kepada Al-Qur'an dan As-Sunnah.

3. Pemikiran Zakiah Daradjat Tentang Peran Pendidikan Islam Dalam Membina Kesehatan Mental Anak

Zakiah Daradjat menjelaskan bahwa untuk membentuk kesehatan mental harus didukung dari banyak faktor, baik

⁷QS.Al-Isra' 17:12

⁸Zakiah Daradjat, *Pendidikan Islam*, hl.40

faktor yang intern maupun yang bersifat ektern. Faktor intern berhubungan dengan tingkat kepercayaan atau keagamaan yang dianut. Dalam agama Islam maka keimanan tersebut dimuat dalam konsep rukun iman. Sedangkan faktor ekstern yaitu bagaimana kondisi atau lingkungan sekitar yang dapat mempengaruhi kesehatan mental seperti lingkungan keluarga, sekolah maupun masyarakat. bukan hanya itu, melainkan sebuah perlakuan, sikap, ataupun tanggapan seseorang terhadap sebuah masalah dapat mempengaruhi kesehatan mental

Dengan mental yang sehat maka manusia dapat menggali segala potensi yang dimiliki serta dapat melaksanakan kehidupan sebagai hamba dan khalifah di muka bumi sesuai dengan alasan penciptaan manusia⁹.

Zakiah Daradjat mengatakan pendidikan Islam mempunyai tujuan yang jelas dan pasti, yaitu untuk membina manusia agar menjadi hamba Allah yang shaleh dengan aspek kehidupan yang mencakup perbuatan, pikiran dan perasaan. Membina manusia merupakan sebuah upaya untuk mengajar, melatih, mengarahkan, mengawasi, dan memberikan teladan kepada seorang untuk mencapai tujuan yang telah ditentukan. Pembinaan yang hanya memberikan pelajaran, latihan dan arahan akan menciptakan manusia yang berjiwa.

Jiwa atau mental manusia perlu dididik atau dibina guna menanamkan nilai-nilai agama pada dirinya. Dan ketika Allah SWT menciptakan jiwa manusia, bersamanya Dia menciptakan kekuatan persiapan untuk melakukan kebaikan atau keburukan. Dia juga menjadikan manusia mampu untuk menggunakan anggota tubuh yang dikaruniakannya-Nya, tanpa ketentuan arah jalan tertentu. Manusia diberi jalan yang dikehendaki-Nya. Allah berfirman dalam Surat Asy-Syams ayat 7-8 :

⁹ Zakiah Daradjat, *Ilmu Jiwa Agama*, hlm. 37

وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا ﴿٧﴾ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ﴿٨﴾

"Dan jiwa serta penyempurnaannya (ciptaannya), Maka Allah mengilhamkan kepada jiwa itu (jalan) kefasikan dan ketakwaannya."¹⁰

Kalau berbicara tentang seorang anak yang sedang menginjak usia remaja, memang merupakan suatu hal yang menarik untuk dibicarakan. Karena boleh dikatakan bahwa perilaku mereka berbeda dari yang lainnya.

Dalam pembinaan tersebut diarahkan kepada pembentukan seorang anak yang saleh. Untuk mencapai tingkatan yang shaleh ini, penanaman nilai-nilai agama menjadi syarat utama. Tanpa penanaman nilai-nilai agama, pencapaian pembentukan hamba Allah yang shaleh menjadi sangat jauh. Seorang hamba yang saleh berarti dia menyadari kedudukannya di dunia, yakni di samping sebagai khalifah Allah di bumi juga sebagai hamba Allah yang harus beribadah kepada-Nya. Kesadaran yang demikian ini akan muncul bila seseorang telah benar-benar mengerti, memahami, dan menghayati ajaran-ajaran agama Islam.

Tujuan dari pendidikan Islam menurut Zakiah Daradjat juga agak berbeda dengan tujuan pendidikan Nasional yang lebih menekankan pada aspek kecerdasan (intelektual) dan pengembangan manusia seutuhnya. Disamping itu, rasa tanggung jawab yang dikembangkan hanya mengarah kepada masyarakat dan bangsa. Oleh karena itu, dalam pelaksanaannya, pendidikan Nasional kurang bertanggung jawab terhadap Tuhan Yang Maha Esa. Inilah yang barangkali sedikit membedakan antara tujuan pendidikan Islam bagi Zakiah Daradjat¹¹.

Pada dasarnya tujuan pembinaan mental anak melalui Pendidikan Agama Islam adalah peningkatan diri remaja,

¹⁰ Syeikh saleh ibn Abdul Aziz ibn Muhammad Al-Syeikh, *Al-Qur'an dan terjemahannya...*, hal. 1064

¹¹ Article Muh. Munawangir, *Zakiah Daradjat dan Pemikirannya tentang Peran Pendidikan Islam dalam Kesehatan Mental*, hlm.2

yaitu berusaha membina akhlak, mengembangkan akal dan akhlak serta mengadakan perilaku-perilaku pada pribadi anak sehingga remaja mempunyai kepribadian yang sesuai dengan ajaran agama islam dan dalam menjalankan agama pun mereka juga mempunyai kepribadian yang mantap.

Bagi peneliti, konsep pendidikan Islam dan kesehatan mental menurut Zakiah Daradjat, kiranya cukup menjadi sasaran untuk menggambarkan masalah peran pendidikan Islam dalam kesehatan mental, karena pembahasan tersebut dalam pandangan Zakiah Daradjat bukan saja berdasarkan kepada Al-Qur'an dan hadist, tetapi juga berdasarkan para pendapat ahli tentang kesehata mental





BAB IV

PERANAN PENDIDIKAN ISLAM DALAM MEMBINA KESEHATAN MENTAL ANAK PERSPEKTIF ZAKIAH DARADJAT

Dalam bab sebelumnya penulis telah menguraikan dan membahas dengan beberapa pilar menurut Zakiah Daradjat mengenai kesehatan mental anak, dan di bab selanjutnya dalam bab ini penulis akan menjelaskan bagaimana peranan pendidikan Islam dalam membina kesehatan mental anak perspektif Zakiah Daradjat.

Menurut Zakiah Daradjat, kesehatan mental itu seyogyanya di bina sejak kecil, agar pertumbuhan berjalan dengan wajar dan tidak ada gangguan, akan tetapi terkadang masih ada orang yang kurang bernasib baik untuk dilahirkan dan dibesarkan oleh orang tua yang mengerti dan memberikan kesempatan untuk bertumbuh kearah mental yang sehat. Maka usaha pembinaan kembali mental (reconstruction of personality) perlu diadakan setelah dewasa, jika ingin hidup dengan bahagia¹².

Dalam pembinaan mental memiliki beberapa unsur terpenting yang akan menentukan corak kepribadian seseorang, unsur-unsur tersebut terdapat nilai-nilai positif yang diambil dari lingkungan maupun keluarganya sendiri. Nilai-nilai yang dimaksud adalah nilai-nilai agama, moral, dan sosial. Nilai agama apabila di ditanamkan sejak kecil maka akan mempunyai kepribadian yang baik. Karena nilai agama mempunyai nilai positif dan tidak akan berubah, berbeda dengan nilai sosial maupun moral yang bukan berdasarkan pada agama akan mengalami perubahan seiringnya dengan perubahan zaman. Disamping manusia sebagai khalifah di muka bumi juga sebagai hamba Allah yang harus taat beribadah kepada-Nya. Kesadaran yang demikian ini akan muncul bila seseorang telah benar-benar mengerti, memahami dan menghayati ajaran-ajaran Islam¹³.

¹² Zakiah Daradjat, *Pendidikan Agama Dalam Pembinaan Mental*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1982), H. 91

¹³ Zakiah Daradjat, *Peranan Agama Dalam Kesehatan Mental*, (Jakarta: PT. Gunung Agung, 2020), H. 90

Sesungguhnya untuk menyelamatkan generasi yang akan datang, pembinaan mental harus diperhatikan secara intensif. Selain itu juga kita tidak boleh melupakan anak-anak yang sekarang telah terganggu kesehatan mentalnya. Anak yang telah terlanjur kosong dalam hatinya akan agama akan mengalami kesulitan dalam mengatasi masalahnya. Anak tersebut akan terjerumus ke pergaulan yang kurang baik yang mengakibatkan anak tersebut akan terpengaruh terhadap pergaulannya.

Dalam pembinaan generasi muda, peranan wanita sangat penting, karena pembinaan itu berarti pembinaan segala aspek dari kehidupan mereka, terutama pembinaan pribadi yang mulai sejak si anak lahir bahkan sejak ia masih dalam kandungan. Disamping itu perlu disadari bahwa pembinaan pribadi dan moral itu terjadi melalui pengalaman hidup, baik melalui penglihatan, pendengaran dan pengalaman yang diterimanya.

Penulis berpendapat dengan pemikiran Zakiah Daradjat yang membahas tentang pembinaan mental bahwa seorang anak harus diberikan nilai-nilai agama sejak kecil dalam membina mentalnya. Di dalam agama terdapat unsur yang positif yang dapat membawakan kebahagiaan dan ketenangan di dalam jiwa. Jika ilmu jiwa banyak berbicara tentang perasaan dan ketenangan serta ketentraman jiwa, maka agama memberikan berbagai pedoman dan petunjuk agar ketentraman jiwa tercapai.

Dalam membina anak diperlukan kasih sayang, rasa aman di dalam diri anak yang harus diberikan kepada anak. Rasa kasih sayang adalah kebutuhan yang paling penting dalam hidup. Seorang anak yang kurang perhatian dan kasih sayang dari keluarga terutama orang tua akan menderita batinnya, kesehatan fisiknya akan teguncang, daya pikirnya akan berkurang dan yang banyak terjadi adalah anak menjadi nakal dan tidak mendengarkan perkataan orang tua. Hal tersebut bisa kita ambil contoh saat ini. Dimana anak lebih mementingkan handphone dengan permainan-permainan yang ada daripada melaksanakan perintah orang tua. Anak lebih sering membangkang, memarahi orangtua dan selalu berkata kasar kepada orang tuanya, hal tersebut dikarenakan kurangnya perhatian yang diberikan orang tua kepada anak dalam mendidik tumbuh kembangnya, dan tidak

memberikan ilmu agama sebagai bekal anak untuk tidak terpengaruh akan pergaulan yang ada.

Akan tetapi jika seorang anak sudah diberi ilmu agama didalam dirinya, walau dia kurang akan kasih sayang dari orang tuanya atau orang terdekatnya tetapi ia masih percaya kepada Allah Yang Maha Esa ia tidak akan merasakan kesepian. Tidak ada terpengaruh dalam hal hal yang kurang baik, karena ia masih percaya bahwa Allah masih menyanyanginya dan memberikan kasih sayang yang tak akan pernah hilang. Ia mempunyai pegangan sehingga pegangan itu tak akan terlepas dari dirinya.

Demikian pula dengan kebutuhan jiwa akan rasa aman, perlu diperhatikan. Orang yang merasakan kecemasan didalam dirinya tidak akan dapat menerima nasehata yang diberikan, kecuali jika ada orang yang mampu menghilangkan rasa takut dan gelisah didalam dirinya. Maka pembinaan terhadapnya adalah dengan menolong anak dalam mengatasi rasa takut dan kecemasan tersebut, selanjutnya memberikan pembinaan yang diberikan dengan cara yang membawa anak tersebut merasa aman.

Menurut Zakiah Daradjat, pembinaan terdapat 2 peranan penting dalam membina kesehatan mental yaitu peran agama dan peran pendidikan. Jika seseorang telah menerapkan peran ini, berarti dia telah melakukan upaya dalam membina kesehatan mental yang sehat.

Dalam membina kesehatan mental individu, peran Islam sangat penting terlebih ketika individu tersebut lebih mendekatkan diri kepada Sang pencipta dengan beribadah. Ibadah sebagai psikoterapi yang di anjurkan oleh Islam sendiri tentu akan membawa ketentraman, kebahagiaan dan dijauhkan dari sifat egois, iri, dengki, hasad dan penyakit hati lainnya. Ada beberapa peran agama dalam membina kesehatan diantaranya dengan psikoterapi ibadah.

Pertama shalat, Kewajiban shalat lima kali sehari semalam mengisyaratkan bahwa didalamnya mengandung jalan menuju Tuhan. Shalat seakan menyambung tali yang terputus, dimana ketika shalat, seorang muslim mengadakan hubungan secara vertikal kepada Tuhan Yang Maha Kuasa. Pertalian rasa kepenatan bekerja dengan pendekatan kepada Allah tersebut akan melahirkan dimensi spritual yang tinggi, sehingga kepenatan bekerja bertukar menjadi tenaga

inovatif yang sangat berkesan yaitu muncul rasa bahagia dalam diri. Kewajiban shalat lima kali sehari telah diatur dalam al-qur'an dan As-Sunnah itu, apabila tertinggal karena lalai atau sebab lain, maka ia akan menimbulkan kesan negatif bagi psikologis dan kepribadian yaitu perasaan yang bersalah. Rasa berdosa dan bersalah dalam kesehatan mental merupakan salah satu penyebab timbulnya keresahan, ketidaknyamanan, ketidakbahagiaan, dan ketidaksehatan mental. Jika pada suatu ketika, keadaan tidak mengizinkan untuk melakukan shalat tepat pada waktunya, maka individu akan merasa gelisah, bersalah, dan marah pada dirinya sendiri karena melalaikan kewajiban selaku seorang muslim. Oleh karena itu apabila ditelaah dengan sebaik-baiknya, maka akan terlihat jelas bahwa hubungan shalat dengan disiplin kerja sangat relevan, kedua-duanya merupakan dua metode dalam mewujudkan kebahagiaan dan menumbuhkembangkan kepribadian dan kesehatan mental Islam.

Dengan demikian, penulis dapat menganalisa dari ibadah shalat bahwa shalat menjadikan hidup lebih bermakna, penuh kebahagiaan, kenyamanan, dan memperoleh kesehatan mental. Shalat yang dilakukan secara khushyuk dan penuh dengan pengharapan kepada Allah, merendahkan hati dan diiringi rasa takut akan menjauhkan dari dorongan-dorongan kemaksiatan dan dosa dan membawa individu ke arah kebahagiaan.

kedua zakat. Zakat memiliki makna dan tujuan yang sangat vital terutama sebagai cobaan dari kecintaan kepada Allah SWT, selaku pemilik dan penguasa harta kekayaan yang nikmat yang telah dianugerahkan kepada muzaki. Zakat adalah metologi yang membersihkan diri dari sifat bakhil dan melahirkan rasa syukur yang dalam terhadap limpahan anugrah yang rahmat oleh Allah SWT. Kewajiban zakat, dimaping pengembangan solidaritas dan penyucian harta, juga berimplementasi kepada peningkatan spritual yang teruji, membangun kebahagiaan, kesehatan mental dan kepribadian qur'ani secara realistis. Kesan lain yang ditimbulkan zakat mampu menghapus sifat bakhil yang ditukar dengan sifat dermawan dan membawanya kepada mensyukuri nikmat Allah, sehingga dapat menyucikan diri dan mengembangkan kepribadiannya.

Dapat dikatakan bahwa dengan adanya zakat, mampu memberikan rasa tolong menolong dalam hal kebaikan dan rasa taqwa kepada Allah dan mengurangi kemiskinan yang merupakan masalah sosial. Zakat mampu mendatangkan kebahagiaan kepada seorang muzakki dan kesihatan mental, dapat menggugah hati seorang Muzakki untuk menunbu suburkan harta yang dimiliki. Dengan adanya zakat mampu memberikan warna dalam kehidupan umat Islam, membentuk solidaritas antara si kaya dan si miskin sehingga terwujudnya suatu keyakinan bahwa Islam merupakan agama yang penuh rahmat dan kasih sayang terhadap sesama.

Point ketiga puasa. Puasa yang diamalkan dengan penuh perhitungan, keimanan, dan ketaqwaan akan melahirkan kejujuran, keikhlasan, dan kesabaran yang akhirnya akan mendatangkan anugerah spritual sebagai ornam yang bertaqwa dan mencapai kondisi psikologis yang bahagia, nyaman, damai, dan memiliki kesihatan mental yang paripurna. Jadi dapat disimpulkan bahwa orang yang berpuasa akan selain untuk menahan makan dan minum juga akan memberikan efek positif bagi individu dalam memperoleh kebahagiaan dan kenyamanan dalam diri dari Allah SWT.

Dalam hal ini, penulis dapat menganalisa bahwa seorang muslim untuk menghindari dari sifat tercela seperti; dusta, takabbur, mengumpat, hasad dan iri hati dapat dihindari dengan berpuasa. Dengan berpuasa seorang muslim dapat meningkatkan rasa percaya diri pada diri, selain itu juga puasa mampu melahirkan konsep yang optimis yang merupakan indikasi adanya mental yang sehat untuk menghadapi rintangan hidup yang semakin besar. Puasa yang bermula dari ketaqwaan kepada Allah SWT akan mewujudkan kebahagiaan. Kebahagiaan dalam ibadah puasa adalah anugerah di dunia yang diberikan Allah kepada hamba-Nya.

Kelima, haji. Berhaji berarti menziarahi bait Allah, Ka'bah. Secara terminologi, haji berarti berziarah ke *bait al-Haram* (ka'bah) dengan melakukan wukuf di arafah dan sya'i antara bukit Safa dan Marwah dengan cara tertentu dalam waktu dan niat tertentu. Berhaji adalah suatu aktivitas sakral dalam rangka pemantapan iman dan *tauhid Allah*. Seorang muhaji melafadzkan ucapan talbiyah. Berzikir, menghinakan diri, di hadapan Allah. Menafikan segala sembah

selain Dia, dan mengenakan pakaian serba putih yang tidak berjahit. Realitas ini membuktikan bahwa ibadah haji ini sangat sakral, hening tanpa suara yang menggema, kecuali takbir, tahmid dan tahlil.

Ibadah haji memiliki nilai spritualitas yang tinggi dapat meningkatkan kesadaran diri yang lemah dan hina dihadapan Allah, sehingga berlenggu keduniawian yang berlebihan bisa diganti dengan mentalitas taqwa. Ibadah haji sebenarnya adalah upaya seorang muhaji mengenali dirinya, untuk mengenal Tuhannya. Ibadah haji adalah media transpormasi jiwa menuju ketaatan, ketaqwaan, dan dzikir kepada Allah.

Jadi penulis menyimpulkan bahwa ibadah haji selain sebagai ibadah dalam mendekatkan diri kepada Allah yang dapat berorintasi kepada realisasi persamaan derajat anantara sesama muslim juga sebagai media dalam transformasi jiwa agar lebih dekat dengan Allah yang mempunyai muatan-muatan kebahagiaan, ketenangan dan kelegaan batin. Ibadah haji juga memberikan dampak positif kepada manusia untuk lebih mendekatkan diri kepada Allah dan memberikan manusia kelagaan di dalam diri sehingga tercipta mental yang sehat.

Dari hal tersebut dapat disimpulkan pula bahwa ibadah juga sebagai psikoterapi bagi orang yang mengalami keguncangan jiwa. Anak yang mengalami kegoncangan jiwa akan sulit bagainya untuk beradaptasi dan menyesuaikan dirinya terhadap lingkungan sekitar. Anak tersebut akan merasa dirinya berada dibawah dan tidak pantas berada di sekitar. Akan tetapi jika ia melakukan perintah-perintah Allah salah satunya dengan melaksanakan ibada maka ia akan mempunyai perasaan yang lega, tenteram,, jiwa yang dapai dan perasaan yang selalu positif.

Pendidikan agama merupakan hal terpenting dalam pembinaan mental. Kepandaian, kecerdasan, dan kedudukan akan dapat membawa kepada malapetaka besar bagi bangsa dan negara apabila jiwanya jauh dari agama. Hanya jiwa yang taqwalah yang dapat memikirkan kepentingan dan hak umat selain dirinya sendiri.

Menurut Zakiah Daradjat pada dasarnya tujuan pendidikan Islam pada dasarnya membentuk manusia yang sehat mentalnya. Sedangkan kesehatan mental merupakan sub dari ilmu jiwa (psikologi). Untuk lingkungan pendidikan sendiri bagi Zakiah Daradjat terdiri dari

keluarga yang menjadi tanggung jawab orang tua, sekolah yang menjadi tanggung jawab para guru, dan masyarakat yang menjadi tanggung jawab masyarakat dan pemerintah.

Penulis sangat setuju akan tokoh diatas bahwa pendidikan Islam merupakan wahana yang mampu membentuk insan kamil yang berakhlak mulia. Akhlak merupakan cerminan dari perilaku, ucapan maupun sikap manusia. Akhlak yang baik akan memberikan unsur yang baik bagi manusia sehingga akan merasakan rasa ketentraman di dalam diri. Apabila ketentraman batin terganggu, orang mungkin menjadi lesu, malas dalam melakukan pekerjaan. Bagi seorang yang beriman dan mampu menggunakan kenyakinannya kepada Allah SWT dalam menghadapi segala persoalan yang terjadi ia tidak akan berputus asa dan akan selalu optimis. Kkarena dibalik kesulitan pasti ada kemudahan.

Selanjutnya kesehatan mental yang disesuaikan dengan pendidikan Islam menurut Zakiah Daradjat yaitu, kesehatan mental dilihat dari anak dan pendidik. Kesehatan mental dilihat dari anak apabila anak memiliki potensi untuk mewujudkan keharmonisan jiwa, mampu menyelesaikan problem-problem yang terjadi serta terhindar dari rasa gelisah dan ketidak tenangan di dalam diri. Sedangkan kesehatan mental dilihat dari pendidik apabila pendidik mampu mengolah problem-problem dengan baik, dan menjadikan suatu keserasian terhadap fungsi-fungsi jiwa.

Dalam hal ini peran pendidikan Islam dalam membina kesehatan mental menurut Zakiah Daradjat sangat lah penting dalam memberikan bimbingan dalam kehidupan, Zakiah menegaskan bahwa sebagai pengendali untuk kehidupan manusia adalah pendidikan, pengalaman, dan kepribadian yang diperoleh manusia sejak kecil. Selain itu juga peran pendidikan Islam adalah penolong dalam kesulitan dan menentramkan jiwa manusia. Manusia yang mampu mengelola rasa kegelisahan yang ada didalam dirinya dan menjalani menjalani segala kehidupan dengan penuh rasa optimis tanpa rasa resah akan mampu menentramkan jiwa manusia sehingga manusia akan merasakan kebahagiaan dan ketentraman di kehidupannya sehingga tidak akan membawa kepada gejala- gejala mental yang sakit.

Selain itu juga, peran pendidikan Islam dalam membina kesehatan mental adalah dengan melakukan pembinaan moral yang dilakukan sejak kecil, sebab setiap anak yang dilahirkan belum mengerti mana yang benar dan yang salah, dan belum mengetahui batasan-batasan dan ketentuan-ketentuan yang berlaku dalam kehidupannya. Pendidikan moral yang baik terdapat dalam agama, maka pendidikan agamalah yang mengandung nilai-nilai moral, perlu dilaksanakan sejak anak lahir ke dunia, sampai duduk dibangku sekolah dan dalam lingkungannya di mana ia tinggal.

Semakin besar si anak, maka akan bertumbuh pemikiran yang logis padanya. Ditambah dengan persoalan-persoalan baru yang mengganggu ketenteraman batinnya, karena pertumbuhan lebih cepat dalam segala bidang terutama pada anak yang mengalami masa pertumbuhan remaja.

Untuk mengetahui kesehatan mental pada anak penting untuk melihat faktor yang terdapat didalam diri sang anak seperti keluarga dan lingkungannya. Faktor yang ada didalam diri seperti perbuatan, sikap, temperamen anak, serta kesehatan fisik dari sang anak. Pola asuh dari keluarga juga menentukan mental anak. Pola asuh keluarga yang memberikan tekanan dan membatasi kebebasan sang anak juga akan mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap diri anak.

Agama memberikan penyelesaian terhadap kesulitan dan memberikan pedoman dan bimbingan hidup di segala bidang, baik terhadap keluarga, masyarakat dan orang-orang yang berada disekitarnya dan sebagai pengendali moral dalam kehidupannya sehingga akan selamat dari segala godaan-godaan yang ada.

Dalam melakukan psycho therapi, semua faktor yang bertanggung jawab atas terjadinya gangguan kejiwaan, penyembuhan yang tepat akan membawa kondisi mental semula. Tapi yang menjadi hal terpenting adalah mengubah mental agar sehat dan membinanya kembali. Mental yang sudah rusak atau terganggu akan membuat individu merasa terganggu, kecewa dan selalu ada kecemasan di dalam dirinya.

Jadi dapat disimpulkan bahwa pendidikan Islam merupakan Unsur terpenting dalam pembinaan mental. Tanpa adanya pendidikan Islam maka manusia sebagai khalifah akan mampu melaksanakan

tugas tugas yang di embannya dilaksanakan dengan baik. Sebab sseorang yang melakukan tugas tugas dengan baik bergantung pada ketenangan jiwa yang ia miliki. Jika jiwanya gelisah, ia tidak akan sanggup menghadapi kesukaran yang mungkin terdapat dalam pelaksanaan rencana-rencana tersebut. Mental yang tumbuh tanpa pendidikan Islam belum tentu akan mencapai suatu integritas, karena kurangnya ketengan dan ketentraman dalam jiwanya.





BAB V

KESIMPULAN DAN PENUTUP

A. Kesimpulan

Kesimpulan akhir dari penelitian ini tentang peranan pendidikan Islam dalam membina kesehatan Anak perspektif Zakiah Daradjat adalah dapat disimpulkan bahwa pendidikan Islam memiliki peran penting dalam kesehatan mental. Menurut zakiah Daradjat Pendidikan Islam memiliki beberapa point dalam membina kesehatan mental anak yaitu mampu memberikan bimbingan dalam kehidupan, penolong dalam kesukaran, menentramkan jiwa serta pengendali emosi, baik itu dalam mengendalikan pikiran, perasaan maupun prilaku anak. Selain itu juga peran pendidikan Islam menurut Zakiah Daradjat yaitu sebagai terapi gangguan kejiwaan/mental. Maka dengan adanya pendidikan Islam dalam membina kesehatan mental anak, seseorang akan mampu melaksanakan tugas yang diembannya dengan baik. Sebab apabila jiwa anak tenang dan tidak gelisah maka anak akan mampu mengatasi masalah yang dihadapi tanpa ada rasa gelisah di dalam diri anak. Menurut Zakiah Daradjat juga pembinaan dalam menjaga kesehatan mental anak apabila sudah terkendali, dan tekun dalam menjalankan perintah Allah maka kesehatan mental dapat dibina. Oleh sebab itu, Pelaksanaan pendidikan Islam harus tercermin dan terjadi sekaligus dalam pegalaman, perlakuan dan percontohan dalam hidup disamping latihan-latihan dan pengertian tentang ajaran agama Islam. Dan oleh sebab itu juga, peranan pendidikan Islam dalam membina kesehatan anak menurut Zakiah Daradjat dapat menjadi acuan orang tua dalam membimbing dan mengarahkan mental anak di era modern dalam memberikan ilmu pengetahuan serta pendidikan anak.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan diatas, maka disampaikan saran sebagai berikut:

1. Bagi pembaca

Karya ilmiah ini diharapkan pembaca dapat mengetahui dan memiliki gambaran yang jelas mengenai sosok Zakiah Daradjat dan peran pendidikan Islam dalam membina kesehatan mental menurut beliau. Dengan karya ilmiah ini di harapkan dapat menambah refrensi penelitian-penelitian sejenisnya dimasa mendatang.

2. Bagi peneliti

Dapat menambah kemampuan meneliti, menganalisa tentang pemikiran Zakiah Daradjat, penulisan skripsi ini dapat digunakan sebagai tolak ukur bagi peneliti untuk mengetahui seberapa besar penegtahuan dan kemampuan si peneliti dalam menganalisa, serta menyajikannya dalam suatu karya ilmiah yang objektif.



DAFTAR PUSTAKA

- Abu Ammar dan Abu Fatiah al-Adnani. (2016). *Mizanur Muslim 2*. Solo: Cordova Meditama.
- Al-Syaibany, M. A.-T. (1997). *Falsafah Pendidikan Islam (Terjemahan) Hasan Langgulung*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Anwar, C. (2014). *Hakikat Manusia Dalam Pendidikan Sebuah Tinjauan Filosofis*. Yogyakarta: SUKA press.
- _____. (2019). *Multikulturalisme, Globalisasi dan Tantangan Pendidika abad ke-21*. Yogyakarta: Diva Press.
- Arfan, M. (1991). *Ilmu Pendidikan Islam*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rhineka Cipta.
- Baharuddin, Era Wahyuni . (2007). *Teori Belajar*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Daradjat, Z. (1984). *kesehatan mental (peranan dalam pendidikan dan pengajaran)*. Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah.
- _____. *Agama dan Kesehatan Mental*.
- _____. *Ilmu pendidikan*.
- _____. *Ilmu Pendidikan Islam*.
- _____. *Pendidikan Islam*.
- Dauly, H. (2014). *Pendidikan Islam Dalam Perspektif Filsafat*. Jakarta: Kencana Presda Group.
- H. Ramayulis, J. (1993). *Pengantar Ilmu Jiwa Agama*. Jakarta: Kalam Mulia.
- Hakim, Z. A. *Kesehatan Mental dan Agama*. Sinao Psikologi.
- Jalaluddin. (2009). *Psikologi Agama*. Jakarta: PT. RajaGravindo Persada.
- Jalaluddin, H. (2003). *Teologi Pendidikan*. Jakarta: PT. RajaGravindo Persada.
- Jaya, Y. (1992). *Peran Taubat dan Manfaat dalam Kesehatan Mental*. Jakarta: PT. Yayasan Pendidikan Islam Ruhana.
- Kartini, K. (1990). *Pengantar Metodologo Research Sosial Alumni*. Bandung.
- Munzir. (1990). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Press.

- Najati, U. (1991). *Al-Qur'an Wa Ilmu Nafs*. Jakarta: Kalam Mulia.
- Nata, A. (2011). *Metodologi Studi Islam*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Ramayulis, H. (2015). *Filsafat Pendidikan Islam: Analisis Filosofis Sistem Pendidikan Islam*. Jakarta: Kalam Mulia.
- _____. (2002). *Psikologi Agama*. Jakarta: Kalam Mulia.
- Rochman, K. L. *Kesehatan Mental*.
- Siswanto. (2007). *Kesehatan Mental (Konsep, Cakupan, dan Perkembangannya)*. Yogyakarta: CV.ANDI.
- Sugiono. (2017). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sundari, D. S. (2005). *Kesehatan Mental dalam Kehidupan*. Jakarta: PT. Rhineka Cipta.
- Umar, B. (2002). *Ilmu Pendidikan Islam*. Kalam Mulia.
- Zed, M. (2018). *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Pustaka Obor Indonesia.

Journal

- Yatim Puji Astuti. 2018. *Fungsi Agama Dan Kesehatan Mental Perspektif Zakiah Daradjat* (skripsi Fakultas Dakwah UIN Raden Intan Lampung)
- Hanik Munadifah. 2019. *Urgensi Kesehatan Mental Dalam Pendidikan Islam Perspektif Zakiah Daradjat*. (skripsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Ampel Surabaya)
- Purmansyah Ariyadi, *Kesehatan Mental Dalam Perspektif Islam*, (Journal Syifa MEDIKA, Vol. 3 No. 2, Maret 2013)
- Article Muh. Munawangir, *Zakiah Daradjat dan Pemikirannya tentang Peran Pendidikan Islam dalam Kesehatan Mental*
- Chairul Anwar, *Character Education Insightful Nationality: A Multy Cultural Approach*, (Journal Mediterranean Journal Of Social Scienes, Vol.7 No.2 SI, 2016)
- Indra Aditiyawarman, *Sejarah Perkembangan Kesehatan Mental*, (Journal Dakwah Dan Komunikasi Vol. 4 No 1, 2010)