

Implementasi Pemikiran Zakiah Daradjat Dalam Menghadapi Isu Kesehatan Mental di Institusi Pendidikan Islam

A.Saeful Bahri¹, Napsin², Nenden Maryati³ & Rd. Elih Jamilah⁴

^{1,2,3,4} STAI Bhakti Persada Majalaya Bandung, Bandung, Indonesia, 40383

E-mail: asepsaefulbahri53@gmail.com, napsin69@gmail.com, nendenmaryati07@gmail.com, ejamilah.ypames@gmail.com

RIWAYAT ARTIKEL

Received: 2024-11-19

Revised : 2024-11-25

Accepted: 2024-11-30

KEYWORD

Mental Health, Islamic Psychology, Islamic Education, Islamic Education Management

KATA KUNCI

Kesehatan Mental, Psikologi Islam, Pendidikan Islam, Manajemen Pendidikan Islam

ABSTRACT

This Research purpose to observe the implementation of Prof. Zakiah Daradjat's thoughts in Islamic educational institutions to deal with mental disorders that occur in adolescents. By using descriptive analysis on books and translated works as primary sources, and applying interview techniques with teachers and observation techniques on cases at the Ruhama Islamic Educational Institution, under the auspices of Prof. Dr. Zakiah Daradjat Jakarta Foundation. Zakiah's thoughts on mental health and Islamic religious psychology are applied to the institution of religious studies colleges (PTK). Educational management in this Islamic educational institution focuses on guidance and counseling on mental health by applying the concept of Islamic religious psychology that can be applied to students at elementary, middle and Islamic higher education institutions.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk melihat implementasi pemikiran Prof. Zakiah Daradjat di intitusi Pendidikan islam untuk menangani gangguan mental yang terjadi pada remaja. Dengan menggunakan analisis deskriptif pada buku-buku dan karya-karya terjemahan sebagai sumber primer, dan menerapkan teknik wawancara dengan guru serta teknik observasi pada kasus yang ada di Lembaga Pendidikan Islam Ruhama, di bawah naungan Prof. Dr. Zakiah Daradjat Yayasan Jakarta. Pemikiran Zakiah dalam Kesehatan mental dan psikologi agama islam di terapkan pada institusi sekolah tinggi studi Keagamaan (PTK). Manajemen Pendidikan di intitusi Pendidikan Islam ini berfokus pada bimbingan dan konseling terhadap Kesehatan mental dengan penerapan konsep psikologi agama islam yang dapat diterapkan kepada siswa ditingkat SD, menengah hingga di lembaga Pendidikan tinggi islam.

1. Pendahuluan

Pada tahun 2022, data WHO menunjukkan setidaknya 703.000 orang akan melakukan bunuh diri setiap tahunnya. Data ini akan terus bertambah jika tidak segera ditangani. Rata-rata usia pelaku bunuh diri berkisar pada usia remaja, yakni 15-29 tahun. Faktor terpenting dalam fenomena kebiasaan ini adalah penyakit kesehatan mental (Yusuf et al., 2023). Penyakit kesehatan mental menjadi masalah dalam skala global karena dampaknya sangat berbahaya dan penderitanya terkadang mengalami kesulitan dalam memulihkan dan meningkatkan kesehatan mental yang telah memburuk.

Kesehatan mental merupakan aspek krusial dalam kehidupan manusia yang membutuhkan perhatian serius (Ayuningtyas & Rayhani, 2018). Masalah kesehatan mental dapat berdampak signifikan terhadap kualitas hidup seseorang, termasuk kinerja, hubungan interpersonal, dan kemampuan untuk menavigasi lingkungannya (Kartikasari et al., 2022). Dalam beberapa tahun terakhir, pendidikan Islam telah muncul sebagai pendekatan alternatif untuk mengatasi masalah kesehatan mental. Pendidikan Islam menanamkan nilai-nilai moral dan spiritual yang dapat membantu

individu dalam mengatasi berbagai tantangan hidup, termasuk masalah kesehatan mental (Malli, 2021)

Tujuan artikel ini adalah untuk menggali lebih dalam hubungan antara pendidikan Islam dan kesehatan mental, sekaligus mengeksplorasi pendekatan alternatif yang ditawarkannya dalam menangani Kesehatan mental dengan menerapkan pemikiran Prof Zakiah Daradjat. Selain itu, artikel ini bertujuan untuk membahas manfaat dari pengintegrasian pendidikan Islam dalam upaya perawatan kesehatan mental, dengan menyoroti aspek-aspek konkret pendidikan Islam yang dapat berfungsi sebagai alternatif yang efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis. Pendidikan Islam mengacu pada sistem pendidikan yang didasarkan pada ajaran agama Islam, termasuk Al-Qur'an dan Hadits, serta nilai-nilai moral dan spiritual Islam (Kusuma, 2017).

Peran Zakiah sebagai pakar kesehatan mental yang psikoterapinya berlandaskan agama (Subhan, 1994). Pada kesempatan lain, Subhan (dalam Jajat, 2002) menulis bab tentang Zakiah sebagai tokoh ulama perempuan di Indonesia. Selain itu, ia juga menulis tentang perannya sebagai akademisi, mubalighah, konselor, terapis agama, pejabat, dan aktivis Majelis Ulama Indonesia (MUI). MUI sendiri memberinya kewenangan untuk membuat kebijakan di bidang pendidikan Islam, terutama yang menyangkut masalah-masalah pokok madrasah. Di samping perannya tersebut, ia telah membuat kebijakan-kebijakan penting dan monumental seperti Keputusan Bersama Menteri Agama, Menteri Pendidikan dan Kebudayaan, dan Menteri Dalam Negeri tahun 1975 tentang peningkatan mutu pendidikan madrasah; Keputusan Menteri Agama tentang persamaan madrasah dengan sekolah negeri tahun 1976; dan Keputusan Menteri Agama tentang persamaan madrasah dengan ijazah sekolah negeri tahun 1977.

Menurut Bastomi (2013), setelah melakukan analisis terhadap konsep pendidikan keluarga oleh Zakiah dalam salah satu bukunya, Pendidikan Islam dalam Keluarga dan Sekolah, ia menyimpulkan bahwa keluarga (kedua orang tua: ayah dan ibu) memiliki tanggung jawab utama dan utama dalam pendidikan. Dalam hal ini, pengembangan pendidikan keluarga berlangsung selama proses pertumbuhan dan perkembangan anak untuk menjadi manusia yang beriman dan beramal saleh sebagaimana dimaksud dalam Surah Luqman/31: 12-19. Menurut Surah tersebut, hakikat pendidikan keluarga meliputi pendidikan untuk pembentukan iman dan tauhid; pendidikan untuk bimbingan moral; pendidikan agama atau ibadah; dan

pendidikan untuk pengembangan kepribadian dan sosial. Menurutnya, aktualisasi konsep pendidikan keluarga oleh Zakiah terhadap pendidikan masa kini adalah membangun pendidikan integratif di antara keluarga melalui pengembangan iman, moralitas, praktik keagamaan anak, dan pengembangan pribadi dan sosial anak.

Sementara itu, penelitian Muslihun (2013) berfokus pada cara-cara perawatan kesehatan mental, dengan membandingkan konsep yang dibangun Zakiah dengan konsep yang dirancang Dadang Hawari, salah satu ilmuwan muslim dan psikiater terkemuka di Indonesia. Penelitian tersebut menemukan perbedaan pemikiran Zakiah dan Hawari. Menurut Zakiah, penanganan gangguan kejiwaan dilakukan melalui terapi psikologis dan konseling keagamaan. Dalam terapi psikologis misalnya, klien diperiksa dari segi kognitif, afektif, dan perilakunya, sedangkan dalam terapi keagamaan klien diberikan pemahaman yang utuh untuk menerima kenyataan dengan menjalankan praktik keagamaan secara optimal. Melalui kedua pendekatan tersebut, ia berupaya memanfaatkan potensi klien sebagai upaya penyembuhan diri dari gangguan kejiwaan. Di sisi lain, Hawari berpendapat bahwa ada empat langkah dalam penanganan gangguan mental, yaitu terapi psikofarmaka dengan pemberian obat-obatan medis; psikoterapi suportif, reedukasi, rekonstruktif, kognitif, psikodinamik, perilaku, dan keluarga; terapi menggunakan SWOT (kekuatan, kelemahan, peluang, dan ancaman); dan terapi psikoreligius yang bertujuan untuk memperkuat keimanan klien melalui ritual keagamaan dengan memahami secara mendalam enam rukun iman. Hasilnya, mereka merasa bahagia, mampu menghadapi tantangan hidup dan menerima orang lain apa adanya, serta bersikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain.

Ilham (2014) mengkaji tentang peran Zakiah terhadap perkembangan mental peserta didik melalui pendidikan Islam, yang membahas tentang pendidikan Islam yang dimulai sejak dini dalam keluarga dan peran orang tua yang sangat dominan dalam membentuk akhlak peserta didik. Namun pada kenyataannya, orang tua belum sepenuhnya mampu memberikan pendidikan agama karena belum semuanya memiliki pemahaman agama yang memadai. Oleh karena itu, pendidikan Islam diselenggarakan di sekolah atau madrasah sebagai lembaga profesi yang bertugas memberikan pendidikan bagi anak-anaknya. Meskipun peran dan tanggung jawab keluarga diserahkan kepada lembaga pendidikan formal seperti sekolah atau madrasah dalam perkembangan selanjutnya,

lembaga formal tersebut belum mampu memberikan pendidikan Islam yang memadai. Lebih lanjut, karena peserta didik hidup di tengah masyarakat dan menjadi bagian dari masyarakat, maka masyarakat juga perlu ikut berperan dalam proses pendidikan.

Lebih lanjut, Ilham (2014) yang mengkaji tentang peran perkembangan mental pendidikan Islam yang diadopsi dari pemikiran prinsipil Zakiah menyimpulkan bahwa keluarga memegang peranan penting. Dalam proses tersebut, gejala-gejala gangguan mental harus dikenali sedini mungkin, sehingga pembinaan mental dapat dilakukan dengan pendekatan yang tepat. Kepribadian yang sehat mental di sini ditandai dengan perasaan dicintai, aman, dihargai, dan berhasil. Menurut Zakiah, pembinaan mental memerlukan proses pendidikan, pembentukan karakter, dan pembinaan taqwa. Keterkaitan pembinaan mental dengan pendidikan Islam ditekankan pada pentingnya pendidikan di lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat. Terkait hal tersebut, Zakiah menambahkan pembinaan mental peserta didik dapat terwujud dengan baik melalui pendidikan Islam karena memerlukan pembinaan akhlak dan pembinaan taqwa.

Mawangir (2015: 83) menyampaikan bahwa pendidikan Islam, menurut Zakiah, merupakan pendidikan sepanjang hayat. Pendidikan Islam tidak hanya mengajarkan dimensi iman dan ibadah, tetapi juga akhlak. Melalui ketiga aspek tersebut, hakikatnya adalah menemukan potensi anak dan kemudian mengembangkannya. Tujuannya adalah untuk menciptakan keharmonisan sejati, memiliki kemampuan untuk menghadapi berbagai masalah umum dalam kehidupan sehari-hari, dan menghindari kecemasan serta konflik batin. Sebagai kesimpulan, Mawangir (2015) menyebutkan bahwa pendidikan Islam telah memberikan kontribusi untuk memberikan bimbingan dalam kehidupan, membantu kesulitan, menenangkan pikiran, mengendalikan moral, atau terapi untuk gangguan mental.

2. Tinjauan Literatur

a. Studi Pendidikan Tinggi dan Kesehatan Mental

Kesehatan mental sejak awal telah menjadi bagian dari psikologi. Hal ini bertentangan dengan pendapat Ashy (1999) dan Mohamed (2008) yang menyatakan bahwa psikologi pra-modern mengacu pada pikiran yang di dalamnya terdapat kecerdasan, kesadaran, dan perilaku. Berbeda dengan pendapat mereka, penelitian yang dilakukan oleh Mujib

(2005) dan Dumont (2010) menemukan bahwa khazanah klasik juga mempelajari kepribadian. Psikologi Islam pra-modern tidak hanya bersifat filosofis atau metafisis, tetapi lebih bersifat spekulatif. Ibnu Rusyd adalah contoh filsuf klasik yang menggunakan musik sebagai terapi eksperimental bagi seorang muda yang menderita melankolis. Demikian pula, al-Farabi menggunakan musik sebagai instrumen untuk hipnoterapi.

Studi tentang ranah psikologi kepribadian Islam dan psikologi abnormal Islam (misalnya, kesehatan mental) masih langka. Hanya satu atau dua tulisan yang muncul, seperti karya York (2011) tentang pengaruh ruqyah sebagai penyembuhan terhadap kesehatan mental. Dalam lima tahun terakhir ini, muncul upaya untuk meneliti pengaruh ritual keagamaan seperti puasa, tahajud, membaca Al-Qur'an, dzikir, shalat berjamaah, perilaku sufi, tarekat/sufisme, dan lain-lain terhadap kesehatan mental (Sholeh, 2003: 117; Shahid, dkk., 2015). Akan tetapi, perkembangan metode intervensi belum menyentuh jenis-jenis kelainan sebagaimana disebutkan oleh Halgin dan Withbourne (2009), yaitu akibat gangguan suasana hati, kepribadian, skizofrenia, pengendalian impuls, dan khususnya gangguan narkoba dan LGBT.

Kesehatan mental memang termasuk dalam ranah pendekatan psikologis, meskipun pendekatan tersebut bukanlah satu-satunya pendekatan yang dapat digunakan. Untuk menjaga kesehatan (wellness) yang baik, menjalani hidup dengan baik, serta menyembuhkan dan mengobati gangguan mental termasuk gangguan suasana hati, kecemasan, gangguan tidur, gangguan kognisi, dan sebagainya, intervensi listrik dan magnetik mulai digunakan. Sejak tahun 2016, intervensi tersebut telah umum di Amerika Serikat dan telah digunakan sebagai pendekatan medis serta alternatif dan pelengkap pendekatan lain, seperti yoga, meditasi, dan sebagainya. Pada tahun 2010, para ahli psikiatri yang tergabung dalam *Royal College of Psychiatrists* menyebutkan bahwa "kesehatan mental menjadi pengaruh multivariabel terhadap faktor-faktor lain, yang akhirnya menghasilkan jargon: tidak ada kesehatan masyarakat tanpa kesehatan mental".

Persoalan kesehatan mental bukanlah hal yang baru. Isu tersebut telah dibahas oleh para pemikir Islam klasik (700-1700 M). Mereka mempelajari psikologi dan kedokteran, serta berbagai ilmu terkait lainnya, kemudian mengaitkannya dengan kesehatan mental. Umumnya, mereka percaya, untuk menciptakan kesehatan masyarakat, mereka harus memulai dari pemimpin mereka (Sultan)

sebagai panutan. Untuk itu, mereka menulis sebuah buku yang dikenal sebagai nasihat kepada raja (nasihal almuluk). Para pemikir seperti itu mengabdikan waktu dan pekerjaan mereka untuk dan atas nama penguasa. Oleh karena itu, mereka berkewajiban untuk menghasilkan ide-ide tentang cara raja berperilaku untuk menjalankan mandat publik. Alavi (2009) menyebutkan Ibn Miskawaih (Ray, Iran, 932 - Isfahan, Iran, 1030 M) memberi contoh dengan menulis *Tahzib Akhlaq wa al-Tahrir al-A'raq* (memperbaiki moral dan memelihara karakter) sebagai nasihat kepada para sultan dari dinasti Buwaihi (320-450 H/ 932-1062 M). Yang lebih penting, ia menulis *al-Fauz al-Akbar* setelah menyelesaikan *al-Fauz al-Asghar*. Sementara itu, ia menulis *Tahzib al-Akhlak wa Tahrir al-A'raq* setelah menuntaskan *Tartib al-Sa'adah*. Setelah membaca karya-karyanya, kita dapat menyimpulkan bahwa etika bukan satu-satunya bidang yang dibahasnya, tetapi juga evolusi moral yang dimulai dengan terciptanya fase biologis-material dan naik menjadi makhluk yang mulia.

Selain Ibn Miskawaih, Hamidullah (1993) juga menyebutkan *al-Kindi* (Basra, Irak, 801 - Baghdad, Irak, 873), *al-Farabi* (Farab, Transoxania, 872 - Damaskus, 14 Desember 950 atau 12 Januari 951), Ibnu Sina (Bukhara, Uzbekistan, Agustus 980 - Hamadan, Iran, Juni 1037), dan Ibnu Rusyd (Cordova, Spanyol, 14 April 1126 - Marrakesh, Maroko, 1 Desember 1198). Mereka mempelajari dan membahas sektor kesehatan di lembaga-lembaga negara atau lembaga-lembaga yang disponsori negara, seperti masjid, lembaga penelitian, madrasah (tidak membedakan tingkat pendidikan dasar, menengah, dan tinggi), observatorium, rumah sakit, dan bahkan istana kerajaan. Umumnya, buku-buku yang ditulis oleh para pemikir klasik ditujukan kepada para penguasa, sebagai nasihat bagi mereka agar menjadi panutan yang baik bagi warga negara.

Dalam perkembangan modern dan kontemporer, para ilmuwan dan akademisi membahas dan mempelajari kesehatan mental dan secara aktif menggambarkan diri mereka sebagai individu yang baik dan patut dicontoh, sehingga masyarakat memahami dan menikmati kesehatan mental. Mereka secara aktif (1) menulis buku dan artikel untuk menyebarluaskan ide-ide mereka di berbagai media; (2) mempraktikkan kesehatan mental dengan melayani sebagai konselor atau psikiater dan membuka klinik atau konsultasi pribadi untuk umum. Zakia adalah generasi pertama akademisi; (3) mendidik siswa dan membimbing mereka dengan hati-hati. Dalam hal ini, mereka

membuat berbagai skenario bimbingan untuk menghasilkan output yang kredibel yang dapat menunjukkan hasil yang baik. Di tingkat universitas, program studi psikologi, konseling, psikoterapi tasawuf dan kesejahteraan sosial di Pendidikan Tinggi Islam di Indonesia telah menghasilkan alumni yang kompeten selama dua dekade terakhir. Mereka yang senantiasa berkarya sebagai trainer, guru, konselor, psikolog, pekerja sosial, aktivis LSM, dan aktivis perempuan yang gigih mengabdikan kajian kesehatan mentalnya bagi masyarakat Indonesia.

Perguruan Tinggi Agama Islam di Indonesia, khususnya Fakultas Ilmu Keguruan dan Ilmu Pendidikan, umumnya memberikan layanan kesehatan mental kepada mahasiswanya agar dapat mencapai dimensi integritas yang baik. Hampir semua Perguruan Tinggi Agama Islam di Indonesia menyediakan Pembimbing Akademik (PA) untuk mendampingi mahasiswanya agar dapat menyelesaikan studinya dengan baik sesuai jadwal, meraih prestasi yang tinggi, dan mencegah terjadinya drop out. Selain itu, PA tidak hanya menangani masalah akademik, tetapi juga menangani masalah non akademik yang berpotensi mengganggu keberhasilan studinya. Bersama mereka, mahasiswa dapat saling berbagi untuk mencari alternatif di antara sekian banyak alternatif yang tersedia, khususnya yang mudah dilaksanakan, guna mengatasi masalah yang dihadapinya. Secara umum, mahasiswa dapat menemui PA minimal 6 bulan sekali. Namun, dalam praktiknya, mahasiswa dapat membuat janji temu sesuai dengan jadwal masing-masing yang kosong. Secara kelembagaan, Perguruan Tinggi yang menyelenggarakan Psikologi, Bimbingan dan Konseling, Tasawuf, dan Psikoterapi Islam, serta berbagai bidang sejenis lainnya, pada umumnya menyelenggarakan pusat layanan psikologi dan konseling bagi mahasiswa, yang di dalamnya terdapat penanganan dan pengendalian kasus gangguan kejiwaan. Dengan menawarkan berbagai mata kuliah dengan disiplin ilmu yang berbeda di *College for Religious Studies*, terbukti tidak hanya memperluas perspektif dan memperkaya alternatif, tetapi juga memecahkan berbagai masalah yang sebelumnya tidak dapat dijangkau, bahkan dengan multi, inter, dan transdisipliner. Terakhir, *Colleges for Islamic Studies* juga mendukung mahasiswa dengan *Career Office* untuk membimbing dan mengembangkan keterampilan karier mereka yang sangat penting bagi masa depan mereka.

3. Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Penelitian meneliti buku-buku dan karya-karya terjemahan sebagai sumber primer, dan menerapkan teknik wawancara dengan guru serta teknik observasi pada kasus yang ada di Lembaga Pendidikan Islam Ruhama, di bawah naungan Prof. Dr. Zakiah Daradjat Yayasan Jakarta. Hasil penelitian dianalisis menggunakan Teknik analisis interaktif.

4. Hasil

a. Inti Pemikiran Zakiah: Terapi Berbasis Agama

Agama, menurut Zakiah (1970), merupakan sumber kebahagiaan manusia yang paling utama. Agama dan moralitas saling terkait, bahkan ia menyatakan bahwa agama yang dianutnya, Islam, merupakan sumber moral. Pernyataan tersebut tidak hanya diuraikan dalam bukunya, Ilmu Jiwa Agama, tetapi juga dibahas dalam Islam dan Kesehatan Mental (1982a), Problematika Remaja Indonesia (1982b), dan Perawatan Jiwa untuk Anak-anak. Buku kedua dan terakhir masing-masing merupakan terjemahan dari tesis master dan disertasi doktornya. Selain struktur dasar pemikirannya, ada beberapa karya tentang kesehatan mental yang menjadi perhatiannya.

Allah, menurut Zakiah, telah menciptakan jiwa yang berkembang menjadi sempurna, dan telah mengilhami jiwa itu dengan jalan yang baik dan buruk. Jalan yang baik, misalnya, dicapai dengan menyucikan jiwa agar beruntung, taat pada perintah agama, dan menjadikan Muhammad sebagai teladan. Orang yang mengotori jiwa itu sesungguhnya orang yang merugi (QS. 91: 7-10). Sebaliknya, jalan yang sesat, sebagaimana diilustrasikan dalam kasus Tsamud, dilalui oleh orang-orang yang mengingkari Muhammad, melewati garis agama, berubah menjadi makhluk yang paling celaka, dan berkubang dalam dosa (QS. 91: 11-14). Dengan kata lain, jalan yang sesat adalah jalan dosa. Orang yang menempuh jalan ini telah melanggar agama dan menyimpang dari aturan, yang akhirnya menghasilkan jiwa yang tidak suci. Penyucian jiwa diperoleh dengan melakukan shalat, puasa, zakat, haji, dan membaca Al-Quran lalu merenungkan makna dan tafsirnya. Secara spiritual, bacaan dan gerakan dalam shalat, menahan lapar saat berpuasa, dan berbagi melalui zakat, dan pergi haji ke Baitullah (Ka'bah) dirancang untuk memperkuat aspek spiritual dan memurnikan jiwa dan roh. Secara keseluruhan, praktik keagamaan tersebut merupakan ranah

pribadi, namun dalam perkembangannya meluas dan telah dipraktikkan selama berabad-abad, kemudian berubah menjadi ranah sosial, budaya, dan spiritual, bahkan memengaruhi perilaku interpersonal dalam organisasi. Langkah tersebut dielaborasi dan dikembangkan oleh Zakiah melalui pendidikan Islam, di sekolah-sekolah dan perguruan tinggi untuk Studi Islam.

Menurut Sukadji (2000), penerapan psikologi dalam pendidikan diperkuat sejak jenjang pendidikan taman kanak-kanak, dasar, menengah, bahkan pendidikan tinggi. Pada awalnya, psikologi dapat diterapkan melalui bimbingan dan konseling. Bimbingan, misalnya, diterapkan untuk membantu seseorang mengambil keputusan yang bijaksana, melakukan penyesuaian diri, dan memecahkan masalah dalam hidupnya (2000: 36). Sementara itu, konseling dilakukan untuk membantu memecahkan masalah pribadi. Dalam praktiknya, bimbingan dan konseling di lembaga pendidikan dimaksudkan agar mereka yang mencari pertolongan dapat mandiri dan bertanggung jawab terhadap diri mereka sendiri (2000: 43).

Bimbingan dan konseling di jenjang taman kanak-kanak, dasar, dan menengah memiliki penekanan yang berbeda (2000: 59-61), demikian pula jenjang pendidikan tinggi (2000: 83-90). Di jenjang pendidikan dasar, yang mendapatkan bimbingan dan konseling tidak hanya siswa, tetapi juga orang tua, staf administrasi, guru, dan semua pihak yang terkait langsung dengan mereka (2000: 59). Pada jenjang Pendidikan Tinggi, bimbingan tidak lagi lazim melainkan hanya konseling. Berbeda dengan bimbingan, dalam konseling, konselor membantu memecahkan masalah. Dalam hal studi, misalnya, metode pencegahan atau perbaikan diambil. Pendekatan tersebut dimaksudkan untuk memungkinkan siswa untuk: (a) mengambil keputusan tentang pilihan karir, preferensi program pendidikan dan sebagainya; (B) berinteraksi secara efektif dengan orang lain, seperti teman sebaya, guru dan orang tua; (C) memiliki pemahaman diri dan penerimaan diri yang lebih baik; (D) meningkatkan keterampilan akademis dan sosial; (E) mendukung diri mereka sendiri dalam mengatasi krisis emosional (2000: 107). Pada jenjang Pendidikan Tinggi, jenis layanan konseling telah terlibat dan telah berkembang pesat (2000: 107-110). Seperti yang umum diketahui, model konseling di Pendidikan Tinggi terdiri dari konseling individu dan kelompok (2000: 163 dan 184). Sementara itu, persoalan umum dalam konseling adalah mengatasi kesulitan belajar akibat kegagalan, cacat fisik, gangguan emosi, kecemasan

terpendam, perubahan perilaku, penilaian yang tidak tepat dan tidak lengkap, serta pola asuh yang tidak memadai. (2002: 134).

Dalam Islam, penyakit mental dan spiritual merugikan orang yang terinfeksi, tidak hanya di dunia ini, tetapi juga nasibnya di akhirat. Oleh karena itu, perhatian konselor dan psikoterapis tidak hanya terfokus pada masalah klinis dan gangguan kejiwaan, tetapi kini telah bergeser pada upaya perbaikan diri. Gejala gangguan kejiwaan yang dikhawatirkan seseorang belum tentu membuatnya hidup normal, tetapi justru meningkatkan kinerja dan prestasinya. Dalam hal ini, Stone (2007) menggunakan istilah coaching, counseling, dan mentoring - misalnya - untuk mendorong karyawan memilih dan menggunakan teknik terbaik guna meningkatkan kinerja mereka. Coaching, misalnya, digunakan untuk terus mendorong karyawan agar melakukan pekerjaan mereka sebaik mungkin, sementara counseling diterapkan untuk memperbaiki kinerja yang buruk. Lebih jauh, mentoring dilakukan untuk membantu karyawan mencapai kinerja puncak. Kini, tidak hanya teknik bimbingan dan konseling saja yang berkembang pesat (Mu'awanah dan Hidayah 2009; Erford, 2014), tetapi juga pembinaan dan bahkan psikoterapi (Conte, 2009). Di Indonesia, pembinaan sebagai pekerjaan profesional telah banyak ditekuni oleh anak muda dalam satu dekade terakhir, dan telah memberikan kontribusi yang signifikan bagi organisasi dan sektor industri (Picauly, 2015). Lebih lanjut, Picauly menambahkan dua tema utama dalam pembinaan. Pertama, tema bisnis dan perusahaan yang mengupas isu-isu pembinaan dalam organisasi, efektivitas dan optimalisasi pembinaan, penciptaan manusia yang berkualitas, pengembangan industri sumber daya manusia, industri olahraga, kesejahteraan, menuju perusahaan kelas dunia terkemuka, perusahaan dalam transisi ke generasi ketiga, penyalarsan nilai-orang-proses, dan sebagainya. Kedua, tema keluarga dan pribadi yang meliputi kebahagiaan, pembinaan diri, membangun hubungan strategis, memperkuat kharisma, kepekaan terhadap panggilan hidup, mediasi dengan teman sebaya, menjaga sistem keluarga, menemukan jati diri, dan sebagainya. Dalam dekade terakhir ini, bimbingan dan konseling telah bergeser ke pembinaan dan pelatihan. De Bono (2004), misalnya, menjelaskan cara-cara untuk menampilkan pikiran yang indah, seperti menunjukkan sikap setuju dan tidak setuju, memiliki pendapat yang berbeda, menunjukkan perhatian, menanggapi, mendengarkan, mengajukan pertanyaan, dan lain-lain dengan teknik paralel

yang disebut enam topi (de Bono, 1985). Dengan mempraktikkan enam topi, mereka diharapkan memiliki konsep, menemukan alternatif, mengendalikan emosi dan perasaan, menjunjung tinggi nilai-nilai, menghargai keberagaman, mencari persetujuan, membangun opini, mengolah informasi menjadi pengetahuan, mengambil sikap, memilih tema yang tepat sebagai kalimat pembuka, memahami teknik interupsi dan kesopanan publik lainnya.

Menurut Welton dan Mallan (1981), anak-anak memiliki dunianya sendiri yang memerlukan strategi pengajaran khusus untuk belajar bersama mereka. Dalam konteks lembaga pendidikan, Sukadji (2000) dan Rosenfeld (2008) menyimpulkan sasaran bimbingan, konseling, pendampingan, dan psikoterapi lebih relevan pada anak-anak, tetapi pembinaan dan konseling lebih tepat untuk orang dewasa. Selain itu, Arthur, Davison dan Moss (1997) menjelaskan pendampingan untuk siswa sekolah dasar dapat dilakukan dengan memasukkannya dalam mata pelajaran tertentu. Tujuan akhir dari pelaksanaan kesehatan mental melalui bimbingan, konseling, pendampingan, psikoterapi, dan pembinaan adalah untuk menghindari hubungan kodependen: jenis hubungan disfungsional di mana seseorang membantu atau membantu orang lain yang kecanduan, tidak dewasa dan tidak bertanggung jawab, menghasilkan kinerja yang tidak memadai, dan memiliki kesehatan mental yang buruk. Dengan kata lain, hubungan kodependen disebut pola hubungan disfungsional karena hubungan yang ideal dibangun atas dasar pro-sosial (Eisenberg dan Mussen, 1989).

b. Yayasan Ruhama: Implementasi Kesehatan Mental

Pidato ilmiah saat Zakiah menganugerahkan gelar Guru Besar dengan judul Kesehatan Mental: Perannya dalam Pendidikan dan Pengajaran, menyatakan kesehatan mental terbagi dalam tiga kategori: kesehatan, ilmu pengetahuan, dan lingkungan. Tanda-tanda kesehatan mental pada seseorang adalah perasaan dicintai, aman, dihargai/dihargai, dan sukses, sedangkan gejala orang yang tidak sehat mentalnya adalah perasaan tertekan, kecewa, cemas, dan sejenisnya. Menurut Zakiah, gejala-gejala tersebut bukan disebabkan oleh kerusakan organik pada tubuh, melainkan kondisi jiwa. Selain itu, Zakiah (1996: 31) mengamati beberapa fenomena yang menunjukkan bahwa mayoritas masyarakat Indonesia mengalami gangguan kejiwaan (gangguan kesehatan mental).

Ia kemudian menawarkan pengembangan mental yang memerlukan proses pendidikan, pembentukan karakter, dan pembinaan taqwa.

Zakiah (1976) melihat secara jelas keterkaitan antara pendidikan Islam dan pengembangan mental dengan melihat pentingnya pendidikan dalam keluarga, di sekolah, dan di masyarakat dalam mengembangkan kesehatan mental. Pengembangan kesehatan mental peserta didik melalui pendidikan Islam, menurut Zakiah (1976) sangat tepat karena memerlukan pembinaan karakter dan pembinaan taqwa. Pendidikan agama Islam, sesungguhnya membekali peserta didik dengan pembinaan karakter dan pembinaan taqwa. Mengenai profesi guru di lembaga pendidikan, Zakiah (1980: 9-41) menunjukkan pendapatnya bahwa guru harus menempatkan diri sebagai personifikasi profesinya, memainkan perannya dalam proses pembelajaran dan memiliki keterampilan yang menarik dalam menyampaikan bahan ajar. Dalam buku lain, Zakiah (1980) menyebutkan guru di Madrasah Ibtidaiyah (M.I), Madrasah Tsanawiyah (M.Ts.), dan Madrasah Aliyah (MA), dituntut untuk memenuhi tiga syarat kepribadian guru, yaitu: pengetahuan, moral dan perilaku serta kepribadian.

Wajar saja jika Zakiah mendirikan Yayasan Pendidikan Islam Ruhama pada tahun 1998, yang pada tahun 2006 berganti nama menjadi Yayasan Prof. Dr. Zakiah Daradjat karena pendidikan merupakan salah satu bidang yang perlu dikembangkan. Semenjak nama yayasan ini berganti menjadi Yayasan Prof. Dr. Zakiah Daradjat, peran dan fungsi yayasan ini semakin meluas, salah satunya terlihat dari berdirinya lembaga penerbitan yang menerbitkan buku-buku praktis tentang kesehatan mental karya Zakiah, dan adanya Dewan Kemakmuran Masjid (DKM) yang mengelola masjid di lingkungan Ruhama Residence untuk membantu sekolah-sekolah dalam menciptakan lingkungan yang harmonis untuk menjalankan rukun iman dan rukun Islam sebagai bagian dari upaya membangun lingkungan pendidikan yang sehat untuk kesehatan mental. Menurut Juhdi (2016), perubahan nama ini bertujuan untuk melanggengkan nama Zakiah dan memperluas jangkauan kiprahnya. Di bawah naungan Yayasan ini telah berdiri Lembaga Pendidikan Islam Ruhama yang hingga kini telah menyelenggarakan beberapa jenjang pendidikan formal, seperti Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPA) sejak tahun 1993; Taman Kanak-kanak Islam Ruhama sejak tahun 1993, Sekolah Dasar Islam Ruhama sejak tahun 1999, Sekolah Menengah Pertama Islam Ruhama sejak tahun 1993, dan

Sekolah Kejuruan Islam Ruhama (dahulu Sekolah Menengah Atas Islam Ruhama yang berdiri sejak tahun 1988) sejak tahun 1999. Berdirinya lembaga pendidikan tersebut sesuai dengan salah satu misi yayasan, yaitu menyebarkan nilai-nilai Islam (nasyr al-fikrah) dan mengembangkan sumber daya umat Islam.

Yayasan berdiri dan selanjutnya ditawarkan lembaga pendidikan, mengingat Zakiah menginginkan lembaga pendidikan tersebut dapat berkembang seiring dengan perkembangan masyarakat di Ciputat, Cirendeui, dan Pondok Cabe yang pada zamannya dianggapnya masih berada di bawah garis kemiskinan. Menurut Juhdi (2016), dirinya telah dua kali menolak dukungan dana pendirian Yayasan dari pihak luar, salah satunya dari Drs. H. Soedarmono, Ketua Umum Partai Golkar, Periode 1983-1988 dan Wakil Presiden Republik Indonesia, Periode 1988-1993, dan yang kedua dari Direktur Bank Mu'amalat, Periode 1992-1995, Zainul Bahar Noor, SE. Dalam hal ini, pertimbangannya adalah agar lembaga yang didirikannya tidak memiliki kesenjangan dengan masyarakat sekitar, baik dari segi konteks pendidikan, status sosial ekonomi, agama, maupun politik. Tepatnya, ia tidak rela Yayasan ini berafiliasi dengan partai politik tertentu. Meskipun lembaga pendidikan di yayasan tersebut didedikasikan untuk orang miskin dan para guru sangat didorong untuk bekerja dengan tulus, kualitasnya dapat dipercaya. Selama dua siklus akreditasi, seluruh lembaga pendidikan, dari tingkat dasar hingga kejuruan, telah mendapatkan akreditasi A.

Ajmi Azmir (2016), Ketua Yayasan Prof. Dr. Zakiah Daradjat, menegaskan bahwa "Zakiah belum memberikan pedoman tertulis tentang cara pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah-sekolah di bawah yayasan. Satu-satunya instruksi yang diberikannya adalah instruksi lisan, dan kami tidak mencatat instruksi lisan tersebut. Yang lebih penting, dia lebih fokus pada pendidikan tinggi dan tidak memiliki keterlibatan langsung dalam jenjang pendidikan anak usia dini, dasar, dan menengah." Dalam hal ini, hanya komite dan guru yang memahami implementasi pemikiran Zakiah tentang kesehatan mental yang berbasis agama, mengingat mereka terlibat langsung dalam lembaga pendidikan; jenjang taman kanak-kanak, dasar, menengah pertama, dan atas.

Pandangan dunia SD Islam Ruhama terhadap anak disebutkan dalam situs web sekolah:

"Anak merupakan anugerah terindah dari Allah, dan merupakan investasi yang sangat berharga bagi

setiap orang tua di dunia dan akhirat. Memberikan pendidikan yang bermutu kepada mereka merupakan wujud kasih sayang setiap orang tua yang peduli terhadap masa depan mereka. Pendidikan bermutu yang menekankan perwujudan keimanan dan kecerdasan majemuk pada anak memberikan bekal keterampilan berperilaku sesuai dengan keimanan dan kecerdasan intelektualnya sebagai bekal menghadapi perkembangan zaman yang terus berubah secara dinamis. Berdasarkan pandangan tersebut, SD Islam Ruhama hadir sebagai salah satu lembaga pendidikan formal yang menyelenggarakan proses belajar mengajar yang berorientasi untuk mencetak generasi Qur'ani yang memiliki kecerdasan intelektual dan akhlak mulia".

Bimbingan dan konseling di SD Islam Ruhama menurut Akbar (2016) lebih ditekankan pada studi kasus yang bertujuan untuk menyelesaikan permasalahan siswa dengan cara mengamati cara berpikir (kognitif), kemauan (volition), emosi (afektif), dan perilaku (psikomotorik). Kasus umum yang sering terjadi di sekolah adalah gangguan suasana hati (mood disorder) yang ringan akibat kurangnya perhatian dan kasih sayang orang tua (yang terjadi karena permasalahan orang tua itu sendiri, Zakiah, 2002: 157-207), dan pengendalian impuls. Sesuai dengan kebijakannya, SD Islam Ruhama tidak menerima anak berkebutuhan khusus. Namun apabila di kemudian hari ditemukan siswa berkebutuhan khusus, pihak sekolah menganjurkan agar orang tua memberikan bimbingan tambahan di luar jam sekolah. Selain itu, pihak sekolah tidak mengatur kebijakan untuk mengelompokkan guru menjadi guru utama dan guru pendamping, dimana guru pendamping bertugas untuk membantu anak yang mengalami kesulitan belajar, dalam hal ini anak berkebutuhan khusus. Dengan demikian, deteksi dini dapat dilakukan. Secara umum, beberapa kasus yang teridentifikasi antara lain perkelahian, terpapar pornografi, pencurian, kepo, candaan yang berlebihan sehingga menimbulkan salah paham dan sejenisnya, namun tidak termasuk bullying karena hubungan antara siswa junior dan senior sudah terjalin baik. Setelah teridentifikasi, siswa dengan masalah tersebut diketahui sebagai korban perceraian. Dalam kasus ini, konflik orang tua menyebabkan mereka berebut hak asuh anak. Menurut pihak sekolah, konflik orang tua harus ditangani dengan baik untuk menghindari dampak samping pada anak dan mencegah mereka menjadi korban.

Kasus-kasus yang ditemukan di SMP dan SMA Islam Ruhama berbeda dengan kasus yang ditemukan di sekolah dasar. Kasus-kasus tersebut

umumnya merupakan gejala kenakalan remaja, seperti mencoret-coret baju, tas, kursi, dan meja, berpacaran, berkelompok, merokok, memotong celana, memakaikan pakaian ketat bagi siswi yang memperlihatkan lekuk tubuhnya, dan sebagainya. Selain kasus-kasus tersebut, meskipun kasus ini belum pernah ditemukan, pihak sekolah tetap mewaspadaai adanya paparan pornografi melalui internet, narkoba, dan LGBT kepada siswa. Dalam menyikapi kasus tersebut, Juhi (2016) dan Ridwan (2016) menyikapinya dengan hati-hati dan tidak serta merta menganggapnya sebagai bentuk kenakalan remaja. Untuk itu, mereka mengikuti pendekatan Zakiah dengan mengidentifikasi apa yang menjadi pendorong mereka melakukan kasus tersebut, seperti keinginan untuk dianggap sebagai orang dewasa. Mereka menambahkan, siswa dapat melanggar peraturan sekolah karena orang tua mereka, di mana ayah tidak memperhatikan dan mengurus mereka atau ibunya adalah orang tua tunggal yang kemudian menyebabkan mereka berpikir tidak ada yang peduli pada mereka.

Pendekatan, teknik, dan metode dalam memahami perilaku anak harus selalu ditingkatkan dengan berbagai pertimbangan. Di sini, merangkul aspek hati, emosional, dan psikologis mereka dengan kasih sayang sangat penting, seperti memanggil mereka "sayang", "anak baik", "anak pintar", "anak luar biasa" dan sejenisnya. Pendekatan semacam itu digunakan dengan beberapa pertimbangan bahwa mereka mungkin tidak pernah dipanggil seperti itu di rumah. Secara praktis, sentuhan lembut dilakukan untuk menciptakan suasana yang nyaman di sekolah dan melengkapi kasih sayang yang mereka terima di rumah. Dalam prosesnya, kepala sekolah dan guru menemukan perkembangan yang menarik karena siswa Sekolah Menengah Pertama dan Atas lebih suka berbagi dengan guru, konselor, dan kepala sekolah mereka, tetapi bukan orang tua mereka jika mereka menghadapi masalah. Dalam beberapa kasus, seorang siswa tidak ingin bertemu ayahnya karena ia kesal karena orang tuanya bercerai. Butuh waktu satu tahun untuk melakukan konseling kepadanya. Saat itu, waktu yang tepat adalah saat ulang tahunnya; ayahnya merayakan ulang tahunnya bersama teman-temannya di kelas. Sejak saat itu, hubungan antara dia dan ayahnya akhirnya membaik. Dalam kasus lain, siswa umumnya cenderung tinggal di sekolah lebih lama. Memang, itu pertanda baik. Namun, jika sekolah tidak mengawasi mereka, itu akan berdampak negatif pada hubungan sosial mereka di rumah. Dalam hal ini, menyediakan kegiatan kokurikuler dan

ekstrakurikuler bagi siswa Sekolah Menengah Pertama dan Kejuruan akan menjadi cara yang lebih baik untuk memaksimalkan potensi, bakat, dan minat mereka.

Sudah pasti Zakiah merupakan ikon kesehatan mental di Yayasan Prof. Dr. Zakiah Daradjat, yang mana ilmu, pengalaman, dan kompetensinya tidak dapat digantikan oleh adiknya sekalipun yang juga merupakan ketua yayasan. Setelah beliau meninggal dunia, beberapa guru senior menempuh berbagai cara untuk mengisi kekosongan peran beliau. Guru-guru senior di sini adalah mereka yang telah berjasa bagi yayasan dan telah diangkat sejak awal berdirinya. Intensitas kerja dan hubungan profesional mereka dengan Zakiah telah membekali mereka dengan ilmu dan keterampilan serta membentuk sikap mereka dalam berhubungan dengan orang tua dan siswa. Pengalaman tersebut, menurut Akbar (2016), ditularkan oleh Juhdi Asidi, Drs. Ridwanudin, Yusron Syarifuddin, Hj. Taba Mujji, dan Hj. Zulfadri selaku guru senior di Ruhama kepada guru-guru baru. Intensitas komunikasi antar guru senior-junior terorganisasi dengan baik seperti pengaturan tempat duduk yang berdampingan, rapat sekolah, kunjungan rumah informal, outbound, dan sebagainya. Dengan duduk berdampingan, misalnya, guru senior-junior akan menjembatani hubungan yang hangat dan menciptakan percakapan yang bersahabat yang memungkinkan mereka untuk berbagi pengetahuan, pengalaman, dan keterampilan. Pengaturan tempat duduk ini disebut kader informal dengan cara guru senior berbagi pengetahuan dan pengalaman dengan guru junior. Dengan pengaturan seperti itu, tidak ada kesenjangan dan yang Muda menghormati yang Tua. Akhirnya, hubungan profesional dan interpersonal pun terbangun.

Biasanya, isi komunikasi antar guru adalah untuk berbagi pengetahuan dan pengalaman tentang bagaimana Zakiah mendukung guru dalam menghadapi siswa. Zakiah, menurut Juhdi (2016) dan Akbar (2016), selalu menekankan bahwa guru harus terlebih dahulu membuat siswa merasa nyaman. Mereka mengutip pernyataannya, “pertama-tama, buat mereka merasa nyaman dan kemudian kenali apa masalahnya. Harap pahami bahwa anak-anak rentan. Buat mereka senang dan merasa rileks. Dalam menghadapi siswa kita, guru harus selalu sabar. Harap diingat bahwa mendidik dianggap sebagai ibadah. Seperti melakukan shalat, kita harus sabar. Jika tidak, maka setan akan menunggangi kita.” Pernyataan tentang sifat tidak sabar manusia dan setan yang menunggangi manusia dengan hawa nafsu dan amarah ini ditulis

oleh Zakiah (2002: 68-69) dalam bukunya Psikoterapi Islam sebagai contoh gangguan mental.

Hingga tahun 2016, data dari bagian Bimbingan dan Konseling menemukan bahwa kasus gangguan jiwa di TK hingga SMK berbeda jenis dan tingkat keseriusannya. Untuk itu, penanganan kasus gangguan jiwa pada siswa dilakukan secara bertahap. Kamila (2016) dan Akbar (2016) menyatakan kasus ringan umumnya ditangani oleh guru kelas atau guru mata pelajaran. Dalam menangani anak yang moodnya buruk, kurang motivasi, datang terlambat, atau tidak mengerjakan tugas, misalnya, guru mata pelajaran akan melimpahkan kasus tersebut kepada kepala sekolah jika kasus tersebut berulang. Terkait kasus siswa yang berkonflik dengan siswa lain dan konflik tersebut dilimpahkan kepada orang tua masing-masing, Akbar (2016) tidak hanya menyelesaikan konflik tersebut, tetapi juga melaporkan hasilnya kepada pihak yayasan.

Terkait kasus gangguan jiwa yang berujung pada kenakalan siswa (kenakalan remaja), tidak hanya bimbingan dan konseling saja yang ditekankan. Dalam taraf tertentu, sanksi juga diberikan. Juhdi (2016) menyebutkan beberapa sanksi yang diberikan kepada siswa SMP yang datang terlambat sesuai dengan jam sekolah yang telah ditentukan. “Bagi anak yang datang terlambat satu atau dua kali, akan kami berikan pembinaan dan konseling. Apabila ada siswa yang kedapatan membuang sampah sembarangan di lingkungan sekolah atau mencoret-coret kursi dan meja, maka yang bersangkutan akan diberikan infak sebesar Rp. 2000, bukan denda. Uang yang terkumpul digunakan untuk membeli sajadah. Selain infak, dalam beberapa kasus siswa juga diberikan sanksi disiplin seperti berlarian di sekitar lingkungan sekolah. Mengenai infak, meskipun hanya sebesar Rp. 2000, bagi mereka dianggap mahal karena berarti mengurangi uang saku. Selain sebagai bentuk rasa kasihan, dikhawatirkan akan menimbulkan kesan mengincar uang saku. Oleh karena itu, diberikan alternatif sanksi, yaitu siswa yang melanggar tata tertib sekolah diminta untuk bertauhid di depan teman-temannya setelah shalat dzuhur”.

Kepala sekolah di Ruhama menyadari sepenuhnya bahwa zaman telah berubah. Satu-satunya kunci untuk menghadapi perubahan zaman adalah guru menjadi panutan. Bagi mereka, lembaga pendidikan ini mempertaruhkan reputasi akademis, profesionalisme, dan kredibilitas moral mereka. Juhdi (2016) dan Akbar (2016) menyebutkan guru mengatakan bahwa mengajar di

Ruhama tidak hanya mentransfer pengetahuan dan bagaimana ilmu pengetahuan ditemukan, tetapi juga membentuk kepribadian mereka. Dalam prosesnya, para siswa di Ruhama akan melihat langsung bagaimana mereka mempraktikkan mata pelajaran yang telah mereka transfer. Dengan kata lain, para siswa belajar bagaimana meniru dan meniru cara guru mereka bertindak seperti menjaga ekspresi wajah, gerak tubuh dan bahasa tubuh, mengucapkan kata-kata, berperilaku, menunjukkan kepekaan dalam berhubungan dengan orang lain, dan memahami tindakan yang pantas dan tidak pantas. Secara bijak dapat dikatakan, guru adalah panutan, apa yang telah mereka lakukan akan menjadi model bagi para siswanya, di mana kata-kata, kalimat, dan perilaku akan ditiru dan ditiru. Menurut Ridwan (2016), mengajar mengandung makna adagium; Anak-anak belajar dengan melihat bukan dengan ceramah. Oleh karena itu, dengan ilmu yang dimilikinya, mereka diharapkan dapat menunjukkan cara berpikir dan berperilaku yang mencerminkan bahwa mereka adalah manusia yang berilmu dan beradab.

Ruhama telah menetapkan aturan yang jelas bagi para guru, mulai dari cara berpakaian, nada bicara, tutur kata, perilaku, dan citra diri hingga kedisiplinan, ketepatan waktu, dan kepatuhan terhadap aturan. Para guru harus menyadari bahwa mereka memberikan pengaruh yang signifikan terhadap siswa di lingkungan sekolah. Kemampuan mereka dalam memecahkan masalah sendiri, mengerjakan tugas, mengambil kesempatan dalam kepemimpinan, tetap bersikap positif dan optimis, memiliki keinginan untuk berprestasi, dan kemampuan berinteraksi dipengaruhi oleh peran guru dalam menempatkan diri sebagai contoh dan menciptakan suasana yang memungkinkan siswa untuk berkembang sepenuhnya dan mencapai potensinya. Karakter yang baik yang ditunjukkan oleh guru akan membentuk budaya sekolah, dan akan menciptakan lingkungan yang sehat bagi pengembangan pribadi siswanya. Di sini, siswa memiliki kesempatan untuk belajar bagaimana sekolah secara positif membentuk hubungan sosial dengan orang lain di lingkungan sekolah.

Berdasarkan peraturan sekolah, guru yang mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan visi, misi, tujuan, dan budaya sekolah akan dikenakan sanksi dan hukuman. Siswa dibimbing, diajarkan, dan diarahkan oleh guru untuk mengenali lingkungan ekologis, sosiologis, psikologis, dan spiritual. Sebagai panutan, guru harus menjauhi perilaku yang tidak pantas seperti meninggalkan kelas tanpa pemberitahuan sebelumnya atau

melakukan kekerasan verbal, mental, dan bahkan fisik kepada siswa. Bagi mereka yang melakukan pelanggaran ringan akan mendapatkan peringatan lisan, dan jika pelanggaran ringan tersebut diulang, maka akan berubah menjadi pelanggaran sedang yang berujung pada peringatan tertulis pertama hingga ketiga. Contoh pelanggaran ringan adalah datang terlambat ke kelas atau meninggalkan kelas lebih awal. Tiga surat peringatan tertulis juga diberikan kepada mereka yang melanggar kategori sedang. Terakhir, bagi mereka yang melanggar norma, budaya, dan aturan tertulis terutama ajaran agama akan diminta untuk mengundurkan diri atau dikeluarkan dari Ruhama.

5. Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan Zakiah Daradjat yang mengintegrasikan nilai-nilai agama Islam dengan konsep psikologi modern mampu memberikan solusi yang relevan dan praktis dalam menangani isu kesehatan mental, khususnya di kalangan remaja. Hal ini dijelaskan melalui fokus pada pendidikan integratif yang melibatkan keluarga, sekolah, dan masyarakat untuk membangun kesehatan mental yang berlandaskan nilai-nilai spiritual dan moral.

Sebagai refleksi dari riset ini, penerapan pemikiran Zakiah Daradjat di institusi pendidikan Islam tidak hanya menyoroti pentingnya bimbingan dan konseling berbasis agama, tetapi juga memperkuat relevansi pendidikan Islam dalam menjawab tantangan kesehatan mental di era modern. Penelitian ini menegaskan bahwa pendekatan integratif yang ditawarkan mampu menciptakan lingkungan pendidikan yang sehat secara psikologis sekaligus mendukung pembentukan karakter siswa.

Untuk pengembangan ke depan, diperlukan penelitian lebih lanjut yang melibatkan berbagai institusi pendidikan Islam di luar lembaga yang diteliti, serta analisis komparatif antara metode Zakiah Daradjat dengan pendekatan kesehatan mental lainnya. Selain itu, institusi pendidikan disarankan untuk meningkatkan pelatihan bagi guru dan konselor dalam mengimplementasikan metode bimbingan dan konseling berbasis agama untuk memastikan keberhasilan program.

Penelitian ini memberikan kontribusi signifikan terhadap pengembangan pengetahuan di bidang kesehatan mental, khususnya dalam konteks pendidikan Islam. Dengan menggabungkan wawasan psikologi modern dan spiritualitas Islam, riset ini menawarkan model pengelolaan kesehatan mental yang adaptif, relevan, dan dapat direplikasi

dalam konteks yang lebih luas. Kontribusi ini memperkaya literatur akademik terkait kesehatan mental, psikologi agama, dan manajemen pendidikan berbasis nilai spiritual.

6. Referensi

- Alavi, H. R. (2009). Ethical views of Ibn Miskawayh and Aquinas. *Philosophical Papers and Review*, 1(4), 1-5.
- Arsyad, A. (2010). Generasi pejabat dari tanah Bugis. In W. Santin & M. Sabri (Eds.), *Refleksi 75 Tahun Prof. Dr. Hj. Andi Rasdiyanah: Meneguhkan eksistensi Alauddin* (pp. xxx-xxx). Makassar: UIN Alauddin - Pustaka al-Zikra.
- Ashy, M. A. (1999). Health and illness from an Islamic perspective. *Journal of Religion and Health*, 38, 241-257.
- Ayuningtyas, D., & Rayhani, M. (2018). Analisis situasi kesehatan mental pada masyarakat di Indonesia dan strategi penanggulangannya. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 1-10.
- Bastomi, H. (2013). *Analisis kritis konsep pendidikan keluarga menurut Prof. Dr. Zakiah Daradjat dalam buku Pendidikan Islam dalam Keluarga dan Sekolah* (Skripsi). Faculty of Tarbiyah, IAIN Walisongo Semarang.
- Daradjat, Z. (1970). *Ilmu jiwa agama*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Daradjat, Z. (1976). *Pembinaan remaja*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Daradjat, Z. (1980). *Kepribadian guru*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Daradjat, Z. (1996). *Puasa untuk anak-anak*. Jakarta: Yayasan Ruhama.
- Daradjat, Z. (1996). *Shalat untuk anak-anak*. Jakarta: Yayasan Ruhama.
- Daradjat, Z. (2002). *Psikoterapi Islami*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Dumont, F. (2010). *A history of personality psychology: Theory, science, and research from Hellenism to twenty-first century*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Halgin, R. P., & Withbourne, S. K. (2009). *Abnormal psychology: Clinical perspectives on psychological disorders*. New York: McGraw-Hill.
- Haryanto, S. (2007). *Psikologi shalat*. Yogyakarta: Mitra Pustaka.
- Hasanudin. (2007). Pengaruh shalat terhadap ketenangan jiwa: Studi pada jamaah Masjid Anwar Rasyid (Skripsi). Faculty of Dakwah, UIN Sunan Kalijaga, Yogyakarta.
- Ibn Miskawayh, A. B. M. (1992). *Tahzib al-Akhlaq wa Tahrir al-A'raq (Purification of morality and refinement of souls)*. Qom: Bidar.
- Ilham. (2014). Pembinaan mental peserta didik melalui pendidikan agama Islam: Studi pemikiran Zakiah Daradjat (Skripsi). Department of Islamic Religious Education, Faculty of Tarbiyah and Teacher Training Sciences, UIN Sunan Kalijaga, Yogyakarta.
- Kartikasari, M. N. D., Fitria, Y., Damayanti, F. E., Prabu, S., Fatsena, R. A., Kusumawaty, I., & Budi, Y. S. (2022). *Kesehatan mental*. Global Eksekutif Teknologi.
- Khairillah. (2014). Pendidikan karakter dan kecerdasan emosi: Perspektif pemikiran Prof. Dr. Zakiah Daradjat (Thesis). The Graduate School, IAIN Antasari, Banjarmasin.
- Kusuma, A. B. (2017). Pendekatan psychotherapy Alquran dalam gangguan kesehatan mental (Suatu kajian psikologi agama). *AL-MANAR: Jurnal Komunikasi dan Pendidikan Islam*, 6(1).
- Ma'rufah, Y. (2015). Manfaat shalat terhadap kesehatan mental dalam al-Qur'an (Skripsi). Bachelor of Qur'an and Tafsir Sciences, Faculty of Theology, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Malli, R. (2021). Urgensi pendidikan Islam dalam menghadapi tantangan modernitas. *TARBAWI: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 6(02), 158-175.
- Marchlewska, M., Cichocka, A., Łozowski, F., Górska, P., & Winiewski, M. (2019). In search of an imaginary enemy: Catholic collective narcissism and the endorsement of gender conspiracy beliefs. *The Journal of Social Psychology*, 159(6), 766-779.
- Mawangir, M. (2015). Zakiah Daradjat dan pemikirannya tentang peran pendidikan Islam dalam kesehatan mental. *Intizar*, 21(1).
- Meloeng, L. J. (2004). *Metode penelitian kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saladana, J. (1994). *A qualitative data analysis: A method of sourcebook*. Los Angeles: Sage Publications.
- Musbikin, I. (2003). *Rahasia shalat bagi penyembuhan fisik dan psikis*. Yogyakarta: Mitra Pustaka.
- Muslihun. (2013). Konsep perawatan kesehatan jiwa menurut pendapat Zakiah Daradjat dan Dadang Hawari (Skripsi). Department of Islamic Guidance and Counseling, Faculty of Dakwah and Communication Sciences, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.

- Shihab, M. Q. (2003). *Tafsir al-Misbah: Pesan, kesan, dan keserasian al-Qur'an*. Jakarta: Lentera Hati.
- Sholeh, M. (2003). *Tahajjud: Manfaat praktis ditinjau dari ilmu kedokteran*. Yogyakarta: PT. Pustaka Pelajar.
- Silalahi, U. (2009). *Metode penelitian sosial*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Subhan, A. (1994). Prof. Dr. Zakiah Daradjat: Terapi yang memperhatikan agama. *Ulumul Qur'an*.
- Subhan, A. (2002). Prof. Dr. Zakiah Daradjat: Pendidik dan pemikir. In J. Burhanuddin (Ed.), *Ulama perempuan Indonesia* (pp. xxx-xxx). Jakarta: Gramedia bekerjasama dengan PPIM UIN Jakarta.
- Sukadji, S. (2000). *Psikologi pendidikan dan psikologi sekolah*. Depok: LPSP3, Faculty of Psychology, University of Indonesia.
- Syafi'i, J. (2009). *Dahsyatnya gerakan shalat*. Jakarta: Gema Insani.
- Yusuf, Y., Wiradinata, B., Hidayah, A., Ramadhan, M. Z., Nafrio, A., & Syamsuardi, S. (2023). Development of a da'wah application for mental health education through Pappasang messages among the Makassar community. *Ahlussunnah: Journal of Islamic Education*, 2(1), 35-45.



© 2024 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution Share Alike (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).