



**ANALISIS KONSEP KESEHATAN MENTAL DALAM PEMBINAAN
KARAKTER REMAJA PERSPEKTIF ZAKIAH DARADJAT**

TESIS

*Diajukan kepada Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah
Sumatera Barat Guna Melengkapi Syarat dalam Mendapatkan Gelar
Magister Pendidikan (M.Pd)*

Oleh

Pajri Rezi

Nim 180600286108060

Pembimbing

Dr. Mahyudin Ritonga, MA (Pembimbing I)

Dr. Ahmad Lahmi, MA (Pembimbing II)

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM

PROGRAM PASCASARJANA

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA BARAT

1442/2020

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : **Pajri Rezi**
NIM : **180600286108060**
Tempat Tanggal Lahir : Ampang Kuranji, 14 Januari 1984
Pekerjaan : Guru SMP Negeri 1 Koto Besar

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa tesis yang berjudul, “**Analisis Konsep Kesehatan Mental Dalam Pembinaan Karakter Remaja Perspektif Zakiah Daradjat**” benar-benar asli karya saya, kecuali yang dicantumkan sumbernya. Apabila dikemudian hari terdapat di dalamnya kesalahan dan kekeliruan, hal tersebut sepenuhnya menjadi tanggung jawab saya.

Demikianlah pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Padang, 12 Oktober 2020

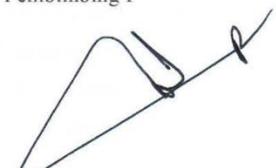
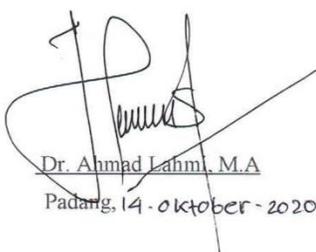
Saya yang menyatakan



Pajri Rezi

Nim 180600286108060

PERSETUJUAN UJIAN TESIS

PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING DIPERSYARATKAN UNTUK UJIAN TESIS	
Pembimbing I	PEMBIMBING II
 <u>Dr. Mahyudin Ritonga, M.A</u> Padang, 14 Oktober 2020	 <u>Dr. Ahmad Lahmi, M.A</u> Padang, 14 Oktober 2020
Mengetahui Ketua Prodi,  <u>Dr. Ahmad Lahmi, M.A</u> Padang, 14 Oktober 2020	
Nama	: Pajri Rezi
NIM	: 180600286108060
Judul tesis	: Analisis Konsep Kesehatan Mental Dalam Pembinaan Karakter Remaja Perspektif Zakiah Daradjat

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN TESIS

Tim Penguji Tesis Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat telah melaksanakan ujian tesis pada :

Hari/ Tanggal : Selasa / 20 Oktober 2020
Pukul : 10.00 – 12.00
Tempat : Ruang Seminar Lt III Gedung I UMSB

terhadap mahasiswa

Nama : Pajri Rezi
NIM : 180600286108060
Program Studi : Pendidikan Agama Islam
Judul : ANALISIS KONSEP KESEHATAN MENTAL DALAM
PEMBINAAN KARAKTER REMAJA PERSPEKTIF
ZAKIAH DARADJAT

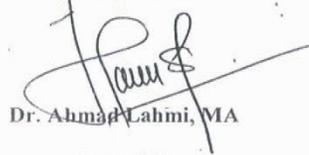
Sesuai dengan hasil rapat Tim Penguji Tesis yang bersangkutan dinyatakan lulus dengan nilai 86,00 (angka) atau A (huruf)

Pembimbing I/Ketua



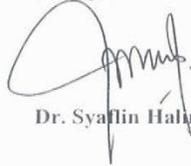
Dr. Mahyudin Ritonga, MA

Pembimbing II/Sekretaris



Dr. Ahmad Lahmi, MA

Penguji I



Dr. Syaflin Halim, MA

Penguji II



Dr. Zulmardi, M.Si

Diketahui Oleh

Direktur Program Pascasarjana



Dr. Mahyudin Ritonga, MA

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur senantiasa penulis haturkan kepada Allah Swt. yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini pada waktunya. Salawat teruntuk Nabi Muhammad Saw. Yang telah menerangi kehidupan ini dengan syiar agama Islam.

Penulisan karya ilmiah berupa tesis ini ditujukan dalam rangka memenuhi prasyarat guna memperoleh gelar Magister Pendidikan Islam pada jurusan Pendidikan Agama Islam, Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat (UMSB) Padang.

Penulis menyadari bahwa banyak ujian dan rintangan dalam mengerjakan Tesis ini. Namun, berkat rahmat Allah Swt, kerja keras, dukungan keluarga dan bantuan dari berbagai pihak, tesis ini dapat diselesaikan. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat Padang.
2. Bapak Direktur Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat Padang beserta seluruh jajarannya yang berkontribusi, berupaya meningkatkan situasi kondusif di pascasarjana ini.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Agama Islam dan Sekretaris Jurusan, serta dosen-dosen Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat Padang yang selalu mengayomi dan melayani mahasiswa PAI dengan sepenuh hati, semoga Allah melimpahkan rahmat-Nya.
4. Seleuruh dosen, staf administrasi serta kepala perpustakaan yang telah memberikan kemudahan bagi penulis dalam melengkapi bahan-bahan yang dibutuhkan untuk penulisan tesis ini.
5. Bapak Pembimbing I, Dr. Mahyudi Ritonga, M.A dan Bapak Pembimbing II, Dr. Ahmad Lahmi, M.A yang telah memotivasi, mengarahkan dan membimbing penulis selama menyusun karya ilmiah berupa tesis ini dari awal hingga akhir.

6. Bapak Penguji I, Dr. Syaflin Halim dan Bapak Penguji II, Dr. Zulmardi, M.Si yang telah mengarahkan penulis dalam menyelesaikan tesis ini.
7. Ibu Prof. Dr. Zakiah Daradjat, M.A (almh) atas pemikiran dan karya-karyanya yang bermanfaat untuk penelitian ini dan menjadi referensi bagi dunia pendidikan.
8. Suami tercinta Saifuddin yang telah menyemangati, memberikan bantuan moril maupun materil dalam menyelesaikan pendidikan ini, juga kedua putriku Nesrin Humairah dan Qeyrin Azzahra.
9. Terima kasih kepada kedua orang tua penulis yang senantiasa memberikan segalanya yang tak dapat penulis ucapkan.
10. Sahabat-sahabat, teman-teman PAI Pascasarjana UMSB Padang khususnya angkatan 2018.

Akhirnya penulis berdoa semoga segala bantuan yang telah diberikan mendapat ganjaran yang setimpal di sisi Allah Swt. *Amiin yaa rabbal 'alamiin.*

Padang, 12 Oktober 2020

Penulis,

Pajri Rezi

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

1. Konsonan

Fonem konsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, dalam transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf dan sebagian dilambangkan dengan tanda, dan sebagian lain dengan huruf dan tanda sekaligus. Di bawah ini daftar huruf Arab itu dan transliterasinya dengan huruf Latin.¹

No.	Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
1	ا	Alif	Tidak	tidak dilambangkan
2	ب	Ba	B	Be
3	ت	Ta	T	Te
4	ث	Sa	Ṣ	es (dengan titik di atas)
5	ج	Jim	J	Je
6	ح	Ha	Ḥ	ha (dengan titik di bawah)
7	خ	Kha	Kh	ka dan ha
8	د	Dal	D	De
9	ذ	Zal	Ẓ	zet (dengan titik di atas)
10	ر	Ra	R	Er
11	ز	Zai	Z	Zet
12	س	Sin	S	Es
13	ش	Syim	Sy	es dan ye

¹ Keputusan Bersama Menteri Agama dan Menteri P & K Nomor: 158 Tahun 1987-Nomor: 0543 b/u/1987.

14	ص	Sad	Ş	Es (dengan titik di bawah)
15	ض	Dad	Ḍ	de (dengan titik di bawah)
16	ط	Ta	Ṭ	te (dengan titik di bawah)
17	ظ	Za	Ẓ	zet (dengan titik di bawah)
18	ع	,ain	‘	koma terbalik di atas
19	غ	Gain	G	Ge
20	ف	Fa	F	Ef
21	ق	Qaf	Q	Qi
22	ك	Kaf	K	Ka
23	ل	Lam	L	El
24	م	Mim	M	Em
25	ن	Nun	En	En
26	و	Waw	We	We
27	هـ	Ha	Ha	Ha
28	ء	Hamzah	'	Apostrop
29	ي	Ya	Ye	Ye

2. Vokal

Vokal bahasa Arab adalah seperti vokal dalam bahasa Indonesia, terdiri dari vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong.

a. Vokal Tunggal

Vokal tunggal dalam bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harkat, transliterasinya sebagai berikut:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
-------	------	-------------	------

ـَ	fathah	A	A
ـِ	Kasrah	I	I
ـُ	dammah	U	U

b. Vokal Rangkap

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harkat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf, yaitu:

Tanda dan Huruf	Nama	Gabungan Huruf	Nama
ـِـَ	fathah dan ya	ai	a dan i
ـِـُ	fathah dan waw	au	a dan u

Contoh:

kataba : كتب

fa'ala : فعل

zukira : ذكر

Yazhabu : يذهب

Su'ila : سئل

Kaifa : كيف

Haula : هول

c. Maddah

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa harkat huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, yaitu:

Tanda dan Huruf	Nama	Huruf dan tanda	Nama
ا	fathah dan alifatauy a	ā	a dan garis di atas
ي -	kasrah dan ya	ī	i dan garis di atas
و -	dhammah dan wau	ū	u dan garis di atas

Contoh:

qāla : قال

ramā : رما

qīla : قيل

yaqūlu : يقول

d. Tamarbutah

Transliterasi untuk ta marbutah ada dua:

i. Ta marbutahhidup

Ta marbutah yang hidup atau mendapat harkat fathah, kasrah dan dhammah, transliterasinya adalah “t”.

ii. Ta marbutah mati

Tamarbutah yang mati atau mendapat harkat sukun, transliterasinya adalah “h”.

iii. Kalau pada kata yang terakhir dengan tamarbutah diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang al serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka ta marbutah itu di transliterasikan dengan “h”. Contoh:

raudah al-atfāl : الأطفالروضة

al-Madīnah al-munawwarah: المنورةالمدينة

طلحه: Talḥah

e. Syaddah(Tasydîd)

Syaddah atau tasydîd yang dalam tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda, tandasyaddahatautandasydîd,dalamtransliterasi ini tanda syaddah tersebut dilambangkan dengan huruf, yaitu huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syaddahitu.

Contoh:

rabbanâ : رَبَّنَا

nazzala : نَزَّلَ

al-birr : الْبِرِّ

al-ḥajj : الْحَجِّ

nu'ima : نَعْمَ

f. KataSandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan denganhuruf, yaitu: ال , namun dalam transliterasi ini kata sandang itu dibedakan atas kata sandang yang diikuti oleh huruf syamsiah dan kata

i. Kata sandang diikuti oleh huruhsyamsiah

Kata sandang yang diikuti oleh huruf syamsiah ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu huruf /i/ diganti dengan huruf yang sama dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.

ii. Kata sandang diikuti oleh huruf qamariah

Kata sandang diikuti oleh huruf qamariah ditransliterasikan sesuai dengan aturan yang digariskan di depan dan sesuai pula dengan bunyinya, baik diikuti huruf syamsiah maupun huruf qamariah, kata

sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanda sempang.

Contoh:

ar-rajulu : الرجل

as-sayyidatu : السيدة

asy-syamsu : الشمس

al-qalamu : القلم

al-badî'u : البديع

al-jalâlu : الجلال

g. Hamzah

Dinyatakan di depan bahwa hamzah ditransliterasikan dengan postrof. Namun, itu hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan akhir kata. Bilahamzah itu terletak diawal kata, ia tidak dilambangkan, karena dalam tulisan Arab berupa alif.

Contoh:

ta'khuẓūna: تأخذون

an-nau': النوع

sya'un : شيء

inna : إنّ

umirtu : أمرت

akala : أكل

a. Penulisan Kata

Pada dasarnya setiap kata, baik fi'il (kata kerja), isim (kata benda) maupun harf, ditulis terpisah. Hanya kata-kata tertentu yang penulisnya dengan

huruf Arab sudah lazim dirangkaikan dengan kata lain karena ada huruf atau harkat yang dihilangkan, maka dalam transliterasi ini penulis kata tersebut dirangkaikan juga dengan kata lain yang mengikutinya:

Contoh:

wa innallaha lahua khairar-rāziqin	: الرازقين خريهلها للهوا
wa innallaha lahua khairurziqin	: الرازقين خريهلها للهوا للوا ف
fa aufū al-kaila wa al-mîzāna	: والميزان الكيلفا وفوا
fa aful-kaila wal-mizana	: والميزان الكيلفا وفوا
Ibrāhimal-Khalîl	: الخليل إبراهيم
Ibrahimul-Khalil	: الخليل إبراهيم
bismillahi majrehā wa mursahā	: مرسها ومجرها للهسم
manistata'a ilaihi sabila	: سبيل إياها استطاع من
walillahi 'alan-nasi hijjul-baiti	: البيت خنا ناسعلو لله
manistata'a ilaihi sabila	: سبيل إياها استطاع من

b. Huruf Kapital

Meskipun dalam sistem tulisan Arab huruf kapital tidak dikenal, dalam transliterasi ini huruf tersebut digunakan juga. Penggunaan huruf kapital seperti apa yang berlaku dalam EYD, diantaranya huruf kapital digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri dan permulaan kalimat. Bila nama diri itu didahului oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal katasandangnya.

Contoh:

wa ma Muhammadun illa rasūl
innaawwalabaitinwudi'alinnasilallāzîbibakkatamubarakan
syahru Ramadan al-lazî unzila fihial-Qur'ānu
syahru ramadanal-lazî unzila fihil Qur'ānu wa
laqad ra'āhu bil ufuq al-mubîn
wa laqad ra'āhu bil ufuqil-mubîn
alhamdu lillāhi rabbil 'ālamîn

ABSTRAK

Pajri Rezi. NIM 180600286108060, Tesis dengan judul *Analisis Konsep Kesehatan Mental Dalam Pembinaan Karakter Remaja Perspektif Zakiah Daradjat*. Konsentrasi Pendidikan Agama Islam, Program Pascasarjana UMSB 2020.

Dewasa ini kenakalan remaja semakin meresahkan orang tua, pendidik, dan masyarakat. Kenakalan remaja menandakan bahwa melemahnya karakter positif dalam diri remaja. Peran pendidikan belum mampu membina seutuhnya karakter remaja menjadi lebih baik. Untuk itu perlu adanya suatu upaya yang serius dan sungguh-sungguh dari para orang tua, pendidik, dan masyarakat, serta pemerintah untuk menangani masalah kenakalan remaja agar masa depan remaja lebih terarah.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengamati dan menganalisis konsep kesehatan mental remaja dan pendidikan karakter remaja menurut Zakiah Daradjat. Melalui metodologi penelitian kepustakaan (*library research*). Teknik pengumpulan datanya adalah melalui penelusuran dokumentasi, buku-buku primer dan sekunder tentang pemikiran Zakiah Daradjat.

Adapun hasil penelitian ini adalah, kesehatan mental menurut Zakiah Daradjat adalah pengetahuan dan tindakan yang memiliki tujuan agar dapat meningkatkan dan menggunakan secara maksimal semua potensi, minat dan bakat, supaya dapat membawa pada kebahagiaan diri sendiri dan orang lain. Juga supaya terjauhi dari gangguan-gangguan jiwa (*neurose*) dan dari gejala-gejala penyakit jiwa (*psychose*). Sehingga mempunyai kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan diri sendiri, dengan orang lain dan masyarakat serta lingkungan di mana ia hidup, yang akan terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi jiwa yang membawa kepada kebahagiaan bersama.

Pembinaan karakter remaja menurut Zakiah dilakukan dengan dua cara: Pertama melalui pendidikan, yakni pendidikan dalam keluarga sebagai faktor utama pembinaan karakter remaja, pendidikan di sekolah sebagai pembimbing dan pengarah kepribadian dan pengetahuan remaja, dan ketiga pendidikan di masyarakat sebagai penentu arah perkembangan karakter remaja. Kedua melalui penanaman nilai-nilai agama oleh orang tua sebagai pendidik utama dalam keluarga, dengan membina iman, membina ibadah, membina akhlak atau karakter, dan membina kepribadian sosial di tengah masyarakat.

Agar pembinaan karakter remaja dapat tercapai dengan maksimal menurut Zakiah dilakukan dengan cara meningkatkan pengertian remaja akan dirinya, menciptakan hubungan baik dengan remaja, menciptakan pendidikan agama dalam keluarga, sekolah, dan masyarakat, dan meimbingan remaja ke arah masa depan yang lebih baik serta bimbingan dalam hidup bermasyarakat

Kata Kunci: Kesehatan Mental Remaja, Pendidikan Karakter Remaja

ABSTRACT

Pajri Rezi. NIM 180600286108060, Thesis with title Analysis of the Concept of Mental Health in Character Building Youth Perspective Zakiah Daradjat. Concentration of Islamic Religious Education, UMSB Postgraduate Program 2020.

Nowadays juvenile delinquency is increasingly troubling parents, educators, and society. Juvenile delinquency indicates a weakening of positive character traits in adolescents. The role of education has not been able to fully develop the character of adolescents for the better. For this reason, it is necessary to have a serious and earnest effort from parents, educators, and the community, as well as the government to deal with juvenile delinquency problems so that the future of adolescents is more focused.

The purpose of this study was to observe and analyze the concept of adolescent mental health and adolescent character education according to Zakiah Daradjat. Through library research methodology (library research). The data collection technique is through searching documentation, primary and secondary books about Zakiah Daradjat's thoughts.

The results of this research, according to Zakiah Daradjat, are knowledge and actions that have the aim of increasing and maximizing all potentials, interests and talents, in order to bring happiness to oneself and others. Also to stay away from mental disorders (neurose) and from the symptoms of mental illness (psychose). So that it has the ability to adapt to oneself, with other people and the community and the environment in which it lives, which will create true harmony between the functions of the soul that lead to mutual happiness.

According to Zakiah, adolescent character development is carried out in two ways: Firstly through education, namely education in the family as the main factor in fostering adolescent character, education in schools as a guide and direction for adolescent personality and knowledge, and thirdly education in the community as a determinant of the direction of adolescent character development. Second, through the inculcation of religious values by parents as the main educators in the family, by fostering faith, fostering worship, building morals or character, and fostering social personality in the community.

In order for adolescent character development to be maximally achieved, according to Zakiah, it is done by increasing adolescents' understanding of themselves, creating good relationships with adolescents, creating religious education in families, schools and communities, and guiding adolescents towards a better future and guidance in living in society

Keywords: Adolescent Mental Health, Youth Character Education

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN	ii
PERSETUJUAN UJIAN TESIS	iii
PENGESAHAN TIM PENGUJI	iv
KATA PENGANTAR.....	v
PEDOMAN TRANSLITERASI	vii
ABSTRAK	xv
ABSTRACT	xvi
DAFTAR ISI	xvii
DAFTAR TABEL	xix

BAB 1 PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus Penelitian	10
C. Rumusan Masalah	10
D. Tujuan Penelitian.....	11
E. Kegunaan Penelitian.....	11

BAB II LANDASAN TEORI

A. Biografi Zakiah Daradjat	12
1. Kelahiran dan Pendidikan.....	12
2. Karya-karya dan Karir	16
3. Kontribusi dan Penghargaan.....	18
B. Konsep Kesehatan Masa Remaja, dan Pendidikan Karakter.....	20
1. Konsep Kesehatan Mental	20
a. Pengertian	20
b. Ciri-ciri Mental Yang Sehat	22
c. Ciri-ciri Mental Yang Tidak Sehat	24
d. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental.....	26

2. Masa Remaja	28
a. Pengertian Masa Remaja	28
b. Perkembangan Masa Remaja.....	30
c. Problem Remaja	34
3. Pendidikan Karakter	36
a. Pengertian Karakter	36
b. Pengertian Pendidikan Karakter	39
c. Unsur dan Nilai Pendidikan Karakter.....	42
d. Tujuan Pendidikan Karakter.....	49
C. Hasil Penelitian Relevan.....	51

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode dan Prosedur Penelitian.....	54
B. Data dan Sumber Data.....	55
C. Prosedur Pengumpulan Data	55
D. Prosedur Analisis Data	55

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian.....	57
B. Pembahasan	93

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	109
B. Rekomendasi	109

DAFTAR KEPUSTAKAAN.....	111
--------------------------------	------------

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

No	Nomor Tabel	Nama Tabel	Halaman
1	2.1	Riwayat Pendidikan Zakiah Daradjat	15
2	2.2	Perkembangan fisik remaja	33
3	2.3	Nilai-nilai Karakter dan Hubungannya	48
4	4.1	Ciri-ciri Gangguan Kejiwaan/ Mental	68
5	4.2	Ciri-ciri Penyakit Jiwa	72
6	4.3	Gangguan-gangguan Psikologis	73
7	4.4	Ciri-ciri Mental Sehat	77
8	4.5	Syarat-syarat menjadi guru	87
9	4.6	Jumlah kasus anak sebagai pelaku dan k	96
10	4.7	Pembinaan karakter remaja melalui tiga ranah pendidikan	100

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam hidup dan kehidupan, kebaikan dan keburukan berjalan seperti dua kaki yang melangkah pada tujuan yang sama. Kadang manusia akan menemukan kebaikan-kebaikan dalam perjalanan itu, terkadang pula mereka akan menjumpai keburukan-keburukan. Perihal baik dan buruk itu disertai kausal yang mendahuluinya. Meskipun di antara tujuan hidup manusia di bumi ini untuk menebarkan kebaikan dan kebajikan, tapi kadang manusia sering tergelincir pada keburukan dan kesalahan.

Banyak faktor yang menyebabkan manusia terjerumus pada keburukan dan kesalahan, yang paling dominan adalah faktor yang disebabkan oleh gangguan-gangguan pada mental, sehingga membuat seseorang tidak mampu untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan (perkembangan) zaman yang dilaluinya dan/ arus modernisasi yang tak terbendung. Akibatnya manusia mudah melakukan kesalahan dan menemui keburukan, yang akan menyusahkan keadaan dirinya, lingkungannya, dan berdampak pada kondisi suatu negara—generasi anak-anak dan remaja.

Masyarakat Indonesia saat ini digambarkan Saiful Akhyar sedang disuguhkan sekelumit tantangan dan masalah. Sebab perubahan tatanan nilai-nilai lama menjadi tatanan nilai-nilai baru dalam kehidupan masyarakat. Padahal, masyarakat Indonesia belum mampu menerapkan nilai-nilai baru itu seutuhnya. Hal ini menyebabkan sebagian masyarakat mengalami gangguan mental yang cukup serius dan penyakit kejiwaan.¹

Dari gambaran tersebut, peneliti melihat suatu fenomena atau keadaan kehidupan masyarakat Indonesia sedang diambang problem besar. Ibarat sedang berada di pinggir tebing yang di bawahnya ada jurang dan bebatuan. Tentunya sangat berbahaya jika terus berlanjut tanpa adanya pencegahan yang serius—yang akan menyebabkan rusaknya perilaku kehidupan dalam masyarakat dan berdampak besar terhadap anak-anak dan remaja.

¹Saiful Akhyar Lubis, *Konseling Islam dan Pendidikan Mental*: Jurnal: Miqot, Vol. XXXIV, No. 1, 2010, pp. 102

Jika tatanan nilai-nilai baru tersebut tidak mampu direspon secara positif oleh orang-orang dewasa yang akan terjadi adalah melemahnya semangat bekerja, berkurangnya inovasi, dan bahkan membuat produktivitas semakin sedikit. Jika oleh para pengambil kebijakan, akan timbul ketimpangan-ketimpangan kebijakan yang bersebrangan dengan terciptanya keadilan sosial dan kesejahteraan rakyat. Lebih mirisnya lagi jika keadaan demikian menyerang generasi remaja, akan terjadi penambahan jumlah pengangguran, lemahnya semangat belajar, dan meningkatnya tindakan menyimpang, serta berujung pada rusaknya karakter dan moral generasi remaja. Sebab masa remaja adalah sebuah fase dimana remaja sangat rentan dengan berbagai persoalan kehidupan dan lemahnya pertahanan mereka dalam mengatasi persoalan tersebut. Hal ini sangat jelas akan merugikan generasi remaja yang akan menjadi penerus kehidupan bangsa.

Perubahan tatanan nilai-nilai lama menjadi nilai baru disebabkan modernisasi dan teknologi yang dewasa ini kian berkembang pesat tidak dapat dipungkiri memang akan memberikan dampak positif dalam kehidupan masyarakat, namun juga akan memberikan pengaruh negatif terhadap kehidupan masyarakat modern.

Masyarakat Indonesia dewasa ini dibuat resah dengan merebaknya pengguna narkoba, minuman keras, dan seks bebas. Tidak hanya di kota-kota besar, bahkan di pelosok desa juga. Bukan sekadar orang-orang kaya atau kelas atas saja, orang kelas bawah pun ikut melakukannya.² Fenomena ini juga akan berdampak buruk terhadap remaja dalam kehidupan yang mereka jalani, karena lingkungan yang mereka lihat dan tempat mereka tumbuh berkembang tidak lagi kondusif untuk masa-masa pertumbuhan terhadap pembinaan karakter remaja itu sendiri.

Alima dan Santoso menyebutkan bahwa masyarakat Indonesia akhir-akhir ini sedang mengalami dekadensi moral, hal ini menurutnya ditandai merosotnya pembinaan moral bangsa dan meningkatnya angka penyimpangan remaja disebabkan dari kegagalan remaja dalam menggunakan bakat yang ada

² Khairunnas Rajab, *Psikologi Agama: Sebuah Model Psikoterapi Dalam Mewujudkan Kesehatan Mental*: Arsip: Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling dan Konsorsium Keilmuan BK di PTKI Batusangkar, 2015.

dalam dirinya. Sedangkan remaja adalah harapan dan tumpuan pembangunan dan penentu arah bangsa di masa depan.³

Fenomena ini tentu menjadi tugas bagi setiap orang dewasa dalam membentengi para remaja untuk memasuki tatanan nilai-nilai baru tersebut agar tidak terjebak dalam sisi negatifnya. Sebab masa remaja adalah masa yang menghubungkan dari kanak-kanak menjadi dewasa, di mana saat itu, mereka masih membutuhkan bimbingan, arahan dari orang dewasa. Para remaja belum dapat untuk bertanggung jawab terhadap diri sendiri, namun mereka tetap ingin mencari jati dirinya.

Masa remaja populer dengan istilah masa pemberontakan atau disebut juga dengan masa badai. Dimana masa remaja mengalami pubertas yang kerap kali menampilkan beragam gejolak emosi dan mengalami banyak masalah, dengan orang tua, guru, teman, dan di lingkungan masyarakat. Perilaku remaja sudah melebihi batas yang sewajarnya. Mereka sudah bersentuhan atau mengenal zat aditif, narkoba, pergaulan bebas, perkelahian, dan tindakan kriminal lainnya yang bersebrangan dengan nilai-nilai dan norma yang berlaku di masyarakat dan hukum konstitusi.⁴

Akhir-akhir ini persoalan karakter remaja di tanah air menjadi perhatian besar masyarakat. Kenakalan remaja menjadi topik perbincangan panas di media-media, di ruang diskusi seminar, dan dalam bermacam diskusi lainnya. Berbagai cara pencegahan dan penyelesaian dikemukakan seperti aturan-aturan sosial, undang-undang, dan upaya penerapan hukum yang serius.⁵

Banyak penelitian dari kalangan akademisi menemukan para remaja dalam proses pendidikan yang mereka lalui mengalami lemahnya semangat belajar dan berprestasi. Kaburnya nilai-nilai yang diharapkan dari tujuan pendidikan, malas menjalankan aturan-aturan keagamaan, emosi yang tidak stabil, tindakan reaktif yang sulit dikontrol, hingga munculnya perilaku-perilaku menyimpang dalam kehidupan sosial masyarakat.

³ Alima Fikri Shiddiq & Santoso, *Peran Pendidikan Karakter di Masa Remaja Sebagai Pencegahan Kenakalan Remaja: Jurnal Prosiding Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat*, Vol. 5, No. 2, 2018, pp. 177

⁴ Nunung Unayah dan Muslim Sabarisman, *Fenomena Kenakalan Remaja dan Kriminalitas: Jurnal Sosio Informa*, Vol. 1, No. 2, 2015, pp. 123

⁵ Unang Wahidin, *Pendidikan Karakter Bagi Remaja: Jurnal Edukasi Islam*, Vol. 2, No. 3, 2013, pp. 256

Hal demikian memang tidak dapat dipungkiri bahwa remaja sangat rentan dengan perilaku menyimpang yang mereka lakukan. Menurut Zarkasih, masa remaja bagian dari segmentasi kehidupan yang berpengaruh dalam siklus pertumbuhan dan perkembangan manusia yang merupakan masa peralihan menuju masa dewasa. Karenanya remaja perlu memahami tugas yang akan mereka jalankan dalam kehidupan sosial agar mereka tidak mendapati kesukaran untuk menjalankan peran sosialnya dan supaya dapat mencapai kebahagiaan dan keberhasilan dalam melaksanakan tugas-tugas perkembangan dalam fase-fase remaja berikutnya.⁶

Untuk itu tri pusat pendidikan seharusnya mampu untuk membina karakter remaja ke arah yang lebih baik. Namun sayangnya, lembaga pendidikan yang dilalui remaja tidak efektif dalam pembinaan karakter remaja. Salah satunya orang tua. Menurut Sofwan dalam penelitiannya, para orang tua sering lalai dalam melihat dan mengamati perubahan yang terjadi pada remaja bahwa mereka bukan lagi anak-anak yang ingin diatur dan dibantu. Sebab itu, orang tua sering mengalami kesulitan dalam memahami sikap dan tindakan remaja. Adanya hubungan tidak baik yang terjadi antara remaja dan orang tua yang berlangsung lama akan berujung pada persoalan yang lebih kompleks bagi perkembangan fisik dan psikis. Keadaan begini jika tidak cepat diatasi dapat berlanjut sampai dewasa yang akan dan mempengaruhi kesehatan mental mereka.⁷

Para remaja ingin merasakan banyak hal baru untuk menjadikan dirinya sebagai orang dewasa yang memiliki peran dalam kehidupan, karenanya, remaja ingin mencoba berbagai perbuatan yang berisiko besar terhadap perkembangannya. Di antara hal-hal negatif yang kerap dilakukan remaja antara lain: merokok, mengkonsumsi alkohol, memakai narkoba, pacaran, berkelahi, tawuran, perbuatan seksual, dan berdebat atau berbeda pendapat dengan orang tua.

Perbuatan negatif yang dilakukan remaja sangat berisiko. Seringkali memicu konflik internal dengan diri sendiri dan konflik eksternal dengan

⁶ Khamim Zarkasih, *Memahami Ciri-ciri dan Tuga Perkembangan Remaja: Jurnal Aplikasi*, Vol. 17, No. 1, 2017, pp. 25

⁷ Sofwan Indarjo, *Kesehatan Jiwa Remaja: Jurnal Kemas UNS*, 2019, pp. 49

lingkungannya. Jika konflik ini tidak diselesaikan akan berdampak buruk pada pertumbuhan dan perkembangan karakter remaja di masa depan.⁸

Dalam penelitian Dumilah menyebutkan di Indonesia saat ini kondisi kesehatan mental yang dialami banyak orang sangat memprihatinkan, sehingga menjadi masalah yang serius untuk segera diatasi dan diperbaiki. Data dari hasil Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) yang dilakukan Badan Penelitian dan Pengembangan Departemen Kesehatan pada tahun 2015, menyebutkan bahwa gangguan mental anak usia sekolah terdapat 104 per 1000 anggota rumah tangga dan gangguan mental remaja dan dewasa terdapat 140 per 1.000⁹

Dalam penelitian Rahmi Pramulia dan Yoneta, angka kenakalan remaja di Indonesia dari tahun ketahun selalu mengalami peningkatan. Dari Badan Pusat Statistik (BPS) Pada tahun 2013 angka kenakalan remaja di Indonesia mencapai 6325 kasus, sedangkan pada tahun 2014 jumlahnya mencapai 7007 kasus dan pada tahun 2015 mencapai 7762 kasus. Artinya dari tahun 2013 – 2014 mengalami kenaikan sebesar 10,7%, kasus tersebut terdiri dari berbagai kasus kenakalan remaja diantaranya, pencurian, pembunuhan, pergaulan bebas dan narkoba. Dapat memprediksi jumlah peningkatan angka kenakalan remaja, dengan menghitung tren serta rata-rata pertumbuhan, dengan itu kita bisa mengantisipasi lonjakan dan menekan angka kenakalan remaja yang terus meningkat tiap tahunnya. Prediksi tahun 2016 mencapai 8597,97 kasus, 2017 sebesar 9523,97 kasus, 2018 sebanyak 10549,70 kasus, 2019 mencapai 11685,90 kasus dan pada tahun 2020 mencapai 12944,47 kasus. Mengalami kenaikan tiap tahunnya sebesar 10,7%¹⁰

Penelitian-penelitian di atas menjadi momok berat bagi rakyat Indonesia dan pemerintah bagaimana solusi untuk menanggulangi terhadap keadaan yang terjadi demikian. Bisa menyebabkan kegagalan lembaga pendidikan dan orangtua dalam membina kesehatan mental dan karakter para remaja.

Pembinaan terhadap kesehatan mental tersebut merupakan sebuah upaya untuk dapat mengawasi, mengontrol, melatih dan mengarahkan, serta

⁸Rofingatul Mubasyiroh, dkk, *Determinasi Gejala Mental Emosional Pelajar di Indonesia Tahun 2015 tingkat SMP dan SMA*: Buletin Penelitian Kesehatan, Vol. 45, No. 2, 2017, pp. 103

⁹ Dumilah Ayuningtyas, dkk, *Analisis Situasi Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia dan Strategi Penanggulangannya*: Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat, Vol. 9, No.1, 2018, pp. 7

¹⁰ Rahmi Pramulia Fitri & Yoneta Oktaviani, *Faktor Yang Mempengaruhi Kenakalan Remaja*: Journal Of Midwifery Science, Vol. 3, No.2, 2019, pp. 85

memberikan contoh agar dapat meraih manfaat dan tujuan hidup yang dijalannya. Jika hanya sebatas memberikan pelajaran dalam bentuk materi saja tanpa dilakukan pembinaan yang intensif terhadap seseorang akan menjadikannya tidak berjiwa luhur dan akan mengalami gangguan mental.¹¹

Elza Magela menyebutkan, apabila gangguan mental yang tidak diatasi atau dicegah dengan solusi yang tepat, akan berdampak buruk terhadap perkembangan emosional remaja di kemudian hari. Gangguan perkembangan mental itu berdampak terhadap meningkatnya masalah yang dihadapi remaja ketika dewasa nantinya.¹²

Menurut Unang Wahidin, di antara alternatif yang banyak diajukan untuk mengatasi atau mengurangi angka kenakalan remaja atau rusaknya karakter mereka salah satunya adalah melalui pendidikan. Pendidikan diasumsikan sebagai langkah jitu yang bersifat preventif dan kuratif karena pendidikan mempunyai misi untuk membangun generasi yang lebih baik. Untuk itulah pendidikan sangat ditekankan untuk meningkatkan kualitas remaja dalam berbagai aspek, sehingga dapat memperkecil dan mengurangi persoalan dari bermacam kerusakan karakter generasi bangsa. Sedangkan yang bersifat kuratif adalah pendidikan dianggap dapat memperbaiki masalah karakter yang telah terjadi pada para remaja.¹³

Menurut Dwi Amelia, pentingnya pendidikan karakter di masa sekarang menjadi kebutuhan sebagai upaya pemerintah, dan lembaga pendidikan untuk membina karakter generasi bangsa. Pendidikan karakter ialah suatu kebiasaan, maka pembentukan karakter seseorang memerlukan *communities of character*, yang terdiri atas keluarga, sekolah, institusi keagamaan, media, pemerintahan, dan berbagai pihak yang mempengaruhi generasi muda. Semua *communities of character* tersebut hendaknya memberikan suatu keteladanan, intervensi, serta pembiasaan, yang dilakukan secara konsisten dan penguatan. Dalam arti lain, untuk membina karakter diperlukan keteladanan melalui proses pembelajaran,

¹¹Muchsalmina, *Pembinaan Kesehatan Mental Dalam Pendidikan Islam*: Jurnal: At-Tazakki, Vol. 1, No. 2, 2017, pp. 3

¹² Elza Mega Pamela, *Perkembangan Mental Emosional Remaja*: Jurnal Keperawatan Jiwa UMS, Vol. 4, No 2, 2016, pp. 4

¹³Unang Wahidin, *Op.Cit.*, pp. 256

pembiasaan, dan pelatihan secara serius dan kontiniu untuk waktu yang panjang.¹⁴

Pandangan-pandangan di atas sebagai penafsiran terhadap tujuan pendidikan nasional, dimana dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No.20 tahun 2003 pasal 3 berbunyi, "Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermatabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa pada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, berilmu, cakap dan kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab."¹⁵

Menurut Nopan Omeri, prioritas pembangunan nasional sebagaimana yang dituangkan dalam Rencana Pembangunan Jangka Panjang (RPJP) Nasional Tahun 2005-2025 (UU No. 17 Tahun 2007) antara lain adalah dalam mewujudkan masyarakat yang berakhlak mulia, bermoral, beretika, berbudaya, dan beradab berdasarkan falsafah Pancasila. Di antara upaya untuk mengimplementasikannya adalah dengan memperkuat karakter bangsa melalui pendidikan. Hal ini bertujuan untuk menciptakan generasi bangsa yang taat kepada Tuhan Tuhan Yang Maha Esa, mengikuti aturan hukum di negara, menciptakan kerukunan antar umat beragama, menjalin interaksi antar budaya, menerapkan nilai-nilai luhur budaya bangsa, dan memiliki kebanggaan sebagai bangsa Indonesia dalam rangka memantapkan landasan spiritual, moral, dan etika pembangunan bangsa.¹⁶

Dari pandangan di atas dapat disimpulkan bahwa pendidikan menjadi solusi untuk perbaikan kondisi mental remaja dan pembinaan karakter remaja. Pendidikan tersebut di dalamnya yang paling berperan penting dalam pembinaan mental dan karakter remaja adalah pendidikan agama. Dalam pendidikan agama termuat nilai-nilai karakter dan moral sebagai acuan atau pedoman hidup bagi remaja dalam menjalani kehidupannya. Seperti halnya dalam pendidikan agama

¹⁴Dwi Ammelia Galuh Primasari, dkk, *Pendidikan Karakter bagi remaja masa kini*: Prosding Seminar Nasional Pendidikan Program Pascasarjana Universitas PGRI: Palembang, 12 Januari 2019, pp. 1114

¹⁵ Salinan Undang-Undang RI No. 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional

¹⁶ Nopan Omeri, *Pentingnya Pendidikan Karakter Dalam Dunia Pendidikan*: Publikasi SMA Negeri 1 Arga Makmur, 2015, pp. 464

Islam, nilai-nilai yang termaktub dalam pendidikan agama Islam sangat besar relevansinya dan urgensinya terhadap pola kehidupan remaja.

Dewasa ini lembaga pendidikan telah menciptakan berbagai macam upaya agar karakter peserta didik bisa menjadi lebih baik. Pemerintah melalui Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan juga telah mengupayakan perbaikan dalam rangka membangun karakter remaja ke arah yang diinginkan sesuai dengan kebutuhan masyarakat Indonesia ke depan dan tujuan pendidikan nasional, namun upaya tersebut tentu tidak mudah dan butuh proses yang intensif.

Menurut Rusdia, sejauh ini, pendidikan telah “gagal,” dalam membina karakter generasi, karena ditemui dari *output* lembaga pendidikan, yang pintar dan terlatih dalam mengerjakan ujian, berpikiran cerdas, tetapi memiliki mental yang lemah dan cenderung mengesampingkan nilai-nilai moral. Dewasa ini banyak pakar yang berprofesi mengajar tentang nilai-nilai kebaikan tetapi perilakunya tidak sesuai dengan apa yang diajarkan. Akhirnya, bangsa ini sudah berada di ambang pintu kehancuran. Solusinya adalah perlunya penanaman pendidikan karakter di kalangan remaja.¹⁷

Amka Abdul juga menyebutkan bahwa pendidikan karakter yang baik selama ini kurang memperoleh kefokusannya dalam sistem pendidikan nasional. Pelajaran-pelajaran yang berpotensi besar untuk memperbaiki karakter generasi seperti pelajaran moral dan agama belum dapat membentuk karakter yang baik terhadap generasi. Hal tersebut berlangsung hanya berkisar teori tanpa refleksi dari kandungan nilai pendidikan tersebut. Sehingga hasil yang diperoleh anak-anak tumbuh menjadi manusia yang tidak memiliki karakter, bahkan dinilai buruk lagi menjadi generasi tidak bermoral.¹⁸

Lebih lanjut, Amka menyebutkan bahwa evaluasi hasil belajar masih sebatas pada aspek pikiran (*cognitive*), sedangkan aspek perasaan (*affective*) dan aspek keasadaran (*psicomotoric*)— yang menjadi fungsi penguatan kepaduan terhadap lingkungan sosial dan kesadaran berperilaku masih terabaikan, sehingga akan timbul dalam gambaran yakni: mempunyai pengetahuan dan keterampilan tapi berperilaku tidak baik (merasa baik), mempunyai keterampilan dan perilaku,

¹⁷Rusdi Kurnia & Mira Sulfia, *Konsep Pendidikan Karakter Dalam Perspektif Zakiah Daradjat: Jurnal Fitra*, Vol. 3, No. 2, 2017, pp. 5

¹⁸ Amka Abdul Azizi, *Hati Pendidikan Karakter*, (Cempaka Putih: Klaten, 2018), h. 158

namun minim pengetahuan (merasa berilmu), dan mempunyai pengetahuan dan prilaku, tapi minim keterampilan (merasa pintar).¹⁹

Pandangan skeptis di atas tentu menjadi kegelisahan dan menciptakan sikap pesimistis dalam dunia pendidikan. Namun kenyataan pahit itu memang harus ditelan agar ia bisa menjadi obat untuk ke depannya. Dalam pandangan Rusdia tersebut penulis mencoba memberikan kesan yang bernuansa optimis bahwa generasi remaja tidak akan rusak karakter dan moralitasnya selama masih ada para orangtua, guru, masyarakat, dan pemerintah memperhatikan dengan serius tentang perkembangan remaja.

Pandangan-pandangan di atas melatar-belakangi penelitian ini terhadap pembinaan karakter remaja dan kesehatan mental remaja agar tidak rusak. Dalam rangka menjaga kesehatan mental remaja itu dapat dilakukan melalui upaya pendidikan yang berlangsung dalam kehidupan remaja. Penanaman nilai-nilai pendidikan agama Islam akan dapat menjadi solusi bagi kehidupan remaja yang dapat menjaga kesehatan mental mereka dan dapat membina karakter positif dalam diri mereka.

Peneliti melihat bahwa konsep kesehatan mental yang ditawarkan Zakiah Daradjat dan konsep pendidikan karakternya dapat kiranya untuk dianalisis lebih dalam sebagai upaya untuk mencari solusi terhadap perbaikan kesehatan mental dan karakter remaja, sehingga dapat mengurangi karakter negatif dalam kehidupan para remaja. Menurut peneliti, Zakiah Daradjat adalah salah satu tokoh atau pakar yang banyak membahas masalah psikologi dan pendidikan, khususnya kesehatan mental dan pendidikan yang mengarah kepada pembinaan karakter.

Seperti yang disebutkan Muchsalmina, Zakiah Daradjat ialah pakar psikolog dan memiliki pemahaman luas terhadap pendidikan Islam. Pemahaman Zakiah meliputi keseluruhan kehidupan manusia yang mengarah ke pendidikan kejiwaan manusia yaitu tentang kesehatan mental. Ada yang menonjol dari Zakiah bila dibandingkan psikolog muslim lainnya yaitu upayanya yang cukup besar terhadap psikoterapi kesehatan mental. Zakiah juga memberikan terapi yang tepat dalam memberikan pembinaan terhadap kesehatan mental yaitu melalui pendekatan dalam pengamalan beragama dan juga peranan pendidikan

¹⁹*Ibid*, h. 165-166

dalam membina kesehatan mental dan dampak yang ditimbulkan dari gangguan mental.²⁰

Zakiah Daradjat juga sangat produktif dan konsisten sepanjang hidupnya mengeluarkan pemikirannya tentang pendidikan dan psikologi. Dalam bidang pendidikan, ada beberapa buku yang fokus berbicara tentang pendidikan anak dan remaja, pendidikan Islam. Sedangkan dalam psikologi, karya-karyanya seperti kesehatan mental, ilmu jiwa agama dan lain-lain. Banyak para akademisi yang meneliti tentang pemikiran dan karya-karyanya hingga sekarang, karena masih amat relevan dengan kondisi zaman modernisasi dan perkembangan teknologi kini.

Di antara buku-buku tersebut yang secara luas mengkaji dan membahas tentang kesehatan mental dan pendidikan adalah buku (1). Kesehatan Mental, (2) Kesehatan Mental Dalam Keluarga, (3) Islam dan Kesehatan Mental, (4) Pendidikan Agama dalam Pembinaan Kesehatan Mental, (5) Psikoterapi Islami, (6) Ilmu Jiwa Agama, (7) Pembinaan Remaja, (8) Problem Remaja, (9) Remaja Harapan dan Tantangan, (10) Pendidikan Islam dalam Keluarga dan Sekolah, dan (11) Ilmu Pendidikan Islam.

Dari latar belakang yang peneliti kemukakan sebelumnya agar lebih terarah dan fokus maka penelitian ini diberi judul “*Analisis Konsep Kesehatan Mental Dalam Pembinaan Karakter Remaja Perspektif Zakiah Daradjat*”.

B. Fokus Penelitian

Fokus penulisan dalam penelitian ini adalah:

1. Konsep Kesehatan Mental Remaja Perspektif Zakiah Daradjat
2. Konsep Pendidikan Karakter Remaja Perspektif Zakiah Daradjat

C. Rumusan Masalah

Beranjak dari pendahuluan latar belakang yang peneliti kemukakan sebelumnya, maka dirumuskan masalah penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana Konsep Kesehatan Mental Remaja Perspektif Zakiah Daradjat?
3. Bagaimana Konsep Pendidikan Karakter Remaja Perspektif Zakiah Daradjat?

²⁰Muchsalmi, *Op.Cit.* pp. 2

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini yaitu:

1. Mengetahui Konsep Kesehatan Mental Remaja Perspektif Zakiah Daradjat.
2. Mengetahui Konsep Pendidikan Karakter Remaja Perspektif Zakiah Daradjat

E. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan sumbangsig secara teoritis dan secara praktis.

1. Secara Teoritis Hasil Penenlitian ini diharapkan:
 - a. Dapat berkontribusi dalam ilmu pengetahuan dan juga menambah kekayaan khazanah intelektual khususnya dalam keilmuan psikologi pendidikan.
 - b. Dapat berkontribusi bagi para akademisi dan peneliti untuk mendalami dan mengetahui secara luas pemikiran Zakiah Daradjat tentang pembinaan mental dan karakter remaja, serta meningkatkan khazanah kepustakaan bagi penelitian selanjutnya.
2. Secara Praktis Hasil Penelitian ini diharapkan:
 - a. Dapat menjadi acuan dan referensi dalam mengevaluasi konsep kesehatan mental dan pembinaan karakter remaja
 - b. Sebagai sumbangan gagasan dan pemikiran untuk lembaga pendidikan formal, informal, dan pendidikan non-formal.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Biografi Zakiah Daradjat

1. Kelahiran dan Pendidikan

Dalam beberapa literatur buku disebutkan Zakiah Daradjat adalah seorang perempuan kelahiran Minang Kabau bertempat di Kecamatan Ampek Angkek, Bukittinggi (baca: sekarang Agam). Dwi Annita menyebutkan tempat kelahiran Zakiah adalah sebuah kampung yang damai dan religius. Orang-orang menjalani hidupnya dengan perasaan penuh aman dan tentram, tidak ada perasaan takut maupun khawatir terhadap kejahatan apapun, seperti pencurian atau tindakan anarkis lainnya. Jika tiba waktu salat, orang-orang bergegas pergi ke masjid untuk menunaikan kewajibannya sebagai seorang muslim. Begitu aman dan religiusnya, sehingga penduduk kampung Kotomerapak dengan tenang dapat meninggalkan rumahnya, meskipun rumah mereka ditinggalkan dalam keadaan tidak dikunci.²¹

Keindahan dan kenyamanan sebuah lingkungan, membuat Zakiah kecil tumbuh bersama anak-anak yang lain dalam nuansa damai dan tenang. Tumbuh dan berkembang melewati masa kanak-kanak dan remaja dengan nuansa religi dan dorongan dari lingkungan yang kondusif. Fungsi surau atau masjid menjadi sentral pertumbuhan psikologis dan keagamaan generasi muda di Kotomerapak, hal demikian tentunya menguntungkan bagi Zakiah Daradjat sebagai cikal bakal menjadi seorang yang berpengaruh di masa depannya.

Ayahn Zakiah bernama H. Daradjat bin Husain atau yang dikenal dengan gelar Raja Ameh memiliki dua orang istri. Istri pertama adalah Hj. Rofiah binti Abdul Karim. Buah dari pernikahan mereka lahirlah enam orang bersaudara, Zakiah anaknya yang pertama lahir tanggal 6 November 1929. Istri kedua Daradjat bernama Hj. Rasunah yang melahirkan lima

²¹ Dwi Annita, *Keberagamaan Dalam Kesehatan Mental: Studi Analisis Pemikiran Zakiah Daradjat*: Tesis IAIN Syekh Nurjati Cirebon, 2011, pp. 79

orang anak. Jadi, Zakiah bersaudara 6 orang seibu-sebapak dan 5 saudara tiri yang sebapak.²²

Ayah Zakiah adalah aktivis Muhammadiyah di Bukittinggi saat itu. Sedangkan ibunya merupakan aktivis dari Partai Syarikat Islam Indonesia di Padang. Kedua organisasi ini merupakan organisasi yang cukup disegani di kalangan masyarakat saat itu karena kiprahnya dalam memperjuangkan kemerdekaan Indonesia dan pendidikan.²³

Terlahir dari orang tua yang memiliki bekal pengetahuan sosial dan keagamaan, Zakiah pun tumbuh dalam bimbingan dan arahan dari orang tuanya. Zakiah mendapatkan edukasi-edukasi tentang kondisi sosial dan keagamaan dari orang tuanya. Hal itu tentunya juga mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan Zakiah. Secara langsung bak dalam pepatah “*Buah jatuh tidak jauh dari pohonnya*”, dan dalam teori-teori ilmu kependidikan, pengaruh lingkungan keluarga dan masyarakat memberikan dampak positif dan negatif terhadap perkembangan anak-anak dan remaja. Beruntungnya, Zakiah tumbuh dalam nuansa keluarga yang edukatif dan masyarakat yang kondusif.

Sejak masa kanak-kanak, kecenderungan Zakiah untuk menuntut ilmu sudah tampak dari peerjalanan di masa itu. Pada usia 7 tahun, Zakiyah duduk di Sekolah Dasar Muhammadiyah (*Standart School*), di samping itu, Zakiah juga ikut *ngaji* di Diniyyah—Padang Panjang (baca: sekolah khusus agama). Pada usia 12 tahun Zakiah melanjutkan pendidikannya ke jenjang Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) Padang Panjang dan pada usia 15 tahun Zakiah melanjutkan SMA Pemuda Bukittinggi— yang di samping itu pula Zakiah belajar pendidikan agama di Kulliyatul Muballighat.²⁴

Perjalanan pendidikan masa kecil Zakiah penuh dengan tantangan dan pengorbanan. Zakiah mengisi waktu kesehariannya dengan belajar pengetahuan dan ajaran agama. Tantangannya terletak pada sejauh mana seorang anak-anak atau remaja seusianya mampu tetap semangat menjalani pendidikannya dan mau mengorbankan waktunya demi menimba ilmu.

²² Abudin Nata, *Tokoh-Tokoh Pembaharuan Pendidikan Islam di Indonesia*, (Raja Grafindo Persada: Jakarta, 2005) h. 233.

²³*Ibid*, h. 233

²⁴*Ibid.*, h. 234

Beruntungnya, Zakiah bisa menjalani semua itu dengan penuh semangat dan dedikasi yang tinggi, sehingga bekal yang Zakiah bawa untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi pun mulai terasah.

Setelah menamatkan pendidikannya di jenjang SMA, Zakiah pergi merantau ke Yogyakarta untuk melanjutkan pendidikannya di Fakultas Tarbiyah PTAIN Yogyakarta, dan berhasil menyelesaikan pendidikannya pada tahun 1956. Setelah berhasil menyelesaikan pendidikannya di PTAIN tersebut, ia mendapatkan beasiswa dari Departemen Agama (DEPAG) untuk melanjutkan pendidikannya ke Mesir.²⁵

Pada 1956, Zakiah berangkat ke Mesir untuk melanjutkan pendidikan ke Universitas EIN SHAMS Kairo. Pada tahun 1964 Zakiah meraih gelar MA. Abudin Nata menyebutkan dalam rangka menuntaskan studi tingkat tingginya Zakiah Daradjat mengikuti program studi doktor (Ph.D) pada universitas yang sama dengan mendalami lagi bidang psikologi, khususnya psikoterapi. Disertasi yang berhasil disusun dan dipertahankannya pada Program Dokturnya ini adalah “Perawatan Jiwa Untuk Anak – Anak” (*Dirasah Tajribiyah li Taghayyur al-lati Tathrau ala Syakhshiyat al-Athfal al-Musykil Infi‘al fi Khilal Fithrah al-Ilaj al-Nafs Ghair al-Muwajjah an Thariq al-la‘b*) bimbingan Musthafa Fahmi dan Attia Mahmoud Hanna. Dengan demikian Zakiah telah menjadi seorang Doktor Muslimah Pertama dalam bidang psikologi dengan spesialis psikoterapi.²⁶

Dari perjalanan singkat sejak kelahiran dan dalam menempuh pendidikan tersebut, tampaklah bahwa Zakiah Daradjat adalah sosok perempuan yang mempunyai semangat dalam menuntut ilmu. Hal ini dapat dilihat dari proses pendidikan beliau sejak sekolah dasar hingga sekolah menengah yang menjalani sekolah formal sekaligus non formal. Sekolah formal sebagai jembatan baginya untuk menempuh jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Sedangkan pendidikan non formal yang beliau jalani adalah cikal-bakal keingintahuan dan perhatiannya terhadap nilai-nilai pendidikan Islam. Sehingga, berkat kegigihan itulah Zakiah dikemudian

²⁵ Muh. Mangawir, *Zakiah Daradjat dan Pemikirannya Tentang Peran Pendidikan Islam Dalam Kesehatan Mental: Jurnal Intizar IAIN Raden Patah Palembang*, Vol. 21, No. 1, 2015

²⁶Abudin Nata, *Op.Cit.*, h.235

hari dikenal sebagai perempuan muslimah sebagai tokoh pembaharu pendidikan dan pelopor psikologi agama.

Perjalanan kehidupan yang Zakiah Daradjat tempuh sarat akan nilai-nilai perjuangan, nilai-nilai yang mengedukasi dirinya untuk tetap berjuang memperdalam pengetahuan dan memperluas wawasan tentang pendidikan. Selain itu, dalam pembahasan berikutnya akan penulis paparkan tentang perjalanan karir Zakiah Daradjat dan sepak terjangnya dalam kontribusi terhadap pendidikan dan psikologi. Dari kehidupan singkat namun sangat bermakna itulah yang menjadikan beliau menjadi salah seorang perempuan terbaik bangsa yang menyumbangkan pemikiran-pemikiran melalui karya-karya yang fenomenal dan sampai kini menjadi referensi para aktivis akademis dalam mencari dan menggali informasi tentang pemikirannya. Untuk itu alangkah baiknya sejarah kehidupan beliau ini menjadi contoh dan motivasi bagi orang Indonesia khususnya kaum perempuan yang akan mengikuti jejak perjuangan beliau.

Pada Desember 2012, Zakiah Daradjat dirawat di Rumah Sakit Hermina, Jakarta Selatan, setelah menjalani dan mengalami kritis sehingga menyebabkan kepulangan beliau ke haribaan Tuhan pada 15 Januari 2013 pukul 09:00 pada usia 83 tahun dan dimakamkan di kompleks pemakaman UIN Jakarta. Semoga jasa-jasa beliau dibalas Allah dengan pahala dan surga.²⁷

Tabel 2.1 Riwayat Pendidikan Zakiah Daradjat²⁸:

Jenjang Pendidikan	Nama Lembaga Pendidikan	Tahun
SD	Standar School Muhammadiyah (Biaro Gadang)	1942
SMP	Sekolah Rangkap di Kulliyatul Muballighat Muhammadiyah	1945
	Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) Padang Panjang	
SMA	Sekolah Umum Pemuda Taman Siswa	1951

²⁷ Muh. Mangawir, *Op.Cit.*

²⁸ Zakiah Daradjat, *Psikoterapi Islami*, (Bulan Bintang: Jakarta, 2002), h. 207

S1	Perguruan Tinggi Islam Negerti Yogyakarta	1955
S1	Diploma Al Khasah Universitas Ein Shams	1958
S2	Universitas Ein Shams	1959
S3	Universitas Ein Shams	1964

2. Karya-karya dan Pekerjaan

a. Karya-karya

Adapun karya-karya Zakiah Daradjat mengenai kesehatan (perawatan) mental antara lain:

- 1) Problema Remaja di Indonesia, diterbitkan oleh Bulan Bintang Jakarta, 1974.
- 2) Ketenangan dan Kebahagiaan dalam Keluarga, Bulan Bintang, Jakarta, 1974.
- 3) Membina Nilai-Nilai Moral di Indonesia, Bulan Bintang, Jakarta, 1977.
- 4) Perkawinan yang Bertanggung Jawab, Bulan Bintang, Jakarta, 1977.
- 5) Perawatan Jiwa untuk Anak-Anak, Bulan Bintang, Jakarta, 1982.
- 6) Peranan Agama dalam Kesehatan Menta, Gunung Agung, Jakarta, 1982.
- 7) Ilmu Jiwa Agama, Bulan Bintang, Jakarta, 1993.
- 8) Remaja: Tantangan dan Harapan, YPI Ruhama, Jakarta, 1994.
- 9) Islam dan Kesehatan Menta, Gunung Agung, Jakarta, 1996.
- 10) Kesehatan Jiwa dalam Keluarga (terjemahan), Bulan Bintang, Jakarta, 1977.
- 11) Pokok-Pokok Kesehatan Jiwa/Mental (terjemahan), Bulan Bintang Jakarta, 1974.²⁹
- 12) Membina nilai-nilai moral di Indonesia, Bulan Bintang, Jakarta, 1971
- 13) Pendidikan orang dewasa, Bulan Bintang, Jakarta, 1975.

²⁹ Zaenal Arifin, *Menelusuri Tokoh Zakiah Daradjat Sebagai Pemikir Pendidikan dan Perawatan Mental: Jurnal Pendidikan Islam Rabbani*, Vol. 2, No. 2, 2018, pp. 411

- 14) Pembinaan Remaja, Bulan Bintang, Jakarta, 1975.
- 15) Islam dan Peranan Wanita, Bulan Bintang, Jakarta, 1978
- 16) Kepribadian Guru, Bulan Bintang, Jakarta, 1978.

Adapun buku-buku yang Zakiah Daradjat terjemahkan adalah:

- 17) Pokok-pokok Kesehatan Mental Jiwa atau Mental, (karangan Prof.Dr.Abdul Aziz Al Quusy, Cairo), Bulan Bintang, Jakarta, 1974
- 18) Ilmu Jiwa, Prinsip-Prinsip dan Implementasinya dalam Pendidikan, (karangan Prof. Dr. Abdul Aziz Al Quusy, Cairo), Bulan Bintang, Jakarta, 1976
- 19) Kesehatan Jiwa dalam keluarga, sekolah dan masyarakat, (karangan Prof.Dr. Mustafa Fahmi, Cairo), Bulan Bintang, Jakarta, 1977
- 20) Bimbingan Pendidikan dan Pekerjaan, (Karangan Dr. Attia Mahmud Hana, Cairo), Bulan Bintang, Jakarta, 1978
- 21) Anda dan kemampuan Anda, (karangan Virginia Bailard), Bulan Bintang, Jakarta, 1979
- 22) Pengembangan kemampuan belajar pada anak-anak, (karangan Harry N. Rivlin),Bulan Bintang, Jakarta, 1980
- 23) Marilah kita fahami persoalan Remaja, (Terjemahan buku H.H Rammers dan C.G. Hackett), Bulan Bintang, Jakarta, 1984
- 24) Penyesuaian diri, Pengertian dan Peranannya dalam Kesehatan Mental, (Karangan Prof. Dr. Mustafa Fahmi, Cairo), Bulan Bintang, Jakarta, 1982³⁰

Dari sejumlah buku-buku karangan Zakiah Daradjat ini telah banyak memberikan referensi-referensi bagi dunia akademis maupun non akademis, sehingga ketokohan Zakiah Daradjat diakui dan menjadi salah seorang pelopor pendidikan Islam dan psikologi agama serta kesehatan mental.

b. Pekerjaan

- 1) Mengajar bahasa Indonesia pada Higher School for Languages Kairo (1960-1964)

³⁰ Santi Asiah Sihotang, *Pendidikan Agama Islam dan Kesehatan Mental Remaja Dalam Pemikiran Zakiah Daradjat* :Tesis: UIN Sumatera Utara- Medan, 2020), h. 34

- 2) Bekerja di Kedutaan Besar RI, Kairo (1960-1964)
 - 3) Pegawai Bulanan Organi Kementerian Agama (1964)
 - 4) Pegawai Sementara Pendidikan Ahli Kementerian Agama (1965)
 - 5) Kepala Dinas Penelitian dan Kurikulum pada Direktorat Perguruan Tinggi Agama, Departemen Agama Republik Indonesia (1967-1972)
 - 6) Direktur Direktorat Pendidikan Agama, Departemen Agama RepublikIndonesia (1972-1977)
 - 7) Direktur Direktorat Pembinaan Perguruan Tinggi Agama Islam, Departemen Agama RepublikIndonesia (1977-1984)
 - 8) Guru Besar pada Fakultas Tarbiya IAIN Syarif Hidayatullah Jakarta (1982)
 - 9) Dekan Fakultas Pascasarjana IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta (1984-1992)
 - 10) Anggota Dewan Pertimbangan Agung RI (1983-1988)
 - 11) Anggota Majelis Permusyawaratan Rakyat RI (1992-1997)
 - 12) Anggota Dewan Riset Nasional RI (1994)
 - 13) Guru Besar Emiritus (2000)
 - 14) Diangkat Anggota Dewan Pertimbangan Agung RepublikIndonesia (1983)
 - 15) Ketua Majelis Ulama Indonesia (1995-2005)
 - 16) Pendiri dan Ketua Yayasan Pendidikan Islam Ruhama (1983)³¹
3. Kontibusi dan Penghargaan
- a. Penghargaan
 - 1) Dari Presiden Mesir Gamal Abdul Naser atas prestasi ilmiah yang diberikan pada “Hari Ilmu Pengetahuan” berupa medali ilmu pengetahuan, 1965.
 - 2) Tanda kehormatan (Bintang) “*Orde of Kuwait Fourth Class*” beserta piagam atas nama Raja Kuwait Amir Shabah Salim, sebagai penerjemah dalam kunjungan kenegaraan Presiden RI, 1977.

³¹ Zakiah Darajat, *Psikoterapi Islami, Op. Cit.*, h. 207-208

- 3) Tanda Kehormatan Bintang “*Fourth Class Of The Order Mesir*” beserta piagam dari presiden Mesir Anwar Sadat, sebagai penerjemah dalam kunjungan kenegaraan Presiden RI, 1977.
- 4) Piagam penghargaan Presiden RI Soeharto atas peran serta dan karya pengabdian dalam membina serta mengembangkan kesejahteraan kehidupan anak Indonesia dalam rangka hari anak nasional, 1988.
- 5) Bintang Jasa Utama :Tokoh Wanita/ Guru Besar Fakultas Tarbiyah IAIN Syarif Hidayatullah, Jakarta, oleh Presiden Soeharto, 1995.
- 6) Bintang Jasa Mahaputra Utama “Ketua Majelis Ulama Indonesia” oleh Presiden RI Prof. Dr. B.J. Habibie, 1999.³²

Itulah sebagian dari karya-karya, pekerjaan, dan penghargaan yang Zakiah Daradjat hasilkan dalam perjalanan kehidupan beliau, sehingga menjadikan namanya harus sampai sekarang dan nanti. Ketokohnya menjadi acuan bagi banyak orang.

b. Kontribusi Dalam Dunia Pendidikan dan Kesehatan Mental

Salah satu gagasan pembaruan monumental dan hingga kini masih terasa pengaruhnya yang dimotori Zakiah Daradjat adalah keluarnya Surat Keputusan Bersama Tiga Menteri Republik Indonesia, Menteri Pendidikan dan Kebudayaan, serta Menteri Dalam Negeri dengan lahirnya SKB Tiga Menteri. Melalui SKB Tiga menteri ini terjadilah perubahan dalam bidang pendidikan madrasah. Di antara perubahan tersebut adalah bahwa madrasah diberikan pengetahuan umum sebanyak 70% dan pengetahuan agama sebanyak 30% dengan demikian kurikulum madrasah mengalami perubahan yang signifikan.³³

Zakiah Daradjat juga membuka praktik di rumahnya untuk konsultasi kesehatan jiwa yang ditujukan untuk membantu masyarakat yang menghadapi masalah-masalah kejiwaan yang berpengaruh terhadap menurunnya semangat dan gairah kerja bahkan juga putus asa yang membahayakan masa depannya.³⁴

³²*Ibid.*, h. 208

³³ Abudin Nata, *Op. Cit.*, h. 237

³⁴*Ibid.*, h. 238

B. Konsep Kesehatan Mental, Masa Remaja, dan Pendidikan Karakter

1. Konsep Kesehatan Mental

a. Pengertian

Dalam leksikologi, kata ‘sehat’ menunjukkan keadaan badan segar, tidak terasa sakit apapun³⁵. Sedangkan kata ‘mental’ dalam Kamus Bahasa Indonesia diartikan dengan sesuatu yang menyangkut batin atau watak.³⁶ Jadi secara bahasa kesehatan mental adalah kondisi batin yang tenang tanpa mengalami gangguan.

Istilah kesehatan mental (*mental hygiene*) pertama kali dikemukakan oleh seorang psikiater bernama Adolph Meyer pada akhir abad ke-19 Masehi dan berkembang menjadi salah satu cabang ilmu jiwa. Kemudian pada abad ke-20, ilmu kesehatan mental mengalami perkembangan dan kemajuan yang pesat, seiring dengan laju perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, sehingga ia menjadi suatu ilmu pengetahuan yang bersifat praktis dan dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari.³⁷

Sadli menyebutkan ada tiga orientasi dalam kesehatan mental. Pertama, orientasi klasik. Yaitu Seseorang dianggap sehat bila ia tidak mempunyai kelakuan tertentu; Kedua, orientasi penyesuaian diri. Yaitu orang dianggap sehat secara psikologis bila ia mampu mengembangkan dirinya sesuai dengan tuntutan orang-orang lain serta lingkungan sekitarnya dan; Ketiga, orientasi pengembangan potensi. Yaitu Seseorang dikatakan mencapai tarap kesehatan jiwa, bila ia mendapat kesempatan untuk mengembangkan potensialitasnya menuju kedewasaan, ia bisa dihargai oleh orang lain dan dirinya sendiri.³⁸

Dari ketiga orientasi di atas, pada orientasi klasik, definisi yang senada adalah yang dikemukakan Syaiful bahwa “kesehatan mental adalah kondisi dimana seluruh unsur-unsur pokok kepribadian seseorang

³⁵ Daryanto, S.S., *Kamus Bahasa Indonesia Lengkap*, (Apollo: Surabaya, 1997) h. 542

³⁶ Kamus Bahasa Indonesia, (Pusat Bahasa: Jakarta, 2008), h. 942

³⁷ Saiful Akhyar, *Op. Cit.*, h. 130

³⁸ Hanna Bastaman, *Integrasi Psikologi dengan Islam Menuju Psikologi Islam*: (Jakarta: Pustaka Pelajar, Cet-5, 2011), h. 132

terhindar dari konflik, dan ia senantiasa berbuat secara konsekuen sesuai dengan norma dan ketentuan yang berlaku.”³⁹

Pada orientasi penyesuaian diri, defenisi ini dikemukakan seperti Zakiah Daradjat, yaitu “kesehatan mental adalah kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan diri sendiri dan dengan orang lain serta masyarakat dan lingkungan di mana ia hidup.”⁴⁰. Sedangkan pada orientasi pengembangan potensi, defenisi ini searah dengan defenisi Yusuf bahwa “kesehatan mental adalah keadaan psikologis seseorang yang ditandai dengan kemampuan mengelola emosi dan pikiran, mengembangkan potensi diri, bertinteraksi dengan orang lain secara konstruktif, belajar (bekerja) secara produktif, dan berkontribusi bagi kesejahteraan.”⁴¹

Selanjutnya, menurut Yusuf kesehatan mental berkaitan dengan beberapa hal. Pertama, bagaimana seseorang memikirkan, merasakan dan menjalani keseharian dalam kehidupan; Kedua, bagaimana seseorang memandang diri sendiri dan orang lain dan; Ketiga, bagaimana seseorang mengevaluasi berbagai alternatif solusi dan bagaimana mengambil keputusan terhadap keadaan yang dihadapi.⁴²

Dari pandangan di atas dapat dibuat kesimpulan bahwa kesehatan mental adalah menunjukkan bahwa seseorang itu mempunyai kemampuan dan kontrol diri terhadap permasalahan-permasalahan hidup yang dilaluinya, sehingga timbul motivasi untuk berusaha memperbaiki keadaan hidupnya.

Untuk lebih jelasnya tentang pengertian kesehatan mental, berikut ini dikemukakan beberapa defenisi kesehatan mental:

- a. World Federation for Mental Health, pada tahun 1948 dalam konvensinya di London mengemukakan bahwa kesehatan mental adalah suatu kondisi yang optimal dari aspek intelektual, yaitu siap digunakan, dan aspek emosional yang cukup mantap atau stabil, sehingga perilakunya tidak mudah terguncang oleh situasi yang berubah di lingkungan, tidak sekadar bebas atau tidak ada gangguan kejiwaan, sepanjang tidak mengganggu lingkungannya.

³⁹ Syaiful Akhyar, *Op. Cit.*, h. 134

⁴⁰ Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental*, (Gunung Agung: Jakarta, 1975), h. 11

⁴¹ Syamsu Yusuf, *Kesehatan Mental Perspektif Psikologis dan Agama*, (Remaja Rosdakarya: Bandung, 2018) h. 28

⁴² *Ibid.*, h. 25

- b. Karl Menniger, seorang psikiater, mendefinisikan sehat mental sebagai penyesuaian manusia terhadap lingkungannya dan orang-orang lain dengan keefektifan dan kebahagiaan yang optimal. Dalam mental yang sehat terdapat kemampuan untuk memelihara watak intelegensi yang siap untuk digunakan, perilaku yang dipertimbangkan secara sosial, dan disposisi yang bahagia.
- c. HB. English, seorang psikolog, menyatakan sehat mental merupakan keadaan yang secara relatif menetap di mana seseorang dapat menyesuaikan diri dengan baik, memiliki semangat hidup yang tinggi, dan terpelihara, serta berusaha untuk mencapai aktualisasi diri yang optimal.
- d. Killander, tahun 1957 mengidentikkan orang yang mentalnya sehat dengan apa yang disebutnya sebagai individu yang normal. Mereka adalah orang-orang yang memperlihatkan kematangan emosional, kemampuan menerima realitas, kesenangan bersama orang lain, dan memiliki filsafat atau pandangan hidup pada saat ia mengalami komplikasi kehidupan sehari-hari sebagai gangguan.⁴³

Selanjutnya dapat diuraikan kesimpulan tentang kesehatan mental yaitu suatu keadaan jiwa yang mengalami ketenangan tanpa adanya gangguan, yang apabila terjadi konflik dalam dirinya, ia mampu untuk mengatasinya dan mencari solusi untuk menyelesaikannya. Mampu mengembangkan potensi dirinya dan menerima kekurangan dirinya sebagai motivasi untuk terus bersaha lebih baik, juga kondisi di mana ia bisa berdamai dengan dirinya sendiri dan menerima kehadiran orang lain. Orang yang mentalnya sehat tidak akan mudah untuk mengalami kegelisahan dan ketakutan dalam kehidupannya. Orang yang mentalnya sehat akan tampak dari ciri-ciri yang dimilikinya.

b. Ciri-ciri Mental Yang Sehat

Di bagian awal dikemukakan tentang kesehatan mental bahwa orang yang mentalnya sehat adalah orang yang mampu menyesuaikan dirinya dengan masalah-masalahnya dan menyesuaikan dirinya dengan orang lain dengan memahami orang lain. Berikut ini akan diuraikan tentang karakteristik-karakteristik kesehatan mental.

Menurut Killander dalam Rahayu, di antara indikator-indikator seseorang yang sehat mentalnya adalah:⁴⁴

⁴³*Ibid.*, h. 27

⁴⁴ In Trio Rahayu, *Psikoterapi: Perspektif Islam & Psikologi Kontemporer*, (UIN-Malang Press: Malang, 2009), h. 87-289

- 1) Kematangan emosional. Terdapat beberapa indikator yang menandakan kondisi emosi seseorang telah matang, yakni: disiplin diri, pandai mengatur prioritas waktu, mandiri dalam tugas dan kewajiban, dan dapat mengatasi masalah yang dialaminya baik internal pun masalah eksternal, serta dapat mencari solusinya.
- 2) Kemampuan menerima realitas. Sikap mampu menerima kenyataan hidup yang dialami seseorang adalah salah satu indikator menandakan kondisi mental seseorang dalam keadaan sehat. Dengan itu ia mampu mengatasi dan mencari solusi atas apa yang dialaminya. Jika dia pernah gagal, maka dia akan berusaha bangkit untuk kembali berjuang sampai usahanya membuahkan hasil terbaik.
- 3) Hidup berkolaborasi dengan orang lain. Seseorang yang memiliki keadaan mental yang sehat akan mampu melangsungkan hubungan sosial yang baik dengan orang di sekitarnya, baik di lingkungan tempat tinggal ataupun dimana ia bekerja dan beraktivitas serta bertanggung jawab dalam pergaulan sosial.
- 4) Memiliki falasah hidup yang senantiasa mengarah pada kebaikan dan pencapaian. Dengan falsafah itulah seseorang akan dapat menjalani kehidupan dengan baik dan mampu menghadapi persoalan-persoalan dalam kehidupan pribadi dan sosial.

Sementara menurut Sikun Pribadi dalam Yusuf, mengemukakan bahwa ciri-ciri mental yang sehat adalah sebagai berikut:

- 1) Perasaan aman, bebas dari rasa cemas
- 2) Rasa harga diri yang mantap
- 3) Spontanitas dan kehidupan emosi yang hangat dan terbuka
- 4) Mempunyai keinginan-keinginan yang sifatnya duniawi, jasmani yang wajar, dan mampu memuaskannya
- 5) Dapat belajar mengalah dan merendahkan diri sederajat dengan orang lain
- 6) Tahu diri,, artinya mampu menilai kekuatan dan kelemahan dirinya (baik fisik maupun psikis) secara tepat dan objektif
- 7) Mampu melihat realitas sebagai realitas dan memperlakukannya sebagai realitas (tidak menghayal)
- 8) Toleransi terhadap ketegangan atau stress, artinya tidak panik pada saat menghadapi masalah (fisik, psikis, dan sosial)
- 9) Mempunyai tujuan hidup yang dan konstruktif)
- 10) Kemampuan belajar dari pengalaman
- 11) Kemampuan menyesuaikan diri dalam batas-batas tertentu dengan norma-normakelompok, di mana kita jadi anggotanya tidak melanggar aturan yang telah disepakati.
- 12) Kemampuan tidak terikat oleh kelompok, mempunyai pendirian, dapat menilai baik-burukbenar-salah tentang kelompoknya.⁴⁵

⁴⁵ Syamsu Yusuf, *Op. Cit.*, h. 31-32

Menurut Syaiful orang yang sehat mentalnya tidak hanya dimanifestasikan dengan tanda terhindarnya seseorang dari gangguan jiwa, namun juga ditandai dengan keadaan dirinya yang mampu bersikap harmonis serta bersahabat baik pula dengan lingkungannya.⁴⁶

Selanjutnya, Syaiful menyebutkan beberapa indikator yang menandakan orang yang sehat mentalnya, yaitu:

- a. Jika fungsi-fungsi jiwanya berjalan dengan baik dan seimbang, sehingga tercipta kesehatan lahiriah dan ketenangan batiniah, artinya dia sehat secara fisik dan jauh dari kegelisahan, kecemasan, kebimbangan, dan tidak merasa tertekan perasaannya dalam menghadapi dorongan atau keinginan.
- b. Bisa menyesuaikan diri dan memahami setiap perubahan sosial di masyarakat, dapat bersosialisasi di tengah aktivitas sosial, dan mampu memenuhi kebutuhan-kebutuhannya untuk memperoleh ketenangan dalam hidupnya.
- c. Memiliki keyakinan yang kuat terhadap Tuhan dengan senantiasa menjalankan aturan-aturan-Nya untuk memperoleh ketenangan dan keselamatan dalam⁴⁷

Dari uraian mengenai karakteristik kesehatan mental di atas, dapat disimpulkan beberapa indikator. Indikator yang pertama adalah orang yang sehat mentalnya adalah orang yang siap menjalani kehidupannya, menerima masalah dan cobaan sebagai pijakan untuk bertumbuh. Dengan itu, diharapkan ia mampu memahami kelebihan dan kekurangan dirinya. Indikator yang kedua adalah sebuah sikap keterbukaan dalam menjalani kehidupan sosial sebagai salah satu unsur masyarakat yang berperan dalam aktivitas sosial, aktif dan loyalitas terhadap sesama, dan memiliki toleransi dan empati.

c. Ciri-ciri Mental Yang Tidak Sehat

Menurut Rahayu, pribadi yang tidak sehat mentalnya adalah yang tidak mampu mengatur diri dalam hubungannya dengan diri sendiri dan

⁴⁶ Syaiful, Akhyar, *Op. Cit.*, h. 137

⁴⁷ *Ibid.*, h. 138

orang lain, maupun lingkungannya. Ada empat ciri mental yang tidak sehat sebagai berikut⁴⁸:

1. Tidak mampu mengatur diri dalam hubungannya dengan diri sendiri
Ciri-ciri yang masuk dalam kelompok ini adalah:
 - a) Ego tidak berfungsi penuh serta tidak serasinya antara *id*, *ego*, dan *superego*.
 - b) Dikuasai kecemasan
 - c) Tertutup (tidak terbuka terhadap pengalaman)
 - d) Rendah diri dan putus asa
 - e) Sumber evaluasi eksternal
 - f) Inkongeruen
 - g) Tidak mengakui pengalaman dengan tidak bertanggung jawab
 - h) Kurangnya kesadaran diri
 - i) Terbelenggu ide tidak rasional
 - j) Menolak diri sendiri
2. Tidak mampu mengatur diri dalam hubungannya dengan orang lain
Ciri-ciri yang masuk dalam kelompok ini adalah:
 - a) Egois, tidak mau menyumbang dan lebih suka menerima
Memandang diri sendiri benar dan orang lain tidak
 - b) Tidak konstruktif
 - c) Memenuhi kebutuhan sendiri dengan tidak peduli peduli hak orang lain
3. Tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya
Ciri-ciri yang masuk dalam kelompok ini adalah:
 - a) Tidak mampu berinteraksi dan mengelola lingkungan secara baik, sehingga dapat membuat lingkungan menjadi rusak.
Tidak peduli dengan lingkungan dan tidak mau menjaga lingkungan
 - b) Membuat kerusakan dan ketidaktentraman dalam masyarakat
 - c) Merusak alam dan menganiaya hewan
 - d) Tidak mau bergabung dalam kegiatan sosial untuk menjadikan lingkungan yang sehat dan kondusif
4. Tidak mampu mengatur diri dalam hubungannya dengan Allah
Ciri-ciri yang masuk dalam kelompok ini adalah:
 - a) Tidak mau menjalankan syariat agama Allah
Enggan beribadah
 - b) Kufur atas nikmat yang diperolehnya
 - c) Tidak bersyukur

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri pribadi yang tidak sehat mentalnya adalah tidak mampu memerankan dirinya sebagaimana ia telah diberikan potensi untuk mencapai taraf kebahagiaan dalam hidup dan sulitnya untuk menyesuaikan diri dengan orang lain dan tidak peka sosial.

⁴⁸ Iin Tri Rahayu, *Op. Cit.*, h. 295-300

d. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental

Dalam hukum kausal, jika sesuatu terjadi di muka bumi ini, tentu didahului sebab kejadiannya, dari sebab itu akan datang dampak yang ditimbulkan. Jika seseorang mengalami gangguan mental, tentunya dapat dipastikan ada sebab-sebab atau didahului faktor-faktor yang mempengaruhinya.

Faktor-faktor yang menyebabkan kesehatan mental, menurut para pakar ilmu kejiwaan, sekurangnya ada tiga faktor utama yang mempengaruhi kesehatan mental seseorang, yaitu faktor somatogenetik (bawaan sejak lahir), faktor psikogenik (hubungan dalam keluarga), dan faktor sosiogenetik (hubungan sosial). Ketiga faktor tersebut dibagi dalam dua faktor mendasar yakni faktor internal dan faktor eksternal yang akan diuraikan dalam pembahasan berikut ini.

1) Faktor Internal

Menurut Notosoedirjo dan Latipun, faktor internal berpengaruh terhadap kesehatan mental dibagi dalam dua bentuk: Pertama faktor biologis yaitu: otak, sistem endrokin, genetika, sensori, dan kondisi ibu selama hamil. Kedua faktor psikologis. Aspek ini senantiasa terlibat dalam dinamika kemanusiaan sehingga erat kaitannya dengan pengaruh kesehatan mental terlebih spiritualitas yang kuat pada jiwa seseorang.⁴⁹

2) Faktor Eksternal

Menurut Yusuf, faktor eksternal juga sangat mempengaruhi kesehatan mental seseorang. Faktor eksternal ini dibagi dalam tiga jenis yaitu pengaruh lingkungan keluarga, pengaruh lingkungan sekolah, dan pengaruh dari lingkungan masyarakat.

a) Lingkungan keluarga

Keluarga memiliki peranan yang sangat penting dalam upaya mengembangkan pribadi anak/remaja. Perawatan orang tua yang penuh kasih sayang, dan pendidikan tentang nilai-nilai agama maupun sisial budaya yang diberikannya merupakan faktor yang

⁴⁹ Notosoedirjo & Latipun, *Kesehatan Mental: Konsep dan Penerapan*, (Universitas Muhammadiyah Malang/ UMM: Press: Malang, Cet--4, 2007), h. 65

kondusif untuk mempersiapkan anak menjadi pribadi dan anggota masyarakat yang bermental sehat.⁵⁰

Jika keluarga tidak mampu menanamkan prinsip di atas, maka akan terciptalah kondisi anak yang bermental tidak sehat. Anak tidak mendapatkan kepercayaan diri untuk tumbuh, anak tidak menemukan solusi atas permasalahannya, dan tidak dibekali dengan pendidikan dan agama, sehingga anak kehilangan pegangan yang menyebabkan mentalnya menjadi sakit.

b) Lingkungan sekolah

Sekolah merupakan lembaga formal yang secara sistematis melaksanakan program bimbingan, pengajaran, dan latihan dalam rangka membantu siswa agar mampu mengembangkan potensinya, baik yang menyangkut aspek moral, spritual, intelektual, emosional, maupun sosial.⁵¹

Jika sekolah tidak menerapkan psinsip di atas dan cenderung terhadap pengabaian pada siswa-siswanya, maka anak akan mengalami kurangnya motivasi belajar, lemahnya keinginan untuk sukses, dan cenderung mencari kesibukan di luar untuk mencari apa yang diinginkannya.

c) Lingkungan Masyarakat

Upaya pengembangan kesehatan mental di lingkungan masyarakat amat penting, karena perkembangan kesehatan mental seseorang dipengaruhi juga oleh iklim atau suasana kehidupan masyarakat di mana tempat ia tinggal. Pengaruh lingkungan masyarakat yang mempengaruhi kesehatan mental adalah sebagai berikut:

- (1) Tingginya harga kebutuhan pokok rumah tangga sehari-hari
- (2) Lingkungan tidak aman (seperti merebaknya kriminalitas, dan tawuran antar warga atau pemuda
- (3) Lingkungan sekitar yang kotor, bau, atau kumuh.
- (4) Sering terjadi kemacetan lalu lintas

⁵⁰ Yusuf, *Op. Cit.*, h. 175

⁵¹*Ibid.*, h. 192

- (5) Sering dilanda bencana alam minimnya lapangan pekerjaan
- (6) Kurangnya ketersediaan air bersih
- (7) Maraknya peredaran masajah, buku, dan film porno
- (8) Merebaknya perjudian dan narkoba⁵²

Dari faktor-faktor di atas dapat disimpulkan bahwa ketiga faktor tersebut sangat mempengaruhi kesehatan mental individu khususnya anak-anak dan remaja yang secara pengalaman dan pengetahuan belum mampu menerima keadaan yang tidak baik. Untuk itu, agar kesehatan mental dan remaja bisa terhindar dari gangguan mental, maka perlu adanya upaya-upaya agar kondisi anak-anak dan remaja tetap dalam keadaan mental yang sehat.

2. Masa Remaja

a. Pengertian Masa Remaja

Remaja berasal dari kata latin “*adolescere*” yang berarti “tumbuh” atau tumbuh menjadi dewasa”.⁵³ Artinya remaja adalah sebuah sebutan untuk fase transisi dari sebelumnya (kanak-kanak) dan sesudahnya (dewasa).

Remaja merupakan suatu fase perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, berlangsung antara usia 10 sampai 19 tahun. Menurut Rahman, remaja sebagai masa peralihan pada masa anak dan masa dewasa yang terjadi antara usia 12 sampai 21 tahun.⁵⁴

Menurut *World Health Organization* (WHO) menetapkan bahwa yang disebut remaja adalah manusia yang berusia 12-19 tahun. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10 sampai 18 tahun.⁵⁵

Dari beberapa defenisi di atas terdapat kesamaan dalam mengistilahkan masa remaja yakni masa perkembangan dan peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Namun perbedaan yang

⁵²*Ibid.*, h. 203

⁵³ Kenny Dwi Fhadila, *Menyikapi Perubahan Prilaku Remaja: Jurnal Penelitian Guru Indonesia*, Vo. 2, No. 2, 2017, h. 63

⁵⁴ Abdul Rahman Agus, *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja* (Pustaka Setia: Bandung, 2016) h 179.

⁵⁵ www.kemkes.go.id/infodatinreproduksiremaja/ (diakses, 28 September 2020, pukul: 08-08 WIB)

terlihat adalah dalam menetapkan ukuran atau batasan usia dalam masa remaja.

Dalam ketiga pendapat di atas, penulis lebih cenderung pada batasan masa remaja Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Yang dikalsifikasikan Farida dalam 4 kelompok: a) Pra remaja dengan rentang usia 10-12 tahun; b) Remaja awal dengan rentang usia 12-15 tahun; c) Remaja pertengahan dengan rentang usia 15-18 tahun; dan d) Remaja akhir dengan rentang usia 18-24 tahun.⁵⁶ Hal ini sejalan dengan batasan yang dikemukakan para ahli jiwa.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa remaja adalah fase perkembangan dan peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang rentang usianya dimulai 10 tahun (minimal) dan berakhir 21 tahun (maksimal) yang disebut sebagai masa transisi.

Masa remaja menurut Paapalia dan Olds dalam Jahya adalah masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanan dan dewasa. Perkembangan yang dimaksud adalah perubahan yang terjadi pada rentang kehidupan yang terjadi secara kuantitatif, misalnya penambahan tinggi atau berat tubuh, dan secara kualitatif, misalnya perubahan cara berpikir secara konkrit menjadi abstrak.⁵⁷

Menurut Erikson dalam Rosnely fase “remaja merupakan segmen perkembangan individu yang sangat penting, yang diawali dengan matangnya organ-organ fisik (seksual), sehingga mampu bereproduksi.”⁵⁸

Masa remaja sering dikenal dengan masa pencarian jati diri (Monks, dkk), masa transisi perkembangan (Santrock), masa perubahan/kematangan mental (Elizabeth B. Hurlock) atau masa yang menjembatani dua fase (Zakiah Daradjat), yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan emosional, menyadari pertumbuhan fisik yang

⁵⁶ Anna Farida, *Pilar-pilar pembangunan Karakter Remaja*, (Nuansa Cendekia: Bandung, 2014), h. 19

⁵⁷Yudrik Jahya, *Psikologi Perkembangan*, (Kencana Prenada Mulia: Jakarta, 2013, Cet-3),h. 220

⁵⁸ Rosleny Marliani, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*, (Putaka Setia: Bandung, 2016), h. 179

signifikan, memahami keinginan diri, rasa penasaran yang menyelimuti, dan ingin diakui keberadaannya di tengah masyarakat.

Menurut Desmita, masa remaja ditandai dengan beberapa hal yang sering muncul dalam diri remaja, di antaranya:

- 1) Mencapai hubungan yang matang dengan teman sebaya
- 2) Dapat menerima dan belajar peran sosial sebagai pria atau wanita dewasa yang dijunjung tinggi oleh masyarakat
- 3) Menerima keadaan fisik dan mampu menggunakannya secara efektif
- 4) Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya;
- 5) Memilih dan mempersiapkan karier di masa depan sesuai dengan minat dan kemampuannya
- 6) Mengembangkan sikap positif terhadap pernikahan, hidup berkeluarga dan memiliki anak
- 7) Mengembangkan keterampilan intelektual dan konsep-konsep yang diperlukan sebagai warga Negara
- 8) Mencapai tingkah laku yang bertanggung jawab secara sosial
- 9) Memperoleh seperangkat nilai dan sistem etika sebagai pedoman dalam bertingkah laku
- 10) Mengembangkan wawasan keagamaan dan meningkatkan religiusitas.⁵⁹

Jadi dari uraian di atas pengertian remaja dan masa remaja di atas dapat disimpulkan bahwa masa remaja adalah masa transisi yang dilalui individu dalam menjalani kehidupannya dari anak-anak menuju dewasa, masa perkembangan fisik dan psikis, masa perubahan pola kehidupan, masa penyesuaian diri dengan lingkungan sekitar. Pada masa remaja ini, banyak hal yang akan mempengaruhi perkembangan remaja baik dari aspek fisik (seperti makanan, pola hidup) dan dari aspek psikis (perhatian, kasih-sayang), serta aspek sosial (lingkungan dan budaya).

b. Perkembangan Masa Remaja

Perkembangan menghasilkan bentuk dan ciri-ciri kemampuan baru yang berlangsung dari tahap aktivitas yang sederhana menuju tahap yang lebih tinggi. Perkembangan itu bergerak secara berangsur-angsur tetapi pasti, melalui tahap demi tahap yang semakin hari semakin bertambah maju, yang dimulai sejak masa pematangan dan berakhir dengan kematian. Misalnya pada masa kanak-kanak sampai menginjak remaja

⁵⁹ Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, (Remaja Rosdakarya: Bandung, 2009), h. 37-38

mengalami perkembangan dalam struktur fisik dan mental, jasmani dan rohani menuju jenjang masa dewasa.⁶⁰

Menurut Wahidin masa remaja adalah suatu masa ketika Individu berkembang dari saat pertama kali menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual. Individu mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari kanak-kanak menjadi dewasa. Terjadi peralihan dari ketergantungan sosial-ekonomi yang penuh kepada keadaan yang relatif lebih mandiri⁶¹

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa masa perkembangan remaja adalah masa yang kompleks mencakup berbagai aspek keseluruhan dari kehidupan yang dilaluinya. Karena itulah pada masa ini akan banyak timbul permasalahan yang kerap tidak mampu dikendalikan oleh remaja dalam mengatasi persoalannya tersebut. Hal ini jelas akan terlihat berbeda dari masa sebelumnya (kanak-kanak) dan masa sesudahnya (dewasa). Dimana pada masa sebelumnya, remaja belum mengalami perubahan yang drastis dari kehidupannya, sedangkan masa sesudahnya sudah mempunyai bekal untuk menjalani kehidupan lebih lanjut.

Yudrik Jahya menyebutkan pada masa remaja ini hampir selalu merupakan masa-masa sulit bagi remaja maupun orang tuanya, ada sejumlah alasan untuk ini:

- 1) Remaja mulai menyampaikan kebebasan dan haknya untuk mengemukakan pendapatnya sendiri. Tidak terhindarkan, ini dapat menciptakan ketegangan dan perselisihan, dan dapat menjauhkan ia dari keluarganya.
- 2) Remaja lebih mudah dipengaruhi teman-temannya daripada ketika masih anak-anak. Ini berarti pengaruh orang tua pun melemah. Anak remaja berperilaku dan mempunyai kesenangan yang berbeda bahkan bertentangan dengan perilaku dan kesenangan keluarganya.
- 3) Remaja mengalami perubahan fisik yang luar biasa, baik pertumbuhan maupun seksualitasnya. Perasaan seksual muncul dapat menakutkan, membingungkan, dan menjadi sumber perasan salah dan frustrasi.
- 4) Remaja sering menjadi terallu percaya diri dan ini bersama-sama dengan emosinya yang biasanya meningkat, mengakibatkan ia sukar menerima nasihat orang tua.⁶²

⁶⁰ Rosleny Marliani, *Op. Cit.*, h.164

⁶¹ Unang Wahidin, *Op. Cit.*, h. 261

⁶² Yudrik Jahya, *Op. Cit.*, h. 225-226

Sedangkan Rosnely mengemukakan ciri-ciri perkembangan remaja sebagai berikut:

- 1) Perkembangan fisik
 - (a) Ciri-ciri seks primer
Remaja pria ditandai dengan sangat cepatnya pertumbuhan testis. Pada remaja wanita, kematangan organ-organ seksnya ditandai dengan tumbuhnya rahim, vagina, dan ovarium secara cepat.
 - (b) Ciri-ciri seks sekunder
Pada wanita ditandai dengan tumbuhnya rambut di sekitar kemaluan dan ketiak, bertambah besar buah dada dan bertambah besar pinggul. Sedangkan pada pria ditandai dengan tumbuh rambut disekitar kemaluan dan ketiak, terjadi perubahan suara, tumbuh kumis dan tumbuh jakun.
- 2) Perkembangan kognitif (intelektual)
Remaja secara mental telah dapat berpikir logis tentang berbagai gagasan yang abstrak. Dengan kata lain berpikir operasi formal lebih bersifat hipotesis dan abstrak, serta sistematis dan ilmiah dalam memecahkan masalah daripada berpikir konkret.
- 3) Perkembangan emosi
Masa remaja merupakan puncak emosionalitas, yaitu perkembangan emosi yang tinggi. Mencapai kematangan emosional merupakan tugas perkembangan yang sulit bagi remaja. Untuk itu, proses pencapaiannya sangat dipengaruhi oleh kondisi sosio-emosional lingkungannya, terutama lingkungan keluarga dan lingkungan teman sebayanya.
- 4) Perkembangan sosial
Remaja memahami orang lain sebagai individu yang unik, baik menyangkut sifat-sifat pribadi, minat, nilai-nilai, maupun perasaannya. Remaja memilih teman yang memiliki kualitas psikologis yang relatif sama dengan dirinya, baik menyangkut *interest*, sikap, nilai, dan kepribadian.
- 5) Perkembangan moral
Melalui perkembangan atau interaksi sosial, tingkat moralitas remaja lebih matang dari usia anak, mereka sudah lebih mengenal nilai-nilai moral atau konsep-konsep moralitas, seperti kejujuran, keadilan, keadilan, kesopanan, dan kedisiplinan.
- 6) Perkembangan kepribadian
Fase remaja merupakan saat yang paling penting bagi perkembangan dan integrasi kepribadian. Masa remaja merupakan masa berkembangnya identitas (jati diri). Apabila remaja gagal mengintegrasikan aspek-aspek dan pilihan atau merasa tidak mampu untuk memilih, ia akan mengalami kebingungan. Adapun perkembangan identitas dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu iklim keluarga, tokoh idola, dan peluang pengembangan diri.

- 7) Perkembangan kesadaran Kemampuan berpikir abstrak remaja memungkinkannya untuk dapat mentransformasikan keyakinan beragama.⁶³

Tabel 2.2 Perkembangan Fisik Remaja⁶⁴

Perkembangan Fisik	
Laki-laki	Perempuan
1. Perubahan suara (pita suara berkembang, suara lebih berat)	1. Mulai masturbasi
2. Berat dan tinggi bertambah signifikan	2. Berat dan tinggi bertambah signifikan
3. Penis mulai membesar	3. Payudara mulai tumbuh
4. Rambut sekitar kemaluan mulai tumbuh	4. Rambut sekitar kemaluan mulai tumbuh
5. Kelenjar minyak lebih aktif, keringat lebih banyak	5. Kelenjar minyak lebih aktif, keringat lebih banyak
6. Tumbuh rambut di daerah ketiak	6. Tumbuh rambut di daerah ketiak ⁶⁵
7. Testis mulai tumbuh	

Dari uraian di atas dapat dilihat bahwa masa perkembangan remaja adalah masa yang begitu kompleks dan menjadi penentu, pengarah kehidupan menuju masa dewasa. Masa ini akan menghadapi problem-problem yang tidak hanya akan membuat remaja kesulitan dalam menjalaninya, namun juga bisa menyebabkan dampak bagi lingkungan dan rusaknya masa depan bangsa. Pada pembahasan berikut akan dijelaskan sepintas tentang problem yang sering muncul dalam kehidupan remaja.

⁶³ Rosnely Marliani, *Op. Cit.*, h. 181-182

⁶⁴ Anna Farida, *Pilar-pilar pembangunan Karakter Remaja*, (Nuansa Cendekia: Bandung, 2014), h. 23

⁶⁵*Ibid*, h. 23

c. Problem Masa Remaja

Pengenalan terhadap problematika remaja penting untuk di ketahui agar pengertian dan pemahaman terhadapnya dapat membantu mengatasi permasalahannya bantuan orang lain dari orang tua misalnya juga sangat menentukan pula mereka bagaimana meyakinkan bahwa hambatan atau problem itu wajar terjadi di usianya.⁶⁶

Problem remaja dinilai menjadi pemicu terjadinya gangguan mental dan rusaknya karakter pada diri remaja. Dalam masa remaja itu, problem yang mereka hadapi cenderung pada keinginan-keinginan dan kebutuhan-kebutuhan biologis dan psikologis untuk dapat menjalani tugas-tugas di masa perkembangan itu.

Remaja dengan berbagai problem yang mereka hadapi, tentunya menjadi perhatian bagi orang dewasa terkhusus orang tua dan lembaga pendidikan karena remaja menghabiskan hari-harinya lebih banyak di rumah dan di sekolah. Tentunya, pihak keluarga dan pendidik dituntut untuk dapat memahami problem-prombel di masa remaja itu agar dapat mengatasi dan memberikan solusi terhadap kegelisahan yang timbul akibat problem yang mereka hadapi.

Dewasa ini kenakalan remaja semakin dirasakan meresahkan masyarakat, baik di negara-negara maju maupun di negara-negara yang sedang berkembang. Untuk itu, masalah kenakalan remaja mesti diupayakan secara sungguh-sungguh dan ditanggulangi hingga tuntas.⁶⁷

Maraknya kasus-kasus tentang perilaku remaja di tengah masyarakat boleh jadi disebabkan karena problem dalam diri mereka yang belum tuntas dan/ belum terarahkan dengan baik dan tidak menemukan solusi terhadap permasalahan tersebut. Akibatnya, hampir setiap hari diberitakan di media massa tentang kasus-kasus menyimpang akibat kenakalan remaja.

Berbagai konflik yang dialami remaja menandakan bahwa problem remaja di negara kita belum dapat diminimalisir atau ditangani dengan baik. Menurut Jahya, problem remaja dan kenakalan yang ditimbulkan

⁶⁶ Nurana Haris, *Upaya Mengatasi Problematika Remaja: Jurnal At-Taujih*, Vol. 4, No. 2, 2018, pp. 76

⁶⁷ Rosnely Marliani, *Op. Cit*, h. 250

akan terlihat seperti: a) konflik antara kebutuhan mengendalikan diri dan kebutuhan untuk bebas dan merdeka; b) konflik antara kebutuhan akan kebebasan dan ketergantungan kepada orang tua; c) konflik antara kebutuhan seks dan agama serta nilai sosial; d) konflik antara prinsip dan nilai-nilai yang dipelajari oleh remaja ketika ia kecil dulu dengan prinsip dan nilai yang dilakukan oleh orang dewasa di lingkungannya dalam kehidupan sehari-hari dan; e) konflik masa depan.⁶⁸

Sebelum membahas lebih jauh mengenai kenakalan remaja, berikut ini dipaparkan secara sepintas dan universal mengenai hal-hal yang menjadi pemicu terhadap problem remaja dan kenakalan remaja:

Santrock dalam Rosnely mengemukakan beberapa gejala yang dapat dilihat dan mengarah pada kenakalan remaja sebagai berikut:

- a) Remaja yang tidak disukai oleh teman-temannya sehingga ia lebih suka menyendiri. Hal tersebut dapat menyebabkan kegoncangan emosi pada dirinya.
- b) Remaja yang sering menghindari diri dari tanggung jawab di rumah atau sekolah. Hal ini dikarenakan remaja tersebut tidak menyukai pekerjaan yang ditugaskan kepadanya sehingga menjauhkan diri dari lingkungan dan mencari kesibukan lain yang tidak terbimbing.
- c) Remaja yang sering mengeluh, dalam arti mereka mengalami masalah yang tidak sanggup ia pecahkan. Remaja seperti ini sering terbawa pada kegoncangan emosi.
- d) Remaja yang mengalami fobia dan gelisah dalam melewati batas yang berbeda dengan ketakutan terhadap teman-teman sebayanya yang normal.
- e) Remaja yang suka berbohong
- f) Remaja yang suka menyakiti atau mengganggu teman-temannya di sekolah atau di rumah
- g) Remaja yang menyangka bahwa semua guru mereka bersikap tidak baik terhadap mereka dan sengaja menghambat mereka
- h) Remaja yang tidak sanggup memusatkan perhatian.⁶⁹

Dari uraian mengenai gejala-gejala kenakalan remaja di atas dapat disimpulkan bahwa remaja yang memiliki gejala-gejala di atas adalah remaja yang mengalami gangguan mental dalam dirinya seperti pada poin (1,2,4 dan 8) yang kemudian berdampak pada sikap dan perilakunya seperti pada poin (3, 5, 6, dan 7). Gejala-gejala tersebut tentunya

⁶⁸ Yudrik Jahya, *Op. Cit.*, h. 241

⁶⁹ Rosnely, *Op. Cit.*, h. 251

dipengaruhi dari dalam dan luar remaja yang memicu terjadinya kenakalan tersebut.

Ada tiga faktor utama yang dikemukakan para ahli psikologi yang mempengaruhi kenakalan remaja, yakni faktor keluarga, faktor sekolah, dan faktor lingkungan.

Pertama faktor keluarga, penelitian menunjukkan bahwa remaja yang dibesarkan dalam lingkungan keluarga yang tidak harmonis, cenderung berkepribadian antisosial dan berperilaku menyimpang. Kedua, faktor sekolah, kondisi sekolah yang tidak kondusif dapat mengganggu proses belajar mengajar, yang pada gilirannya dapat memberikan “peluang” pada mereka untuk berperilaku menyimpang. Ketiga faktor masyarakat, kondisi masyarakat yang tidak sehat atau rawan merupakan faktor yang tidak kondusif bagi remaja untuk berperilaku menyimpang.⁷⁰

Dari uraian di atas dapat dibuat kesimpulan yaitu problem yang dihadapi remaja adalah problem dalam menyesuaikan diri dengan perkembangan fisik (bilogis) dan psikis (psikologi) yang mereka alami terhadap pemenuhan keinginan dan kebutuhan yang mereka perlukan untuk dapat melengkapi masa perkembangan tersebut. Problem remaja juga dipengaruhi dari luar yaitu disebabkan kondisi lingkungan keluarga yang kurang/tidak harmonis, lingkungan pendidikan yang tidak/kurang edukatif, dan lingkungan sosial yang tidak/kurang kondusif..

3. Pendidikan Karakter

a. Pengertian Karakter

Secara terminologi, asal kata karakter dari bahasa Latin “*Kharakter*”, dalam bahasa Inggris disebut “*Character*”, dan dalam bahasa Yunani “*Charasein*”— yang berarti membuat tajam dan membuat dalam. Maksudnya tindakan untuk membantu setiap individu menjadi lebih baik semangat untuk membangun dirinya semaksimal mungkin dengan tujuan menjadi insan yang memiliki perilaku karakter.⁷¹ Sedangkan dalam bahasa Perancis disebut “*Caractere*” yang berarti kebiasaan. Dalam

⁷⁰*Ibid.*, h. 256

⁷¹ Suprpto Wahyunianto, *Implementasi Pembiasaan Diri dan Pendidikan Karakter*, (Penerbit Deepublish: Yogyakarta, 2019), h. 1

bahasa Arab lebih dikenal dengan sebutan “*Akhlak*” yang memiliki arti lebih luas yakni tingkah laku.⁷²

Dalam kamus Pusat Bahasa, karakter diartikan sebagai bawaan, hati, jiwa, kepribadian, budi pekerti, perilaku, personalitas, sifat, tabiat, temperamen, dan watak.⁷³ Defenisi ini mencakup keseluruhan aspek yang tertanam dalam pribadi seseorang. Dari beberapa defenisi terminologi di atas, dapat dibuat kesimpulan, karakter adalah watak atau kepribadian yang melekat pada diri seseorang yang ditampilkan dalam kebiasaan atau tingkah laku.

Secara etimologi, Aisyah mendefenisikan karakter merupakan sekumpulan tata nilai yang tertanam atau terinternalisasi dalam jiwa seseorang yang membedakannya dengan orang lain serta menjadi dasar dan panduan bagi pemikiran, sikap dan perilakunya. Dengan demikian cara bertindak, berpikir, dan bersikap seseorang merupakan gambaran karakter seseorang yang dapat dilacak dari proses internalisasi nilai yang dialaminya.⁷⁴

Defenisi di atas diperkuat oleh Syarbini, bahwa karakter adalah sifat yang mantap, stabil dan khusus yang melekat dalam diri seseorang yang membuatnya bersikap dan bertindak secara otomatis, tidak dapat dipengaruhi oleh keadaan dan tanpa memerlukan pertimbangan/pemikiran terlebih dulu.⁷⁵ Dua defenisi ini mengandung makna bahwa karakter mempengaruhi sikap, tindakan, dan pikiran seseorang dalam merespon kejadian-kejadian yang dialami seseorang dalam kehidupannya.

Menurut F. W Poester dalam Amka, karakter adalah sesuatu yang mengkualifikasikan pribadi seseorang. Karakter berkembang menjadi identitas, ciri, dan menjadi sifat yang tetap meskipun menghadapi berbagai pengalaman dan kondisi yang selalu berubah. Karakter adalah

⁷²Muchlas dan Haryanto, *Konsep & Model Pendidikan Karakter*, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2011), h. 37

⁷³ Endang Kartikowati, Zubaedi, *Pola Pembelajaran 9 Pilar Karakter Pada Anak Usia Dini dan Dimensi-dimensinya*, (Prenada Media Grup: Jakarta, 2020) h. 11

⁷⁴ Aisyah M. Ali, *Pendidikan Karakter, Konsep dan Implementasinya*, (Kencana: Jakarta, 2018), h. 12

⁷⁵ Amirulloh Syarbini, *Pendidikan Karakter Berbasis Keluarga*, (Ar-Ruz Media: Jogjakarta, 2016), h. 30

kualitas atau kekuatan mental dan moral, akhlak atau budi pekerti individu yang merupakan kepribadian khusus yang membedakan dengan individu lain.⁷⁶ Defenisi ini secara eksplisit menggambarkan bahwa karakter adalah suatu cirikhas seseorang yang tidak mengalami perubahan dan bertahan lama dalam diri seseorang, sehingga cirikhas tersebut dapat dikenali menjadi identitas pribadi seseorang.

Griek juga mengemukakan defenisi yang sama bahwa karakter sebagai gambaran terhadap tabiat manusia yang melekat dalam dirinya dan menjadi ciri khas seseorang. Karakter diartikan adalah sebuah petunjuk untuk melihat bagaimana perilaku dan kepribadian manusia.⁷⁷

Menurut Moenir dan Koesuma yang dikutip Sukiyat mengajukan dua bentuk interpretasi terhadap defenisi karakter, pertama, karakter sebagai sekumpulan kondisi yang telah diberikan begitu saja, atau telah ada begitu saja, yang lebih kurang dipaksakan dalam diri seseorang. Di sini karakter merupakan sesuatu yang telah ada di sananya (*given*). Kedua, karakter sebagai tingkat kekuatan seorang individu mampu menguasai kondisi dalam dirinya. Di sini karakter adalah sebuah yang dikehendaki (*willed*)⁷⁸

Aagaknya defenisi di atas jika diamati lebih dalam akan ditemukan benang merahnya yang dapat dimaknai bahwa karakter adalah bawaan diri seseorang yang sudah dia bawa sejak lahir dan akan dimiliki seseorang dalam rentang perjalanan kehidupannya. Secara sederhana defenisi Moenir dan Koesuma ini memberikan gambaran bahwa karakter dapat dibentuk dan dikehendaki oleh siapapun selama masa hidupnya berlangsung.

Hendarman mengambil sebuah defenisi untuk melengkapi pandangan-pandangan di atas, yakni karakter adalah akumulasi dari kepribadian yang terbentuk selama masa hidup seorang individu yang ditampilkan kemudian disesuaikan dengan nilai dan norma tertentu. Karakter diperoleh melalui pengasuhan dan pendidikan. Karakter yang kuat

⁷⁶ Amka Abdul Azizi, *Hati Pendidikan Karakter* (Cempaka Putih: Klaten) 2018, h. 155

⁷⁷ Zubaedi, *Desain Pendidikan Karakter dan Aplikasinya Dalam Pendidikan*, (Jakarta: Kencana, 2012), h. 9

⁷⁸ Sukiyat, *Strategi Implementasi Pendidikan Karakter*, (Jakad Media Publishing: Surabaya, 2020) h. 3

terbentuk dari proses pembelajaran, pelatihan, dan peneladanan yang lama.⁷⁹

Dapat diambil kesimpulan yakni karakter merupakan suatu tanda yang terlihat dalam diri seseorang, yang diperoleh dari internalisasi nilai-nilai yang diserapnya dalam kehidupan, serta menjadi landasan untuk menentukan sebuah sikap atau perilaku dalam kehidupan sosial yang terbentuk dari proses latihan dan pembiasaan.

b. Pengertian Pendidikan Karakter

Istilah pendidikan karakter muncul pada akhir abad ke-18. Terminologi ini mengacu pada sebuah pendekatan idealis-spiritualis dalam pendidikan yang dikenal dengan teori pendidikan normatif— yang menjadi prioritas adalah nilai-nilai transenden yang dipercaya sebagai motor penggerak sejarah, baik bagi individu maupun bagi sebuah perubahan sosial.⁸⁰

Menurut Aan Hasanah, pendidikan karakter adalah upaya yang sistematis untuk menanamkan dan mengembangkan secara konsisten dan kontiniu akan kualitas-kualitas karakter yang berbasis pada nilai-nilai agama, budaya, falsafah negara negara yang diinternalisasikan oleh peserta didik di rumah, di sekolah maupun di masyarakat dalam kehidupan kesehariannya sehingga akan membentuk perilaku karakter.⁸¹ Dari defenisi ini dapat dipahami bahwa pendidikan karakter adalah penanaman nilai-nilai secara terus-menerus, berkelanjutan, dan konsisten kepada siswa agar dapat membiasakan nilai-nilai kebaikan dalam kehidupan sosialnya.

Menurut pandangan Doni Koesoma, pendidikan karakter bukan hanya berurusan dengan penanaman nilai bagi siswa, namun merupakan sebuah usaha bersama untuk menciptakan sebuah lingkungan pendidikan tempat setiap individu menghayati kebebasannya sebagai sebuah prasyarat bagi kehidupan moral yang dewasa. Dalam pandangan ini, Koesoma mengemukakan dua paradigma dalam pendidikan karakter: pertama,

⁷⁹Hendarman, *Pendidikan Karakter Era Milenial*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2019) h. 49

⁸⁰ Doni Koesoema. A, *Pendidikan Karakter: Strategi Mendidik Ana di Era Global*, (Grasindo: Jakarta, 2007), h. 9

⁸¹ Amirulloh Syarbini, *Op. Cit.*, h. 41

pendidikan karakter dalam cakupan moral yang sifatnya lebih sempit (*narrow scope to moral education*), kedua, memandang pendidikan karakter dari sudut pemahaman moral yang sifatnya lebih luas, terutama melihat keseluruhan peristiwa dalam dunia pendidikan itu sendiri (*educational happenings*). Integrasi atas kedua paradigma inilah yang melahirkan gagasan baru tentang pendidikan karakter sebagai pedagogi yang menyertakan tiga matra pertumbuhan manusia.⁸²

Dari defenisi yang kedua tersebut dapat dikombinasikan dengan defenisi pertama, yang membuat sebuah kesimpulan bahwa pendidikan karakter adalah internalisasi nilai-nilai pendidikan, agama, budaya, dan falsafah negara dalam diri peserta didik dan lingkungan tempat peserta didik bertumbuh-kembang, baik itu di lingkungan keluarga, sekolah, maupun di masyarakat.

Agar pemahaman mengenai pendidikan karakter ini dapat dimaknai secara universal, maka Berkowitz dan Bier yang dikutip Yaumi mendefenisikan tentang pendidikan karakter sebagai berikut:

Pertama, “Pendidikan karakter adalah gerakan nasional dalam menciptakan sekolah untuk mengembangkan peserta didik dalam memiliki etika, tanggung jawab, dan kepedulian dengan menerapkan dan mengajarkan karakter-karakter yang baik melalui penekanan pada nilai-nilai universal, pendidikan karakter adalah yang disengaja, proaktif yang dilakukan oleh sekolah dan pemerintah untuk menanamkan nilai-nilai inti, etis seperti kepedulian, kejujuran, keadilan, tanggung-jawab, dan penghargaan terhadap diri orang lain (*Character education patnership*)”.

Kedua, “Pendidikan karakter adalah mengajar peserta didik tentang nilai-nilai dasar kemanusiaan termasuk kejujuran, kebaikan, kemurahan hati, keberanian, kebebasan, kesetaraan, dan penghargaan kepada orang lain. Tujuannya adalah mendidik anak-anak menjadi bertanggung jawab secara moral dan warga negara yang disiplin (*Association for supervision and curriculum development*)

Ketiga, “Pendidikan karakter adalah usaha sengaja untuk mengembangkan karakter yang baik berdasarkan nilai-nilai inti yang baik untuk individu dan baik untuk masyarakat.”

Keempat, “Pendidikan karakter adalah pendekatan apa saja yang disengaja oleh personel sekolah, yang sering berhubungan dengan orang tua dan anggota masyarakat, membantu peserta didik dan remaja menjadi peduli, penuh prinsip, dan bertanggung jawab (*National commision on character education*)⁸³

⁸² Doni Koesoema, A, *Op. Cit.*, h. 4

⁸³ Muhammad Yaumi, *Pendidikan Karakter: Landasan, Pilar & Implementasi*, (Kencana: Jakarta, Cet-2, 2016), h. 10

Empat defenisi di atas sejalan dengan pandangan Zubaedi yakni pendidikan karakter diartikan sebagai “*The deliberate us off all dimensions of school life to foster optimal character development*” (usaha kita secara sengaja dari seluruh dimensi kehidupan sekolah untuk membantu pengembangan karakter dengan optimal. Hal ini berarti bahwa untuk mendukung perkembangan karakter peserta didik harus melibatkan seluruh komponen di sekolah baik dari aspek kurikulum, proses pembelajaran, kualitas hubungan, penanganan mata pelajaran, pelaksanaan aktivitas ko-kurikuler serta etos seluruh lingkungan sekolah.⁸⁴

Pendidikan Karakter adalah proses pemberian tuntunan peserta/anak didik agar menjadi manusia seutuhnya yang berkarakter dalam dimensi hati, pikir, raga, serta rasa dan karsa. Ketiga substansi dan proses psikologis tersebut bermuara pada kehidupan moral dan kematangan moral individu. Dengan kata lain, karakter kita maknai sebagai kualitas pribadi yang baik, dalam arti tahu kebaikan, mau berbuat baik, dan nyata berperilaku baik, yang secara koheren memancar sebagai hasil dari olah pikir, olah hati, olah raga, dan olah rasa dan karsa.⁸⁵

Pendidikan karakter akan berhasil dengan adanya kerjasama yang bersifat komprehensif tersistem/terstruktur, mulai dari ranah pemerintah pusat yang bertugas membuat kebijakan-kebijakan untuk mengkondisikan terciptanya situasi yang mendukung keberhasilan pendidikan karakter, sekolah sebagai pelaksana kebijakan pendidikan di lapangan yang berhadapan langsung dengan siswa (dalam hal ini generasi muda), mengintegrasikan nilai karakter dalam kurikulum, sekaligus menjadi wahana role model bagi siswa, orang tua sebagai pembentuk “bekal” karakter anak, dan masyarakat atau lingkungan yang menjadi cerminan penerapan budaya dan karakter bangsa.⁸⁶

Dari disimpulkan mengenai pendidikan karakter tersebut yakni sebuah proses yang terencana dan sistematis dan upaya yang serius secara

⁸⁴ Zubaedi, *Op. Cit.*, h. 14

⁸⁵ Wahyu, *Masalah dan Usaha Membangun Karakter Bangsa: Jurnal Komunitas*, Vol. 3, No.2, 2011, pp. 141

⁸⁶ Dwi Ammelia Galuh Primasar, dkk, *Op.Cit.*, pp. 1112

konsisten untuk menanamkan nilai-nilai pendidikan, agama, budaya dan falsafah, agar terbentuk kepribadian seseorang (peserta didik), dalam rangka proses jangka panjang melalui pembiasaan dan latihan dengan mempedomani lingkungan tempat tinggal, lingkungan sekolah, dan dimana pun mereka berinteraksi. Semua aspek harus bekerjasama dalam menjalankan misi dari pendidikan karakter tersebut agar tercapai hasil yang maksimal dan optimal.

c. Unsur dan Nilai Karakter

Sebelum membahas tentang unsur dan nilai karakter, terlebih dulu ditampilkan tentang landasan pendidikan karakter di Indonesia agar menjadi sebuah acuan untuk mengetahui dan memperdalam tentang pendidikan karakter tersebut.

Hendarman menyebutkan bahwa ada tiga kebijakan terkait yang melandasi pendidikan karakter di Indonesia yaitu:

a. Peraturan Presiden Nomor 87 Tahun 2017 tentang Penguatan Pendidikan Karakter.

Peraturan Presiden ini diterbitkan dengan memperhatikan tiga hal: 1) Indonesia sebagai bangsa yang berbudaya merupakan negara yang menjunjung tinggi akhlak mulia, nilai-nilai luhur, kearifan, dan budi pekerti; 2) Dalam rangka mewujudkan bangsa yang berbudaya melalui penguatan nilai-nilai religius, jujur, toleran, disiplin, bekerja keras, kreatif, mandiri, demokratis, rasa ingin tahu, semangat kebangsaan, mencintai tanah air, menghargai prestasi, komunikatif, cinta damai, pedulis sosial, dan bertanggung jawab; 3) Penguatan pendidikan karakter merupakan tanggung jawab bersama keluarga, satuan pendidikan dan masyarakat.⁸⁷

b. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 20 Tahun 2018 tentang Penguatan Pendidikan Karakter Pada Satuan Pendidikan Formal

Hal yang membedakan peraturan ini dibandingkan Perpres Nomor 87 Tahun 2019 adalah penambahan klausul bahwa penguatan pendidikan karakter didasarkan atas 5 nilai utama yaitu religiusitas, nasionalisme, kemandirian, gotong royong, dan integritas dalam kurikulum.⁸⁸

c. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 21 Tahun 2015 tentang Gerakan Pembudayaan Karakter di Sekolah

Secara umum kebijakan ini memiliki empat tujuan yaitu: 1) menjadikan sekolah sebagai taman belajar yang menyenangkan bagi siswa, guru, dan tenaga kependidikan; 2) menumbuhkan

⁸⁷ Hendarman, *Op. Cit.*, h. 36

⁸⁸ *Ibid*, h. 40

kebiasaan yang baik sebagai bentuk pendidikan karakter sejak di sekolah; 3) menjadikan pendidikan sebagai gerakan yang melibatkan pemerintah, pemerintah daerah, masyarakat, dan keluarga; dan/ 4) menumbuhkembangkan lingkungan dan budaya belajar yang serasi antara sekolah, masyarakat, dan keluarga.⁸⁹

Karakter tersusun dari tiga unsur yang saling berhubungan yakni: *moral knowing* (pengetahuan moral), *moral feeling* (perasaan moral), dan *moral behaviour* (perilaku moral). Karakter yang baik terdiri dari pengetahuan tentang kebajikan (*knowing the good*), keinginan terhadap kebaikan (*desiring the good*), dan berbuat kebaikan (*doing the good*). Dalam hal ini, diperlukan pembiasaan dalam pemikiran (*habits of the mind*), pembiasaan dalam hati (*habits of the heart*) dan pembiasaan dalam tindakan (*habits of the action*).⁹⁰

Tiga unsur atau komponen di atas menjadi tolok ukur keberhasilan pendidikan karakter yang diterapkan dalam lembaga pendidikan. Pengetahuan moral adalah memberikan pengetahuan kepada siswa tentang sesuatu hal baik atau buruk, benar atau salah. Dari pengetahuan tersebut, siswa dibimbing untuk menghayati dan merasakan manfaat dan mudharat dari sesuatu yang dia ketahui, sehingga akan berdampak dalam sikap dan perilaku kehidupannya.

Lickona mengistilahkan ketiga unsur tersebut dengan *components of good character* sebagai berikut yaitu:

1. Pengetahuan moral (Moral Knowing)
 - a. Kesadaran Moral (Moral awareness)
 - b. Pengetahuan nilai moral (Knowing Moral Values)
 - c. Memahami sudut pandang lain (perspektive taking)
 - d. Penalaran Moral (Moral reasoning)
 - e. Keberanian mengambil keputusan (Decision making)
 - f. Pengenalan diri (self knowledge)
2. Perasaan Moral (Moral Feeling)
 - a. Mendengarkan hati nurani
 - b. Harga diri (self esteem)

⁸⁹*Ibid.*, h. 43

⁹⁰ Audah Mannan, *Pembinaan Moral Dalam Membentuk Karakter Remaja: Jurnal Aqidah-Ta*, Vol. 3, No. 1, 2017, pp. 64

- c. Empati (empathy)
 - d. Cinta kebaikan (loving the good)\Kontrol Diri (Self ccontrol)
 - e. Rendah hati (humility)
3. Tindakan Moral (Moral acting)
- a. Kompetensi (competence)
 - b. Keinginan (will)
 - c. Kebiasaan (habith)⁹¹

Dari ketiga unsur di atas akan terbentuk nilai-nilai karakter yang diharapkan dapat diaplikasikan dan direalisasikan dalam kehidupan peserta didik agar karakter yang mereka miliki benar-benar berguna dalam kehidupan pribadi dan sosial. Nilai itulah yang akan menjadikan kehidupannya berguna nantinya.

Nilai adalah sesuatu yang bersifat abstrak, ia sifatnya ideal, nilai bukan konkrit, bukan fakta, Tidak hanya persoalan benar dan salah yang menuntut pembuktian secara empirik, melainkan penghayatan yang dikehendaki dan tidak dikehendaki, dan juga merupakan suatu sifat yang melekat pada sesuatu (sistem kepercayaan) yang telah berhubungan dengan subjek yang memberi suatu arti (manusia yang meyakini).⁹²

Jadi nilai dalam karakter adalah sesuatu yang melekat dalam diri seseorang yang kemudian dimanifestasikan dalam segala bentuk tindakan yang mengarah kepada kebaikan dan kebermanfaatan yang berdampak positif terhadap dirinya dan untuk orang lain.

Wahidin menjelaskan bahwa untuk membangun karakter diperlukan sikap dan orientasi nilai-nilai yang kondusif, diantaranya adalah: Sikap, orientasi dan praksis saling percaya (trust bukan prasangka), disiplin kerja keras (jangan hanya menyalahkan pihak lain), juga introspeksi, hemat cermat, mengutamakan pendidikan, berlakunya *rule of law*, menimba secara kritis konstruktif sikap hidup bersama, dan identitas kita bersama sebagai suatu bangsa.⁹³

⁹¹ Amirulloh Syarbini, *Op. Cit.*, h. 43-45

⁹²HM. Chabib Thoha, *Kapita Selekta Pendidikan Islam*, (Pustaka Pelajar: Yogyakarta, 1996), h.61.

⁹³ Unang Wahidin, *Op. Cit.*, h. 260

Menurut Lickona dalam Helmawati menyebutkan bahwa isi karakter yang baik adalah kebaikan. Ada sepuluh esensi kebajikan yang penting untuk membangun karakter kuat:

- a. **Kebijaksanaan atau wisdom**
Kebijaksanaan adalah gurunya kebajikan. Kebijaksanaan adalah penilaian yang baik. Karakter ini memungkinkan untuk membuat keputusan yang beralasan dan baik bagi kita dan baik pula untuk orang lain.
- b. **Keadilan**
Keadilan berarti menghormati hak-hak semua orang. Aturan yang mengarahkan kita untuk memperlakukan orang lain sebagaimana kita ingin diperlakukan oleh orang lain adalah prinsip keadilan. Prinsip keadilan ini dapat ditemukan dalam budaya dan agama di seluruh dunia.
- c. **Kebaranian**
Keberanian memungkinkan kita untuk melakukan apa yang benar dalam menghadapi kesulitan. Walaupun terkadang keputusan yang tepat sering sulit dilakukan. Salah satu alasan fenomena meningkatnya remaja yang bunuh diri dalam tiga dekade terakhir adalah mereka tidak siap menghadapi kekecewaan hidup. Selain itu banyak remaja yang tidak tahan dalam penderitaan dan mudah menyerah dalam menghadapi persoalan yang sulit dalam hidup.
- d. **Pengendalian diri**
Pengendalian diri adalah kemampuan untuk mengatur diri sendiri. Hal ini mengarahkan kepada peendalian emosi. Pengendalian emosi berupa kekuatan melawan godaan atau nafsu dalam mengejar kesenangan sementara. Pengendalian diri merupakan suatu kemampuan menunggu dan menunda kesenangan demi tujuan yang lebih tinggi dan mulia.
- e. **Cinta**
Cinta adalah keinginan untuk mengorbankan diri demi kepentingan yang lain. Dalam cinta muncul empati, kasih sayang, kebaikan, kedermawanan, pelayanan, loyalitas, patriotis, dan pemberian maaf. Cinta tanpa pamrih yang tidak mengharapkan balasan adalah kekuatan yang paling hebat di alam semesta. Dampaknya kepada dua belah pihak (pemberi dan penerima)
- f. **Sikap positif**
Sikap positif menjadikan segala sesuatu menjadi lebih penuh harapan dan lebih termotivasi. Kekuatan karakter tentang harapan, antusias, fleksibilitas, dan rasa humor adalah bagian dari sikap positif.
- g. **Bekerja keras**
Tidak akan tercapai sesuatu tujuan yang ditetapkan kecuali dengan kerja keras. Kerja keras akan mendatangkan keuntungan-keuntungan kepada orang yang melakukannya.
- h. **Integritas**

Integritas berarti mengikuti prinsip moral yang setia pada kesadaran moral, menjaga kata-kata, dan berdiri pada apa yang kita percayai.

- i. Syukur
Syukur sering digambarkan sebagai rahasia orang yang mencapai hidup bahagia. Ajaran Islam mengajarkan orang yang banyak bersyukur akan semakin bertambah keberkahan dalam hidupnya.
- j. Kerendahan hati
Kerendahan hati diperlukan untuk memperoleh kebajikan-kebajikan karena membuat kita sadar akan ketidaksempurnaan kita dan membuat kita berusaha menjadi orang yang lebih baik.⁹⁴

Ada empat jenis karakter yang selama ini dikenal dan dilaksanakan dalam proses pendidikan, yaitu sebagai berikut:

- a. Pendidikan karakter berbasis nilai religius, yang merupakan kebenaran wahyu Tuhan (konservasi moral).
- b. Pendidikan karakter berbasis nilai budaya, antara lain yang berupa budi pekerti, Pancasila, apresiasi sastra, keteladanan tokoh-tokoh sejarah dan para pemimpin bangsa (konservasi lingkungan).
- c. Pendidikan karakter berbasis lingkungan (konservasi lingkungan)
- d. Pendidikan karakter berbasis potensi diri, yaitu sikap pribadi, hasil proses kesadaran pemberdayaan potensi diri yang diarahkan untuk meningkatkan kualitas pendidikan (konservasi humanis).⁹⁵

Kementerian Pendidikan Nasional Republik Indonesia mengemukakan delapan belas nilai-nilai karakter yaitu sebagai berikut:

- a. Religius, yakni ketaatan dan kepatuhan dalam memahami dan melaksanakan ajaran agama (aliran kepercayaan) yang dianut, termasuk dalam hal ini adalah sikap toleran terhadap pelaksanaan ibadah agama (aliran kepercayaan) lain, serta hidup rukun dan berdampingan.
- b. Jujur, yakni sikap dan perilaku yang mencerminkan kesatuan antara pengetahuan, perkataan dan perbuatan (mengetahui yang benar, mengatakan yang benar dan melakukan yang benar), sehingga menjadikan orang yang bersangkutan sebagai pribadi yang dapat dipercaya.
- c. Toleransi, yakni sikap dan perilaku yang mencerminkan penghargaan terhadap perbedaan agama, aliran kepercayaan, suku, adat, bahasa,

⁹⁴ Helmawati, *Pendidikan Karakter Sehari-hari*, (Remaja Rosdakarya: Bandung, 2017), h. 15-17

⁹⁵ Siswanto, *Pendidikan Berkarakter Berbasis Nilai-nilai Religius: Jurnal Tadris*, Vol. 8 No.1, 2013, pp. 96

ras, etnis, pendapat, dan hal-hal lain yang berbeda dengan dirinya secara sadar dan terbuka, serta dapat hidup di tengah perbedaan tersebut.

- d. Disiplin, yakni kebiasaan dan tindakan yang konsisten terhadap segala bentuk peraturan atau tata tertib yang berlaku.
- e. Kerja keras, yakni perilaku yang menunjukkan upaya secara sungguh-sungguh (berjuang hingga titik darah penghabisan) dalam menyelesaikan berbagai tugas, permasalahan, pekerjaan, dan lain-lain dengan sebaik-baiknya
- f. Kreatif, yakni sikap dan perilaku yang mencerminkan inovasi dalam berbagai segi dalam memecahkan masalah, sehingga selalu menemukan cara-cara baru, bahkan hasil-hasil baru yang lebih baik dari sebelumnya.
- g. Mandiri, yakni sikap dan perilaku yang tidak tergantung pada orang lain dalam menyelesaikan berbagai tugas maupun persoalan. Namun hal ini bukan berarti tidak boleh kerja sama secara kolaboratif, melainkan tidak boleh melemparkan tugas dan tanggung jawab kepada orang lain.
- h. Demokratis, yakni sikap dan cara berpikir yang mencerminkan persamaan hak dan kewajiban secara adil dan merata antara dirinya dengan orang lain.
- i. Rasa ingin tahu, yakni cara berpikir, sikap dan perilaku yang mencerminkan penasaran dan keingintahuan terhadap segala hal yang dilihat, didengar dan dipelajari secara lebih mendalam.
- j. Semangat kebangsaan dan nasionalisme, yakni sikap dan tindakan yang menempatkan kepentingan bangsa dan negara di atas kepentingan pribadi atau individu dan golongan.
- k. Cinta tanah air, yakni sikap dan perilaku yang mencerminkan rasa bangga, setia, peduli dan penghargaan yang tinggi terhadap bahasa, budaya, ekonomi, politik dan sebagainya, sehingga tidak mudah menerima tawaran bangsa lain yang dapat merugikan bangsa sendiri.
- l. Menghargai prestasi, yakni sikap terbuka terhadap prestasi orang lain dan mengakui kekurangan dan sendiri tanpa mengurangi semangat berprestasi yang lebih tinggi.
- m. Komunikatif, senang bersahabat atau proaktif, yakni sikap dan tindakan terbuka terhadap orang lain melalui komunikasi yang santun sehingga tercipta kerja sama secara kolaboratif dengan baik.
- n. Cinta damai, yakni sikap dan perilaku yang mencerminkan suasana damai, aman, tenang dan nyaman atas kehadiran dirinya dalam komunitas atau masyarakat tertentu.
- o. Gemar membaca, yakni kebiasaan dengan tanpa paksaan untuk menyediakan waktu secara khusus guna membaca berbagai informasi, baik buku, jurnal, majalah, koran, dan sebagainya, sehingga menimbulkan kebijakan bagi dirinya.
- p. Peduli lingkungan, yakni sikap dan tindakan yang selalu berupaya menjaga dan melestarikan lingkungan sekitar
- q. Peduli sosial, yakni sikap dan perbuatan yang mencerminkan kepedulian terhadap orang lain maupun masyarakat yang membutuhkannya.

- r. Tanggung jawab, yakni sikap dan perilaku seseorang dalam melaksanakan tugas dan kewajibannya, baik yang berkaitan dengan diri sendiri, sosial, masyarakat, bangsa, negara maupun agama.⁹⁶

Delapan belas nilai-nilai karakter di atas mencakup seluruh aspek atau mewakili semua lini kehidupan sebagai makhluk sosial. Maka generasi remaja perlu untuk mendalami, melatih dan membiasakan untuk dapat menginternalisasikan nilai-nilai tersebut dalam kehidupannya pribadi maupun sosial.

Jika dikualifikasikan nilai-nilai karakter di atas, akan terbagi dalam tiga aspek penting kehidupan manusia, sebagai hamba dan sebagai makhluk sosial. Dimana setiap individu harus taat pada sang Pencipta, harus berlaku adil terhadap diri sendiri dan berbuat baik untuk orang lain. Berikut tabel untuk diamati.

Tabel 2.3 Nilai-nilai Karakter dan Hubungannya:

Nilai-nilai Karakter dan Hubungannya		
Diri Sendiri	Orang Lain	Pencipta
Jujur	Toleransi	Religius
Disiplin	Komunikatif	Dalam nilai religius ini terkandung semua nilai-nilai yang diamanatkan Pencipta kepada semua manusia di bumi
Gemar membaca	Cinta damai	
Menghargai prestasi	Tanggung jawab	
Rasa ingin tahu	Peduli Lingkungan	
Kerja keras	Demokratis	
Kreatif	Nasionalisme	
Mandiri	Peduli Sosial	
	Cinta tanah air	

Dari sekumpulan nilai-nilai karakter di atas dapat disimpulkan bahwa nilai-nilai karakter sangat berguna bagi tumbuh dan kembangnya remaja dalam meniti kehidupan agar mereka bisa menjalani hidup dengan bekal kebaikan yang akan menuntun mereka untuk berbuat baik, bersikap

⁹⁶Suyadi, *Strategi Pembelajaran Pendidikan Karakter* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2013), h. 8-9.

baik, dan berperasaan baik, berpikiran baik terhadap dirinya dan orang lain. Sehingga tercapainya tujuan pendidikan karakter yang selama ini diharapkan oleh semua orang. Bahwa semakin baiknya karakter generasi remaja, maka akan semakin baiklah bangsa dan negara untuk masa depan.

4. Tujuan Pendidikan Karakter

Sebelum lebih jauh membahas tentang tujuan pendidikan karakter, berikut ini dikemukakan fungsi dari pendidikan karakter. Pertama, mengembangkan potensi dasar peserta didik agar berhati baik, berpikiran baik, dan berperilaku baik. Kedua, Memperkuat dan membangun perilaku bangsa yang multikultural, dan ketiga, Meningkatkan peradaban bangsa yang kompetitif dalam pergaulan dunia⁹⁷

Menurut Marwan, pendidikan karakter memiliki tiga fungsi utama yaitu:

- a. Pembentukan dan pengembangan potensi manusia atau warga negara Indonesia agar memiliki pikiran, hati dan perilaku baik sesuai dengan falsafah Pancasila;
- b. Memperbaiki karakter manusia yang bersifat negatif, memperkuat peran keluarga, satuan pendidikan, masyarakat, pemerintah untuk ikut berpartisipasi, bertanggung jawab untuk mengembangkan potensi manusia menuju bangsa yang berkarakter dan;
- c. Memilah nilai-nilai budaya sendiri dan menyaring nilai-nilai budaya bangsa lain yang positif untuk menjadi karakter manusia agar menjadi bangsa yang lebih maju dan bermartabat.⁹⁸

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa fungsi dari pendidikan karakter adalah untuk mengembangkan potensi, membentuk karakter, dan menyortir budaya asing yang masuk. Jika didalami lebih jauh, fungsi dari pendidikan karakter adalah untuk mencerdaskan manusia yang mempunyai soft skill dan hard skill, memiliki attitude yang bagus, serta mampu beradaptasi dengan modernisasi dan globalisasi. Sehingga dari fungsi inilah akan tercapai tujuan pendidikan karakter yang diinginkan.

⁹⁷ Aisyah M. Ali, *Op. Cit*, h. 15

⁹⁸ Marwan Saridjo, *Pendidikan Islam pada Masa ke Masa: Tinjauan Kebijakan Publik Terhadap Pendidikan Islam di Indonesia* (Yayasan Ngali Aksara: Jakarta, 2011), h. 292

Tujuan dari pendidikan karakter menurut Helmawati adalah untuk menjadikan manusia seutuhnya; manusia yang beradab dan bermartabat, agar manusia memiliki akhlak yang mulia, manusia perlu diasah perasaan (hati), pikir (akal), dan raganya secara terpadu. Dengan peneladanan dan pembiasaan serta motivasi dan pengawasan maka akan terbentuk akhlak dengan baik.⁹⁹

Jadi tujuan pendidikan karakter pertama, untuk menjadikan manusia yang berilmu pengetahuan luas, cerdas, kreatif dan inovatif, serta memiliki akhlak yang bagus. Kedua, untuk meningkatkan mutu pendidikan dan kualitas peserta didik, untuk dapat bersaing lebih unggul dan berprestasi.

Menurut Aisyah, ada tiga tujuan pendidikan karakter, yaitu:

- a. Secara prinsipil, Pendidikan karakter membentuk bangsa yang tangguh, kompetitif, berakhlak mulia, bermoral, bertoleransi, bergotong royong, berjiwa patriotik, berkembang dinamis, berorientasi ilmu pengetahuan, dan teknologi yang semuanya dijiwai dengan oleh iman dan takwa kepada Tuhan yang Maha Esa berdasarkan Pancasila.
- b. Secara operasional, pendidikan karakter bertujuan untuk meningkatkan mutu penyelenggaraan dan hasil pendidikan yang mengarah pada pencapaian pembentukan karakter atau akhlak mulia peserta didik secara utuh, terpadu, dan seimbang, sesuai standar kompetensi lulusan.
- c. Secara institusional Pendidikan karakter bertujuan memperbaiki mutu penyelenggaraan dan hasil pendidikan di sekolah yang melahirkan kecerdasan intelektual, emosional, sosial dan spiritual.¹⁰⁰

Dari uraian dikombinasikan menjadi sebuah kesimpulan yang dapat mewakili beberapa pandangan tentang tujuan pendidikan karakter yakni pendidikan karakter adalah untuk menciptakan generasi yang unggul, berprestasi, bermoral dan mempunyai

⁹⁹ Helmawati, *Op. Cit.*, h. 21

¹⁰⁰ Aisyah M. Ali, *Op. Cit.*, h. 14

kreativitas dan inovasi sehingga dapat menciptakan pendidikan yang bermutu dan melahirkan generasi yang berkarakter kuat.

C. Hasil Penelitian Relevan

Hasil penelitian relevan ini dikemukakan agar dapat menjadi gambaran bahwa penelitian ini memiliki pendahulu yang telah dikaji dan dibahas oleh beberapa orang. Dalam keterbatasan peneliti hanya mengemukakan beberapa bentuk penelitian yang relevan dengan penelitian ini.

Pertama, Penelitian Santi Aisah Sihotang, “*Pendidikan Agama Islam dan Kesehatan Mental Remaja Dalam Pemikiran Zakiah Daradjat*”. (Tesis Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, 2020).

Penelitian ini memfokuskan tiga masalah. Pertama, apa saja problematika remaja menurut Zakiah daradjat, kedua, bagaimana perkembangan masa remaja menurut Zakiah daradjat, dan ketiga, urgensi pendidikan agama Islam bagi kesehatan mental. Ketiga fokus masalah yang ditelitinya disimpulkan bahwa hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Problematika Remaja di Indonesia yaitu problematika yang berkaitan dengan pemilihan pekerjaan dan kesempatan belajar, masalah sekolah, problema kesehatan, problema keuangan, masalah keuangan, problema persiapan untuk berkeluarga, problema keluarga, problema emosi, problema pertumbuhan dan sosial, problema pengisian waktu terluang, problema agama dan akhlak, problema kehidupan sosial, problema sosial.
2. Perkembangan jasmani dan rohani pada masa remaja ternyata mempengaruhi perasaan agama seorang remaja. Dasar keyakinan, pokok ajaran agama dan ide agama yang telah diterima oleh remaja sejak ia kecil akan bertumbuh dan berkembang subur apabila dalam menganut kepercayaan agamanya tidak mendapat kritikan dalam hal agama. Dan agar keyakinan yang telah tumbuh pada diri remaja sejak ia kecil akan menjadi pegangannya yang ia peroleh dari pengalaman-pengalaman yang ia rasakan.
3. Pendidikan Agama harus dimulai dari rumah tangga (lingkungan keluarganya), sejak si anak masih dalam kandungan. Sejak si anak dilahirkan ke dunia, mulailah ia menerima didikan-didikan dan perlakuan-perlakuan, mula-mula dari ibu-bapaknya kemudian dari anggota

keluarganya yang lain, semua itu ikut memberikan dasar-dasar pembentukan kepribadiannya.

Dari penelitian ini, memiliki kesamaan dengan penelitian penulis, yakni sama-sama membahas tentang kondisi remaja, kesehatan mental. Meskipun demikian, penelitian penulis lebih mengarah kepada pendidikan karakter remaja yang implikasinya juga terhadap kesehatan mental. Tidak dapat dipungkiri bahwa jika mengkaji tentang pemikiran seorang tokoh tentunya akan termuat beberapa hal yang terkait dengan penelitian sebelumnya maupun penelitian sesudahnya.

Kedua, Penelitian Parjaungan, “*Pemikiran Zakiah Daradjat Tentang Pembentukan Karakter dan Pengembangan Kreativitas Anak*”. (Tesis: Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga, 2017).

Penelitian ini memfokuskan dua masalah: Pertama, pemikiran Zakiah tentang pembentukan karakter dan kedua, pengembangan kreativitas anak menurut Zakiah Daradjat. Ketika permasalahan penelitian ini mempunyai kesimpulan yaitu:

1. Pembentukan karakter anak dapat dimulai sedini mungkin, yaitu sejak orang tua memilih calon pasangan hidup (calon suami atau istri), kemudian berlanjut ketika anak berada dalam kandungan sang ibu, dan dilanjutkan terus sampai anak lahir dan menginjak dewasa. Karakter atau akhlak itu sendiri merupakan kelakuan yang timbul dari hasil perpaduan antara hati nurani, pikiran, perasaan, bawaan, dan kebiasaan yang menyatu, membentuk suatu kesatuan tindak akhlak yang dihayati dalam kenyataan hidup keseharian.
2. Pembentukan karakter akan sempurna jika didukung oleh lingkungan keluarga, lingkungan sekolah dan juga lingkungan masyarakat. Dan pondasi dari pembentukan karakter tersebut adalah agama yang tercermin dalam kepribadian setiap anggota keluarga, anggota sekolah, dan anggota masyarakat.

Penelitian ini memiliki kesamaan yakni dalam hal pembentukan karakter. Namun, penelitian ini memfokuskan pada pembentukan karakter anak dan kreativitas anak. Meskipun penelitian ini juga melihat pembentukan karakter menurut Zakiah Daradjat. Adapun perbedaan

dengan penelitian yang penulis lakukan adalah penulis lebih memfokuskan pada pembinaan karakter remaja dan kesehatan mental remaja. Bila ditinjau lebih dalam, hal terkait pemikiran Zakiah Daradjat tidak akan terlepas dari tiga unsur yaitu kesehatan mental, pendidikan, dan peran agama.

Ketiga, penelitian Muh. Mangawir, “*Zakiah Daradjat dan Pemikirannya tentang Peran Pendidikan Islam dalam Kesehatan Mental.*” (Jurnal: *Intizar*, Vol. 21, No. 1, 2015). Permasalahan yang diteliti yaitu konsep pendidikan Islam dan peran pendidikan Islam terhadap kesehatan mental. Dari penelitian ini disimpulkan sebagai berikut:

1. Konsep pendidikan Islam menurut Zakiah adalah perubahan sikap dan tingkah laku sesuai dengan petunjuk ajaran Islam yang ditujukan kepada perbaikan sikap mental yang terwujud dalam perbuatan baik bagi kebutuhan diri sendiri maupun untuk orang lain.
2. Peran pendidikan Islam bagi kesehatan mental menurut Zakiah adalah dapat memberi bimbingan dalam kehidupan, menolong dalam menghadapi kesukaran, menentramkan batin dan mengendalikan moral, dan memberikan terapi bagi kesehatan mental.

Keempat, penelitian Zaenal Arifin, “*Menelusuri Tokoh Zakiah daradjat Sebagai Pemikir Pendidikan dan Perawatan Mental.*” (Jurnal: *Pendidikan Islam Rabbani*, Vol. 2, No. 2, 2018). Fokus penelitian ini yaitu pemikiran Zakiah terhadap pendidikan dan kesehatan mental. Adapun hasilnya adalah, pertama pendidikan dalam pandangan Zakiah bernuansa psikologis. Kedua, perawatan mental dalam pandangan Zakiah bernuansa religus (agama)

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode dan Prosedur Penelitian

Metode penelitian adalah langkah yang dipakai untuk mengumpulkan data penelitian atau bisa juga diartikan sebagai pendekatan yang dipakai dalam rangka menelusuri atau menemukan jawaban atau mendeskripsikan permasalahan yang akan dikaji.¹⁰¹ Sedangkan penelitian adalah suatu aktivitas dalam mengumpulkan, mengolah, dan menganalisa data dengan cara sistematis dan objektif dalam rangka menguraikan suatu masalah atau menguji suatu hipotesis..¹⁰²

Adapun penelitian ini menggunakan penelitian *Library Research* (Kepustakaan), yakni untuk mencari tahu dan menganalisa suatu pembahasan yang terkait dengan penelitian— yang data-datanya diambil dari literatur kepustakaan. Menurut Wina Sanjaya, penelitian kepustakaan merupakan proses kegiatan mengkaji, mengamati, dan menelusuri buku-buku dan/ dokumen-dokumen pustaka, mengamati, menganalisa, mempelajari, dan melakukan penilaian hasil penelitian yang sejenis yang pernah dilakukan oleh para peneliti sebelumnya, orang lain, serta mempelajari laporan-laporan hasil observasi dan hasil survei tentang masalah yang terkait dengan topik permasalahan yang akan diteliti.¹⁰³

Penelitian kepustakaan adalah penelitian yang tergabung dalam jenis penelitian kualitatif yang metodenta mengacu pada pencarian buku-buku utama. Dalam penelitian kepustakaan ini, peneliti berusaha untuk mencari, menemukan, menganalisa data-data atau dokumen-dokumen yang berkaitan dengan objek penelitian, kemudian menginterpretasi, serta generalisasi dari fakta-fakta hasil pemikiran ahli. Dalam hal ini adalah konsep kesehatan mental dan konsep pendidikan karakter remaja perspektif Zakiah Daradjat.

¹⁰¹Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1998), h. 22.

¹⁰²Cholid Narbuko dan Abu Achmadi, *Metodologi Penelitian* (Jakarta: Bumi Aksara, 2009), h.2

¹⁰³Wina Sanjaya, *Penelitian Pendidikan: Jenis, Metode dan Prosedur* (Jakarta: Kencana, 2013), h. 205

B. Sumber Data Penelitian

Penelitian ini menggunakan sumber data dokumen primer dan skunder, serta tersier.

1. Dokumen Primer

Dokumen primer merupakan bahan-bahan pustaka yang menjadi kajian pokok dan utama dalam penelitian. Dalam hal ini, bahan pustaka yang digunakan peneliti adalah berupa buku-buku karya Zakiah Daradjat yang menyangkut tentang kesehatan mental dan pendidikan serta buku lain yang berhubungan.

2. Dokumen Sekunder

Dokumen skunder adalah bahan-bahan atau dokumen-dokumen yang berpotensi dapat membantu dokumen primer. Dalam hal ini tulisan-tulisan orang lain tentang Zakiah Daradjat.

3. Dokumen tersier

Dokumen tersier adalah bahan-bahan atau dokumen-dokumen yang dapat menjelaskan tentang dokumen primer dan skunder, seperti kamus, ensiklopedi, dan lain-lain.¹⁰⁴

C. Prosedur Pengumpulan Data

Dikarenakan penelitian ini adalah penelitian pustaka (*library research*), maka teknik yang dipakai adalah dokumentasi. Teknik dokumentasi merupakan suatu cara mengumpulkan dan menghimpun serta menganalisis bahan-bahan, dokumen-dokumen, dalam bentuk tertulis, gambar, maupun elektronik. Kemudian mengolah dokumen-dokumen tersebut untuk dikelompokkan sesuai dengan fokus dan tujuan masalah.¹⁰⁵

D. Prosedur Analisis Data

Analisis data digunakan ketika melakukan dan menyelesaikan pengumpulan data. Menurut Miles dan Huberman ada tiga langkah dalam menganalisa data, yaitu:

1. Reduksi data

¹⁰⁴ Amir Hamzah, *Metode Penelitian Kepustakaan: Library Research*, (Literasi Nusantara: Malang, 2020), h. 58

¹⁰⁵ Nana Syaodih Sukmadinata, *Metode Penelitian Pendidikan* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2007), h. 221

Data yang diperoleh di lapangan dicatat secara teliti dan rinci. Reduksi data dilakukan untuk menghindari penumpukan data merangkum, memilih hal pokok, memfokuskan pada hal penting, mencari tema dan pola, membuang yang tidak perlu, hingga memberikan gambaran yang lebih jelas dan mempermudah untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya.

2. Penyajian data

Penyajian data adalah sekumpulan informasi yang tersusun yang memberi kemungkinan adanya penarikan kesimpulan. Penyajian data biasanya berbentuk naratif sehingga memerlukan penyederhanaan tanpa mengurangi isinya.

3. Verifikasi data

Verifikasi adalah tahap akhir dalam proses analisis data. Pada bagian ini peneliti mengutarakan kesimpulan dari data-data yang diperoleh. Kegiatan ini dimaksudkan untuk mencari makna yang terkandung dengan konsep-konsep dasar dalam penelitian.¹⁰⁶

¹⁰⁶ Amir Hamzah, *Metode Penelitian Kepustakaan: Library Research*, (Literasi Nusantara: Malang, 2020), h. 17-18

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Konsep Kesehatan Mental Remaja Zakiah Daradjat

Zakiah Daradjat dikenal sebagai salah seorang tokoh pembaru pendidikan di Indonesia, sebagaimana disebutkan Abudin Nata dalam bukunya *“Tokoh-tokoh Pembaruan Pendidikan Islam di Indonesia”* karena kontribusinya di bidang pendidikan sangat besar dan bisa dirasakan manfaatnya hingga saat ini. Salah satunya dengan berdirinya yayasan pendidikan Ruhama.

Selain itu Zakiah juga salah seorang pemikir ilmu kesehatan mental di Indonesia. Kontribusinya dalam bidang ini adalah dengan menyediakan layanan praktik konsultasi untuk membantu masyarakat bila ada yang mengalami masalah-masalah kejiwaan yang perlu dicarikan solusinya untuk agar terhindar dari bahayanya gangguan-gangguan kejiwaan itu. Selainnya juga Zakiah sangat produktif menulis buku-buku yang bernuansa psikologi dan pendidikan..

Untuk melihat konsep kesehatan mental remaja perspektif Zakiah Daradjat, peneliti mengemukakan beberapa buku yang menjadi sumber-sumber utama (primer) penelitian ini, sebagai berikut: (1). Kesehatan Mental, (2) Kesehatan Mental Dalam Keluarga, (3) Islam dan Kesehatan Mental, (4) Pendidikan Agama dalam Pembinaan Kesehatan Mental, (5) Psikoterapi Islami, (6) Ilmu Jiwa Agama, (7) Pembinaan Remaja, (8) Problem Remaja, (9) Remaja Harapan dan Tantangan, (10) Pendidikan Islam dalam Keluarga dan Sekolah, dan (11) Ilmu Pendidikan Islam.

Buku-buku tersebut sangat mendukung penelitian ini. Di samping itu, penelitian ini juga terhubung dengan data sekunder— tulisan atau karya orang lain mengenai Zakiah Daradjat baik dalam aspek psikologis (kesehatan mental) maupun pendidikan (karakter). Seperti buku, tesis, jurnal, dan lain-lain. Selanjutnya akan diuraikan konsep kesehatan mental perspektif Zakiah Daradjat.

Dalam buku-buku Zakiah yang membahas mengenai kesehatan mental, setidaknya ada lima macam defenisi tentang kesehatan mental, sebagai berikut:

Pertama, “Kesehatan mental merupakan pemahaman dan tindakan yang bertujuan untuk mengembangkan dan mendayagunakan setiap potensi diri dengan semaksimal mungkin, sehingga membawanya mencapai kebahagiaan untuk diri sendiri dan untuk orang lain.”¹⁰⁷

Dari defenisi ini mengandung makna yang mencakup dua hal: (1) Sebuah pengetahuan tentang kondisi diri, sehingga seseorang mampu mengetahui dirinya secara profesional terhadap kelebihan apa yang ada pada dirinya dan kekurangan apa yang dapat diraskakan dalam kehidupannya. (2) Sebuah pengendalian terhadap sikap atau tindakannya dalam merespon kehidupan disertai bagaimana ia mampu melewati problema kehidupan yang dilaluinya. Salah satunya melalui penyaluran potensi dalam dirinya dengan melakukan yang terbaik dan memiliki motivasi serta orientasi dalam kehidupannya tersebut.

Kedua, “Kesehatan mental adalah selamatnya seseorang dari gejala-gejala gangguan jiwa (*neurose*) dan dari gejala-gejala penyakit jiwa (*psychose*).”¹⁰⁸

Defenisi ini mengandung pengertian bahwa konsep kesehatan mental adalah kemampuan sikap mengendalikan diri, mengenal diri, memahami diri, dan menjaga diri agar dapat terhindar dari gejala maupun penyakit kejiwaan. Mengapa konsep kedua ini sangat penting dalam pemahaman kesehatan mental, karena setiap orang memiliki potensi untuk menemukan masalah-masalah dalam kehidupannya. Sederet tekanan-tekanan perasaan, terhambatnya daya pikir positif, dan mengalami kecemasan dan keraguan.

Zakiah menjelaskan bahwa defenisi ini menuai banyak respon dari para pakar ilmu jiwa dikarenakan hal tersebut berimplikasi dalam kehidupan manusia, di mana ia harus bisa menjaga dirinya dari gangguan dan penyakit mental. Ini bisa menjadi sebab utama yang akan

¹⁰⁷ Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental*, (Gunung Agung: Jakarta, 1975, Cet-5), h. 12

¹⁰⁸ Zakiah Daradjad, *Kesehatan Mental Dalam Keluarga*, (Pustaka Antara: Jakarta, Cet-3), h.

membuat terganggunya pola kehidupan manusia dan hilangnya semangat kehidupan untuk menjalani peran dan fungsinya sebagai manusia.

Ketiga, “Kesehatan Mental adalah kesanggupan dalam menyesuaikan keadaan diri dengan pribadinya sendiri dan dengan orang lain serta masyarakat di lingkungan ia hidup.”¹⁰⁹

Defenisi ini menjelaskan tentang konsep orientasi kesehatan mental individu jika kesehatan mentalnya terjaga dengan baik, maka kehidupannya pun akan baik, sehingga dapat menjaga kedalaman diri dari segala kegoncangan dalam kehidupan dan mampu berinteraksi serta dapat bekerja sama dengan dunia luar sehingga tercipta pola kehidupan yang menyenangkan dan membahagiakan. Defenisi yang ketiga ini esensinya sama dengan defenisi yang pertama.

Keempat, “Kesehatan mental adalah tercapainya keharmonisan yang optimal dengan menjalankan fungsi-fungsi jiwa dan memiliki kesanggupan dalam menghadapi masalah-masalah kecil ataupun besar yang terjadi, serta meraih kebahagiaan dan kemampuan mengendalikan emosinya.” Menurutnya, fungsi-fungsi jiwa yang dimaksud adalah pikiran, perasaan, falsafah hidup, keyakinan dan orientasi kehidupan. Fungsi jiwa tersebut sejatinya harus bisa sama-sama melengkapi, sebab, antara hati dan akal kadang harus bekerjasama dalam persoalan-persoalan yang bersebrangan dengan nilai rasa dan pola pikir.¹¹⁰

Defenisi ini memberikan sebuah gambaran riil kehidupan bahwa dalam menghadapi permasalahan atau problem, manusia cenderung mengalami keraguan, kekhawatiran dan ketergantuan pada sesuatu yang menyebabkan fungsi-fungsi jiwanya tidak berjalan dengan baik. Untuk itu, fungsi-fungsi jiwa ini harus sejalan dan searah dan sama-sama untuk mencapai tujuan hidup yang bahagia.

Defenisi ini sejatinya sudah mewakili ketiga konsep sebelumnya, ia seperti sebuah potongan puzzle untuk ketiga kerangka sebelumnya, sebab fungsi dari kesehatan mental adalah untuk menciptakan keharmonisan dan kebahagiaan dalam hidup. Namun, untuk melengkapi

¹⁰⁹ Zakiah, *Kesehatan Mental, Op. Cit.*, h. 11

¹¹⁰ Zakiah, *Kesehatan Mental Dalam Keluarga, Op. Cit.*, h. 11

empat konsep sebelumnya, Zakiah mengemukakan defenisi terakhir tentang konsep kesehatan mental ini.

Kelima, “Kesehatan mental adalah selamatnya seseorang dari gejala-gejala gangguan dan penyakit mental, bisa beradaptasi dan menggerakkan setiap potensi diri secara optimal dan membawanya kepada pencapaian kebahagiaan dan terciptanya keharmonisan dalam hidup.”¹¹¹

Defenisi ini dapat dijadikan kesimpulan bahwa kesehatan mental itu adalah tercapainya ketenangan dan kebahagiaan dalam hidup yang menjadikan kehidupan seseorang menjadi lebih baik, lebih bermanfaat, produktif, komunikatif, realistis, dan mampu menjadi pribadi yang unggul dibandingkan kepribadian orang lain yang kerap mengalami gangguan mental atau penyakit mental.

Dari beberapa defenisi di atas peneliti menganalisis bahwa menurut pandangan Zakiah, konsep kesehatan mental itu adalah sebuah lingkaran yang mengelilingi diri seseorang agar dapat menjalankan kehidupan itu dengan sempurna dan mendapatkan ketenangan, yang dirincikan sebagai berikut: Pertama, kesehatan mental berupa suatu pengetahuan tentang konsep diri, penyesuaian terhadap masalah, dan pencarian solusi agar terhindar dari gangguan dan/ penyakit jiwa. Para psikiater dapat melihat dan mengetahui gejala-gejala gangguan kesehatan mental terhadap pasiennya. Kedua, kesehatan mental sebagai pemahaman mengenai keadaan kejiwaan seseorang, sehingga ia bisa mengontrol perasaan dan pikirannya, tindakan dan perbuatannya, dan mengembangkan bakat dan minatnya, serta bisa beradaptasi dengan permasalahan diri internal (dalam dirinya) maupun eksternal (orang di luar dirinya) dan serta bisa menjalani peran sosial di tengah masyarakat dalam rangka mencapai keharmonisan dan kebahagiaan dalam hidup baik personal maupun sosial.

Pandangan Zakiah di atas sejalan dengan pandangan para ahli mengenai kesehatan mental, di antaranya menyebutkan kesehatan mental adalah adalah keadaan seseorang dalam menyesuaikan diri dengan

¹¹¹ Zakiah, *Ibid*, h. 12

lingkungannya, menggunakan dan mengembakan segenap potensinya, memiliki semangat dalam menjalaninya (HB. English). Adapun menurut Killander adalah kemantapan emosional seseorang, kesanggupan untuk menyesuaikan dengan lingkungan dan tercapainya ketenangan dalam kehidupan yang dijalannya. Sedangkan Karl Menninger menyebutkan kesehatan mental itu keadaan seseorang dalam upaya untuk menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sekitarnya.¹¹² Pendapat ini nyaris sama dengan pendapat sebelumnya.

Berangkat dari uraian di atas, peneliti mengamati ada tiga dimensi konsep kesehatan mental menurut Zakiah, yang memiliki turunan-turunannya. Tiga konsep itu adalah sebagai berikut: Konsep pertama, kesehatan mental berhubungan dengan penyesuaian diri dan ketenangan hidup. Konsep kedua, kesehatan mental berkenan dengan terbebasnya dari gangguan-gangguan kejiwaan dan/ penyakit jiwa. Konsep ketiga solusi untuk mencegah gangguan mental ataupun solusi untuk menghindari dari penyakit yang berhubungan dengan kejiwaan. Dua konsep pertama akan diuraikan analisisnya di bawah ini, sedangkan konsep yang ketiga akan diuraikan di pembahasan selanjutnya.

a. Ketenangan Hidup dan Penyesuaian Diri

Allah adalah Pencipta atas segala sesuatu dalam kehidupan ini. Perihal penciptaan itu, Allah terangkan langsung dalam al-Qur'an, seperti proses penciptaan itu, "*Dan di antara tanda-tanda kebesarannya adalah menciptakan kamu dari tanah kemudian menjadi kamu manusia yang bertebaran (di bumi)*"¹¹³. Selanjutnya akan digambarkan tentang kehidupan manusia di muka bumi dan bagaimana proses dalam rangka mendapatkan ketenangan dan penyesuaian diri dalam kehidupan itu agar dapat terhindar dari keadaan mental yang tidak sehat dan sakit.

Manusia adalah makhluk yang diciptakan Allah dengan sempurna atau sebaik-baik penciptaan. Maksud kesempurnaan manusia adalah diberikannya potensi kehidupan seperti akal, hati, dan nafsu, dengan

¹¹² Syamsu Yusuf, *Kesehatan Mental, Op.Cit.*, h. 27

¹¹³ Lihat Q.S. Ar-Rum : 20

potensi tersebut manusia bisa memilih jalan baik atau jalan buruk, untuk mencapai misi kehidupan di muka bumi.¹¹⁴

Dalam menjalankan kehidupan dunia, tentunya manusia mengalami masalah-masalah atau cobaan, yang berbeda tingkatan yang dilaluinya. Apakah disebabkan oleh dirinya sendiri maupun karena memang sudah ditakdirkan untuknya. Sebab itu manusia kerap mengeluh dan bersedih yang menjadikan kehidupan mereka terasa sulit atau tidak mampu menerima keadaan dirinya. Meskipun demikian keadaan manusia, Allah memberikan petunjuk jalan keluarnya atau wasilah untuk menghadapinya. Pada akhirnya kehidupan ini adalah milik-Nya yang bersifat sebentar saja.¹¹⁵

Harapan terbesar manusia di dunia pun di akhirat adalah untuk memperoleh ketenangan dan kebahagiaan. Semua orang menginginkan kehidupan yang tenang, damai, dan sejahtera. Menurut Zakiah, setiap manusia berkeinginan untuk menemukan ketenangan hidup, tapi banyak yang tak bisa meraihnya. Hal ini disebabkan ketidaktahuan manusia dalam proses mencarinya atau ketidaksiapan manusia untuk melewati banyak halangan dan tantangan serta godaan dalam mencapainya, yang ada justru membuat mereka gusar, gundah, dan dihantui ketakutan dan ketidakpuasan.¹¹⁶

Lanjut Zakiah, siapa pun orangnya, bagaimana pun keadaan hidupnya, seperti apa juga kedudukannya, semuanya berpotensi untuk mengalami kegoncangan, ketidaktenangan, ketimpangan, dan kerisauan dalam kehidupan dikarenakan hidup itu tidak akan terlepas dari masalah-masalah. Masing-masing insan mempunyai problemanya sendiri-sendiri. Antara satu dengan yang lain tentunya berbeda terhadap apa yang mereka hadapi, tapi akan bertemu dalam cara yang sama untuk menghadapi dan mengatasinya.¹¹⁷

¹¹⁴ Rujuklah kandungan Q.S. At-Tin: 4, Q.S. An-Nahl: 78, Q.S. As-Syams: 8, Q.S. Al-Baqarah: 30 dan Q.S. Adz-Zariyat: 56

¹¹⁵ Rujuklah kandungan Q.S. Al-Baqarah: 155 dan 214, Q.S. As-Syura: 30, Q.S. At-Thagabun: 11, Q.S. Al-Ma'arij: 19, Q.S. al-Insyirah: 5-6, Q.S. Ar-Ra'du: 28, dan Q.S. Al-An'am: 32

¹¹⁶ Zakiah, Kesehatan Mental, *Op. Cit.*, h. 15

¹¹⁷ *Ibid.*, h. 15

Dari pandangan Zakiah ini, peneliti menganalisa bahwa Zakiah ingin mengatakan bahwa kehidupan adalah gudangnya permasalahan. Tidak seorang pun yang tidak memiliki beban atau cobaan hidup. Karena itu Zakiah mengemukakan konsep ketenangan hidup dan penyesuaian diri agar manusia dapat melewati semua itu dengan baik dan bijaksana. Dalam konsep tersebut, Zakiah menggunakan pendekatan agama sebagai solusi dari kegelisahan manusia dalam menjalani kehidupannya.

Pandangan Zakiah di atas tentunya didasari dengan penelitian-penelitian yang telah dilakukannya terhadap pasien-pasien yang ditanganinya. Menurutnya orang-orang yang mengindap gangguan atau penyakit mental itu akan berdampak pada kehidupannya, seperti memengaruhi akal pikiran, memengaruhi hati dan perasaan juga bertendensi pengaruhnya pada fisik, yang dikualifikasikan dalam dua bentuk yaitu: pertama gangguan jiwa, kedua penyakit jiwa¹¹⁸— yang akan peneliti uraikan pada poin berikutnya.

Seperti yang dikemukakan sebelumnya untuk mencapai ketenangan hidup menurut Zakiah adalah dengan upayaa yang serius demi untuk memperoleh kebahagiaan. Bahwa dalam mendapatkannya akan ada rintangan yang membuat seseorang kerap kali menuai hasil sebaliknya, yang semula ingin bahagia justru terjebak pada masalah, yang semulanya ingin tenang namun terseret pada kesedihan, karena tidak mampunya seseorang dalam merespon semua itu secara positif.

Tentunya, ketidaktenangan yang dialami manusia disebabkan oleh faktor yang dialami seseorang dalam kehidupannya itu. Menurut Zakiah, ada beberapa faktor yang memengaruhi kehidupan seseorang sehingga tidak mampu menyesuaikan dirinya dengan problem kehidupan yang dilaluinya, tantangan hidup yang dijalannya dan impian yang senantiasa dia inginkan, di antaranya adalah frustrasi (tekanan perasaan), konflik (pertentangan batin), dan kecemasan (*anxiety*). Berikut uraiannya.

¹¹⁸*Ibid.*, h. 16

1) Frustrasi

Menurut Zakiah, frustrasi ialah salah satu yang paling membuat seseorang akan menemui tantangan atau rintangan dalam memenuhi kebutuhan hidupnya. Akan berprasangka akan terjadi sesuatu yang merintang keinginannya. Boleh jadi jugadikarenakan hal lain yang terlalu menjadikannya khawatir, gamang, dan sulit untuk mengontrol emosinya.¹¹⁹ Akibat yang ditimbulkan dari seseorang yang menghadapi frustrasi ini bahwa ia kerap kali merasakan keinginan-keinginannya tidak bisa ia raih, tidak dapat dia miliki. Sulitnya orang yang sedang frustrasi itu untuk menemukan solusi atas permasalahan yang sedang ia hadapi.

2) Konflik

Menurut Zakiah, konflik ialah dua situasi yang mendorong manusia untuk melakukan sesuatu dalam satu waktu yang saling bertentangan. Konflik tersebut dibaginya menjadi dua macam: Pertama, persetujuan atas dua hal yang diinginkan. Kedua, persetujuan atas dua hal yang satu diinginkan dan yang satunya lagi tidak diinginkan. Ketiga, persetujuan atas dua hal yang tidak diinginkan.¹²⁰

3) Kecemasan

Menurut Zakiah, kecemasan ialah suasana emosional yang bercampur baur yang disebabkan ketika seseorang dalam menghadapi frustrasi dan konflik. Kecemasan itu adalah perasaan yang dialami seseorang ketika masalah-masalah dalam kehidupannya bermunculan. Kecemasan dibaginya menjadi beberapa macam yaitu: Pertama, rasa cemas yang disebabkan akan ada bahaya yang mengancam kehidupannya. Kedua, kecemasan yang disebabkan karena penyakit yang dideritanya. Ketiga, kecemasan disebabkan karena perbuatan dosa dan rasa bersalah

¹¹⁹*Ibid.*, h. 25

¹²⁰*Ibid.*, h. 27

yang dilakukannya sehingga mengalami penolakan dalam jiwanya.¹²¹

Peneliti menganalisa bahwa pandangan Zakiah ini adalah sesuatu yang sangat mengganggu kehidupan seseorang. Betapa banyak orang yang mengalami frustrasi karena banyak keinginannya tidak tercapai dan kegagalan yang sering ia alami, sehingga tidak ada kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan keadaan tersebut, yang berujung pada keputusasaan, sehingga mengalami gangguan mental dan sakit jiwa.

Begitu juga ketika seseorang mengalami konflik batin yang tidak kunjung menemukan solusi, sehingga ia akan tampak gusar dan galau dalam menjalani kehidupan itu. Disertai kecemasan dan ketidaktenangan batin yang memengaruhi setiap aspek kesehatan dirinya, tingkah lakunya, emosionalnya.

Tiga macam faktor di atas dalam pandangan Zakiah dapat berimplikasi terhadap enam hal yang sering dilakukan seseorang ketika dia merasa cemas, mengalami konflik, dan frustrasi, yaitu:

a) Pembelaan

Adalah upaya-upaya yang dilakukan untuk mencari alasan yang masuk akal, padahal tindakan itu tidak masuk akal. Pembelaan itu dimaksudkan agar tindakannya itu masuk akal supaya tidak terlihat bersalah atau melakukan kesalahan.

b) Proyeksi

Adalah menumpahkan yang dirasakan dalam diri kepada orang lain, terutama tindakan, pikiran atau dorongan-dorongan yang tidak diterima akal agar terlihat masuk akal. Seperti seseorang yang mengalami kegagalan akan melandaskan kegagalan itu pada orang lain.

c) Identifikasi

Identifikasi ini berbalik arah dari proyeksi, yaitu ikut merasa bahagia atas apa yang dialami orang lain. Seperti orang

¹²¹*Ibid.*, h. 28-29

lain berhasil mencapai cita-citanya, dia pun ikut merasa bahagia seolah-olah kesuksesan itu miliknya.

d) Hilang hubungan

Adalah sesuatu yang bertolakbelakang dengan pengalaman yang dilaluinya, nilai-nilai yang dipelajarinya. Seperti saat seseorang sedang marah kemudian ingin memukul orang yang menyinggung hatinya, pada saat bersamaan hatinya menolak tindakan tersebut sedangkan di sisi lain ada dorongan untuk memukul orang tersebut.

e) Represi

Adalah dorongan untuk menghilangkan keinginan-keinginan yang ditolak hatinya. Represi ini hampir sama dengan kasus sebelumnya.

f) Substitusi

Adalah dorongan untuk melakukan pembelaan yang sejatinya adalah melampiaskan keinginannya dengan cara lain yang sebelumnya tidak bisa dapat.¹²²

Sedangkan dalam buku “*Pendidikan Agama dalam Pembinaan Mental*” Zakiah mengemukakan beberapa bentuk penyesuaian diri yang dalam konteks pembahasannya berkaitan dengan dakwah, namun masih relevan dengan konsep kesehatan mental:

1) Menyesuaikan diri dengan diri sendiri

Konsep ini menurut Zakiah dibagi kepada tiga yaitu:

a) Mengenal diri (*know yourself*)

Seseorang perlu mengenal dengan objektif dirinya, terhadap potensi dan kekurangan, kelemahan dan keistimewaannya. Artinya ia benar-benar dapat mengenali dirinya sendiri dan dapat menerima keadaan dirinya itu.

b) Menerima diri (*accep thouself*)

Menerima diri dimaksud agar dapat memunculkan kelebihan dan menutupi kekurangan dirinya. Sehingga kelebihan itu

¹²²*Ibid.*, h. 30-33

dapat dimanfaatkan dengan sebaik-baiknya. Seseorang yang dapat menerima dirinya secara utuh akan timbul kepercayaan yang utuh pula dalam kepribadiannya yang akan terlihat dari perbuatannya.

c) Berbuat sesuai dengan diri sendiri (*be thyself*)

Berbuat sesuai dengan kapasitas diri agar tidak mengalami kesulitan dan tantangan yang lebih besar.¹²³

2) Menyesuaikan diri dengan orang lain

Sebuah sikap dalam hal menyesuaikan diri dengan orang lain, menerima kehadiran orang lain dalam kehidupan, memahami orang lain menurut ukuran-ukuran kebaikan, dan tidak memaksakan keinginannya pada orang lain.

3) Menyesuaikan diri dengan suasana

Sebuah sikap untuk menerima secara objektif, memahami dan menjalankan nilai-nilai yang ada dalam lingkungan diri. Baik berbentuk aturan-aturan, adat istiadat, tradisi-budaya, situasi sosial politik, dan sejenisnya.¹²⁴

Uraian tentang penyesuaian diri di atas dapat dianalisis bahwa sikap menyesuaikan diri dengan diri sendiri adalah sebuah kesiapan mental bagi seseorang yang siap menerima keadaan dirinya dengan ketebatasan yang ia punya. Pun demikian dengan kekurangan itu ia berusaha untuk mencari cara agar kekurangan itu bisa ia atasi dan memotivasinya untuk bangkit menjadi pribadi yang lebih baik dengan dorongan potensi yang dimilikinya.

Begitu juga dengan sikap menyesuaikan diri dengan orang lain dan dengan suasana atau keadaannya. Dimana seseorang akan dapat menerima kehadiran orang lain dengan keadaan orang tersebut tanpa membandingkan dirinya dengan orang lain, tanpa membandingkan suasana kehidupannya dengan orang lain.

Sikap penyesuaian diri di atas adalah salah satu faktor yang menyebabkan keadaan mental seorang individu menjadi terjaga dari

¹²³ Zakiah Daradjat, *Pendidikan Agama Dalam Pembinaan Mental*, (Bulan Bintang: Jakarta, 1982, Cet-4), h. 59-60

¹²⁴*Ibid.* h. 63

berbagai kondisi yang memungkinkannya untuk terhindar dari gangguan mental ataupun penyakit jiwa. Sehingga ia mampu untuk mendapatkan ketenangan dalam hidup sebagaimana yang didambakan oleh setiap manusia.

Jadi kesimpulannya dalam konsep kesehatan mental Zakiah Daradjat mengenai ketenangan hidup dan penyesuaian diri adalah agar seseorang terhindar dari gangguan-gangguan jiwa dan penyakit jiwa. Berikut akan dibahas gejala-gejala atau dampak dari gangguan-gangguan mental atau penyakit jiwa menurut Zakiah daradjat.

b. Gangguan-gangguan Jiwa dan Penyakit Jiwa

Dalam pandangan Zakiah sebelumnya dijelaskan bahwa kesehatan mental dapat terhindarnya seseorang dari gejala-gejala gangguan jiwa (*neurose*) dan dari gejala-gejala penyakit jiwa (*psychose*). Perbedaan *neurose* dan *psychose* menurutnya terletak pada respon seseorang dalam memandang kehidupannya. *Neurose* masih dapat mengenal dan mengalami kesulitan dalam hidupnya, sikapnya masih seperti orang normal. Sedangkan *psychose* sudah tak dapat lagi mengenal dan merasakan apa-apa, tidak ada orientasi hidupnya lagi, kehidupan menjadi abnormal.¹²⁵

Lanjut Zakiah dari berbagai penyelidikan yang ditelitinya, gangguan jiwa adalah sekumpulan suasana-suasana yang tidak normal, apakah terhadap mentalnya atau pun fisiknya. Keabnormalan itu tidak difaktori sakitnya anggota badan, kendati dampaknya dicermati dari keadaan fisiknya.¹²⁶

Di antara gejala-gejala yang terlihat menurut Zakiah adalah: ketegangan batin (*tension*), rasa putus asa dan murung, gelisah atau cemas, tindakan yang terpaksa (*compulsive*), *hysteria*, rasa lemah dan sejenisnya. Berikut penjelasannya dalam tabel:

¹²⁵ Zakiah, *Kesehatan Mental*, Op.Cit., h. 35

¹²⁶ *Ibid.*, h. 35

Tabel 4.1 Ciri-ciri Gangguan Kejiwaan/ Mental¹²⁷

Nama	Gejala	Penyebab
Neurasthenia	Badan lemah, semangat sirna, perasaan gundah. Amarah muncul, pikiran buntu, beban hidup makin berat, mudah tersinggung, kesulitan untuk tidur.	Jiwa tidak tenang, tekanan, tantangan, persaingan, dan sejenisnya.
Hysteria	Biasanya menyerang kaum wanita, kendati ada juga kaum pria yang mengalaminya. Gejala ini berpengaruh juga terhadap fisik dan mental: Gejala Fisik: (a) lumpuh hysteria: Salah satu bagian tubuh; (b) cram hysteria: Salah satu bagian badan; (c) kejang hysteria: Seluruh badan menjadi kaku; (d) mustim: hilang kesanggupan bicara. Gejala Mental: (a) Amnesia: hilang ingatan;	Tidak tenang jiwa, gelisah, tekanan batin, pertentangan dan/ persaingan, kehidupan yang sulit, banyak rintangan, dan sejenisnya

¹²⁷*Ibid.*, h. 35-58

	<p>(b) Double personality: Kepribadian ganda;</p> <p>(c) Fugue: (Mengelana secara tidak sadar dan;</p> <p>(d) Somnambulism: jalan-jalan sedang tidur.</p>	
<p>Psychasthenia (Keterpaksaan terhadap sesuatu yang tidak normal)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Phobia (rasa takut yang tidak masuk akal. Seperti takut di tempat tertutup, takut ketinggian, takut di keramaian, takut darah, dan lain sebagainya. 2. Obsesi (dikuasai suatu pikiran yang tidak bisa dihindarinya). Seperti seorang gadis yang merasa bahwa dia akan sengsara saja. 3. Komplusi (Keterpaksaan melakukan sesuatu baik sadar ataupun tidak sadar) 4. Gagap bicara (berbicara terputus-putus, 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengalami trauma di masa kecil atau masa lalu yang menakutkan. 2. Kegagalannya menyesuaikan diri akibat perpisahan, kehilangan, dan kekecewaan dan menyalahkan nasibnya. 3. Paksaan mengulangi pekerjaan, paksaan mengikuti urutan-urutan tertentu, paksaan atas aturan-aturan tertentu, paksaan melakukan

	<p>tertahan napas atau berulang-ulang.</p> <p>5. Ngompol (buang air yang tidak disadari)</p> <p>6. Kepribadian <i>psychopathi</i> (ketidaksanggupan menyesuaikan diri yang mendalam dan kronis)</p> <p>7. Keabnormalan seksuil (gangguan jiwa yang disebabkan seksualitas yang tidak terarah)</p>	<p>perbuatan tertentu</p> <p>4. Gangguan fisik atau bisa jadi karena pertentangan batin, tertekan perasaan dan tidak mampu menyesuaikan diri</p> <p>5. Pola asuh orangtua</p> <p>6. Perasaan tidak puas, konflik jiwa, dan tekanan perasaan lainnya.</p> <p>7. Onani (masturbasi), Homo-seksuil, dan sadism (seksual dengan cara menyakiti lawan jenis)</p>
--	---	---

Adapun penyakit jiwa menurut Zakiah disebabkan dua hal yaitu: Pertama, ada kerusakan pada salah satu anggota tubuh, seperti otak dan rusaknya fungsi saraf. Kedua, mengalami gangguan jiwa yang

panjang tanpa ada penyelesaian atas masalah-masalah yang dialami.¹²⁸.

Tabel 4.2 Ciri-ciri Penyakit Jiwa:¹²⁹

Nama	Gejala	Penyebab
<p>Schizophrenia (Dapat terjadinya kemunduran kepribadian. Umumnya dialami rentang usia 15-30 tahun)</p>	<p>Perasaan menjadi dingin, tidak ada respon terhadap sekitar, dikuasai lamunan, suka berprasangka buruk, berhalusinasi, panca indra terganggu dan mengelak dari pergaulan sosial</p>	<p>Faktor keturunan dan mengalami kerusakan pada salah satu anggota tubuh bagian otak. Faktor lingkungan dan sebagainya.</p>
<p>Paranoia (Gila kebesaran atau gila menuduh orang. Penyakit ini tidak banyak terjadi dan biasanya menyerang orang sekitar 40 an tahun)</p>	<p>Mempunyai keyakinan yang salah (delusi), merasa ada orang jahat kepadanya, merasa besar dan hebat tiada banding. Gejala yang lain: Egois, keras kepala, tidak mau mengakui kesalahan atau kekurangannya, merasa diri hebat dan istimewa, tidak setia, tidak dapat bekerja di bawah tekanan atau perintah orang lain.</p>	<p>Tidak bisa menyesuaikan diri dengan diri sendiri, orang lain, dan suasana keadaannya.</p>

¹²⁸*Ibid.*, h. 59

¹²⁹*Ibid.*, h. 59-64

Manic-defressive (mengalami kegembiraan atau kesedihan yang besar)	1. Mania Ada tiga tingkatan: ringan (<i>hypo</i>), berat (<i>acute</i>), dan sangat berat (<i>hyper</i>) 2. Melancholia (rasa tertekan) Ada tiga tingkatan: ringan, berat, dan involusi (hilangnya kesuburan)	Pengalaman masa kecil melalui kehidupan keluarga yang tidak baik, lingkungan yang tidak baik, dan rasa tertekan dalam diri yang menjadikannya merasa gelisah dan cemas yang tidak bisa dikuasainya.
--	--	---

Menurut Zakiah, yang membuat orang mengalami gangguan dan sakit jiwa adalah tidak terlepas dari pengalaman masa lalu, pola asuh keluarga yang kurang baik, pendidikan di sekolah yang tidak mampu membina karakter yang bagus, dan lingkungan masyarakat yang abai terhadap nilai-nilai moral dan agama. Bisa juga karena rusaknya anggota fisik yang vital seperti otak, saraf, dan sejenisnya.¹³⁰

Dalam buku “*Psikoterapi Islami*” Zakiah juga mengemukakan lebih spesifik lagi tentang gangguan psikologis yang membuat seseorang mengalami gangguan mental yang disebabkan beberapa hal sebagai berikut:

Tabel 4.3 Gangguan-gangguan Psikologis¹³¹

Nama	Gejala	Penyebab
Riya	1. Suka menutupi kekurangannya dengan	1. Tidak merasa puas dengan dirinya sendiri.

¹³⁰*Ibid.*, h. 66

¹³¹ Zakiah Draadjat, *Psikoterapi Islami*, (Bulan Bintang: Jakarta, 2002), h. 38-59

	<p>selubung palsu untuk menutupi keburukan perilakunya, kebusukan hatinya.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Kehilangan kebenaran dan keindahan 3. Terbiasa berdusta 4. Menipu diri sendiri dan orang lain 	<ol style="list-style-type: none"> 2. Memiliki nafsu keduniawian yang besar 3. Ingin terlihat lebih hebat dan besar dibanding orang lain 4. Merasa diri paling baik melebihi orang lain
Marah Tidak Terkendali	Perasaan tidak puas, mudah tersinggung, dan tidak menerima sikap dan perbuatan orang lain menurut ukurannya sendiri	Godaan setan, dan pikiran yang tidak sehat, dan emosional yang tidak terkontrol
Lupa dan Lalai	Hilangnya kefokusannya, abai terhadap pekerjaan dan tanggung jawab, dan mudah panik	Karena obat-obatan, perhatian yang berlebihan terhadap sesuatu, bercampurnya berbagai macam kegiatan dalam satu waktu.
Was-was (obsesi)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ingin tahu dan buruk sangka 2. Kehidupan duniawi yang berlebihan 3. Ujub dan 	Banyak hal yang menyebabkan was-was, di antaranya dikuasai pikiran negatif, penyakit komplusi, bujukan

	<p>terpedaya</p> <p>4. Santai dan bersenang-senang</p> <p>5. Memandang enteng orang lain</p> <p>6. Dengki dan dendam</p> <p>7. Riya</p> <p>8. Kikir (bakhil)</p>	setan, dan sejenisnya.
Pesimis dan apatis	Menjauh dari semua orang, menutupi diri, hidup dalam khayal, dan berburuk sangka pada keadaan	Kurang percaya diri, mengalami kegagalan, diremehkan, dan tidak dianggap perjuangannya.
Tamak (loba dan rakus)	Mengejar kekayaan, materi, berangan-angan	Kurang bersyukur dan merasa ingin lebih dari orang lain
Terpedaya	Terpedaya dengan kehidupan dunia Lupa untuk kehidupan akhirat	Merasa memiliki kesenangan dunia yang berlebihan dan beranggapan di akhirat akan mengalami hal yang sama
Ujub (Memuji diri)	Bangga terhadap dirinya, kelebihan, dan penampilannya, suka mendustai diri sendiri dan orang lain	Teralalu mengagungkan diri, besar hati, dan terjebak oleh kelebihan diri
Dendam	Menyimpan sesuatu dalam hati tentang	Dikecewakan, dikhianati, ditipu dan

	keburukan dan perlakuan orang lain terhadap dirinya	disakiti orang lain
Dengki	Tidak senang terhadap keberhasilan orang lain, kenikmatan orang lain atau keuntungan yang didapat orang lain, sebaliknya senang dengan kesusahan dan kegagalan orang lain	Egois, tidak mau kalah, iri terhadap pencapaian orang lain.

Dari tabel di atas dapat dibuat beberapa kesimpulan: Pertama, gangguan mental bermula karena tidak mampunya seseorang untuk menyesuaikan dirinya dengan keadaan dirinya sendiri. Misal, seseorang yang merasa tidak tenang karena beban hidup atau masalah yang sedang ia hadapi. Akibat dari keadaan demikian, seseorang akan cenderung mengalami gangguan-gangguan kejiwaan yang akan berdampak terhadap perasaannya, pikirannya, maupun tindakan atau perbuatannya. Seperti seorang itu akan berpikir buruk tentang keadaannya, merasakan kekecewaan dan kecemasan karena keadaan yang menimpanya, dan bertindak di luar kesanggupan yang dimilikinya.

Kedua, gangguan mental karena tidak mampunya seseorang menyesuaikan dirinya dengan orang lain dan lingkungannya serta keadaan yang dijalaninya. Misalnya, menganggap dirinya lebih hebat sedangkan orang lain di bawahnya. Melampiaskan kekecewaan terhadap orang lain atas keadaan yang menimpanya, dan tidak mampu berinteraksi sosial dengan baik dan bijak.

Ketiga, gangguan mental akan menciptakan keadaan yang jauh lebih buruk terhadap kepribadian orang yang mengalaminya, seperti gangguan psikologis yang dicontohkan Zakiah. Misalnya riya, ujub, marah, sombong, dendam dan hasad, iri dan dengki, serta penyakit

hati lainnya yang ternyata berdampak buruk terhadap kepribadian pelaku.

Keempat, gangguan mental yang terus berkelanjutan tanpa adanya penyelesaian, akan berujung pada penyakit kejiwaan, seperti gila, stres, depresi, yang membuat kehidupan seseorang jauh dari realitas yang sebenarnya, jauh dari integritas kehidupan orang-orang normal pada umumnya.

Empat kesimpulan ini akan berdampak pada kehidupan siapa saja, lelaki ataupun perempuan, orang kaya ataupun miskin, penguasa atau rakyat biasa, orang berpendidikan maupun pengangguran, orang dewasa maupun remaja. Semuanya orang berpotensi akan mengalami gangguan kejiwaan tersebut atau penyakit kejiwaan itu. Namun jika manusia terhindar dari gangguan-gangguan mental dan penyakit jiwa.

Menurut Zakiah orang-orang yang sehat mentalnya akan dapat mengontrol dirinya dari keinginan-keinginan, bersikap baik dan rendah hati, mampu menghargai peran orang lain, menimbulkan sikap percaya diri, menampakkan perbuatan dan tindakan yang kreatif, inovatif, demi mewujudkan kepentingan sosial. Apapun yang dia miliki akan dimanfaatkan untuk kepentingan bersama, dan dia tidak akan melakukan pelanggaran dan penyelewengan, penipuan, dan perbuatan buruk lainnya.¹³²

Hal senada juga dikemukakan Erich Fromm bahwa manusia yang sehat mentalnya adalah orang yang berkarakter produktif— yang dapat menumbuhkembangkan segenap potensi dirinya, mempunyai rasa kasih sayang, mempunyai imajinasi yang positif, serta kesadaran diri yang baik (*self-actualize person*— Maslow atau sebagai *The meaning of people*— Victor Frankl)¹³³.

Kartika Sari mengemukakan konsep atau teori orang-orang yang bermental sehat seperti dalam tabel berikut:¹³⁴

¹³² Zakiah Daradjat, *Pendidikan Agama Dalam Pembinaan Mental, Op.Cit.*, h. 39

¹³³ Kartika Sari Dewi, *Kesehatan Mental (Buku Ajar)*, (UPT UNDIP Press: Semarang, Cet-1, 2012), h. 75

¹³⁴ *Ibid.*, h. 75-77

Tabel 4.4 Ciri-ciri Mental Sehat:

Teori	Indikator Mental Sehat
Psikodinamik	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dapat mencintai dan bekerja sama dengan sesama (<i>lieben und arbeiten</i>). 2. Mempunyai kekuatan untuk mengendalikan dan mengontrol diri: id dan super ego (<i>ego strength</i>). 3. Dapat menjalin kompensasi terhadap perasaan inferiornya. 4. Berhasil dalam berinteraksi dengan orang banyak.
Pensifatan (Trait)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dapat memunculkan sifat-sifat positif dalam dirinya dan 2. Dapat mengarahkan sifat-sifat positif tersebut untuk mencapai keinginannya.
Eksistensi Humanistik	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bersikap terbuka dengan pengalaman baru 2. Mampu mengekspresikan gagasan dan perasaan, serta pikirannya. 3. Ikut serta dalam aktivitas sosial yang berguna 4. Membentuk perubahan besar dalam hidupnya.

Dalam penelitian ini, tentunya fokus masalah yang akan peneliti bahas dari konsep kesehatan mental Zakiah Daradjat adalah implikasinya dengan kesehatan mental remaja dalam kehidupan masa remaja untuk membina karakter remaja— yang diketahui bahwa remaja masa kini sedang mengalami problem-problem kehidupan yang semestinya tidak mereka alami justru mereka hadapi di era globalisasi dan teknologi yang semakin berkembang pesat seperti beberapa dekade terakhir. Untuk itu, peneliti mengemukakan bagaimana pandangan Zakiah terhadap remaja dan problem yang dihadapi masa remaja. Peneliti ingin melakukan analisis terhadap pandangan Zakiah terhadap kesehatan mental remaja.

c. Problem Mental Remaja

Dalam mendefinisikan remaja atau masa remaja, Zakiah mengemukakan sebuah konsep awal yaitu bahwa remaja adalah perpindahan dari kanak-kanak menuju dewasa atau sambungan dari masa kanak-kanak sebelum mencapai masa dewasa. Hal itu dilihat dari perubahan fisiknya yang nyaris menyerupai orang dewasa. Akan tetapi dalam hal psikologis (emosi dan sosial), remaja belum dapat menjalankan perannya seperti orang dewasa. Remaja masih bergantung peran terhadap orang dewasa untuk melewati perkembangan masa remaja yang dilaluinya.¹³⁵

Lanjut Zakiah, untuk mendefinisikan masa remaja ini, perlu ditinjau dari berbagai pandangan, seperti pandangan psikologi dan pendidikan, dalam pengertian masyarakat, dalam pengertian hukum dan undang-undang, yakni di mana menurut ukuran dan batasannya terlihat ada perbedaan pendapat mengenai batasan atau tahapan masa remaja itu, kapan dimulai masa remaja dan kapan berakhirnya masa remaja.¹³⁶ Karenanya, Zakiah mengemukakan asumsi bahwa batasan masa remaja itu tergantung lingkungan dimana dia tinggal dan menjalankan peranannya. Seperti halnya remaja yang hidup di daerah perkotaan akan berbeda dari remaja yang hidup di pedesaan, remaja yang hidup di lingkungan keluarga kaya akan berbeda dengan remaja yang tumbuh di keluarga biasa. Lingkungan akan mempengaruhi cepat atau lambatnya pertumbuhan remaja tersebut.¹³⁷

Untuk menyatukan berbagai sudut pandang terhadap pandangan masa remaja dimulai dan berakhirnya, Zakiah mencoba mengkombinasikan pandangan para ahli/pakar ilmu jiwa (psikolog) yang sepakat mengenai usia permulaan remaja laki-laki yakni ketika sudah mimpi basah, dan mengalami haid pertama untuk remaja perempuan, dalam Islam remaja yang sudah mengalami kedua hal di atas disebut sudah akil baligh. Batasan ini menurut penulis tentunya dilihat dari aspek pertumbuhan biologis yang dipengaruhi oleh

¹³⁵Zakiah Daradjat, *Ilmu Jiwa Agama*, (Bulan Bintang, Jakarta, 1970), h. 82

¹³⁶ Zakiah Daradjat, *Remaja Harapan dan Tantangan*, (Ruhama, Jakarta, 1994), h. 7

¹³⁷Zakiah, *Ilmu Jiwa Agama*., *Op.Cit* h. 83

pertumbuhan psikologis remaja. Sedangkan rentang usianya dimulai usia 12 tahun atau 13 tahun (adolesen) dan berakhir usia 15 atau 18 tahun atau sampai usia 21 hingga 25 tahun menyesuaikan dengan kondisi lingkungan masing-masing.¹³⁸ Dan batasan ini dipengaruhi perkembangan psikologis dan sosial.

Dari defenisi di atas peneliti menyimpulkan beberapa hal yaitu: Masa remaja sebagai masa perpindahan dari masa sebelumnya (kanak-kanak) ke masa setelahnya (dewasa) yang mengalami perkembangan psikologis dan pertumbuhan biologisnya. Masa remaja mempunyai ukuran masing-masing menyesuaikan dengan lingkungan dimana ia tinggal dan pengaruh sosial yang ia dapatkan.

Bila ditinjau dari pertumbuhan jasmani setiap anak (remaja) berbeda, ada yang proses pertumbuhannya cepat dan ada yang lambat dibanding seumurannya. Pertumbuhan itu bagi remaja adalah suatu perubahan yang mengejutkan, karena mereka mulai menyadari ada perubahan terhadap dirinya, yang kemudian remaja mengalami kecemasan, kegoncangan emosi, hingga kepercayaannya terhadap orang dewasa dan agama tidak stabil.¹³⁹

Dari sinilah Zakiah mengartikan remaja merupakan masa yang disertai kegoncangan jiwa, masa perpindahan dari satu tahap ke tahap berikutnya. Zakiah menganalogikan pada masa itu seseorang seperti berada di jembatan goyang yang memerlukan pegangan dan bantuan—yang mengkoneksikan antara masa kanak-kanak yang masih membutuhkan bantuan kepada masa dewasa yang mandiri dan matang.¹⁴⁰

Goncangan yang paling dominan dialami remaja dan terhadap mentalnya adalah pencarian identitas diri dan kecondongan (seks) terhadap lawan jenis. menurut Zakiah adalah remaja di antaranya

¹³⁸*Ibid.*, h. 84

¹³⁹*Ibid.*, h. 133

¹⁴⁰*Ibid.*, h. 85

yang paling berpengaruh penting terhadap mentalnya adalah pencarian identitas diri dan kecondongan terhadap lawan jenis.¹⁴¹

Perumbuhan jasmani (biologis), perkembangan ruhani (psikologis), dan pengaruh sosial hingga mencapai tahap masa remaja akhir, remaja memerlukan perhatian dan respon dari orang skitarnya, di rumah, di sekolah, dan di lingkungan bermain, dari orang tua, guru, dan teman atau pun lawan jenis. Supaya keberadaannya diakui secara sosial.¹⁴² Karena itu, perlu kiranya suatu kontrol terhadap masa perkembangan remaja agar problem masa remaja bisa teratasi secara maksimal.

Menurut Zakiah problem remaja tersebut berkisar pada tiga pokok problem utama yaitu:

1) Masalah hari depan

Zakiah menyebutkan bahwa remaja sangat memikirkan masa depannya akan seperti apa. Setelah menamatkan pendidikan akan menjadi seperti apa. Setelah lulus kuliah akan bekerja di mana. Kadang, kecemasan perihal masa depan itu akan menimbulkan bermacam problem kehidupannya, sehingga menghadirkan kecemasan, menimbulkan kekhawatiran, dan membuatnya semakin dilema.

Rasa khawatir terhadap masa depan itu jika tidak dapat diarahkan dengan semangat dan berpikir positif akan membuat mereka kesulitan untuk memotivasi diri mencapai impian masa depan itu. Betapa banyak remaja yang putus asa dalam belajar hanya karena tidak bisa memahami pelajaran. Betapa sering remaja bolos sekolah karena tidak ada motivasi atau merasa tidak ada manfaatnya dari pelajaran yang mereka dapatkan. Bermacam problem lain yang mungkin akan membuatnya semakin suram kenakalan remaja meningkat. Di pembahasan akan diuraikan tentang kasus-kasus kenakalan remaja ini.

¹⁴¹ Zakiah Daradjat, *Pendidikan Islam Dalam Keluarga dan Sekolah*, (Ruhama: Jakarta, 1994), h. 92

¹⁴² Zakiah, *Ilmu Jiwa Agama, Op.Cit.*, h, 136

2) Masalah hubungan dengan orang tua

Problem remaja juga sering terjadi dengan orang tuanya. Apa yang diinginkan orang tuanya seringkali bertolak belakang dari apa yang diinginkannya. Kadang keadaan itu muncul karena remaja ingin mengikuti arus dan arah zaman yang mereka lihat dan lalui. Inilah salah satu faktor alasan remaja menjadi nakal dan melakukan perbuatan menyimpang.

3) Masalah moral dan agama

Masa remaja itu mereka kerap meragukan nilai-nilai agama dalam kehidupannya. Akhirnya kemerosotan nilai-nilai moral pun dialami remaja sehingga menjadikan pribadi mereka tidak baik. Hal itu disebabkan karena nilai-nilai yang berubah yang menimbulkan kegoncangan pula.¹⁴³

Tiga bentuk problem utama remaja yang dikemukakan Zakiah ini, menurut peneliti adalah hal yang paling sering dijumpai remaja dalam masa pertumbuhannya. Pertama, remaja memikirkan masa depan karena mereka khawatir ketika dewasa nanti kehidupan mereka tidak baik, tidak seperti orang-orang yang sukses dan kaya. Remaja suka sekali menghayalkan masa depan yang bagus dan menyenangkan, seperti yang mereka lihat di lingkungannya, dalam tontonannya, dan terhadap teman-teman mereka yang lahir dari keluarga sukses dan kaya. Akhirnya, remaja mencemaskan kehidupan hari depan yang belum tampak jelas bagaimana yang akan mereka lalui. Kekhawatiran ini menurut peneliti biasanya terjadi pada remaja-remaja yang hidup sederhana dari keluarga biasa. Mereka secara langsung merasakan kesulitan hidup dan tentunya itu akan menjadi pikirannya yang bisa menjadi problem dalam dirinya juga.

Adapun problem dalam keluarga yaitu betapa banyak orang tua yang kurang pandai mendidik anak-anaknya dan membimbing masa pertumbuhannya. Sehingga orang tua tidak dapat memenuhi kebutuhan dan keinginan yang mendorong remaja. Lain sisi, orang tua juga memaksakan kehendaknya atas diri remaja yang sebenarnya

¹⁴³*Ibid.*, h. 146-147

tidak diinginkan remaja atau kebalikannya, diinginkan remaja namun orang tua menolaknya. Seringkali timbul perdebatan pada remaja dan orang tua mereka dalam hal memenuhi kebutuhan dan keinginannya itu. Dalam hal ini, peneliti melihat bahwa perlunya pemahaman orang tua terhadap perkembangan psikologis dan pertumbuhan biologis anak agar dapat menjalankan perannya untuk menjadi remaja yang berkepribadian baik dan berbuat sesuai aturan dan nilai-nilai.

Ketiga problem moral dan agama, menurut analisis peneliti terhadap problem yang dimaksud Zakiah ini adalah ketidaksiapan remaja dalam beradaptasi dengan perkembangannya terhadap ketentuan dalam nilai-nilai agama dan moral. Seperti aturan-aturan dalam hidup beragama yang kerap bertentangan dengan pikiran dan perasaan mereka. Pemahaman agama yang lemah terhadap remaja, akan menjadikan remaja tidak peduli dengan nilai-nilai agama. Hal ini juga menjadikan remaja berbuat perilaku penyimpangan.

Menurut Zakiah, mental remaja sering menolak ajaran agama. Mereka bimbang dalam menjalani aturan dan tuntutan agama. Apalagi pendidikan agama yang didapatkannya di waktu kecil tidak begitu dapat memberikan pemahaman terhadap dirinya akan ajaran agama yang akan dijalannya saat memasuki masa remaja dan dewasa. Mereka merasa gelisah atas tuntutan agama yang akan dilaluinya.¹⁴⁴

Dari uraian pandangan di atas mengenai perkembangan mental remaja dapat dibuat beberapa kesimpulan tentang perkembangan mental remaja: Pertama, masa remaja akan mengalami kegoncangan mental terhadap apa yang dia lihat dan dirasakannya dalam kehidupan. Kedua, dari penglihatan itu timbul sebuah penolakan atau pertentangan terhadap Tuhan karena keinginannya tidak searah dengan tuntutan agama. Ketiga, keyakinannya terhadap Tuhan dipengaruhi oleh keadaan dan suasana mental yang dialaminya.

Dalam kesimpulan pertama apabila remaja mendapatkan pendidikan agama yang kurang baik dari orang tua atau tidak sejalan ajaran orang tua dengan realitas yang mereka lalui, maka mereka akan

¹⁴⁴*Ibid.*, h. 87

menolak nilai-nilai yang mereka dapatkan dari orang tua mereka. Seperti orang tua yang enggan menjalani keyakinan dalam agamanya atau melihat orang tuanya tidak mengamalkan ajaran agama. Mental mereka menjadi goncang dan mereka akan menolak ide-ide tentang keyakinan dalam beragama.

Dalam kesimpulan yang kedua apabila mereka mengalami masalah kehidupan atau fenomena yang mengecewakan mental mereka, sering kali itu memicu keraguan mereka terhadap Tuhan. Di sini dapat dilihat ketika remaja melihat kondisi di sekitarnya yang tidak menetralkan hatinya, seperti permusuhan, perkelahian, penipuan dan lain-lain. Sedangkan dalam kesimpulan ketiga, keyakinan mereka kepada Tuhan dipengaruhi oleh pengalaman-pengalaman atau kejadian yang mereka jalani dalam kehidupan. Dalam penelitian Zakiah tentang Problem Remaja di Indonesia, ada tiga belas problem yang beliau temukan yang akan penulis uraikan di pembahasan penelitian ini.

Menurut Zakiah dalam literatur buku-buku yang ditulisnya, untuk dapat merespon perkembangan remaja dan membina kesehatan mental remaja serta karakter dan moral remaja, Zakiah mengemukakan konsep pendidikan (karakter) terhadap kesehatan mental remaja dan konsep agama (keyakinan) untuk jiwa remaja. Berikut uraiannya.

2. Pembinaan Karakter Remaja
 - a. Melalui Pendidikan

Menurut Zakiah, pendidikan dapat menentukan arah kehidupan seseorang. Apakah dia akan bahagia dan sukses atau gagal dan menderita. Melalui pendidikan itu pula terjalannya pembinaan karakter remaja yang akan membentuk mereka memiliki kecintaan terhadap agama, negara, dan sesama. Selain itu, pendidikan juga dapat mengontrol mental remaja dari gangguan-gangguan mental.¹⁴⁵

Zakiah mengategorikan pendidikan ke dalam tiga lingkup yakni pendidikan keluarga, pendidikan sekolah, dan pendidikan di

¹⁴⁵Zakiah, *Kesehatan Mental, Op.Cit.*, h. 68

lingkungan masyarakat. Ketiga lingkup tersebut memiliki peranan yang saling mendorong dan bekerja sama untuk membangun pendidikan yang baik dan mampu menjaga dan mengontrol kesehatan mental remaja dan membina karakter positif dalam kepribadian remaja. Berikut diuraikan pandangan Zakiah secara ringkas dan jelas mengenai lingkup pendidikan tersebut.

1) Pendidikan Keluarga

Dalam keluarga, orang tua menjadi pendidik utama, semua pakar sepakat mengatakan demikian, begitu juga Zakiah dalam pandangannya terhadap pendidikan dalam keluarga. Menurutnya, orang tua (ibu dan ayah) memegang peranan utama dan paling berpengaruh terhadap pendidikan anak-anaknya. Sebab itu, kecenderungan anak-anak meniru kebiasaan orang tuanya.¹⁴⁶

Setiap orang tua tidak diragukan lagi ingin pendidikan yang terbaik untuk anak-anaknya, kendati mereka kurang bisa mendidik dengan cara yang baik, karena keterbatasan pengetahuan dan pengalaman seputar pendidikan anak-anaknya, keterbatasan waktu dan kesempatan, yang pasti hampir tidak ada orang tua yang menginginkan anak-anaknya tidak mendapati pendidikan yang baik. Akan tetapi, banyak anak-anak yang merasa tidak mendapati pendidikan yang baik dari orang tuanya.¹⁴⁷

Banyak sekali ditemukan dalam kehidupan, di mana anak-anak menderita bukan karena kurangnya pemeliharaan, makanan, pakaian, jajan dan sebagainya. Tapi mereka mengalami kerusakan dalam hubungan orang tuanya (*broken home*)¹⁴⁸.

Untuk menciptakan pendidikan yang baik dalam keluarga terhadap anak-anaknya, setidaknya menurut Zakiah ada tugas utama di samping tugas lainnya yang menjadi tanggung jawab orang tua:

- a) Memelihara dan membesarkan anak. Ini adalah tugas pokok pertama yang mesti dijalankan orang tua. Semua orang tua

¹⁴⁶ Zakiah Daradjat, *Ilmu Pendidikan Islam*, (Bumi Aksara: Jakarta, 2016 Cet-12), h. 35

¹⁴⁷ Zakiah, *Kesehatan Mental Dalam Keluarga*, *Op.Cit.*, h. 56

¹⁴⁸ Zakiah, *Kesehatan Mental*, *Op.Cit.*, h. 72

sudah tentu ingin memelihara dan membesarkan anak-anaknya dengan penuh tanggung jawab.

- b) Melindungi dan menjamin keselamatan. Orang tua menjaga keutuhan fisik dan mental anak-anaknya, dan menjaga keselamatan jiwa dan raga mereka dari bermacam penyakit, dan gangguan mental, serta dari perilaku menyimpang yang akan dialami anak-anaknya.
- c) Memberikan pengajaran dan bimbingan agar anak mendapatkan peluang untuk memiliki ilmu pengetahuan dan kreativitas untuk mencapai impiannya.
- d) Mendekatkan anak kepada nilai-nilai dan pengalaman beragama untuk mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat.¹⁴⁹

Dari uraian ini peneliti menyimpulkan beberapa hal terkait pembinaan karakter remaja melalui pendidikan keluarga yaitu: Satu, keluarga adalah pendidik pertama dan utama untuk menentukan arah kehidupan remaja di masa datang dan membimbing masa pertumbuhan mental remaja. Dua, orang tua harus mampu menjadi sosok pendidik yang bertanggung jawab terhadap pemenuhan kebutuhan fisik, mental, pendidikan, dan agama remaja. Tiga, pendidikan dalam keluarga sejatinya mampu menjadikan anak-anaknya memiliki nilai-nilai karakter yang baik dan mental yang sehat, agar menjadikan remaja dekat dengan nilai-nilai kebaikan dan berkarakter baik dan kuat.

2) Pendidikan Sekolah

Sekolah adalah jenjang pendidikan kedua yang dilalui anak-anak menuju masa dewasa. Menurut Zakiah, sekolah adalah tempat anak-anak belajar dan menumbuhkan kepribadiannya. Sekolah bukan sekadar tempat menuangkan ilmu pengetahuan ke otak siswa, tapi sekolah harus bisa mendidik dan membina karakter siswa.¹⁵⁰

¹⁴⁹ Zakiah, *Ilmu Pendidikan Islam, Op.Cit.*, h. 38

¹⁵⁰ Zakiah, *Kesehatan Mental, Op.Cit.*, h. 76

Sebagai pendidik di sekolah, guru telah mengabdikan dirinya menerima dan memikul tanggung jawab pendidikan menggantikan atau mengiringi orang tua dalam mendidik anak-anaknya. Karenanya menurut Zakiah, guru mengemukakan beberapa syarat yang mesti ada dalam diri guru, agar tercapainya proses pendidikan yang berkualitas dan berkarakter. Berikut disajikan dalam tabel:

Tabel 4.5 Syarat-syarat menjadi guru¹⁵¹:

Syarat-syarat menjadi guru	Penjelasannya
1. Takwa Kepada Allah	Guru harus taat kepada Allah sebab ia adalah teladan untuk semua siswa-siswanya. Ukuran keberhasilan mendidik akan tercipta sejauh mana keteladannya terhadap Allah.
2. Berilmu	Ilmu bukan karena guru memiliki ijazah. Betapa banyak sebenarnya guru yang mempunyai ijazah namun minim pengetahuan, karena itulah salah satu penyebab kegagalannya dalam mendidik siswanya. Idealnya ijazah dan pengetahuan guru betul-betul bisa sejalan
3. Sehat Jasmani	Guru memerlukan semangat dan kegiarahan dalam mendidik anak-anak. Jika kesehatan jasmani guru terganggu, maka proses mendidik pun ikut terganggu dan bisa juga membahayakan

¹⁵¹Zakiah, *Ilmu Pendidikan Islam, Op.Cit.*, h. 41-44

	<p>kesehatan anak-anaknya jika guru mengindap penyakit menular. Karena itu, guru harus dipastikan memiliki kesehatan jasmani yang prima</p>
<p>4. Berkelakuan Baik</p>	<p>Guru harus menjadi suri tauladan, percontohan perilaku bagi muridnya. Karena itu guru harus memiliki attitude yang bagus dan baik dan tidak terpaksa menjadi guru.</p> <p>Beberapa contoh yang harus diterapkan guru:</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Mencintai jabatannya b. Bersikap adil terhadap muridnya c. Berlaku sabar dan tenang d. Berwibawa e. Bergembira f. Bersifat manusiawi g. Bekerja sama dengan seluruh komponen pendidikan h. Bekerja sama dengan orang tua dan masyarakat

Dari tabel di atas dapat dibuat kesimpulan pertama yaitu, sekolah adalah lingkungan pendidikan kedua bagi anak-anak, di mana anak mendapatkan pengetahuan, bimbingan, pembinaan keteladanan dan mendidik karakter kepribadian. Kesimpulan kedua, guru sebagai pendidik di sekolah harus dapat memerankan dirinya, sungguh-sungguh dalam amanah yang dia jalani, serta dituntut untuk memenuhi syarat-syarat menjadi seorang guru.

Selain itu, guru juga harus menjadi suri teladan bagi anak-anak didiknya melalui sikap dan tindakan guru baik dalam mendidik maupun di luar lingkungan sekolah.

3) Pendidikan Masyarakat

Masyarakat sejatinya harus berperan aktif dan ikut bertanggung jawab terhadap pendidikan anak-anak dan remaja. Dalam masyarakat itu terdapat sekelompok individu yang berkumpul dan menjalin ikatan kekeluargaan, kenegaraan, dan keagamaan. Menurut Zakiah, karena itulah masyarakat memiliki pengaruh yang besar dalam memberi arah terhadap pendidikan anak dan remaja, terutama pemimpin atau penguasa, karena mereka bertanggung jawab terhadap penyelenggaraan pendidikan. Pendidikan juga menjadi tanggung jawab moral bagi semua orang dalam sosial.¹⁵²

Jadi dari pandangan Zakiah tentang pentingnya pendidikan masyarakat, dapat dibuat kesimpulan bahwa masyarakat adalah sekelompok individu yang bersama-sama memikul amanah agar dapat mengarahkan pendidikan anak-anak kepada pembinaan moral dan karakter. Masyarakat juga memiliki kontribusi besar demi untuk tercapainya tujuan pendidikan nasional.

Dalam pembinaan karakter remaja melalui pendidikan ini, peneliti melihat bahwa pandangan Zakiah tentang pendidikan sangat berkelindan dengan kebutuhan zaman, di mana saat ini pendidikan anak-anak seperti tidak terselesaikan. Dalam pendidikan keluarga, para orang tua belum sepenuhnya mampu atau belum memahami bagaimana pola mendidik karakter anak-anaknya. Begitu juga di lembaga pendidikan, para pendidik belum dapat seutuhnya membina karakter anak-anak menjadi karakter yang baik. Banyak penelitian mengatakan bahwa lembaga pendidikan di tanah air masih belum berhasil menciptakan pendidikan yang bernuansa karakter dan religius. Karenan itu, seluruh komponen pendidikan sejatinya lebih bersinergi dalam membina karakter remaja.

¹⁵² Zakiah, *Ilmu Pendidikan Islam, Op.Cit*, h. 44

b. Melalui penanaman nilai-nilai agama dalam keluarga

Seperti dikemukakan sebelumnya bahwa kesehatan mental dipengaruhi oleh pengalaman beragama seseorang. Menurut Zakiah orang yang mentalnya sehat akan mampu merasakan kebahagiaan dalam hidup. Dapat merasakan dirinya berguna, berharga dan mampu menggunakan segala potensi dan bakatnya semaksimal mungkin.¹⁵³ Keadaan mental yang sehat dipengaruhi oleh beberapa faktor agar dapat membina karakter seseorang, khususnya anak-anak dan remaja. Berikut uraiannya:

1) Pembinaan Iman

Pembentukan iman ini menurut Zakiah berpengaruh besar terhadap pertumbuhan mental dan karakter anak-anak. Untuk itu, sejatinya pembentukan keimanan ini sudah dilaksanakan semenjak dalam kandungan dan terus beralngsung sepanjang masa perkembangan dan pertumbuhannya.¹⁵⁴

Lanjut Zakiah, iman menjadi bagianter urgen dalam proses pertumbuhan dan perkembangan kejiwaan manusia khususnya anak-anak dan remaja. Iman menjadi sumbu kehidupan karena dengan iman akan dapat mengendalikan sikap, ucap, dan tindakan. Bisa dibayangkan jika hidup tanpa kendali, wajar saja akan mendorong manusia untuk melakukan kesalahan dan penyimpangan dari nilai-nilai agama maupun nilai-nilai moral.¹⁵⁵

Keimanan menjadi sebuah poros dari pemungisian kejiwaan. Di dalamnya ada perasaa dan pikiran yang menguatkan. Menurut Zakiah, apabila iman tidak sempurna maka manfaatnya bagi kesehatan mental pun berkurang. Banyaknya kegelisahan, ketidaktenangan hidup, kesulitan, dan pertengkar an, dan hilangnya kepercayaan diri disebabkan oleh iman dalam hatinya tidak dapat menjalankan fungsi-fungsi kejiwaannya untuk meraih ketenangan.¹⁵⁶

¹⁵³ Zakiah, *Kesehatan Mental Dalam Keluarga*, Op.Cit., h. 29

¹⁵⁴ Zakiah, *Pendidikan Islam dalam keluarga dan sekolah*, Op.Cit., h. 55

¹⁵⁵ Zakiah, *Kesehatan Mental Dalam Keluarga*, Op.Cit., h. 36

¹⁵⁶ Zakiah, *Islam dan Kesehatan Mental*, (Gunung Agung:Jakarta, 1982, Cet-2), h. 15

Jadi dapat disimpulkan bahwa keimanan mempengaruhi pola kehidupan yang dijalani seseorang. Iman akan menjadi motor penggerak atas setiap perbuatan dan tindakan serta ucapan seseorang. Dari sini nampak titik pangkal dari segala keburukan atau kejahatan yang dilakukan manusia sebenarnya bermula dari rusaknya fungsi iman dalam dirinya, sehingga kontrol terhadap dirinya juga tidak mampu menjadikannya sebagai manusia yang memiliki akhlak yang baik.

2) Pembinaan Akhlak (karakter)

Akhlak adalah implementasi dari iman dalam segala bentuk perilaku (karakter). Zakiah mengemukakan tiga orientasi akhlak yaitu, akhlak anak terhadap kedua orang tuanya, akhlak terhadap orang lain, dan akhlak terhadap diri sendiri (tampilan diri).¹⁵⁷

Akhlak yang baik itulah yang akan termanifestasikan dalam karakter kehidupan anak-anak dan remaja. Sehingga ia mampu mendengarkan, mematuhi, dan menghargai orang tuanya yang telah mendidik dan membesarkan dirinya. Akhlak itu jumlah yang menjadikan kehidupan seseorang dapat menghargai orang lain, bekerja sama, memiliki adab, sopan santun, ramah dalam bergaul dan tidak sombong ataupun merasa dirinya lebih baik. Akhlak juga buah dari pembinaan ibadah dalam kehidupan seseorang.

3) Pembinaan ibadah

Pembinaan ibadah akan menjadi proses latihan dan pengalaman paling berharga dalam membentuk karakter anak-anak dan remaja yang akan dibawanya hingga dewasa. Pengalaman beribadah yang ia rasakan sejak kecil akan memengaruhi kepribadiannya, sikap dan sosialnya, yang merupakan unsur-unsur positif dalam pembentukan karakternya yang sedang tumbuh dan berkembang.¹⁵⁸

Untuk itu, pembinaan ibadah ini semestinya dilangsungkan dalam pendidikan keluarga. Orang tua harus mengajarkan, membina, dan

¹⁵⁷ Zakiah, *Pendidikan Islam Dalam Keluarga dan Sekolah*, Op.Cit., h. 58

¹⁵⁸ *Ibid.*, h. 61

memberikan teladan dalam ketaatan beribadah kepada anak-anak. Jangan sebaliknya, orang tua menyuruh anak beribadah namun orang tuanya sendiri tidak menjalankan ibadah tersebut, sehingga akan menimbulkan keraguan dan pertanyaan dalam diri anak-anak dan remaja tentang pembinaan ibadah tersebut.

Dari tiga pembinaan di atas akan tercipta kepribadian yang baik dalam diri seseorang yang akan menjadikan kehidupannya bermanfaat dan mendapatkan kebaikan-kebaikan dalam kehidupannya baik secara personal maupun sosial.

4) Pembinaan kepribadian

Pembentukan kepribadian terjadi dalam masa yang panjang, mulai dalam kandungan sampai usia 21 tahun. Sebagaimana sebelumnya, menurut Zakiah pembentukan kepribadian ini sejalan dengan pembinaan akhlak dan ibadah anak. Secara umum pakar kejiwaan berpendapat bahwa kepribadian merupakan suatu mekanisme yang mengendalikan dan mengarahkan sikap dan perilaku seseorang.¹⁵⁹

Kepribadian akan terbentuk dari serentetan pengalaman anak-anak dan remaja dalam pembinaan keagamaan di keluarga, pembinaan nilai-nilai pendidikan di sekolah, dan pembinaan sosial di masyarakat, sehingga kepribadian anak akan terbina secara baik sesuai dengan nilai-nilai agama, bangsa dan negara.

Dari uraian di atas, peneliti menganalisis dan membuat kesimpulan bahwa dalam pandangan Zakiah ada empat faktor penting terhadap pertumbuhan mental dan pembinaan karakter remaja. Pertama, pemahaman tentang keimanan terhadap Tuhan yang diberikan kepada anak-anak dan remaja melalui pendidikan orang tua, guru, dan masyarakat.

Kedua, pembinaan terhadap ibadah dalam kehidupan sehari-hari, di mana pembinaan itu akan berlangsung dan akan terekam dalam ingatan anak-anak dan remaja terhadap nilai-nilai agama

¹⁵⁹*Ibid.*, h. 62

yang telah ia dapatkan dalam keluarga, di sekolah, dan di lingkungan masyarakat.

Ketiga, pembentukan akhlak (karakter), di mana orang tua dan guru memberikan contoh teladan yang nyata terhadap pembinaan akhlak tersebut. Orang tua dan guru tidak hanya memerintah atau meyuruh saja, namun juga harus menjalankan, melakukan secara langsung baik di hadapan anak-anak maupun di belakang mereka.

Keempat, pembinaan terhadap kepribadian remaja dalam pergaulan sosial di masyarakat, di mana masyarakat juga memiliki pengaruh yang besar terhadap perkembangan anak-anak dan remaja. Kondisi lingkungan masyarakat yang kondusif akan membantu terbentuknya kepribadian yang baik, berakhlak dan memiliki karakter yang bagus, serta terjaga dari gangguan-gangguan mental dan kerusakan moral lainnya.

B. Pembahasan

Sebagaimana telah dikemukakan pada hasil penelitian ini, banyak masalah yang dihadapi remaja yang perlu dicarikan solusinya, seperti pembinaan kesehatan mental remaja dan pembinaan karakter remaja. Di antara kondisi remaja yang dikemukakan Zakiah tersebut masih kerap terjadi dan relevan dengan kehidupan zaman global dan modern ini. Sebenarnya, problem remaja dari dulu hingga sekarang tidak jauh berbeda, hanya saja tentunya dengan arus perkembangan zaman yang semakin canggih akan banyak mempengaruhi keadaan remaja dan memiliki banyak tantangan bagi mereka.

Dalam buku Zakiah berjudul "*Problema Remaja di Indonesia*" Zakiah mengemukakan tiga belas problem remaja di Indonesia. Tentunya problem tersebut akan terus bertambah, namun problem yang dikemukakan Zakiah masih sangat relevan dengan remaja zaman sekarang. Di antaranya sebagai berikut: (1) Problem pemilihan pekerjaan dan kesempatan belajar; (2) Masalah sekolah; (3) Problem kesehatan; (4) Problem keuangan; (5) Masalah seks; (6) Problem kesiapan untuk berkeluarga; (7) Problem keluarga; (8) Problem emosi; (9) Problem pertumbuhan pribadi dan sosial; (10) Problem

pengisian waktu luang; (11) Problem agama dan akhlak; (12) Problem kehidupan sosial dan; (13) Problem sosial.¹⁶⁰

Secara singkat problem remaja tersebut dibagi Zakiah dalam empat kategori:

1. Pertumbuhan jasmani cepat

Pertumbuhan jasmani paling awal di usia 13 sampai 16 tahun. Dalam pertumbuhan ini persoalan yang dialami remaja adalah kesulitan dalam beradaptasi dengan perubahan jasmani yang tidak seimbang. Remaja merasa tidak terjalannya keserasian antara pertumbuhannya dengan keadaan yang dialuinya, sehingga kerap menimbulkan kekesalan dan kesedihan.

2. Pertumbuhan emosi

Pertumbuhan emosi yang cepat itu mempengaruhi pertumbuhan emosi remaja. Remaja mengalami peningkatan emosi yang lebih dari sebelumnya ketika mereka masih kanak-kanak. Bahkan dalam lingkungan sosial, remaja sering mendapatkan perlakuan yang tidak bisa mereka terima. Sehingga menambah kegoncangan emosi dirinya.

3. Pertumbuhan mental

Pemikiran remaja acapkali menolak hal-hal yang kurang masuk dalam pikirannya, tidak sejalan dengan apa yang dulu ia terima, sehingga remaja membantah atau menolak apa yang harus dilakukannya.

4. Pertumbuhan pribadi dan sosial

Masalah ini menjadi bagian akhir dari masalah-masalah yang dialami remaja menuju masa dewasanya. Setelah pertumbuhan jasmani berakhir, rema sudah terlihat sebagai pribadi orang dewasa yang mampu memerankan diri di lingkungan sosialnya dengan baik dan tertih..¹⁶¹

Dari problem-problem tersebut, menurut analisa peneliti problem-problem itu akan terus berlangsung selama masa pertumbuhan remaja. Apalagi di zaman modern kini tentunya problem remaja semakin dihadapi

¹⁶⁰ Zakiah Daradjat, *Problema Remaja di Indonesia*, (Bulan Bintang: Jakarta, 1975, Cet-2), h.18

¹⁶¹ Zakiah Daradjat, *Pembinaan Remaja*, (Bulan Bintang: Jakarta, 1982, Cet-4), h. 11-12

banyak tantangan yang menyebabkan terjadinya penyimpangan-penyimpangan terhadap remaja yang dikenal dengan kenakalan remaja.

Kenakalan remaja beberapa dekade terakhir mengalami peningkatan dan tentunya akan berimbas kepada persiapan generasi masa depan, di mana remaja adalah estapet keberlangsungan kehidupan suatu bangsa untuk menjadi lebih baik dan maju.

Kehidupan remaja rentan dengan bermacam persoalan, gangguan mental, dan kurangnya kepercayaan diri mereka untuk tumbuh menjadi manusia yang telah melewati masa kanak-kanak. Hal ini menjadikan remaja tumbuh dalam nilai-nilai yang keliru jika kondisi mental mereka tidak baik. Akibat dari keadaan mental yang tidak sehat itulah, banyak ditemukan perilaku remaja yang menyimpang.

Menurut Zakiah kenakalan remaja merupakan sebuah perilaku yang yang tidak baik, perbuatan yang bertentangan dengan norma-norma, memicu kegelisahan, membuat tidak tenang, dan merugikan dirinya dan orang lain.¹⁶² Pandangan Zakiah ini adalah sebuah fenomena yang tampak dari keadaan mental remaja yang tidak sehat, sehingga perbuatan yang ditampilkan remaja cenderung mengarah pada perbuatan yang negatif

Beberapa tahun belakangan kerap terjadi kenakalan remaja semakin meningkat bukan hanya kenakalan biasa yang pada umumnya dilakukan remaja, namun sudah memasuki ranah kriminalitas yang menyebabkan semakin rusaknya karakter dan moralitas remaja. Hal ini juga sering terjadi karena dipengaruhi oleh miras dan penggunaan narkoba, selain itu juga dipicu oleh pergaulan bebas sehingga mereka tidak lagi mempunyai aturan dan nilai-nilai dalam menjalani kehidupan di lingkungan.

Pada 2017, Komponen Kesehatan Reproduksi Remaja (KRR) dalam SDKI, menginformasikan bahwa kebiasaan atau perilaku menyimpang dan beresiko terhadap kesehatan remaja adalah seperti merokok, meminum beralkohol, pemakaian alat atau obat terlarang: narkoba, psikotropika, dan zat adiktif lainnya).¹⁶³

¹⁶² Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental, Op.Cit*, h. 119

¹⁶³ Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (Buku Remaja), (BKKBN: Badan Pusat Statistik, 2018), h. 81

Jumlah perokok remaja menurut survei Demografi BKKBN, untuk perokok wanita adalah 1% dan 55% pria. Sedangkan mantan perokok 7% wanita dan 22% pria. Dari data ini sebanyak 31% wanita dan 21% pria merokok sebelum usia 13 tahun. Sedangkan dalam sepuluh tahun terakhir, usia 20-24 sebanyak 19% turun dari 24% sebelumnya pernah meminum minuman beralkohol. Pengonsumsi obat terlarang pada sepuluh tahun terakhir 5% pria dari 6% sebelumnya. Penggunaan obat terlarang melalui alat hisap usia 20-24 tahun sebanyak 8% lebih tinggi daripada yang berumur 15-19 tahun sebanyak 3%. Pengonsumsi obat terlarang di perkotaan sebanyak 5% lebih tinggi dari pemakai narkoba di daerah pedesaan sebanyak 4% (SDKI 2007)¹⁶⁴

Jenderal Heru Winarko (Kepala Badan Narkotika Nasional) mengatakan bahwa penyalahgunaan narkoba di kalangan remaja makin meningkat. *“Hasil penelitian kita bahwa penyalahgunaan itu beberapa tahun lalu, milenial atau generasi mudahnya sebesar 24% dan sekarang meningkat 24-28% itu kebanyakan pengguna anak-anak dan remaja”*. Heru menerangkan, yang sangat rentan terpapar narkoba adalah kalangan remaja karena dapat mengonsumsi untuk jangka panjang.¹⁶⁵

World Drugs Reports(2018) yang diterbitkan *United Nations Office on Drugs and Crime* (UNODC), menyebutkan sebanyak 257 juta penduduk dunia atau sebanyak 5,6% dari penduduk dunia (usia 15-64 tahun) pernah mengonsumsi narkoba. Sementara di Indonesia, Pencegahan dan Pemberantasan Penyalahgunaan dan Peredaran Gelap Narkoba (P4GN) mengantongi angka penyalahgunaan Narkoba tahun 2017 sebanyak 3.376.115 orang pada rentang usia 10-59 tahun. Sedangkan angka penyalahgunaan narkoba di kalangan pelajar di tahun 2018 (dari 13 ibukota provinsi di Indonesia) mencapai angka 2,29 juta orang. Salah satu kelompok masyarakat yang rawan terpapar penyalahgunaan narkoba adalah mereka yang berada pada rentang usia 15-35 tahun atau generasi milenial.¹⁶⁶

¹⁶⁴*Ibid.*, h. 81-85

¹⁶⁵<https://amp.suara.com/news/2019/06/26/132536/>(BNN: Penggunaan Narkoba Di Kalangan Remaja Meningkat) Diakses tanggal 8 september 2020.

¹⁶⁶*Ibid*

Tabel 4.7 Jumlah kasus anak sebagai pelaku dan korban (sumber: Primastika, 2018)¹⁶⁷

Kasus	2015		2016		2017	
	Pelaku	Korban	Pelaku		Pelaku	Korban
Kekerasan fisik (perkelahian, penganiayaan, dan sejenisnya)	81	197	108	146	112	173
kekerasan psikis (intimidasi, dan sebagainya)	22	58	39	64	41	62
Kekerasan seksual (pemerksaan, pencabulan, sodomi/pedofilia)	157	218	146	192	168	188
Pembunuhan	36	59	48	72	51	64
Pencurian	81	34	43	56	57	55
Kecelakaan lalu lintas	52	74	71	94	76	93
Kepemilikan senjata tajam	48	23	28	23	52	23
Penculikan	6	16	8	36	8	34
Aborsi	19	16	48	64	53	58
Terorisme	0	15	0	16	4	17
Total	502	710	539	763	622	767

Menurut Hendarman, ada sejumlah faktor yang memicu kenakalan remaja tersebut: Pertama, disfungsi keluarga terutama kurangnya kasih sayang, pendidikan, perhatian, agama dan pembinaan karakter. Kedua, sikap pesimistis masyarakat terhadap fenomena kenakalan remaja, termasuk lingkungan sekolah. Ketiga, makin bebasnya tontonan yang bisa diakses

¹⁶⁷ Hendarman, *Op. Cit.*, h. 10

secara mudah oleh remaja, terutama konten kekerasan dan pornografi, tanpa adanya pengawasan yang ketat.¹⁶⁸

Berdasarkan kasus-kasus kenakalan remaja di atas, menurut Zakiah perlu pembinaan dan persiapan sebelum mereka memasuki usia dewasa yang penuh tanggung jawab terhadap kehidupannya dan orang lain. Remaja hari dibimbing dan dibina untuk menyongsong hari depan yang akan menjadi generasi penerus bangsa ini. Karenanya Zakiah mengemukakan beberapa hal dalam untuk membina karakter remaja menjadi karakter yang baik, jauh dari gangguan-gangguan mental dan terhindar dari penyimpangan kenakalan.

a. Meningkatkan pengertian remaja akan dirinya

Terhadap problem yang berkaitan dengan pertumbuhan jasmani remaja yang cepat, tidak serasi dengan pola emosinya, masih labil, orang tua sejatinya harus dapat memahami pertumbuhan remaja tersebut. Pemahaman orang tua terhadap remaja akan mendorong dan memberikan dukungan kepada remaja untuk melalui masa pertumbuhan tersebut. Orang tua tidak harus memaksakan keinginannya terhadap remaja namun orang tua tetap memerhatikan keinginan dan kebutuhan remaja.

Orang tua yang tidak mampu memahami kondisi remaja, kerap merasa kesulitan dalam mengarahkan dan membina remaja untuk berperilaku baik atau melakukan tindakan yang baik. Dalam hal ini amat sangat diperlukan agar orang tua memberikan pengertian kepada remaja, memahami tahap perkembangan jasmani dan mental remaja, dan memenuhi kebutuhan remaja baik biologis maupun non biologis.

b. Menciptakan hubungan baik dengan remaja

Remaja yang masih membutuhkan perhatian dan pengertian dari orang dewasa terutama orang tua. Orang tua harus dapat menjalin hubungan baik dengan remaja. Hubungan baik inilah yang akan membantu remaja melewati masa peralihan tersebut agar kelak menjadi pribadi dewasa yang berkarakter baik.

Hubungan baik yang terjalin antara remaja dan orang tua akan menjadikan remaja bersikap terbuka, mau berbagi masalah dan mau mendengarkan nasihat. Sedangkan orang tua yang mampu menjalin

¹⁶⁸*Ibid.*, h. 12

hubungan baik dengan remaja, akan membantu remaja akan bersikap demokratis, mengayomi, dan memahami remaja tersebut.

c. Pendidikan agama

Sebagaimana dijelaskan sebelumnya bahwa pendidikan agama yang baik tertanam dalam pengalaman anak-anak atau remaja yang diperolehnya dari keluarga, sekolah, dan masyarakat, akan membentuk akhlak dan kepribadiannya menjadi baik. Pendidikan agama juga menjadi alat atau wadah pembinaan remaja yang sangat memengaruhi kehidupannya, sikap dan perbuatannya. Bisa dipastikan anak-anak atau remaja yang tidak mendapatkan pendidikan agama sejak kecil akan jauh dari nilai-nilai ajaran agama dan nilai-nilai kebaikan sosial.

d. Bimbingan ke arah masa depan yang baik

Dalam pendidikan yang mereka tempuh, di sekolah misalnya sejatinya mengarahkan remaja ke masa depan yang indah. Sehingga mereka memiliki nilai-nilai karakter dalam kehidupannya. Pendidikan seharusnya dapat menjadikan remaja mandiri dan bertanggung jawab atas kehidupannya dan bekerja sama dengan orang lain. Sudah seharusnya pendidikan tidak lagi mengarahkan remaja untuk bergantung pada orang lain dalam menjalani kehidupannya itu.

e. Bimbingan hidup bermasyarakat

Masyarakat memiliki peran besar terhadap perkembangan remaja. Bila kondisi masyarakat mengayomi dan melibatkan remaja dalam kegiatan-kegiatan sosial, menanamkan nilai-nilai kebaikan, mengembangkan potensi remaja dengan mewadahi minat dan bakatnya, akan menjadikan remaja terbuka secara sosial dan mau bergabung dan menjalankan aktivitas sosial yang diamanahkan padanya. Sejatinya masyarakat seperti lembaga-lembaga atau organisasi di dalamnya memberikan bantuan bagi remaja untuk menjalankan perannya dalam kehidupan sosial itu.¹⁶⁹

Dari uraian Zakiah di atas, peneliti melihat penelitian Tri Ermayani mengenai pembinaan karakter remaja, di mana menurutnya terdapat beberapa indikator dalam rangka membina karakter remaja yaitu

¹⁶⁹ Zakiah, *Pembinaan Remaja, Op. Cit.*, h. 118-120

melalui pembinaan keterampilan hidup (*life skills*), dimana keterampilan hidup itu disebutkan beberapa indikator yaitu:

- a. Menyeimbangkan antara gizi dan olah raga serta istirahat (keterampilan fisik);
- b. Berpikir secara positif (keterampilan mental);
- c. Berkomunikasi dengan orang lain secara efektif (keterampilan emosional);
- d. Bersyukur dan berdoa pada Allah Swt (keterampilan spritual);
- e. Menjadikan hobi dan bakat menjadi usaha untuk mandiri dalam kehidupan (keterampilan vokasional);
- f. Menghadapi hambatan menjadi peluang (keterampilan adversity).¹⁷⁰

Dari penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa salah satu aspek yang paling penting dalam pembinaan karakter remaja adalah melalui keterampilan hidup (*Life skills*) yang mencakup beberapa indikator fisik maupun non fisik. Nilai-nilai dari keterampilan hidup remaja akan mempengaruhi pola kehidupan yang akan ia jalani. Tentunya, keterampilan hidup ini dibina dan dibimbing dalam tiga ranah pendidikan yaitu keluarga, sekolah, dan masyarakat.

Tabel 4.7 Pembinaan karakter remaja melalui tiga ranah pendidikan:

Peran Orang tua ¹⁷¹	Peran Sekolah ¹⁷²	Masyarakat
Menghindari keretakan dan ketidaktentraman rumah tangga	Menyediakan fasilitas layanan pendidikan yang memadai anak-anak untuk belajar dan berlatih dan mengembangkan bakat mereka	Memperbaiki iklim politik di tengah masyarakat dalam rangka menjaga anak-anak dan remaja agar kondusif dan bernuansa edukasi
Orang tua memajemen waktu intens untuk memerhatikan, mengawasi, dan		

¹⁷⁰ Tri Ermayani, *Pembentukan Karakter Remaja Melalui Keterampilan Hidup: Jurnal Pendidikan Karakter*, No. 2, 2015, pp. 127

¹⁷¹ Rosnely, *Op. Cit.* h. 277-279

¹⁷² *Ibid.*, h. 273

membimbing anaknya		
Mengutamakan pendidikan Islam, pendidikan mental, budi pekerti, perkembangan umur jasmaniah dan rohaniah anak serta menurut perkembangan lingkungan sosialnya	Kurikulum sekolah hendaknya diarahkan pada: pemupukan mental yang kuat, yang dilandasi iman dan takwa; pemupukan moral dan moril yang tinggi;	Keadaan sosial ekonomi yang stabil harus dipertahankan dan ditingkatkan sampai keseimbangan daya beli rakyat dapat terpenuhi
Orangtua harus membina hubungan kasih sayang secara merata dan adil kepada semua anak	pemupukan kecakapan yang memadai; pemupukan keterampilan yang berguna bagi masyarakat	Masalah urbanisasi perlu segera ditanggulangi
Orangtua harus menghindarkan anak dari kehidupan yang berlimpah ruah dan sikap memanjakan untuk memenuhi kebutuhan remaja	Peningkatan mutu guru melalui usaha-usaha penambahan pengetahuan dan pengalaman serta pemberian imbalan jasa yang setimpal	Masalah anak-anak terlantar harus segera diselesaikan minimal dengan cara: menyiapkan lapangan pekerjaan bagi remaja yang hanya
Orangtua harus memberikan pelayanan kepada remaja sebaik mungkin menurut kemampuannya untuk memenuhi kebutuhan utama remaja	menurut ukuran yang wajar serta serasi dengan apa yang diharapkan dari pendidik	menamatkan pendidikan SD-SMP-SMA; membentuk yayasan sosial; melalui ketentuan perpu agar yang mampu dan
Orangtua harus	Sekolah dengan	bekrwajiban menerima dan mengasuh atau

mengetahui kapan dan dimana anaknya berada, dengan siapa dia berteman, dan pada organisasi apa perkumpulan apa ia menjadi anggota	segenap kurikulumnya harus menarik perhatian dan disenangi anak-anak seperti kegiatan ekstrakurikuler dan program lainnya	mendidik anak-anak yang terlantar yang dititipkan dan dipertanggungjawabkan oleh pemerintah
Setiap remaja, baik di rumah atau di luar rumah harus diberi kesibukan sebagai pemanfaatan waktu senggang mereka yang berguna bagi pertumbuhan dan perkembangan jiwanya sendiri		Penyakit-penyakit masyarakat, terutama pelacuran dan perjudian perlu ditanggapi dan ditanggulangi dengan sungguh-sungguh minimal harus dibatasi perkembangannya
Kedudukan dan tanggung jawab remaja dalam rumah tangga harus dijelaskan.		Perlu ditingkatkan penilaian yang objektif menurut norma-norma bangsa Indonesia dan
Kebutuhan dan keinginan remaja harus diperhatikan oleh orangtua		pengawasan yang teliti terhadap pengaruh-pengaruh kebudayaan asing yang negatif yang masuk ke Indonesia
Ketika remaja menginjak usia puber, kelainan tingkah laku mereka harus ditanggapi secara		

objektif dan positif serta diusahakab penyalurannya secara sangat hati-hati dan bijaksana		
Orangtua memberikan pendidikan etika seksual kepada anak-anaknya		Perlu ditingkatkan sensor atas penerbitan film dari laur negeri dan dalam negeri
Remaja perlu diberikan pendidikan kehidupan keluarga (family education)		

Dari tabel di atas jika keluarga, orang tua dan lingkungan sama-sama berperan dalam membina karakter remaja setidaknya akan tercipta karakter yang baik dan kuat dalam diri remaja. Anna Farida mengemukakan sebanyak 21 butir nilai-nilai karakter yang harus dibina dalam diri remaja, sebagai berikut¹⁷³:

1. Menjadi diri sendiri

Hakikat dari bimbingan adalah mengajak orang lain menuju kebaikan. Ketika seorang anak mulai menapaki jalan menuju kedewasaan, hal utama yang mesti mereka lakukan adalah menemukan jati diri. Seorang remaja dengan konsep diri yang jelas berpotensi untuk mengembangkan karakter baik lainnya. Perubahandan pematangan terbaik adalah yang berasal dari dirinya sendiri. Kita bisa menyebutnya sebagai kesadaran personal.

2. Religius

Pada masa peralihan dari kanak-kanak ke remaja, nilai religius berperan signifikan dalam kehidupannya. Mereka akan lebih tenang, lebih terbuka, relatif terjaga dari penyimpangan perilaku, lebih dekat

¹⁷³ Rujuklah, Anna Farida, *Pilar-Pilar Pendidikan Karakter Remaja*, h. 32 sd/ 136

dengan orangtua dan keluarga. Dengan nilai religius yang mereka yakini, lebih mudah bagi mereka untuk menentukan tujuan hidup dan memilih cara yang benar untuk mencapainya.

3. Rasa hormat

Rasa hormat adalah kesedian seseorang untuk memperlakukan dirinyadan orang lain dengan cara yang baik, dan dengan cara yang sepatutnya. Ini salah satu sikap efektif yang semestinya dibangun sejak dini.

4. Keberanian

Berani adalah memiliki hati yang mantap, penuh rasa percaya diri, dan bisa menghadapi kesulitan atau bahaya dengan semangat yang benar. Konsep keberanian ini mesti dipahami dan diterapkan oleh remaja dengan porsi yang benar. Keberanian adalah pilihan sadar dan bentuk tanggung jawab pribadi.¹⁷⁴

5. Integritas

Integritas adalah ketika ucapan dan perbuatanmu sesuai dengan nilai yang kamu yakini. Kamu selalu berusaha melakukan perbuatanmu yang benar dalam situasi apapun. Keputusan yang kamu ambil selalu sesuai dengan prinsipmu, baik ketika kamu sedang sendiri maupun sedang bersama orang lain.¹⁷⁵

6. Toleran, cinta damai

Berkembangnya sikap toleran pada diri remaja akan melahirkan sikap cinta damai. Mereka melihat perbedaan sebagai sesuatu yang alamiah dan memilih untuk tidak mempermasalahkannya. Mereka berusaha saling mencari titik temu, mengumpulkan kesamaan, dan mentolerir perbedaan.

7. Disiplin

Disiplin bisa diartikan memiliki ketetapan hati untuk menjalankan aktivitas sesuai dengan aturan yang telah dia sepakati, baik secara langsung maupun tidak langsung. Disiplin kita artikan sebagai memandu, bukan menghukum. Ketika menetapkan aturan

¹⁷⁴*Ibid.*, h. 48

¹⁷⁵*Ibid.*, h. 53

dan mengajak remaja disiplin menjalankannya, kita harus menakar kadarnya. Akankah aturan ini menjadi instrumen yang suportif atau kontraproduktif.

8. Kreatif

Pembentukan karakter selalu diawali dari rumah, begitupun kreativitas. Anak-anak yang dibesarkan dalam keluarga yang suportif akan tumbuh dengan inisiatif dan kreativitas yang lebih memadai. Kreativitas dimaksudkan bukan selalu menciptakan karya seni, karya tulis, atau menghasilkan produk. Kreativitas justru diawali dengan keterbukaan dalam gagasan dan kesediaan menerima berbagai masukan.

9. Mandiri

Manusia adalah makhluk sosial yang memiliki keterikatan dengan manusia lain dan lingkungannya. Keterikatan remaja pada teman-teman merupakan batu loncatan untuk mengawali kemandirian. Komunitas pertemanan ini menjadi jembatan untuk melepaskan diri sedikit demi sedikit dari ketergantungan kepada orangtua dan mulai menemukan identitasnya sendiri. Dimasa ini, bagi remaja pendapat teman lebih penting daripada pendapat orangtua maupun guru. Konsekuensinya, tugas orang dewasa adalah membantu mereka membangun pertemanan yang sehat.

10. Senang membaca

Minat dan keterampilan baca adalah hal yang sangat penting bagi remaja. Remaja yang terampil dan gemar membaca biasanya mudah memahami sesuatu, mampu mengkaji informasi dengan cepat dan kritis.

11. Rasa ingin tahu

Secara alamiah, manusia dilahirkan dengan rasa ingin tahu yang besar. Membangkitkan rasa ingin tahu pada anak-anak dan remaja berarti mendukung semangat mereka untuk terus belajar. Ketika terus dilingkupi oleh ide-ide inovatif dan situasi yang membuat mereka mencari lebih jauh, kita punya harapan bahwa remaja akan belajar penuh hasrat. Dengan menjaga rasa ingin tahu,

mereka yakin bahwa perbuatan baik tetap menyimpan misteri menarik yang menunggu untuk dieksplorasi. Tugas kita adalah mengembangkan dan mengarahkannya.

12. Komunikatif

Orang dewasa dan remaja berada di duina yang berbeda, dengan cara pandang yang berbeda. Memaksakan kehendak satu pihak kepada pihak lain akan membuat komunikasi memburuk. Dari buku-buku parenting kita belajar bahwa semakin ditekan, remaja akan semakin defensif dan mencari cara untuk memberontak. Yang harus dipertimbangkan adalah kemampuan komunikasi mereka yang terus tumbuh. Kadang masalah yang muncul mendahului tahap perkembangan mereka. Jadi, yang harus dilakukan orang dewasa ketika berkomunikasi adalah menjadi teladan komunikator yang baik.

13. Demokratis

Demokratis adalah salah satu gaya berpikir dan bertindak. Dalam teori ilmu parenting, kita sering melihatnya dibahas dan dibandingkan dengan gaya permisif dan otoriter. Remaja yang demokratis memilih gaya hidup dan berpikir luwes, tapi penuh tanggung jawab. Dia tahu semua perbuatan akan mendatangkan akibat, kerenanya memilih untuk berhati-hati dalam bertindak. Dia bersikap moderat, tidak kaku, tapi berpegang teguh pada prinsip.

14. Bertanggungjawab

Remaja yang bertanggung jawab akan menghadapi aneka perasaan yang muncul dengsn tenang. Ketika merasa perl bantuan, dia bisa memilih orang yang tepat untuk dimintai bantuan. Ketika anak beranjak remaja, yang menjaga setiap langkahnya adalah nilai yang diyakini dan dibelanya.

15. Sehat jasmani

Salah satu hal krusial dalam tugas perkembangan remaja adalah kesehatan fisik. Kegiatan mereka mulai banyak dilakukan di luar rumah dengan porsi dan variasi yang bermacam-macam. Selain kekurangan waktu istirahat, remaja lebih sering terpapar makanan yang kurang memenuhi standar kesehatan.

16. Empati, peduli sosial

Empati adalah kemampuan untuk merasakan perasaan orang lain. Empati menghasilkan keinginan maupun tindakan untuk peduli dan menolong jika orang lain mengalami kesulitan. Bagi remaja, empati sangat penting untuk mengembangkan kemampuannya peduli kepada masalah orang lain dan bergerak kreatif untuk memberikan bantuan.

17. Peduli lingkungan

Memberikan pendidikan peduli lingkungan pada remaja tidak harus berskala global seperti membahas efek rumah kaca, polusi udara di jalan raya, dan pencemaran laut karena kilang minyak lepas pantai. Mulailah dengan hal yang paling dekat, seperti membersihkan sampah di rumah salah satunya.

18. Cinta tanah air

Karakter cinta tanah air ini tidak membuat mereka terbelenggu untuk menolak semua budaya dari luar. Yang perlu dikampanyekan adalah perlunya identitas kebangsaan ketika ada budaya luar yang mereka adopsi. Wawasan global, bertindak lokal.

19. Wawasan seks dan reproduksi

Remaja perlu diberi pengetahuan yang benar sedini mungkin, sehingga mereka bisa bersikap dan bertindak dengan cara yang benar. Karenanya, untuk membentuk kerangka berpikir yang lebih luas, dalam beberapa kesempatan mulai diperkenalkan istilah wawasan reproduksi.

20. Tolak rokok, alkohol dan narkoba

Untuk tujuan pembentukan karakter remaja, rokok dan narkoba berada pada derajat yang sama-sama merusak, sama-sama memprihatinkan. Minuman alkohol tidak luput dari perhatian karena efek destruktifnya. Remaja mulai merokok dan menggunakan narkoba karena banyak sebab. Di sini kita akan fokus pada program pembelajaran yang bisa membimbing remaja menghindari zat-zat berbahaya dan adiktif tersebut.

21. Bijak menggunakan internet

Umumnya remaja tidak bisa hidup tanpa internet, untuk menunjang pembelajaran, sekedar merambah berbagai berita, hingga pertemanan maya melalui berbagai jejaring sosial. Internet juga membuat kita kehilangan banyak waktu, bahkan mendatangkan efek negatif seperti pornografi, *cyberbullying*, dan penipuan online. Karena itu, banyak hal yang bisa disampaikan kepada remaja agar mereka bisa mengambil manfaat dari internet dan tetap aman dalam menggunakannya.

Itulah uraian tentang analisis konsep kesehatan mental remaja dan pembinaan karakter remaja perspektif Zakiah Daradjat, yang berguna untuk referensi dalam membina karakter remaja masa kini.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Konsep kesehatan mental menurut Zakiah Daradjat adalah pengetahuan dan tindakan yang memiliki tujuan agar dapat meningkatkan dan menggunakan secara maksimal semua potensi, minat dan bakat, supaya dapat membawa pada kebahagiaan diri sendiri dan orang lain. Juga supaya terjauhi dari gangguan-gangguan jiwa (*neurose*) dan dari gejala-gejala penyakit jiwa (*psychose*). Sehingga mempunyai kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan diri sendiri, dengan orang lain dan masyarakat serta lingkungan di mana ia hidup, yang akan terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi jiwa yang membawa kepada kebahagiaan bersama.
2. Konsep pembinaan karakter remaja menurut Zakiah dilakukan dengan dua cara: Pertama melalui pendidikan, yakni pendidikan dalam keluarga sebagai faktor utama pembinaan karakter remaja, pendidikan di sekolah sebagai pembimbing dan pengarah kepribadian dan pengetahuan remaja, dan ketiga pendidikan di masyarakat sebagai penentu arah perkembangan karakter remaja. Kedua melalui penanaman nilai-nilai agama oleh orangtua sebagai pendidik utama dalam keluarga, dengan membina iman, membina ibadah, membina akhlak atau karakter, dan membina kepribadian sosial di tengah masyarakat.
3. Agar pembinaan karakter remaja remaja dapat tercapai dengan maksimal menurut Zakiah dilakukan dengan cara meningkatkan pengertian remaja akan dirinya, menciptakan hubungan baik dengan remaja, menciptakan pendidikan agama dalam keluarga, sekolah, dan masyarakat, dan meimbingan remaja ke arah masa depan yang lebih baik serta bimbingan dalam hidup bermasyarakat.

B. Rekomendasi

Adapun beberapa rekomendasi yang terdapat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk orang tua agar dapat membina, mengontrol, dan mengarahkan anak-anaknya agar dapat menjalankan ajaran agama secara sempurna

sesuai dengan tuntunan agama Islam sejak dini, dengan memberikan contoh dan teladan kepada anak-anak dan remaja

2. Untuk guru agar dapat betul-betul membina, membimbing, dan memberikan edukasi tentang nilai-nilai karakter dalam kehidupan sehari-hari melalui pendekatan keagamaan dan pengamalan terhadap nilai-nilai agama serta memberikan teladan yang baik terhadap peserta didiknya.
3. Untuk masyarakat agar dapat bekerja sama, saling bersinergi dalam membangun karakter remaja menuju masa depan remaja lebih baik dan terarah, dengan menciptakan suasana kondusif di lingkungan masyarakat, serta mendorong remaja melakukan aktivitas keagamaan dan kreativitas.
4. Orangtua, guru, juga masyarakat sama-sama bersinergi untuk menjaga, membimbing, dan membina kesehatan mental remaja dengan mendekatkan remaja kepada tuntunan nilai-nilai agama.
5. Para orang tua, para guru, dan anggota masyarakat seyogyanya harus memahami perkembangan psikologis masa remaja dan memberikan bantuan dan bimbingan terhadap pertumbuhan remaja dalam melewati masa yang penuh rintangan.

DAFTAR PUSTAKA

- A, Koesoema, Doni, 2007, *Pendidikan Karakter: Strategi Mendidik Ana di Era Global*, Jakarta: Grasindo:
- Annita, Dwi, 2011, *Keberagamaan Dalam Kesehatan Mental: Studi Analisis Pemikiran Zakiah Daradjat*, Tesis: IAIN Syeikh Nurjati Cirebon
- Agus, Abdul, Rahman, 2016, *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*, Bandung: Pustaka Setia
- Ammelia, Dwi, Primasari, Galuh, dkk, 2019, *Pendidikan Karakter bagi remaja masa kini: Prosding Seminar Nasional Pendidikan Program Pascasarjana Universitas PGRI: Palembang*
- Ali, M. Aisyah, 2018, *Pendidikan Karakter, Konsep dan Implementasinya*, Jakarta: Kencana
- Akhya, Lubis, Saiful, 2011, *Konseling Islam dan Kesehatan Mental*, Bandung: Citapustaka Media Perintis
-, 2010, *Konseling Islam dan Pendidikan Mental: Jurnal: Miqot*, Vol. 1
- Arikunto, Suharsimi, 1998, *Prosuder Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: Rineka Cipta
- Arifin, Zaenal, 2018, *Menelusuri Tokoh Zakiah Daradjat Sebagai Pemikir Pendidikan dan Perawatan Mental: Jurnal Pendidikan Islam Rabbani*, Vol. 2, No. 2
- Ayuningtyas, Dumilah, dkk, 2018, *Analisis Situasi Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia dan Strategi Penaggulangannya: Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, Vol. 9, No.1
- Azizi, Amka, Abdul, 2018, *Hati Pendidikan Karakter*, Klaten: Cempaka Putih
- Bastaman, Hanna, 2011, *Intregasi Psikologi dengan Islam Menuju Psikologi Islam: Jakarta: Pustaka Pelajar*
- Daradjat, Zakiah, 1970, *Ilmu Jiwa Agama*, Jakarta: Bulan Bintang
-, 1975, *Kesehatan Mental*, Jakarta: Gunung Agung
-, 1975, *Problema Remaja di Indonesia*, Jakarta: Bulan Bintang:
-, 2016, *Ilmu Pendidikan Islam*, Jakarta: Bumi Aksara
-, 1982, *Islam dan Kesehatan Mental*, Jakarta: Gunung Agung

-, 1993, *Kesehatan Mental Dalam Keluarga*, Jakarta: Pustaka Antara
-, 1982, *Pembinaan Remaja*, Jakarta: Bulan Bintang
-, 2002, *Psikoterapi Islami*, Jakarta: Bulan Bintang
-, 1994, *Pendidikan Islam Dalam Keluarga dan Sekolah*, Jakarta: Ruhama
-, 1982, *Pendidikan Agama Dalam Pembinaan Mental*, Jakarta: Bulan Bintang
-, 1994, *Remaja: Harapan dan Tantangan*, Jakarta: Ruhama
- Daryanto, S.S, 1997, *Kamus Bahasa Indonesia Lengkap*, Surabaya: Apollo
- Dewi, Kartika, Sari, 2012, *Kesehatan Mental (Buku Ajar)*, Semarang: UPT UNDIP Press
- Desmita, 2009, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, Bandung: Remaja Rosdakarya
- Ermayani, Tri, 2015, *Pembentukan Karakter Remaja Melalui Keterampilan Hidup: Jurnal Pendidikan Karakter*, No. 2
- Farida, Anna, 2014, *Pilar-pilar pembangunan Karakter Remaja*, Bandung: Nuansa Cendekia
- Fhadila, Kenny, Dwi, 2017, *Menyikapi Perubahan Prilaku Remaja: Jurnal Penelitian Guru Indonesia*, Vo. 2, No. 2
- Fitri, Rahmi Pramulia & Oktaviani, Yoneta, 2019, *Faktor Yang Mempengaruhi Kenakalan Remaja: Journal Of Midwifery Science*, Vol. 3, No.2
- Haris, Nurana, 2018, *Upaya Mengatasi Problematika Remaja: Jurnal At-Taujih*, Vol. 4, No. 2
- Hendarman, 2019, *Pendidikan Karakter Era Milenial*, Bandung: Remaja Rosdakarya
- Hamzah, Amir, 2020, *Metode Penelitian Kepustakaan: Library Research*, Malang: Literasi Nusantara
- Helmawati, 2017, *Pendidikan Karakter Sehari-hari*, Remaja Rosdakarya: Bandung: Remaja Rosdakarya
- Hidayat, Bahril, 2019, *Peningkatan Kesehatan Mental Anak dan Remaja Melalui Ibadah Keislaman: Jurnal Al-Hikmah*, Vol. 16, No. 2
- Indarjo, Sofwan, 2019, *Kesehatan Jiwa Remaja: Jurnal Kemas UNS*

- Jahya, Yudrik, 2013, *Psikologi Perkembangan*, Jakarta: Kencana Prenanda Mulia
- Kartikawati, Endang, Zubaedi, 2020, *Pola Pembelajaran 9 Pilar Karakter Pada Anak Usia Dini dan Dimensi-dimensinya*, Jakarta: Prenada Media Grup
- Kurnia, Rusdi & Sulfia, Mira, 2017, *Konsep Pendidikan Karakter Dalam Perspektif Zakiah Daradjat: Jurnal Fitra*, Vol. 3, No. 2
- Mawangir, Muh, 2015, *Zakiah Daradjat dan Pemikirannya Tentang Peran Pendidikan Islam Dalam Kesehatan Mental: Jurna Intizar IAIN Raden Fatah, Palembang*, Vol. 21, No. 1
- Marliani, Rosleny, 2016, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*, Bandung: Putaka Setia
- Mannan, Audah, 2017, *Pembinaan Moral Dalam Membentuk Karakter Remaja: Jurnal Aqidah-Ta*, Vol. 3, No. 1
- Mubasyiroh, Rofingatul, dkk, 2017, *Determinasi Gejala Mental Emosionan Pelajar di Indonesia Tahun 2015 tingkat SMP dan SMA: Buletin Penelitian Kesehatan*, Vol. 45, No. 2
- Muchlas, Haryanto, 2011, *Konsep & Model Pendidikan Karakter*, Bandung: Remaja Rosda Karya
- Muchsalmina, 2017, *Pembinaan Kesehatan Mental Dalam Pendidikan Islam: Jurnal: At-Tazakki*, Vol. 1, No. 2
- Nata, Abudin, 2005, *Tokoh-tokoh Pembaharuan Pendidikan Islam di Indonesia*, Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Narbuko, Cholid, Achmadi, Abu, 2009, *Metodologi Penelitian*, Jakarta: Bumi Aksara
- Nunzairina, 2018, *Sejarah Pemikiran Psikologi Islam Zakiah Daradjat: Jurnal Sejarah Peradaban Islam*, Vol. 2, No. 1
- Notosoedirjo, Latipun, 2007, *Kesehatan Mental: Konsep dan Penerapan*, Universitas Muhammadiyah Malang/ Malang: UMM Press
- Omeri, Nopan, 2015, *Pentingnya Pendidikan Karakter Dalam Dunia Pendidikan: Publikasi SMA Negeri 1 Arga Makmur*
- Pamela, Elza, Mega, 2016, *Perkembangan Mental Emosionan Remaja: Jurnal Keprawatan Jiwa UMS*, Vol. 4, No 2

- Rahayu, Iin, Tri, 2009, *Psikoterapi: Perspektif Islam & Psikologi Kontemporer*, Malang: UIN-Malang Press
- Rajab, Khairunnas, 2015, *Psikologi Agama: Sebuah Model Psikoterapi Dalam Mewujudkan Kesehatan Mental*: Arsip: Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling dan Konsorsium Keilmuan BK di PTKI Batusangkar
- Sanjaya, Wina, 2013, *Penelitian Pendidikan: Jenis, Metode, dan Prosedur*, Jakarta: Kencana
- Saridjo, Marwan, 2011, *Pendidikan Islam pada Masa ke Masa: Tinjauan Kebijakan Publik Terhadap Pendidikan Islam di Indonesia*, Jakarta: Yayasan Ngali Aksara
- Shiddiq, Alima, Fikri & Santoso, 2018, *Peran Pendidikan Karakter di Masa Remaja Sebagai Pencegahan Kenakalan Remaja*: Jurnal Prosiding Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat, Vol. 5, No. 2
- Siswanto, 2013, *Pendidikan Berkarakter Berbasis Nilai-nilai Religius*: Jurnal Tadrîs, Vol. 8 No.1
- Sukiyat, 2020, *Strategi Implementasi Pendidikan Karakter*, Jakarta: Jakad Media Publishing
- Sihotang, Santi, Asiah, 2020, *Pendidikan Agama Islam dan Kesehatan Mental Remaja Dalam Pemikiran Zakiah Daradjat*, Tesis: UIN Sumatera Utara- Medan
- Sukmadinata, 2007, Nana Syaodih, *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung: Remaja Rosdakarya
- Suyadi, 2013, *Strategi Pembelajaran Pendidikan Karakter*, Bandung: Remaja Rosdakarya
- Syarbini, Amirulloh, 2016, *Pendidikan Karakter Berbasis Keluarga*, Yogyakarta: Ar-Ruz Media
- Thoha, Chabib, HM., 1996, *Kapita Selekta Pendidikan Islam*, Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Unayah, Nunung, Sabarisman, Muslim, 2015, *Fenomena Kenakalan Remaja dan Kriminalitas*: Jurnal Sosio Informa, Vol. 1, No. 2
- Yaumi, Muhammad, 2016, *Pendidikan Karakter: Landasan, Pilar & Implementasi*, Jakarta: Kencana

- Yusuf, Syamsu, 2018, *Kesehatan Mental Perspektif Psikologis dan Agama*, Bandung: Remaja Rosdakarya
- Wahyu, 2011, *Masalah dan Usaha Membangun Karakter Bangsa: Jurnal Komunitas*, Vol. 3, No.2
- Wahidin, Unang, 2013, *Pendidikan Karakter Bagi Remaja: Jurnal Edukasi Islam*, Vol. 2, No. 3
- Wahyunianto, Suprpto, 2019, *Implementasi Pembiasaan Diri dan Pendidikan Karakter*, Yogyakarta: Penerbit Deepublish
- Zarkasih, Khamim, 2017, *Memahami Ciri-ciri dan Tuga Perkembangan Remaja: Jurnal Aplikasia*, Vol. 17, No. 1
- Zubaedi, 2012, *Desain Pendidikan Karakter*, Jakarta: Kencana
- Salinan Undang-Undang RI No. 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional
- Kamus Bahasa Indonesia, 2018, Jakarta: Pusat Bahasa
- Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (Buku Remaja), (BKKBN: Badan Pusat Statistik, 2018
- <https://amp.suara.com/news/2019/06/26/132536/> (BNN: Penggunaan Narkotika Di Kalangan Remaja Meningkat), 2020
- <https://www.liputan6.com/health/read/4016841/riset-33-persen-remajaindonesia-lakukan-hubungan-seks-penetrasi-sebelum-nikah>, 2020
- www.kemkes.go.id/infodatinreproduksiremaja/, 2020

CURICULUM VITAE

A. DATA PRIBADI

Nama Lengkap : Pajri Rezi
Tempat & Tanggal Lahir : Ampang Kuranji, 14 Januari 1984
Agama : Islam
Alamat : Jorong Lubuk Agam, Ampang Kuranji, Koto Baru
Dharmasraya
HP/WA : 085363480008
Email : pajrirezi1@gmail.com

B. DATA PENDIDIKAN

1. SD Negeri 03 Ampang Kuranji (1996)
2. SMP Negeri 4 Koto Baru (1999)
3. SMU Negeri 1 Koto Baru (2002)
4. STAI-PIQ Sumatera Barat (2006)
5. Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat Padang (2020)

C. DATA PEKERJAAN

1. Guru GTY Ponpes Nurul Huda (2006-2008)
2. Guru Agama PNS SMPN 1 Timpeh (2009-2011)
3. Guru Agama PNS SMPN 2 Koto Salak (2011-2019)
4. Guru Agama PNS SMPN 1 Koto Besar (2019-sekarang)

D. DATA ORGANISASI

1. Anggota PGRI Dharmasraya



PROGRAM PASCASARJANA

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA BARAT

TERAKREDITASI "B" NOMOR SK : 1482/ SK/ BAN-PT/Akred/VI/ M/ 2018

Alamat : Jalan Pasir Kandang No. 4 Telp. (0751) 482512, e-mail : pascasumsb02@gmail.com

KEPUTUSAN DIREKTUR PROGRAM PASCASARJANA UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA BARAT NOMOR : PPs-058/IL3.AU/B/2020

Tentang

PENUNJUKAN PEMBIMBING TESIS MAHASISWA PROGRAM PASCASARJANA UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA BARAT TAHUN AKADEMIK 2019/2020

Mengingat

1. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional
2. Peraturan Pemerintah RI Nomor 60 tahun 1990 tentang Pendidikan Tinggi
3. Keputusan Direktorat Jendral Kelembagaan agama Islam Nomor DJ.II/380/2002 tahun 2002 tentang pemberian Izin Penyelenggaraan Program Studi Pascasarjana (S2) Program Magister Ilmu Agama Islam Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat.
4. Surat Keputusan Pimpinan Pusat Muhammadiyah Sumatera Barat No.19 Tahun 1999 tentang Qaedah Perguruan Tinggi Muhammadiyah
5. Statuta Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat
6. Keputusan Direktur Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat No.093/SK.PPs/III.B/1.b/2004 tanggal 7 Agustus 2004 tentang Pembentukan Panitia Pelaksana dan Tim Seminar Proposal Tesis Mahasiswa Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat Tahun Akademik 2003/2004.

Menimbang

- a. Bahwa untuk menjamin kelancaran penyelesaian studi pada Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat dipandang perlu menunjuk Dosen Pembimbing Tesis Bagi Mahasiswa.
- b. Bahwa dosen yang namanya tercantum dalam Surat Keputusan ini dipandang cakap dan memenuhi syarat untuk diangkat sebagai pembimbing Penulisan Tesis.

MEMUTUSKAN

**Menetapkan
Pertama**

- Menunjuk:
1. Dr. Mahyudin Ritonga, MA
 2. Dr. Ahmad Lahmi, MA
- Sebagai Pembimbing Tesis :

Nama : **Pajri rezi**
NIM : 180600286108060

Judul : **KONSEP KESEHATAN MENTAL DALAM PEMBINAAN KARAKTER REMAJA
PERSPEKTIF ZAKIYAH DERAJAT**

Kedua

Kepada pembimbing tesis yang namanya tersebut di atas diberikan honorarium sesuai dengan peraturan yang berlaku

Ketiga

Keputusan ini mulai berlaku sejak ditetapkan sampai 18 Juli 2020 dengan ketentuan bahwa segala sesuatu akan diperbaiki kembali sebagaimana mestinya, apabila ternyata terdapat kekeliruan dalam penetapan ini.

Ditetapkan di : Padang
Pada tanggal : 18 Januari 2020 M
23 Jumadil Awwal 1441 H

Direktur,

Dr. Mahyudin Ritonga, MA
NIM. 4178150

- Keputusan ini disampaikan kepada Yth.
1. Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat
 2. Masing-masing yang bersangkutan
 3. Arsip