

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. Deskripsi Teori

##### 1. Pembimbing Agama Islam

###### a. Pengertian Pembimbing Agama Islam

Pembimbing diartikan sebagai “pemimpin” yaitu seseorang yang mempunyai kemampuan baik pengetahuan ajaran agama Islam dan kemampuan dalam mengelola diri sehingga dapat memberikan kontribusi bagi individu untuk mencapai tujuan hidup bahagia dunia dan akhirat. Pembimbing juga diartikan sebagai seseorang yang memiliki kecerdasan ilmu agamatinggi menjadi “Penuntun” bagi orang lain. Pembimbing memberikan bimbingan kepada orang lain guna mengubah perilaku buruk menjadi lebih baik. Dengan tujuan membantu memecahkan permasalahan individu serta menumbuhkan potensi yang dimiliki individu agar dapat menyelesaikan permasalahannya secara mandiri.

Pendapat lain mengenai pembimbing, didefinisikan oleh beberapa ahli diantaranya menurut Prayitno, pembimbing adalah seseorang menjadi contoh teladan yang memberikan bantuan bimbingan kepada individu baik anak, remaja, atau dewasa agar orang yang dibimbing mampu mengembangkan kemampuannya untuk dapat memandirikan dirinya menjadi pribadi lebih kuat, selalu berpikir positif dan tidak mudah putus asa. Agar hidupnya mempunyai arahan yang akan membawanya mencapai kebahagiaan sesungguhnya.

Terdapat sedikit perbedaan menurut pendapat Anwar Sutoyo, dalam *Erhamwilda* dijelaskan bahwa Pembimbing adalah orang yang mengingatkan dan membimbing individu untuk mencapai tujuan hidup yaitu melalui cara :

- 1) Mengembangkan diri terhadap individu untuk meningkatkan keimanan, dengan cara menumbuhkan ketaqwaan pada Allah agar iman

dapat tertanam dalam diri dan berfungsi dengan baik.

- 2) Berpegang teguh pada pedoman kitab suci Al-qur'an. Jika diri individu tersebut masih belum bisa memahami makna dari isi Al-qur'an, maka individu tersebut belum bisa mengaplikasikan apa yang terkandung dalam isi Al-Qur'an.<sup>1</sup>

Berkaitan dengan pembahasan di atas ada salah satu firman Allah yang menjelaskan tentang bimbingan sebagai petunjuk, membimbing, menuntun, dan membantu, terdapat dalam Firman Allah Swt pada (Qs. Al-'Asr: 103: 1-3)

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾  
 إِنَّ الْإِنْسَانَ لِفِي خُسْرٍ ﴿٢﴾ إِلَّا الَّذِينَ  
 ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ  
 وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

Artinya: “Demi masa. Sungguh manusia berada dalam kerugian, kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan kebajikan serta saling menasehati untuk kebenaran dan saling menasehati untuk kesabaran”.

Ayat di atas menunjukkan bahwa manusia selalu mendidik diri sendiri maupun orang lain, dengan memberikan bimbingan untuk menyebarkan atau menyampaikan ajaran agama Islam sebagai nasihat bagi diri sendiri maupun orang lain untuk kesabaran. Setiap individu memerlukan bimbingan sikap keagamaan, guna membimbing individu untuk membantu memecahkan persoalan serta

---

<sup>1</sup> Afif Mubarak, “Peran Pembimbing Dan Metode Bimbingan Agama Islam Dalam Peningkatan Perkembangan Emosional Anak Panti Asuhan Yayasan Al-Kautsar Kecamatan Limpung Kabupaten Batang” ( Skripsi, Semarang: Universitas Islam Negeri Walisongo, 2018), 25

menumbuhkan sikap lebih baik dan menuntun kearah positif agar tidak merugikan dirinya.<sup>2</sup> Adapun menurut Winkel, bimbingan itu sendiri adalah suatu cara untuk dapat memberikan pengetahuan, pengalaman pada dirinya secara efisien dan efektif agar dapat memahami dirinya sendiri maupun tuntutan lingkungan sekitar. Sehingga mampu menyesuaikan diri terhadap menentukan pilihan, menentukan tujuan yang tepat bagi diri individu. Menurut Bimo Walgito, bimbingan adalah pemberian bantuan kepada individu atau kelompok agar mampu mengatasi permasalahan dalam hidupnya. Agar individu lebih kuat saat diterpa berbagai persoalan dan dapat menyelesaikannya dengan baik. Dengan menumbuhkan rasa percaya diri bahwa dirinya mampu melewati berbagai cobaan.<sup>3</sup>

Berdasarkan pengertian di atas pembimbing merupakan seseorang yang memberikan bantuan kepada orang lain sesuai dengan bidangnya untuk mendapatkan hasil secara maksimal dengan kapasitas yang dimilikinya. Pembimbing mampu mengubah orang lain untuk mencapai tujuan hidup, melalui beberapa proses pemberian bantuan dalam memecahkan persoalan untuk diri individu agar tercapainya kebahagiaan yang sesungguhnya, sehingga hidup mereka dapat terarah dan tidak melenceng dari ketentuan agama Islam.

Agama Islam adalah sebuah keyakinan, kepercayaan bagi pemeluknya pada Allah Swt. Agama Islam merupakan agama Allah, dari Allah dan milik Allah yang diamanatkan kepada umat pengikut Allah. Agama, memiliki arti damai dan aman juga berarti penyerahan diri secara mutlak kepada Allah Swt untuk memperoleh ridho-Nya dengan melakukan perintahnya dan menjauhi larangannya sesuai dalam Islam.

---

<sup>2</sup> Fenti Hikmawati, *Bimbingan dan Konseling*, ( Jakarta: PT. Rajagrafindho Persada, 2016), 123-124

<sup>3</sup> Zuraida, “ Peran Pembimbing Agama Islam Dalam Meningkatkan Akhlaq Remaja Di panti Sosial Bina Remaja Bambu Apus Cipayung Jakarta Timur” (Skripsi, Jakarta: Syarif Hidayatullah, 2014), 20-21

Arti Islam secara “etimologi” berarti (tunduk/patuh) kata Islam mengandung makna patuh kepada perintah Allah dalam ajaran-Nya. Wajib baginya untuk melaksanakan kewajiban setiap muslim sesuai perintahnya dan menjauhi larangannya. Takut ketika berbuat maksiat karena akan dipertanggung jawabkan di akhirat kelak. Islam secara “terminologis” adalah Islam yang memiliki agama untuk mentauhidkan tentang keesaan Allah yang di wahyukan oleh nabi Muhammad SAW bagi seluruh umat manusia, yang di dalam ajarannya meliputi semua aspek kehidupan manusia. Islam mengandung banyak makna antara lain berserah diri pada Allah, suci, selamat, cinta damai, dan bertahap.<sup>4</sup> Maka Agama Islam sangat memberikan pengaruh bagi kehidupan manusia baik secara akidah maupun syariat.

Agama Islam berpengaruh terhadap kehidupan manusia dengan adanya akidah dan syariat. Adapun akidah merupakan suatu kepercayaan. Sedangkan syariat merupakan peribadatan akhlak dan muamalah. Islam menjadi satu-satunya agama yang mulia dan benar dihadapan Allah Swt.<sup>5</sup> Agama Islam adalah agama yang damai, penuh dengan perkataan kelembutan, mutlak dan suatu fitrah yang diberikan Allah pada manusia untuk berkewajiban menunaikan ibadah agama yang berlandaskan tuntunan hidup, serta mengikat, yang berisi tentang ajaran-ajaran agama Islam. Karena agama Islam mengandung hal-hal yang bermakna bagi hidup manusia terutama dalam pencarian makna hidup setiap manusia.<sup>6</sup>

---

<sup>4</sup> Misbahuddin Jamal, “ Konsep Al- Islam dalam Al- Qur’an” ( STAIN Manado), *Jurnal Al- Ulum*, Volume. 11, Nomor 2, Desember 2011, 285-287, Diakses pada tanggal 5 April 2021, <http://journal.iaingorontalo.ac.id/index.php/au/article/view/76>

<sup>5</sup> Ahmad Asir, “ Agama dan Fungsinya dalam Kehidupan Umat Manusia “, Universitas Islam Madura (UIM) Pemekasan, 2-3

<sup>6</sup> Petrus Lakonawa, *Agama dan Pembentukan Cara Pandang Serta Perilaku Hidup Masyarakat*, (Jakarta: BINUS University, 2013), Volume. 4 No. 2 Oktober, 791-792

Perlunya pembimbing untuk memberikan bimbingan terhadap individu dalam upaya mendorong, menuntun, menasehati dan mengubah pribadi yang buruk menjadi lebih baik serta menjadikan individu yang beriman dan berakhlak mulia agar dapat menyesuaikan diri sendiri maupun lingkungan sosial supaya tidak terjadi hal buruk yang merugikan dirinya. Melalui cara meningkatkan keimanan dan ketaqwaan kita kepada Allah, menumbuhkan rasa percaya diri, berpikir positif, mengembangkan potensi dan tidak putus asa ketika kegagalan menerjang hidupnya, karena suatu kegagalan adalah pembelajaran hidup yang menjadikan kita lebih baik lagi dari sebelumnya.

Pemaparan di atas disimpulkan bahwa, pembimbing agama Islam ialah seseorang yang memiliki kecerdasan baik secara ilmu pengetahuan, ketrampilan, maupun kecakapannya tentang agama Islam. Pembimbing agama Islam sebagai sosok yang dikagumi dan disegani orang lain karena Ilmunya, ketaatannya pada Allah Swt juga akhlak baiknya sebagai panutan umat Islam. Karena pada dasarnya setiap orang memerlukan pembimbing untuk membimbing orang lain dalam mewujudkan tujuan hidup agar hidupnya memiliki arahan dan tuntunan dalam mencapai kebahagiaan yang sesungguhnya baik didunia maupun akhirat.

**b. Syarat Pembimbing Agama Islam**

Pembimbing agama Islam memiliki kecerdasan yang lebih unggul tersendiri dibandingkan orang lain. Seorang pembimbing selalu mengasah potensi dirinya dengan meningkatkan akidah dan menyakini dengan sepenuh hati bahwa segenap ajaran-ajaran agama Islam adalah benar. Karena seorang pembimbing yang baik bagi umat, maka hendaklah ia beriman terlebih dahulu dengan iman dan taat pada Allah sebelum dia mengajak orang lain untuk beriman kepada Allah. Sesuai dengan firman Allah pada ayat QS. Al-Nur (24): 55 :

وَعَدَ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنكُمْ وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ  
 لِيَسْتَخْلِفَنَّهُمْ فِي الْأَرْضِ كَمَا اسْتَخْلَفَ  
 الَّذِينَ مِن قَبْلِهِمْ وَلَيُمَكِّنَنَّ لَهُمْ دِينَهُمُ الَّذِي  
 ارْتَضَىٰ لَهُمْ وَلَيُبَدِّلَنَّهُم مِّن بَعْدِ خَوْفِهِمْ أَمْنًا  
 يَعْبُدُونَنِي لَا يُشْرِكُونَ بِي شَيْئًا وَمَن كَفَرَ  
 بَعْدَ ذَلِكَ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ ﴿١٢٤﴾

Artinya :”Dan Allah telah berjanji kepada orang-orang yang beriman di antara kamu dan mengerjakan amal-amal yang saleh bahwa Dia sungguh-sungguh akan menjadikan mereka berkuasa di bumi, sebagaimana Dia telah menjadikan orang-orang yang sebelum mereka berkuasa, dan sungguh Dia akan meneguhkan bagi mereka agama yang telah diridhai-Nya untuk mereka, dan Dia benar-benar akan menukar (keadaan) mereka, sesudah mereka berada dalam ketakutan menjadi aman sentausa. Mereka tetap menyembah-Ku dengan tiada mempersekutukan sesuatu apapun dengan Aku.Dan barang siapa yang (tetap) kafir sesudah (janji) itu, maka mereka itulah orang-orang yang fasik”.

Arti ayat di atas menjelaskan bahwa menjadi seorang pembimbing harus beriman terlebih dahulu kepada Allah sebelum dia mengajak orang lain untuk beriman. Orang-orang yang beriman dan menyembah Allah Swt dengan tulus akan mendapatkan

ketentraman dan keamanan pada dirinya. Kecuali bagi mereka yang tidak memperoleh hidayah Allah ialah orang-orang mempersekutukan Allah jauh dari kenikmatan dan kesengsaraan yang didapat kelak. Adapun menjadi seorang pembimbing bukan iman saja yang harus dimiliki tetapi juga pembimbing profesional dan ideal ialah orang-orang yang selalu mendekati pada syarat-syarat pembimbing agama sebagaimana yang telah dikemukakan Masyhur Amin, yaitu orang-orang yang memiliki akidah kuat, ibadah rajin dan tepat waktu, berakhlak mulia, serta mempunyai pengetahuan ilmiah secara luas, memiliki kondisi fisik sehat dan baik, fasih berbicara dan berdedikasi tinggi sebagai pembimbing.

Seorang pembimbing itu sangat penting maka syarat-syarat yang harus dipenuhi oleh seorang pembimbing dikemukakan menurut Amrullah Akhmad ada 3 yaitu:

- 1) Memiliki integritas kepribadian (iman, ilmu, dan amal).

Integritas berasal dari kata “integrity” berarti sifat atau keadaan yang menunjukkan kesatuan yang utuh sehingga memiliki potensi dan kemampuan yang memancarkan kewibawaan, kejujuran, kebenaran, konsisten dan tanggung jawab dalam kepribadian seseorang.<sup>7</sup>

- 2) Memiliki intelektualitas yang tinggi.

Intelektualitas yang tinggi adalah suatu kemampuan seseorang untuk memperoleh ilmu pengetahuan dan mengamalkannya dalam hubungan dengan lingkungan dan masalah-masalah yang timbul. Dengan menggunakan kecerdasan otaknya untuk memecahkan persoalan serta dapat

---

<sup>7</sup> Firqan Mukroma, “Pengaruh Kepribadian (Personality) dan Integritas Terhadap Kreativitas Guru SD NEGERI di Kabupaten Aceh Singkil” (Universitas Negeri Jakarta), *Jurnal Tunas Bangsa*, Volume. 6, No.2, Agustus 2019, 271

belajar berbagai gagasan atau ide untuk menunjang skill diri individu.<sup>8</sup>

- 3) Memiliki keterampilan mewujudkan konsepsi Islam dalam kehidupan nyata. Menurut Nadler keterampilan adalah kegiatan yang memerlukan praktek atau dapat diartikan sebagai implikasi dari aktivitas. Dengan adanya keterampilan maka dapat mewujudkan konsepsi Islam dalam kehidupan nyata.<sup>9</sup>

Pendapat lain menjelaskan menjadi seorang pembimbing agar dapat menjalankan tugasnya memerlukan syarat-syarat yang dapat menunjang kemampuannya yang dibutuhkan masyarakat. Hal tersebut merupakan tuntutan seorang pembimbing dalam menjalankan tugasnya. Adapun syarat-syarat menjadi seorang pembimbing yaitu :

- 1) Seorang pembimbing harus mempunyai pengetahuan yang cukup luas, baik segi teori maupun praktik. Karena keduanya merupakan landasan terpenting dalam bimbingan. Bimbingan dan penyuluhan merupakan ilmu yang diterapkan dalam praktek.
- 2) Segi *psikologik*, seorang pembimbing hendaknya memiliki kematangan dan kestabilan emosi. Sehingga dalam mengambil keputusan ataupun tindakan dapat bijaksana.
- 3) Seorang pembimbing harus sehat jasmani dan rohaninya.
- 4) Mempunyai sikap kecintaan terhadap pekerjaannya dan terhadap anak atau seseorang yang dihadapinya, Karena berdampak pada kepercayaan seseorang individu.
- 5) Pembimbing harus mempunyai inisiatif yang baik, sehingga ada kemajuan kearah yang lebih baik di dalam proses penyuluhan.

---

<sup>8</sup> Fatmi Sarah, ” Kebebasan Intelektual di Perpustakaan” *Jurnal Iqra'* Volume 09 No.02, Oktober 2015,30

<sup>9</sup> Nadler, “Keterampilan dan Jenisnya”, (Jakarta : PT. Grafindo Persada, 1986), 73

- 6) Seorang pembimbing harus bersifat supel, ramah tamah sopan santun di dalam segala perbuatannya. Sehingga sanggup mendapatkan kawan kerja yang baik dan sanggup bekerja sama dalam memberikan bantuan.
- 7) Mempunyai sifat yang dapat menjalankan prinsip dan mampu menerapkan kode etik dalam bimbingan.<sup>10</sup>

Penjelasan di atas disimpulkan bahwa, sesungguhnya untuk menjadi seorang pembimbing atau menyiarkan pesan-pesan Allah hendaknya dia beriman terlebih dahulu sebelum mengajak orang lain untuk beriman. Dengan memperhatikan syarat-syarat yang telah dikemukakan di atas. Antara lain selalu mengasah potensi-potensi yang dimiliki seorang pembimbing baik itu positif maupun negatif, dengan meningkatkan ilmu, iman dan amal untuk mewujudkan konsepsi Islam dalam kehidupan nyata. Pembimbing hendaknya harus mempunyai kepribadian yang baik secara perkataan maupun perbuatan, mempunyai pengetahuan agama lebih mendalam dan luas, memiliki ketrampilan dan paham tentang Islam untuk diterapkan dikehidupannya, menjadi seorang pembimbing harus mempunyai sifat ramah, ikhlas tanpa pamrih ketika memberikan bantuan pada orang lain dan juga mampu menjalankan tugasnya menjadi seorang pembimbing dengan baik dan bijaksana. Selain itu pembimbing harus mempunyai inisiatif yang baik, supel serta dapat menjalankan prinsip dan kode etik bimbingan.

### c. Ciri-ciri Pembimbing Agama dalam Perspektif Islam

Ciri-ciri seorang pembimbing agama dalam perspektif Islam telah dikemukakan oleh beberapa ahli antara lain menurut W. A. Gerungan mendefinisikan

---

<sup>10</sup> Afif Mubarak, "Peran Pembimbing Dan Metode Bimbingan Agama Islam Dalam Peningkatan Perkembangan Emosional Anak Panti Asuhan Yayasan Al-Kautsar Kecamatan Limpung Kabupaten Batang", (Skripsi: Batang, 2018), 25-26

ciri-ciri yang dimiliki oleh kebanyakan pembimbing yang baik, sekurang-kurangnya setiap pembimbing memiliki tiga ciri persepsi sosial, kemampuan berpikir abstrak dan keseimbangan emosional, adapun penjelasannya yaitu:

1) *Social perception* (persepsi sosial)

Persepsi sosial adalah kecakapan dalam melihat dan memahami perasaan, sikap dan kebutuhan untuk memenuhi tugas pembimbing. Kecakapan merupakan ciri utama bagi setiap pembimbing. Oleh karena itu, pembimbing agama harus mampu berdakwah dengan kemampuan memahami sikap dan perasaan dan kebutuhan orang-orang yang terkait dengan tugas-tugas sebagai pembimbing.

2) *Ability in abstract thinking* (kemampuan berpikir abstrak)

Kemampuan berpikir abstrak berarti mempunyai kecerdasan yang tinggi, seorang pembimbing harus cakap dalam berabstraksi dari segi struktur *intelegensia*. Hal ini dibutuhkan agar seorang pembimbing mampu menafsirkan kecenderungan-kecenderungan kegiatan di dalam individu maupun kelompok, kemampuan tersebut memerlukan taraf *intelegensia* yang tinggi. Para pelaksana dakwah dituntut memiliki kemampuan berpikir abstrak agar segala kecenderungan interen dan eksteren agama Islam mampu ditafsirkan untuk diarahkan pada proporsi sebenarnya.

3) *Emosional stability* (keseimbangan emosional)

Keseimbangan emosional pada diri seorang pemimpin harus terdapat suatu kematangan emosional yang berdasarkan kesadaran yang mendalam akan kebutuhan-kebutuhan, keinginan-keinginan, cita-cita dan alam perasaan, serta semuanya itu ke dalam suatu kepribadian yang harmonis. Sebagai pembimbing agama keseimbangan emosi merupakan kepribadian mendasar yang perlu dimiliki oleh pembimbing agama.

Pendapat lain telah mengemukakan pembimbing agama sendiri dalam perspektif Islam adalah suatu aktivitas bagi seorang pembimbing untuk mengubah sikap atau perilaku individu dalam memberikan bantuan yang mengalami kesulitan secara rohaniyah baik mental dan spiritual agar individu mampu mengatasinya dengan kemampuan yang dimiliki melalui dorongan dari kekuatan iman ketakwaan kepada Allah Swt. Menurut perspektif Islam pembimbing agama hendaknya memiliki ciri-ciri pribadi sebagai berikut:

- 1) Berpedoman dan memiliki keyakinan terhadap Al-qur'an atau wahyu Allah sebagai pegangan hidup.
- 2) Senantiasa berusaha memelihara dan istiqomah dalam meningkatkan mutu iman keyakinan.
- 3) Mengembangkan kemampuan dalam bidang ilmu pengetahuan agama, terutama memahami dan mengembangkan nilai dan norma yang ada di dalam Al-qur'an.
- 4) Menjalankan dan dapat menerapkan iman dan keyakinannya di berbagai kehidupan sehari-hari.
- 5) Mempunyai kemampuan berdakwah, baik berdakwah untuk orang yang sudah beragama Islam maupun yang belum beragama Islam sesuai profesi dan dedikasinya masing-masing.
- 6) Mempunyai kelapangan hati yang sabar dan tabah lahir batinnya dalam menghadapi tantangan berdakwah.
- 7) Mampu mengambil keputusan yang bijaksana dalam berbagai masalah kehidupan sesuai dasar islam yang tidak bertentangan dengan norma dan nilai serta budaya dengan pertimbangan keputusan yang matang.
- 8) Mempunyai rasa cinta dan hormat pada sesama manusia tetapi tidak melebihi cintanya pada sang pencipta.

- 9) Senantiasa menjalankan kehidupan dengan diawali niat, mencari ridho Allah, selalu berdo'a, dan mensyukuri setiap hasil yang didapat.<sup>11</sup>

Menurut Sondang P. Siagian dalam teori tentang analisis kepemimpinan berdasarkan ciri yang dalam Bahasa Inggris dikenal dengan "*traits theory*" memberi petunjuk bahwa ciri-ciri ideal tersebut ialah:

- 1) Memiliki pengetahuan umum yang luas menjadi suatu kemampuan yang harus dimiliki seorang pembimbing dengan didasari daya ingat yang tajam, rasionalitas, obyektif, dan fleksibilitas.
- 2) Memiliki kemampuan untuk bertumbuh dan berkembang adalah suatu kemampuan yang dapat menentukan skala prioritas terhadap dirinya, dapat membedakan yang penting, serta selalu ingin mengasah pengetahuannya melalui ketrampilan mendidik dan komunikasi secara efektif.<sup>12</sup>
- 3) Memiliki sifat *inkuisitif* (Rasa ingin tahu) suatu kemampuan yang memberikan contoh agar tidak merasa puas terhadap apa yang dimiliki dan selalu mencari hal-hal baru.<sup>13</sup>
- 4) Memiliki kemampuan *analitif* (keterampilan dalam mengumpulkan dan menganalisis sebuah informasi, menyelesaikan sebuah masalah dalam mengambil keputusan).
- 5) Memiliki daya ingat yang kuat.
- 6) Memiliki kapasitas *integratif* (pemimpin harus menjadi seorang integrator dan memiliki pandangan holistik mengenai organisasi).

---

<sup>11</sup> Afif Mubarak, "Peran Pembimbing Dan Metode Bimbingan Agama Islam Dalam Peningkatan Perkembangan Emosional Anak Panti Asuhan Yayasan Al-Kautsar Kecamatan Limpung Kabupaten Batang", (Skripsi: Batang, 2018), 26-28

<sup>12</sup> Muhamad Husni dan Muhammad Hasyim, "Relasi Pemimpin Integratif: Wacana Tematik Integrasi Sosial Dan Manajemen", (Malang: IAI Al-Qolam Gondanglegi Malang.), *Jurnal Studi Keislaman*, Volume. 4, Nomor 1, Juni 2018, 7

<sup>13</sup> M Zainul Hafizi, "dkk", "Kepemimpinan Pendidikan", ( Tahta Media Group, Mei 2021), 11. Diakses pada tanggal 28 Mei 2021, [https://www.google.co.id/books/edition/Kepemimpinan\\_Pendidikan/OngvEAAQBAJ?hl=en&gbpv=1&dq=Kepemimpinan+Pendidikan%E2%80%9D,+\(+Tah+ta+Media+Group,+Mei+2021\)&pg=PR4&printsec=frontcover](https://www.google.co.id/books/edition/Kepemimpinan_Pendidikan/OngvEAAQBAJ?hl=en&gbpv=1&dq=Kepemimpinan+Pendidikan%E2%80%9D,+(+Tah+ta+Media+Group,+Mei+2021)&pg=PR4&printsec=frontcover)

- 7) Memiliki kemampuan berkomunikasi secara efektif agar mampu menyampaikan sesuatu yang mengandung makna dan berfaedah.
- 8) Memiliki keterampilan mendidik dengan caramemberikan pengetahuan, wawasan, dan dorongan dalam diri individu.
- 9) Memiliki pandangan secara rasionalitas untuk meyakinkan seseorang agar tidak mudah percaya pada orang lain sebelum melihat kebenaran, bukti atau fakta yang ada sebelum mengambil keputusan atau tindakan dari seorang pemimpin harus bisa diterima oleh akal sehat.
- 10) Memiliki pandangan secara objektivitas agar memiliki sikap yang tidak memihak siapapun, karena menjadi pemimpin harus dapat meyakipi sesuatu berdasarkan pemikiran dan perhitungan.<sup>14</sup>

Menurut Alex S. Nitisemito bahwa seorang pembimbing harus mempunyai ciri-ciri sebagai berikut: Dicintai dan disegani, seorang pembimbing harus mampu mempengaruhi individu ke arah yang baik, hal ini berarti pembimbing tersebut harus dicintai dan disegani oleh individu. Agar pembimbing tersebut dapat dicintai dan disegani oleh individu, maka pembimbing harus mempunyai sifat-sifat antara lain: Tidak egois, Adil, (dalam arti memberikan sesuai dengan haknya) Jujur, (dalam arti tidak menyalah gunakan jabatannya) dan Keteladanan (memberikan contoh yang baik). Seorang pembimbing agar dia lebih mampu menjalankan tugas menjadi pembimbing yang baik, maka dia harus mempunyai sifat-sifat tersebut.<sup>15</sup>

Definisi di atas menurut W. A. Gerungan, perspektif Islam, Sondang P. Siagian, dan menurut Alex S. Nitisemito dapat disimpulkan bahwa menjadi seorang pembimbing harus memiliki ciri-ciri yang telah

---

<sup>14</sup> BaiturrohmaYuliana, dan Isro Ani Widayati, "Analisis Karakteristik Pemimpin Yang Dikagumi Oleh Bawahan", *Jurnal Ilmiah Administrasi Bisnis dan Inovasi*, Volume. 2 No. 1 Tahun 2018, 211

<sup>15</sup> Mahmuddin, "Kepemimpinan Dakwah"( Makassar:UIN Alauddin, 2014), *Jurnal Dakwah Tabligh*, Volume. 15, No. 2, Desember 2014, 180-181

dijelaskan di atas. Diantaranya yaitu, seorang pembimbing harus memiliki persepsi sosial, kemampuan berpikir abstrak dan keseimbangan emosional. Pembimbing harus memiliki kemampuan dalam membuat kesimpulan yang benar. Baik kemampuan intelektual yang tinggi seorang pembimbing mampu memecahkan persoalan dan dapat menyelesaikannya secara mandiri. Serta kemampuan menyeimbangkan emosi dengan kepribadian secara harmonis. Menjadi teladan bagi orang lain dengan kerendah hatian ilmu agama yang di dimilikinya. Pembimbing agama hendaknya, memiliki rasa cinta kepada Allah sangat besar, bijaksana dalam bersikap, dan akhlak mulia. Serta dapat menjadikan contoh bagi umat untuk meningkatkan keimanan dan ketaqwaan kita kepada Allah SWT.

#### **d. Karakteristik Pembimbing Agama**

Karakteristik merupakan arti sifat khas seseorang atau perwatakan, dengan sifat-sifat kejiwaan, akhlak atau budi pekerti yang membedakan seseorang dengan orang lain adalah watak/karakteristik. Oleh sebab itu, karakteristik sangat berkaitan erat dengan akhlak menjadi dasar sifat yang saling melengkapi. Masyarakat yang tidak berkarakter atau berakhlak mulia maka disebut sebagai manusia tidak beradab dan tidak memiliki harga diri atau nilai sama sekali. Maka dari itu pembimbing agama harus memiliki karakteristik yang baik dengan mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta ketrampilan yang diperlukan.

Adapun karakteristik pembimbing agama yang telah dikemukakan oleh beberapa ahli antara lain menurut pusat Bahasa Depdiknas sebagaimana dikutip Marzuki, karakter diartikan sebagai ruang, simbol khusus yang dapat dimunculkan pada layar dengan papan ketik. Maksudnya berkarakter berarti orang yang berkepribadian, berperilaku, bersifat, bertabat,

atau berwatak.<sup>16</sup> Jadi, menjadi seorang pembimbing harus memiliki karakteristik yang baik secara akhlak maupun kepribadiannya. Oleh sebab itu, pembimbing dianjurkan memiliki karakteristik yang baik perbuatan dan perkataannya.

Menurut Lukmanul Hakim menjadi seorang pembimbing harus memiliki karakteristik yang baik antara lain yaitu:

- 1) Bersyukur, seorang pembimbing harus bersyukur kepada Allah Swt atas kenikamatan yang diberikan baik sehat, rizki, umur panjang dan bahagia dalam dirinya.
- 2) Menyatukan diri dengan santri, pembimbing harus mampu berbaur dengan santri dengan lebih rendah diri dan tawadhu' sehingga bisa diterima oleh santri dengan senang hati.
- 3) Menjadi teladan, yaitu pembimbing harus senantiasa mengutamakan kemuliaan akhlak, penuh kasih sayang yang tulus. Dengan demikian menjadi teladan bagi santri.
- 4) Pengayom, yaitu mempunyai toleransi yang tinggi sebagai jiwa pembimbing.
- 5) Bijaksana, yaitu mengenal dirinya dengan baik secara menyeluruh maka mampu juga mengenal diri santri dengan baik pula.
- 6) Apresiatif, Pembimbing harus menjadi pemicu semangat bagi santri untuk mengembangkan kemampuan dan berkarya.
- 7) Rendah hati, harus selalu siap meruntuhkan kesombongan dirinya di hadapan santri.<sup>17</sup>

Pendapat lain mengenai karakteristik, nilai-nilai yang terkandung dalam pendidikan berkarakter dirumuskan oleh Kemendiknas sebagaimana yang

---

<sup>16</sup> Musrifah, "Pendidikan Karakter dalam Perspektif Islam" *Jurnal Edukasia Islamika*, Volume I, Nomor 1, Desember 2016, 121-122

<sup>17</sup> Syahlaini, "Peran Ustadz-Ustadzah Terhadap Pembinaan Kecerdasan Spiritual Santri Pesantren Bustanul Arifin Pondok SayurKabupaten Bener Meriah" ( Skripsi, Banda Aceh: Universitas Islam Negeri AR-Raniry Darussalam, 2016), 14-15

dikutip oleh Muhammad Kosim meliputi nilai-nilai pendidikan berkarakter, yaitu:

- 1) Religius, yaitu perilaku spiritual dengan mempelajari lebih dalam tentang ilmu agama.
- 2) Jujur, yaitu dapat dipercaya baik ucapan maupun perilaku baik tidak berbohong.
- 3) Toleransi, menghargai perbedaan agama lain.
- 4) Disiplin, yaitu perilaku yang patuh akan aturan dalam berbagai ketentuan.
- 5) Kerja keras, sikap seseorang yang memiliki semangat tinggi untuk meraih tujuan yang diinginkan dan tidak mudah menyerah sebelum mimpinya terwujud.
- 6) Kreatif, yaitu mampu membuat ide baru dan menarik.
- 7) Mandiri, perilaku tidak bergantung pada orang lain dan mampu menyelesaikannya sendiri dengan baik.
- 8) Rasa ingin tahu, sikap yang selalu berupaya untuk mengetahui lebih mendalam.
- 9) Semangat kebangsaan, yaitu cara berpikir dan berwawasan lebih meningkatkan kepentingan bangsa dari dirinya sendiri.<sup>18</sup>

Pemaparan di atas menurut Pusat Bahasa Depdiknas dikutip Marzuki, Lukmanul Hakim, dan nilai-nilai yang terkandung dalam pendidikan berkarakter yang dirumuskan oleh Kemendiknas sebagaimana yang dikutip oleh Muhammad Kosim dapat disimpulkan bahwa, karakteristik diartikan sebagai kepribadian atau akhlak, watak, simbol yang terdapat dalam diri individu. Karakteristik terbentuk dari lingkungan keluarga dan juga bawaan dari lahir. Jika dari keluarga memberikan pengaruh yang baik maka dengan sendirinya individu itu terbentuk akhlak baik dan sebaliknya. Adapun bawaan dari lahir dengan sendirinya karakter itu terbentuk dalam dirinya. Oleh sebab itu, menjadi pembimbing harus mempunyai

---

<sup>18</sup> Musrifah, "Pendidikan Karakter dalam Perspektif Islam", *Edukasia Islamika* : Volume 1, Nomor 1, Desember, 122-123

perilaku dan sikap yang bijaksana. Dengan cara selalu memupuk ilmu keagamaan pada dirinya sebagai panutan umat muslim. Walaupun pembimbing agama memiliki ilmu yang tinggi, akhlak mulia akan tetapi beliau tetap rendah hati, selalu menolong dan ikhlas dalam memberikan ilmu pengetahuan terhadap sesama, jujur dalam perkataan juga disiplin.

#### e. Keutamaan Pembimbing Agama

Keutamaan menjadi seorang Pembimbing agama adalah seseorang mempunyai keistimewaan yang orang lain belum tentu miliki. Salah satunya keutamaan pembimbing agama mampu mengubah sikap mental santri kearah iman dan bertaqwa kepada Allah. Memberikan pengetahuan kepada orang yang tidak tahu menjadi tahu dengan megarahkan seseorang kejalan yang benar, menjadikan pribadi yang memiliki tujuan hidup, kepercayaan diri, sikap selalu bertawadhu kepada Allah.<sup>19</sup>

Keutamaan pembimbing agama juga sebagai figure pribadi menjadi panutan umat Islam yang dianggap sangat baik secara perilaku, pengetahuan, wawasan, terutama dalam bidang rohani. Pembimbing agama juga sebagai tokoh yang disegani oleh lingkungan masyarakat karena ilmunya dan akhlaqnya. Adapun definisi dari para ahli tentang keutamaan pembimbing agama yaitu:

Menurut Abdullah ibnu Abbas, pembimbing adalah orang yang mengetahui kekuasaan dan keagungan Allah Swt sehingga mereka takut berbuat maksiat yang telah dilarang Allah Swt. Karena pembimbing tidak mau kejalan yang salah takut akan siksaan Allah kelak di akhirat kelak. Pendapat lain menurut Sayyid Quth keutamaan menjadi pembimbing yaitu orang-orang yang memikirkan akhirat selalu menghayati ayat-ayat Allah yang mengagumkan

---

<sup>19</sup> Zuraida, “ Peran Pembimbing Agama Islam Dalam Meningkatkan Akhlaq Remaja Di panti Sosial Bina Remaja Bambu Apus Cipayung Jakarta Timur”, ( Skripsi, Jakarta: Syarif Hidayatullah, 2014), 30

sehingga mereka mencapai ma'rifatullah secara hakiki. Karena keimanannya pada Allah yang sungguh luas biasa besarnya sehingga sampe mendalami setiap makna dalam ayat suci Al-qur'an.

Pembimbing agama Islam juga memiliki keutamaan yaitu memberikan contoh yang baik bagi umatnya baik akhlak maupun perilaku untuk mengembangkan sifat-sifat dan potensinya. Karena secara psikologis manusia sangat memerlukan keteladanan, adalah salah satu cara memberikan contoh nyata bagi seseorang yang dibimbing. Keteladanan pembimbing agama Islam merupakan kunci utama pembinaan dan pembentukan karakter yang berakhlakul karimah.<sup>20</sup> Keteladanan juga sesuatu hal yang patut ditiru atau baik untuk di contoh. Dalam bahasa arab keteladanan diartikan sebagai perbuatan baik seseorang yang ditiru atau diikuti oleh orang lain. Keteladanan memiliki peran dan fungsi yang penting dalam membentuk kepribadian seseorang guna menyiapkan dan mengembangkan sumber daya manusia, serta mensejahterakan masyarakat.<sup>21</sup> Untuk itu keteladanan merupakan salah satu faktor penting yang akan menunjang, dan mempengaruhi hati serta jiwa orang lain. Dengan demikian orang dapat memetik pelajaran dari sikap teladan seorang pembimbing untuk dianutnya menjadikan pribadi yang lebih baik dalam bersikap maupun tingkah laku.

Adapun keutamaan pembimbing di kehidupan pesantren juga memiliki kedudukan dan pengaruh bagi keberlangsungan proses bimbingan untuk santri secara menyeluruh. Yaitu penguasaan dan kedalaman ilmu agama, kesalehan yang tercermin maupun sikap dan perilakunya mencerminkan nilai-nilai yang baik seperti ikhlas, tawadhu kepada kehidupan ukhrowi untuk

---

<sup>20</sup> Latifatul Fitriyah, "Peran Kiai dalam Pembentukan Karakter Santri di Pondok Pesantren Yasmida Ambarawa Kabupaten Pringsewu," (Skripsi, Lampung: Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2019), 40

<sup>21</sup> Amelia Kontesa "Efektifitas Keteladanan Guru dalam Penanaman Nilai-nilai Agama Islam Pada Kelas II SMK 21 Analisis Kesehatan Qawiy Shabab Kota Bengkulu", (Skripsi, Bengkulu: Institut Agama Islam Negeri Bengkulu, 2018), 24

mencapai riyadhah. Seorang pembimbing kedudukannya seperti orang tua dalam sikap lemah lembut terhadap santrinya, memiliki kecintaan dan kasih sayang yang tulus bagi mereka. Selain kekharismaanya seorang pembimbing juga memiliki kesalehan yang lebih tinggi dari pada masyarakat biasa. Dapat terlihat dari keikhlasannya dalam memberikan suatu disiplin ilmu kepada santrinya, sehingga dia tidak menuntut lebih seperti upah dari usahanya dalam memberikan ilmu. Sebagai pemuka agama pembimbing dijadikan panutan bagi orang disekitarnya.<sup>22</sup>

Penjelasan di atas ditarik kesimpulan bahwa keutamaan pembimbing agama yaitu orang-orang yang selalu mengagumkan nama-nama Allah, taat pada perintahnya dan menjauhi larangannya sehingga mereka mencapai ma'rifatullah secara hakiki. Adapun keutamaan seorang pembimbing dapat dilihat dari cara pembimbing memberikan teladan bagi orang lain baik dalam bentuk perkataan dan perbuatan maupun sikap-sikap positif yang memunculkan akhlak mulia seperti ikhlas, tawadhu, serta dapat berpengaruh dan terbukti dapat membentuk kepribadian individu untuk mempersiapkan dan membentuk aspek moral umat muslim.

## **2. Kesehatan Mental**

### **a. Pengertian Kesehatan Mental**

Kesehatan mental merupakan aspek dari kesehatan seluruh perkembangan manusia baik fisik maupun psikis dalam dirinya. Kesehatan mental juga meliputi upaya-upaya dalam mengatasi stress, ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri, bagaimana berhubungan dengan orang lain, serta berkaitan dengan pengambilan keputusan. Karena kesehatan mental tiap individu berbeda-beda dalam perkembangannya. Pada dasarnya

---

<sup>22</sup> Kholida Firdausi Nuzula, “ Peran Kiai Dalam Pembinaan Akhlak Santri Di Pesantren Roudhotul Jannah Mergosono Malang ” (Skripsi, Malang: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2019), 18-26

kesehatan mental adalah dimana suatu kondisi seseorang mampu mewujudkan keserasian, keharmonisan, dan *integralitas* kepribadian yang mencangkup seluruh potensi manusia secara optimal.<sup>23</sup>

Beberapa ahli telah mendefinisi kesehatan mental yaitu menurut Daradjat, kesehatan mental merupakan keharmonisan dalam kehidupan antara fungsi jiwa, kemampuan menghadapi permasalahan, kemampuan merasakan kebahagiaan dan kemampuan pada dirinya secara positif melalui pengembangan serta potensi dalam diri. Sehingga dapat memberikan pengaruh yang baik pada dirinya agar dapat terhindar dari gejala-gejala kejiwaan.

Menurut Syamsu Yusuf, kesehatan mental adalah kondisi dimana manusia mampu berkembang baik fisik, intelektual, emosi yang optimal selaras dengan perkembangan orang lain. Kaitannya dengan kesehatan mental merupakan seseorang yang memiliki kemampuan untuk berkembang secara fisik baik untuk diri sendiri maupun lingkungan sosial.<sup>24</sup> Serta dapat menyelaraskan hidupnya melalui berbagai aktivitas sehari-hari yang dapat menunjang serta mengontrol emosinya secara optimal. Karena dalam kehidupan sehari-hari seseorang akan dihadapkan berbagai konflik dalam dirinya.<sup>25</sup>

Pendapat lain menurut WHO, pengertian kesehatan mental adalah kemampuan penyesuaian seseorang dengan dirinya sendiri dan alam sekitar, sehingga dapat merasakan bahagia, senang, lapang dada, dan dapat berperilaku sosial dalam hidup serta

---

<sup>23</sup> Ahmad Zaini, “ Terapi Sufistik untuk Penyembuhan Gangguan Mental dan Mewujudkan Pribadi Yang Sehat”, *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Volume. 8, No. 1, Juni 2017, 214, Diakses pada Tanggal 28 Mei 2021, <https://journal.iainkudus.ac.id/index.php/konseling/article/view/Ahmad%20Zaini/pdf>

<sup>24</sup> Ruri Enggar Sari dan Dra.Titin Indah Pratiwi, “ Pengembangan Modul Kesehatan Mental Remaja Untuk Siswa SMAN 1 Wonoayu Sidoarjo”, 60

<sup>25</sup> M. Noor Rochman Hadjam, “ Peranan Kepribadian Dan Stress Kehidupan Terhadap Gangguan Somatisasi”, *Jurnal Psikologi* 2003, No. 1, 36 – 56, 37

mampu menghadapi berbagai masalah kehidupan.<sup>26</sup> Menurut Notoesudirjo dan Latipun, mendefinisikan bahwa kesehatan mental (mental hygiene) adalah kondisi jiwa termasuk sikap, emosi, tingkah laku dan perasaan yang menekankan perasaan berkembang secara positif.<sup>27</sup>

Menurut Langgulung bahwa kesehatan mental merupakan akhlak yang mulia dimiliki oleh individu dengan kedamaian hati dan jiwanya secara ikhlas menerima kondisi apapun yang diberikan oleh Allah dengan lapang dada. Mengembangkan potensi untuk memecahkan problem yang dihadapi juga selalu berpikir positif serta mampu melewati problem dirinya. Dan selalu menjunjung tinggi ajaran agama Islam dan bertaqwa hanya pada Allah Swt.<sup>28</sup>

Menurut H. C. Witherington, kesehatan mental suatu pengetahuan tentang psikologi, kedokteran, psikiatri, biologi, sosiologi, dan agama. Kesehatan mental adalah ilmu yang meliputi sistem tentang prinsip-prinsip, peraturan serta prosedur untuk mempertinggi kesehatan rohani. Orang yang damai hatinya, tentram dan merasa tenang dia yang selalu mendekati diri pada Allah. Dengan meningkatkan keimanan serta ketaqwaan nya pada sang khaliq ialah orang-orang beriman.<sup>29</sup>

Menurut Islam mental yang sehat adalah seseorang yang dapat melakukan kewajibannya sebagai umat Islam sehat secara jasmani maupun rohani. Sehat mental dia yang bisa melakukan aktivitasnya dalam kegiatan rohaniah seperti sholat, puasa, dan

---

<sup>26</sup> Iredho Fani Reza, “ Efektivitas Pelaksanaan Ibadah dalam Upaya Mencapai Kesehatan Mental” (Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah), *Jurnal Psikologi Islami* Volume. 1 No. 1 Juni 2015, 105, Diakses pada Tanggal 28 Mei 2021, <http://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/psikis/article/view/561/499>

<sup>27</sup> Ruri Enggar Sari dan Dra.Titin Indah Pratiwi, “ Pengembangan Modul Kesehatan Mental Remaja Untuk Siswa SMAN 1 Wonoayu Sidoarjo”, 62

<sup>28</sup> Ana Fitriana, “ Bimbingan Agama Islam Dalam Mengembangkan Kesehatan Mental Anak Yatim Di Panti Asuhan Baitussalam Pedurungan Semarang”, (Skripsi: Semarang, 2017), 33-36

<sup>29</sup> Diana Vidya Fakhriyani, *Kesehatan Mental*, ( Madura: Duta Media Publishing, 2019), 10-11

sebagainya. Serta mampu mengatasi problem dalam hidupnya, dengan berpikir jernih dalam menyelesaikan persoalannya dengan mencari jalan keluar. Mampu melewati ujian dari Allah secara ikhlas dan tanpa mengeluh. Firman Allah Swt yang menjelaskan tentang ketenangan jiwa terdapat dalam QS. Al-Fath ayat 4, yaitu:

هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ  
لِيَزِدُوا إِيمَانًا مَعَ إِيمَانِهِمْ ۗ وَلِلَّهِ جُنُودُ السَّمَاوَاتِ  
وَالْأَرْضِ ۗ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا ﴿٤﴾

Artinya: “Dialah yang telah menurunkan ketenangan ke dalam hati orang-orang mukmin supaya keimanan mereka bertambah di samping keimanan mereka (yang telah ada). Dan kepunyaan Allah-lah tentara langit dan bumi dan adalah Allah Maha Mengetahui lagi Maha Bijaksana”.

Ayat tersebut menjelaskan bahwa ketenangan hati seseorang itu terletak pada mereka yang selalu dekat pada Allah Swt dan menjalankan perintahnya. Sebagai umat Islam wajib baginya untuk melaksanakan perintah Allah Swt. Melalui cara menumbuhkan keimanan dan ketaqwaan kita pada Allah Swt agar dalam hidup ketenangan hati selalu menyertai orang-orang yang beriman.

Berdasarkan pengertian kesehatan mental di atas disimpulkan bahwa sehat mental adalah orang yang mampu melakukan aktivitas hidupnya dengan baik, serta selalu memperkaya potensi dalam diri untuk selalu berkembang. Dikatakan Sehat mental kemampuan seseorang untuk dapat memecahkan

permasalahan hidupnya dengan baik melalui kemampuan mengembangkan potensi diri serta menumbuhkan rasa percaya diri terhadap dirinya. Orang dikatakan sehat mental diartikan seseorang yang dapat melakukan kewajibannya sebagai umat Islam baik sehat secara jasmani maupun rohani. Sehat jasmani seseorang secara fisik tidak mempunyai sakit tertentu, dan secara rohani seseorang yang memiliki pikiran yang sehat tanpa gangguan psikis.

**b. Karakteristik Kesehatan Mental**

Karakteristik sehat mental adalah suatu sikap, pola tingkah laku, dan simbol terhadap watak dirinya. Seseorang dapat memiliki karakter positif jika manusia mampu mengolah tiga domain dirinya yaitu, memiliki pikiran dan rasa juga raga. Dari urutan tersebut menunjukkan proses karakterisasi yang terjadi dalam diri seseorang. Artinya, setiap individu akan terbiasa dengan karakter positif dimulai dengan memikirkan manfaat perbuatan, merasakan manfaat perbuatan itu, dan akhirnya perbuatan itu pun gampang dan mudah dilakukan.

Kata “Karakter” (*khuluq*) merupakan istilah lain dari perilaku otomatis individu terhadap rangsangan atau obyek tertentu. Karakter merupakan akhlak, atau adab dalam ilmu Islam. Artinya, konsep karakter bertemu dengan konsep adab dalam ranah interaksi intrapersonal dan antarpersonal. Namun mereka berpisah dalam wilayah interaksi spiritual yang sejatinya menjelaskan pisahkumpulnya dasar filsafat keduanya. Sebab, adab (karakter positif), dalam diskursus ilmu akhlak, mencakup dan diukur dengan empat dimensi, yakni: dimensi interaksi dengan Allah, dimensi interaksi dengan diri sendiri, dimensi interaksi dengan orang lain dan dimensi interaksi dengan alam semesta. Oleh karena itu, karakter yang positif dapat dilihat dari empat dimensi di atas saling berkaitan membentuk karakter individu keranah positif terhadap

kepribadian dalam menumbuhkan kesehatan mental seseorang.<sup>30</sup>

Pemahaman di atas menjelaskan dalam menumbuhkan karakteristik kesehatan mental, sejatinya mudah jika seseorang mampu memenuhi kebutuhan spiritual yang cukup, mampu mengontrol diri sendiri, dan interaksi dengan orang lain serta interaksi dengan alam semesta. Dengan membentuk kepribadian secara positif dalam melakukan pengembangan terhadap kemampuan potensi yang dimiliki. Melalui cara memperbanyak zikir dan melakukan sholat sunnah, serta penguatan ilmu rohani dan nilai-nilai spiritual. Karakteristik Kesehatan mental juga diperoleh dengan memberikan ketenangan mental, dalam konsep keilmuan islam, hanya dapat dicapai dengan zikrullah (mengingat Allah). Maka sikap dan perilaku seseorang akan merasakan kedamaian dalam hatinya sehingga ia dapat memupuk mental yang sehat.

Karakteristik mental yang sehat terhindarnya gangguan mental maupun penyakit jiwa yang terdapat dalam diri individu. Dari kepribadian dan perilakunya sehari-hari menunjukkan karakteristik mental yang sehat dilihat dari ciri-cirinya menurut Yusuf, yakni:

1) Terhindar dari gangguan jiwa

Seorang individu yang mengalami gangguan jiwa berbeda dengan yang lain terdapat dua kondisi kejiwaan yang terganggu. Menurut (Darajat 1975) yaitu gangguan jiwa (*neurose*) dan penyakit Jiwa (*Psikose*). Pertama, *neurose* masih mengetahui dan merasakan kesukarannya. Kepribadian *neurose* tidak lebih mendekati dari realita yang nyata dalam kehidupan sehari-hari. Sementara *psikose* tidak mengetahui kesulitan yang tengah dihadapinya. kepribadian *psikose* terganggu baik dari segi tanggapan, maupun

---

<sup>30</sup>Ahmad Nurrohim, “Antara Kesehatan Mental Dan Pendidikan Karakter: Pandangan Keislaman Terintegrasi”*Attarbiyah, Journal of Islamic Culture and Education*, Volume. I No. 2, Desember 2016, 291-292

perasaan emosional dan tidak memiliki integritas sedikitpun dalam hidup dunia yang nyata.

2) Mampu menyesuaikan diri

Penyesuaian diri (*Self adjustment*) suatu tindakan individu mampu memenuhi kebutuhan dirinya, sehingga dapat menyesuaikan diri dari berbagai masalah-masalah tertentu. Individu mampu mengatasi masalah yang dia hadapi dalam kehidupannya secara optimal dan tidak merugikan orang lain, sesuai norma sosial dan agama.

3) Mampu memanfaatkan potensi secara maksimal

Individu secara aktif mampu menghadapi suatu permasalahan dengan cara mencari jalan keluar dari konflik tersebut, memanfaatkan potensi yang ada dalam dirinya melalui suatu kegiatan yang positif. Salah satunya mengeksplorasi potensi masing-masing individu.

4) Mampu mencapai kebahagiaan pribadi dan orang lain

Individu yang sehat mampu beradaptasi dengan orang lain secara sosial bermasyarakat untuk mencapai kebahagiaan bersama. Kebahagiaan itu ditentukan oleh diri sendiri atau control diri. Jadi, kebahagiaan itu ditentukan oleh setiap individu yang mempunyai berbagai definisi tentang bahagia untuk itu yang terpenting tidak merugikan diri sendiri, membuat bahagia lingkungan sekitar dan menyakiti hati orang lain.

Pendapat lain mendefinisikan karakteristik mental yang sehat menurut WHO, adalah sebagai berikut:

- 1) Mampu belajar disetiap pengalaman yang individu alami.
- 2) Mampu beradaptasi, individu bisa beradaptasi dengan lingkungan sekitar secara baik.
- 3) Senang memberi dari pada menerima.
- 4) Memiliki rasa kasih sayang yang tulus.
- 5) Menjadikan kegagalan buat intropeksi diri menjadi lebih baik.
- 6) Merasa senang dengan kerja kerasnya sendiri.

7) Menanamkan positive thinking kepada semua orang.<sup>31</sup>

Uraian di atas dapat disimpulkan bahwa karakteristik kesehatan mental mencakup semua aspek dalam kehidupan individu yang seimbang sesuai porsinya sendiri. Untuk mencapai karakteristik individu yang sehat terutama bertindak dan berpikir dalam kehidupan sehari-hari harus selaras dengan tujuan hidup kearah positif. Seperti kemampuan dalam belajar disetiap pengalaman hidupnya, menanamkan sikap optimis untuk mencapai suatu tujuan hidup, dan menumbuhkan rasa percaya diri dalam dirinya.

**c. Upaya Untuk Mengatasi Gangguan Mental Secara Islam**

Upaya untuk mengatasi gangguan mental dalam konsep psikologi Islam ada beberapa proses terapi yang tidak bisa lepas dari metode. Melalui proses pengobatan dan penyembuhan suatu penyakit baik mental, spiritual, moral maupun fisik. Diterangkan dalam Al-qur'an tentang penyembuhan penyakit kejiwaan, salah satu ayat Al- qur'an berisi aspek penyembuhan bagi gangguan jiwa terdapat pada surah Al- Isra' ayat 82 yang berbunyi:

وَنُنزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ  
وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا

Artinya : "Dan Kami turunkan Al-Qur'an suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al-Qur'an itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian".

---

<sup>31</sup> Diana Vidya Fakhriyani, *Kesehatan Mental*, ( Pamekasan: Duta Media Publishing, 2019), 12-15

Ayat di atas menjadi bukti bahwa Al-Qur'an mengandung daya yang sangat luar biasa memberikan pengaruh besar dalam diri manusia. Al-Qur'an membangkitkan pikiran, menggugah kesadaran terhadap diri manusia secara positif. Sebagai penawar dan rahmat bagi kegelisahan manusia agar mampu hidup bahagia dengan memiliki jiwa yang sehat dari penyakit mental, sehingga manusia terhindar dari kegelisahan dan kecenderungan yang batil, karena itu manusia perlu menerapkan tuntunan yang terdapat dalam Al-qur'an. Supaya manusia mendapat petunjuk dalam membina jiwa yang pada akhirnya tercipta mental yang sehat.

Pendapat lain menurut Ilyas, menyebutkan bahwa terapi yang dapat diberikan pada orang dengan gangguan kesehatan mental antara lain dengan:

- 1) Membaca himpunan doa-doa, ayat-ayat Al-qur'an, zikir-zikir, dan hadis nabi.
- 2) Membaca Al-qur'an sambil mencoba memahami artinya.
- 3) Melakukan shalat malam.
- 4) Bergaul dengan orang yang baik dan salih.
- 5) Puasa.
- 6) Zikir malam hari yang lama.
- 7) Mengikuti pengajian tajwid dan fiqh.
- 8) Mengikuti majelis zikir.
- 9) Belajar dakwah dan ilmu keislaman.<sup>32</sup>

Adapun upaya mengatasi gangguan mental salah satunya dengan menggunakan terapi spiritual islami mengacu pada konsep pensucian jiwa (*Tazkiyatunnufus*) menurut Imam Al-Ghazali beliau membagi 3 tahap pensucian jiwa yaitu:

- 1) *Takhalli*, yaitu tahap pensucian diri bertujuan untuk membersihkan diri dari sifat-sifat buruk, negative thinking, dan kebiasaan buruk yang dilakukan manusia. Adapun cara yang dapat dilakukan dalam mensucikan diri, seperti: mandi taubat, shalat

---

<sup>32</sup> Widiya A Radiani, "Kesehatan Mental Masa Kini Dan Penanganan Gangguannya Secara Islami", *Journal Of Islamic And Law Studies*, Volume 3, Nomor 1, Juni 2019, 107-109

taubat, dan memperbanyak istigfar kepada Allah Swt.

- 2) *Tahalli*, yaitu tahap pengembangan diri manusia dilatih untuk mengembangkan potensi-potensi positif yang ada dalam dirinya dengan nilai-nilai kebaikan dalam hidupnya.
- 3) *Tajalli*, yaitu tahap penemuan diri manusia mengenali dirinya dengan terbangunnya paradigma Ilahiyah dalam diri manusia.<sup>33</sup>

Berdasarkan penjelasan di atas ditarik kesimpulan bahwa, upaya untuk mengatasi gangguan mental secara Islam terbukti secara efektif memberikan pengaruh terhadap keberlangsungan proses penyembuhan gangguan psikologis. Terapi spiritual merupakan suatu terapi yang ampuh menjadi pengobat, dan penawar manusia berdasarkan pada Al-qur'an dan assunnah. Mendorong individu untuk berpikir jernih, memberikan pengaruh positif, ketenangan serta rasa damai dalam jiwanya dengan kegiatan keIslaman seperti yang diterangkan oleh Imam Al-Ghazali beliau membagi 3 tahap pembersihan jiwa yaitu: *takhalli* (pembersihan diri), *tahalli* (pengembangan diri), dan *tajalli* (penemuan diri). Secara efisien mampu memberikan pengaruh yang positif baik fisik maupun psikis diri individu. Karena sebaik-baiknya kamu minta pertolongan hanya Allah tempatmu meminta berdasarkan Al-qur'an pedoman umat Islam, Yang memiliki keistimewaan yang luar biasa bagi rohani manusia.

#### d. Kriteria Mental Sehat

Kriteria mental sehat adalah suatu bentuk dari kualitas hidup seseorang memiliki kualitas mental yang stabil dapat terlihat dalam kehidupannya. Ada banyak pendapat tentang kriteria mental yang sehat. Para ahli telah mendefinisikan kriteria mental yang sehat antara lain menurut Carl Rogers, mengemukakan kondisi psikis

---

<sup>33</sup>Ahmad Razak, Mustafa Kamal Mokhtar, "dkk", "Terapi Spiritual Islami Suatu Model Penanggulangan Gangguan Depresi", Volume. 14, No. 1, Juni 2013, 147

manusia dapat dilihat dari bagaimana dia mengatasi suatu masalah dalam hidupnya. Dengan ditandai melalui pengalaman hidup pada dirinya, percaya diri, dan kreatifitas. Terutama kreatifitas diri mampu menunjang potensi individu untuk berkreasi dan berinovasi terhadap apa yang dilakukan pada dirinya.

Menurut Yusuf, Karakteristik mental yang sehat terhindarnya seseorang dari gejala-gejala gangguan jiwa, tercapai kebahagiaan individu dengan melakukan hal yang positif untuk menunjang potensi dimilikinya. Terhindar dari gangguan jiwa dan penyakit jiwa yang menyebabkan kepribadian individu terganggu sehingga mengalami kegoncangan menjalani kehidupannya sehari-hari.

Pendapat lain menurut Daradjat golongan yang kurang sehat mentalnya itu luas, mulai yang ringan sampai berat. Pertama, mental dapat dilihat dari segi yaitu meliputi perasaan, pikiran, kelakuan dan kesehatan. Kedua, penyesuaian diri seseorang dalam mengembangkan dirinya sesuai dengan tuntutan orang-orang dan lingkungannya. Ketiga, memanfaatkan kemampuan semaksimal untuk menuju pribadi yang tangguh sehingga dihargai orang lain. Keempat, tercapai kebahagiaan pribadi dan orang lain yaitu orang yang mampu merasakan kebahagiaan dalam hidup, dengan merasa bahwa dirinya berguna dan berharga. pendapat tersebut bisa terhindar dari pola pikir yang negatife akan menyebabkan gangguan jiwa.<sup>34</sup>

Menurut Hanna Djumhana Bastaman dalam *Muammar al Qodri* mengemukakan bahwa, konsep kesehatan mental itu memiliki beberapa pola wawasan berorientasi pada gejala, penyesuaian diri, pengembangan potensi, dan agama (kerohanian). Pola wawasan atau pandangan tersebut, kriteria kesehatan mental, yaitu:

---

<sup>34</sup>Ana Fitriana, “ Bimbingan Agama Islam Dalam Mengembangkan Kesehatan Mental Anak Yatim Di Panti Asuhan Baitussalam Pedurungan Semarang”, 40-41

- 1) Bebas dari gangguan dan penyakit-penyakit kejiwaan.
- 2) Mampu dan luwes menyesuaikan diri dan menciptakan hubungan antar pribadi yang bermanfaat.
- 3) Mengembangkan potensi-potensi yang dimiliki bagi individu maupun orang lain.
- 4) Beriman dan bertaqwa kepada Tuhan dengan berupaya menjalankan perintahnya dan menjauhi larangan dalam agama Islam.<sup>35</sup>

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa, kriteria mental yang sehat itu tercipta dari mindset diri untuk berpikir positif dengan melakukan hal yang manfaat, jauh dari kata gelisah hatinya tenang juga bahagia. Serta cara hidup kita dalam bertindak, berbicara, bersikap harus bisa menyesuaikan diri terhadap antar pribadi dan lingkungan, memanfaatkan potensi dalam diri, sikap ramah dan hangat, tingkat emosi yang stabil, tercapainya kebahagiaan dalam diri individu, beriman dan bertaqwa pada Tuhan.

**e. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental**

Manusia merupakan makhluk sosial selalu perubahan-perubahan dalam bersikap. Perubahan-perubahan tersebut menimbulkan permasalahan yang dapat mempengaruhi kualitas hidup seseorang. Salah satu permasalahan yang sering dijumpai manusia selain permasalahan fisiologis adalah permasalahan yang berkaitan dengan kesehatan mental atau psikologis. Bahwa kesehatan psikologis atau mental merupakan faktor paling penting yang mempengaruhi kualitas hidup seseorang. Masalah kesehatan mental dapat menyebabkan dampak yang besar bagi seseorang untuk tidak berkembang dalam hidup. Antara lain dapat menurunkan kemampuan berpikir dalam melakukan aktivitas sehari-hari, menurunkan kemandirian dan

---

<sup>35</sup> Ulfiah, *Psikologi Konseling Teori Dan Implementasi*, ( Jakarta: Kencana, 2020), 165

kualitas hidup. Depresi merupakan salah satu permasalahan kesehatan mental secara psikologis yang sering dijumpai dilingkungan sekitar mempunyai dampak tidak baik untuk kondisi dirinya. Adapun faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi kesehatan mental yaitu:<sup>36</sup>

Menurut Notosoedirdjo berpendapat bahwa kesehatan mental merupakan entitas yang dipengaruhi oleh beberapa faktor baik internal maupun eksternal. Kesehatan mental yang sehat memiliki dua faktor internal secara biologis dan psikologis, sedangkan faktor eksternal adalah sosial budaya. Faktor internal merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kesehatan mental, terutama adalah faktor biologis.

1) Faktor biologis secara langsung berpengaruh terhadap kesehatan mental seseorang, diantaranya:

a) Otak

Terjadinya gangguan otak dapat mempengaruhi kesehatan individu. Gangguan jiwa terjadi akibat kerusakan otak dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor-faktor tersebut adalah infeksi, genetik, dan keracunan serta sebagainya.

b) Genetik

Genetik dikenal suatu sifat turunan yang dapat mempengaruhi manusia untuk bertingkah laku baik karakter, sifat dan perilaku.

c) Sensori

Kesempurnaan alat-alat sensori dalam menerima informasi dari luar akan meningkatkan kesempurnaan individu. Orang yang mengalami gangguan sensori dapat mengalami gangguan pembentukan kepribadian secara wajar.

---

<sup>36</sup>Ekawati Sutikno, “ Faktor-faktor Yang Berhubungan dengan Gangguan Kesehatan Mental pada Lansia: Studi Cross Sectional pada Kelompok Jantung Sehat Surya Group Kediri” *Jurnal Wiyati* Volume. 2 No. 1 Tahun 2015, 2

## d) Masa Kehamilan

Kondisi ibu selama kehamilan dapat mempengaruhi kesehatan mental anak. Selama masa kehamilan, kondisi janin ditentukan oleh kondisi ibu. Masa kehamilannya memiliki kemungkinan kerentanan stres pada anak yang dilahirkan. Faktor lain selama masa kehamilan di antaranya usia, nutrisi dan terjadinya komplikasi.

## e) Penyakit

Stress seseorang dapat disebabkan oleh beberapa jenis penyakit seperti: TBC, kanker, impotensi akibat penyakit diabetes mellitus dan anemia salah satu sebab stress.

## 2) Faktor Psikologis dimana kesehatan jiwa dipengaruhi oleh aspek psikis, yang mana respon terhadap ancaman beresiko pada keadaan emosi dan kognitif, yaitu:

## a) Pengalaman awal

Pengalaman awal memungkinkan munculnya stress pada seseorang. Karena pada kejadian tersebut antara lain perubahan hidup secara mendadak, masa transisi, hingga krisis kehidupan berupa perubahan status radikal dalam kehidupan seseorang.

## b) Kebutuhan

Pemenuhan kebutuhan individu dapat meningkatkan kondisi kesehatan mental seseorang. Individu-individu yang mengalami gangguan mental pada berbagai kondisi, disebabkan karena ketidakmampuan dalam memenuhi kebutuhannya.

## 3) Faktor eksternal merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kesehatan mental, terutama sosial budaya yaitu:

## a) Stratifikasi sosial

Stratifikasi sosial menunjukkan ada hubungannya terhadap jenis gangguan jiwa. Gangguan *neurosis* dan depresi lebih banyak

dialami oleh kelas sosial ekonomi tinggi. Berbanding terbalik dengan sakit mental (*psikosis*) yang prevalensinya lebih banyak dialami oleh kelompok sosial ekonomi rendah.

b) Keluarga

Seseorang bertempat tinggal dan dibesarkan oleh keluarga dan selalu berinteraksi, fungsi keluarga sebagai penyaring budaya luar serta sebagai mediasi anak dengan lingkungannya. Keluarga mampu meningkatkan kesehatan mental para anggota keluarga dari gangguan-gangguan mental serta ketidak setabilan emosional anggotanya.

c) Perubahan sosial

Perubahan sosial yang terjadi dapat menimbulkan kepuasan bagi masyarakat sebab sesuai yang diharapkan sekaligus dapat meningkatkan kesehatan mentalnya. Bagi masyarakat yang gagal melakukan penyesuaian terhadap perubahan sosial, hal ini menjadi manifestasi kegagalan sebagai patologis untuk melakukan tindakan pengrusakan dan penjarahan. Tindakan tersebut merupakan cerminan adanya gangguan mental.

d) Sosial budaya

Konteks sosial budaya memegang aspek nilai, norma, keyakinan keagamaan dan segenap yang berhubungan dengan penilaian baik dan tidak. Kebudayaan pada prinsipnya memberikan aturan terhadap anggota masyarakatnya untuk bertindak.<sup>37</sup>

Adapun Faktor lain yang menyebabkan terganggunya kesehatan mental yaitu:

---

<sup>37</sup> Atika Rasa Fauzia, “ Faktor-faktor yang mempengaruhi Kesehatan Jiwa Mahasiswa Perantau Tingkat Pertama di Program Studi Oseanografi Jurusan Ilmu Kelautan FPIK Universitas Diponegoro” ( Skripsi, Semarang: Universitas Diponegoro Semarang, 2016), 16-22.

- a) Gangguan jiwa (*neurose*) dan penyakit jiwa (*psychose*)

Gangguan jiwa mengakibatkan ketidakmampuan menghadapi kesukaran-kesukaran dengan wajar, atau tidak sanggup menyesuaikan diri dengan situasi yang dihadapinya menimbulkan kecemasan berlebih.

- b) Gangguan-gangguan kejiwaan

Kumpulan dari keadaan yang tidak normal, baik yang berhubungan dengan fisik, maupun dengan mental. Dan keabnormalan tidak disebabkan oleh sakit atau rusaknya bagian-bagian anggota badan, meskipun kadang-kadang gejalanya terlihat pada fisik. Keabnormalan itu dapat dibagi atas dua golongan, yaitu gangguan jiwa (*neurose*) dan sakit jiwa (*psychose*)

- c) *Psychasthenia*

*Psychasthenia* adalah semacam gangguan jiwa yang bersifat paksaan, yang berarti kurangnya kemampuan jiwa untuk tetap dalam keadaan integrasi yang normal. Gejala-gejala penyakit ini antara lain *phobia*, diartikan rasa takut yang berlebih terhadap suatu peristiwa yang tidak menyenangkan maupun ketakutan akan hewan, buah, dan sebagainya. *Obsesi*, merupakan sikap sulit menerima penelohan dari orang lain dan *kompulsi*, suatu tindakan yang dilakukan berulang kali untuk mengurangi kecemasan.<sup>38</sup>

Pendapat lain tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental menurut Alfred Adler dalam jurnal psikologi Islam beliau mengatakan bahwa tekanan dari perasaan rendah diri yang berlebih-lebihan.

---

<sup>38</sup> Saiful Akhyar Lubis, “dkk” , “Pembinaan Kesehatan Mental dalam Pendidikan Islam” ( Studi tentang Perspektif Zakiah Daradjat), (UIN Sumatra Utara, 2017), *Jurnal At-Tazakki* Vol. 1 No. 1 Juli-Desember, 4-5.

Timbulnya rasa rendah diri adalah kegagalan dalam mencapai kebutuhan di dalam hidup. Kegagalan yang berulang-ulang menyebabkan kecemasan dan ketegangan emosi serta ketidakmampuan manusia dalam mengatasi konflik dalam diri, tidak terpenuhi kebutuhan hidup, dan permasalahan percintaan.<sup>39</sup>

Berdasarkan penjelasan di atas ditarik kesimpulan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental terdapat pada faktor baik secara internal maupun eksternal. Yang mana faktor biologis, psikologis, dan sosial budaya berpengaruh pada kondisi tekanan perasaan yang bertentangan batin individu. Keadaan tersebut menimbulkan keabnormalan disebabkan oleh sakit atau rusaknya salah satu anggota badan. Serta kurangnya kemampuan jiwa untuk bersosial dalam kehidupan masyarakat sehingga menghasilkan pola kehidupan yang tidak memiliki keserasian fungsi. Serta Kegagalan yang berulang-ulang menyebabkan kecemasan dan ketegangan emosi serta ketidakmampuan manusia dalam mengatasi konflik dalam diri, tidak terpenuhi kebutuhan hidup, dan permasalahan percintaan.

## **B. Hasil Penelitian Terdahulu**

Ada beberapa penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya dengan judul yang relevan dengan penelitian ini. Berikut ini penjelasan dari penelitian-penelitian sebelumnya, diantaranya:

Penelitian yang dilakukan oleh Ana Fitriana dengan judul “*Bimbingan Agama Islam Dalam Mengembangkan Kesehatan Mental Anak Yatim di Panti Asuhan Baitussalam Pedurungan Semarang*”. Permasalahan yang dibahas pada penelitian terdahulu adalah bagaimana bimbingan agama Islam serta pelaksanaan bimbingan agama Islam yang diterapkan di Panti Asuhan Baitussalam Pedurungan Semarang dalam mengembangkan Kesehatan Mental Anak Yatim.

---

<sup>39</sup> Firman Mansir, “ Pendekatan Psikologi dalam Kajian Pendidikan Islam”, ( Universitas Pamulang, 2018), *Jurnal Psikologi Islami* Volume. 4 No. 1 Juni, 67

Kemudian tujuan dari penelitian terdahulu adalah untuk mengetahui bagaimana bimbingan agama Islam yang diterapkan dan untuk mengetahui pelaksanaan bimbingan agama Islam dalam mengembangkan kesehatan mental anak yatim di Panti Asuhan Baitussalam Pedurungan Semarang.<sup>40</sup> Sedangkan pada penelitian ini membahas tentang “*Peran Pembimbing agama Islam dalam Menumbuhkan Kesehatan Mental Pasien Gangguan Jiwa di Pesantren At-Taqy Kalipucang Kulon Welahan Jepara*”. Permasalahan yang dibahas pada penelitian ini bagaimana peran dari pembimbing agama Islam, penyebab gangguan mental, dan upaya untuk mengatasi penyebab gangguan mental di pesantren At-Taqy dalam menumbuhkan kesehatan mental. Persamaan dari penelitian terdahulu dengan saat ini adalah sama-sama membahas bimbingan agama Islam untuk menyehatkan mental. Sedangkan perbedaan penelitian terdahulu dan penelitian saat ini terletak pada mengembangkan kesehatan mental dan menumbuhkan kesehatan mental, perbedaan lain terletak pada tempat penelitian terdahulu di panti asuhan Baitussalam Pedurungan Semarang, sedangkan penelitian ini terletak di pondok Pesantren At-Taqy Kalipucang Kulon Welahan Jepara.

Penelitian yang dilakukan oleh Afif Mubarak, dengan judul “*Peran Pembimbing Dan Metode Bimbingan Agama Islam Dalam Peningkatan Perkembangan Emosional Anak Panti Asuhan Yayasan Al-Kautsar Kecamatan Limpung Kabupaten Batang*”. Permasalahan yang dibahas oleh penelitian terdahulu adalah bagaimana problematika perkembangan emosional anak serta peran pembimbing dan metode bimbingan agama Islam dalam peningkatan perkembangan emosional anak di panti asuhan Al-Kautsar Kecamatan Limpung Kabupaten Batang, yang mana mayoritas permasalahan yang dialami anak di panti asuhan tersebut adalah rasa cemas dan takut. Rasa cemas ditunjukkan mereka merasa kurang percaya diri akan

---

<sup>40</sup> Ana Fitriana, “ Bimbingan Agama Islam Dalam Mengembangkan Kesehatan Mental Anak Yatim Di Panti Asuhan Baitussalam Pedurungan Semarang” (Skripsi: Semarang, 2017), 8.

keadaan dirinya dan mencemaskan kehidupan yang akan datang.<sup>41</sup> Sedangkan pada penelitian ini membahas tentang “*Peran Pembimbing agama Islam dalam Menumbuhkan Kesehatan Mental Pasien Gangguan Jiwa di Pesantren At-Taqy Kalipucang Kulon Welahan Jepara*”. Permasalahan yang dibahas pada penelitian ini bagaimana peran dari pembimbing agama Islam, penyebab gangguan mental, dan upaya untuk mengatasi penyebab gangguan mental di pesantren At-Taqy dalam menumbuhkan kesehatan mental. Persamaan dari penelitian terdahulu dengan saat ini adalah sama-sama membahas mengenai peran pembimbing agama Islam. Sedangkan perbedaan penelitian terdahulu terletak pada pembahasan yang mana penelitian terdahulu membahas peningkatan perkembangan emosional anak, kemudian penelitian ini membahas tentang menumbuhkan kesehatan mental pada pasien gangguan jiwa. Dilihat dari dua penelitian diatas membedakan subyek dan tempat penelitian yang berbeda.

Penelitian yang dilakukan oleh Zuraida, dengan judul “*Peran Pembimbing Agama Islam Dalam Meningkatkan Akhlak Remaja Di Panti Sosial Bina Remaja Bambu Apus Cipayung Jakarta Timur*”. Permasalahan yang dibahas oleh penelitian terdahulu adalah bagaimana peran pembimbing agama Islam, metode apa yang digunakan oleh pembimbing, apa faktor pendukung dan penghambat pembimbing agama Islam dalam meningkatkan akhlak remaja di Panti Sosial Bina Remaja (PSBR) Bambu Apus Cipayung Jakarta Timur.<sup>42</sup> Sedangkan pada penelitian ini membahas tentang “*Peran Pembimbing agama Islam dalam Menumbuhkan Kesehatan Mental Pasien Gangguan Jiwa di Pesantren At-Taqy Kalipucang Kulon Welahan Jepara*”. Permasalahan yang dibahas pada penelitian ini bagaimana peran dari pembimbing agama Islam, penyebab gangguan mental, dan upaya untuk mengatasi penyebab

---

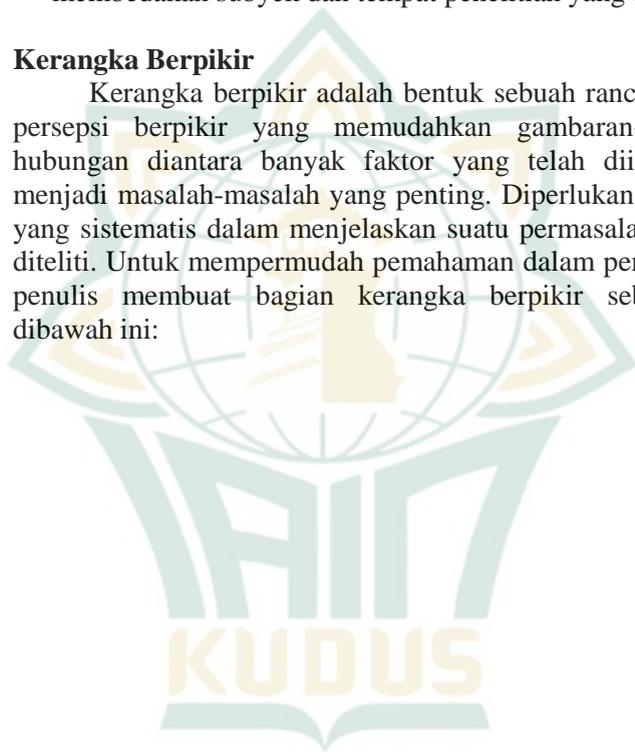
<sup>41</sup> Afif Mubarak, “Peran Pembimbing Dan Metode Bimbingan Agama Islam Dalam Peningkatan Perkembangan Emosional Anak Panti Asuhan Yayasan Al-Kautsar Kecamatan Limpung Kabupaten Batang”, (Skripsi: Batang, 2018), 9.

<sup>42</sup> Zuraida, “ Peran Pembimbing Agama Islam Dalam Meningkatkan Akhlaq Remaja Di panti Sosial Bina Remaja Bambu Apus Cipayung Jakarta Timur” (Skripsi, Jakarta: Syarif Hidayatullah, 2014), 7.

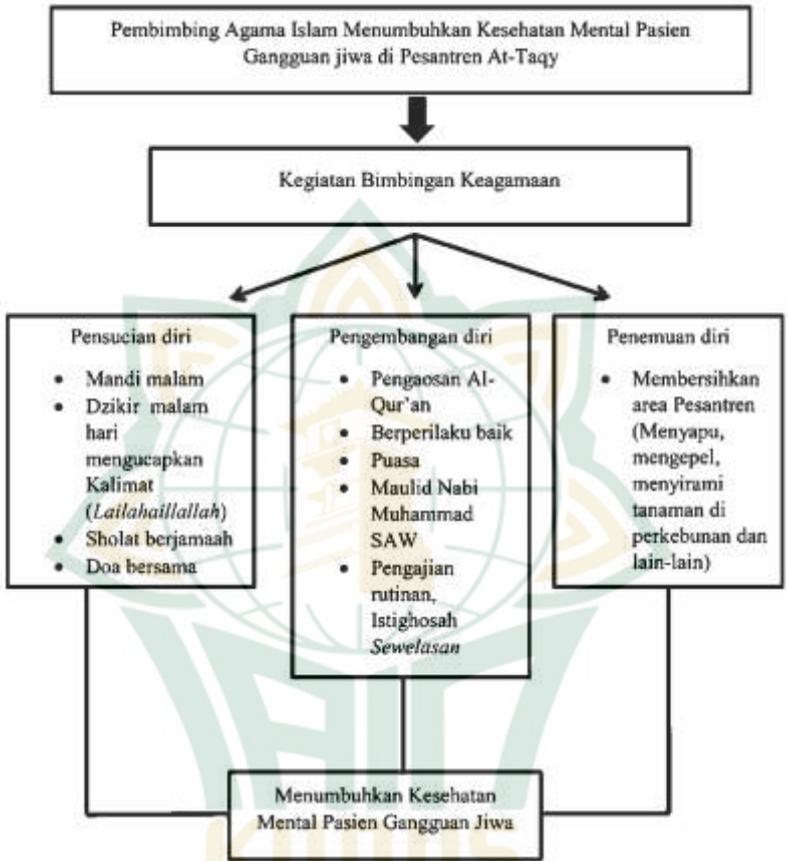
gangguan mental di pesantren At-taqy dalam menumbuhkan kesehatan mental. Persamaan dari penelitian terdahulu dengan saat ini adalah sama-sama membahas mengenai peran pembimbing agama Islam. Sedangkan perbedaan penelitian terdahulu dengan saat ini terletak pada faktor pendukung dan penghambat pembimbing agama Islam serta dapat dilihat dari dua penelitian diatas membedakan subyek dan tempat penelitian yang berbeda.

### **C. Kerangka Berpikir**

Kerangka berpikir adalah bentuk sebuah rancangan dan persepsi berpikir yang memudahkan gambaran-gambaran hubungan diantara banyak faktor yang telah diidentifikasi menjadi masalah-masalah yang penting. Diperlukan pola pikir yang sistematis dalam menjelaskan suatu permasalahan yang diteliti. Untuk mempermudah pemahaman dalam penelitian ini penulis membuat bagian kerangka berpikir sebagaimana dibawah ini:



**Gambar 2. 1**  
**Kerangka Berpikir**



Dalam bagan kerangka berpikir di atas, dapat peneliti jelaskan bahwa kegiatan bimbingan keagamaan yang dilakukan pembimbing dalam membimbing pasien dalam menumbuhkan kesehatan mental pasien gangguan jiwa di pesantren At-Taqy Kalipucang Kulon Welahan Jepara dalam pelaksanaan kegiatannya menggunakan tiga tahapan yakni pensucian diri, pengembangan diri, dan penemuan diri.

Kegiatan keagamaan yang dapat menunjang dalam menumbuhkan kesehatan mental pasien di pesantren At-taqy dengan memberikan bimbingan keagamaan yang dapat menyadarkan, menunjang pasien untuk lebih mendekatkan diri

pada Allah SWT. Berdasarkan kerangka berpikir di atas dalam pengamatan peneliti KH. Nur Kholis beserta pengurus selalu berupaya membantu, membimbing pasien dengan berbagai terapi Islam yaitu dengan melakukan tiga tahapan diantaranya: Pertama, pensucian diri dengan melakukan mandi malam didampingi pengurus disertai dengan membaca dzikir kalimat (*Lailahailallah*) dengan menyebut asma-asma Allah dilanjut melaksanakan sholat berjama'ah santri maupun pasien gangguan jiwa hampir sembuh diajak untuk mendekatkan diri pada Allah melalui sholat dan berdoa bersama dipimpin langsung oleh abah kiai Nur Kholis. Kedua, pengembangan diri dengan melakukan Pengaosan Al-Qur'an dibimbing langsung oleh abah kiai Nur Kholis dan dibantu pengurus dalam membaca Al-Qur'an, Berperilaku baik, diajarkan untuk berpuasa, Maulid Nabi Muhammad SAW dengan diiringi rebana bertujuan untuk mengetuk jiwa yang awalnya tidur menjadi bangun saling saut-menyaut lantunan sholawat, Pengajian rutin dilakukan satu minggu sekali pada hari jum'at, Istighosah *Sewelasan* dilakukan satu bulan sekali. Kemudian ketiga yaitu, penemuan diri dengan melalui kegiatan fisik seperti membersihkan area lingkungan pesantren menyapu, mengepel, menyirami tanaman diperkebunan dan lain-lain dapat menyehatkan badan serta menjaga kebersihan lingkungan agar nyaman. Tujuan tersebut untuk dapat mengurangi penyakit yang sering kambuh oleh pasien karena sering melamun.

Dari kegiatan bimbingan keagamaan tersebut dalam peran pembimbing agama Islam dapat menumbuhkan kesehatan mental pasien gangguan jiwa di pesantren At-taqy memiliki hasil yang dapat menumbuhkan kesehatan mental pasien gangguan jiwa menjadi lebih sehat dengan beberapa cara pelaksanaan terapi bimbingan keagamaan yang telah dikemukakan di atas.