

Dr. H. Abdullah K., M.Pd.

METODE PEMBINAAN SIKAP MENTAL REMAJA

usia
Sturm und Drang

DENGAN PENDEKATAN PSIKOLOGIS
MENURUT PENDIDIKAN ISLAM



Dr. H. Abdullah K., M.Pd.

**METODE PEMBINAAN
SIKAP MENTAL REMAJA**
usia
Sturm und Drang
**DENGAN PENDEKATAN PSIKOLOGIS
MENURUT PENDIDIKAN ISLAM**

**Metode Pembinaan Sikap Mental Remaja Usia *Sturm und Drang*
dengan Pendekatan Psikologis menurut Pendidikan Islam**

Copyright © penulis

November, 2013

Penulis Dr. H. Abdullah K., M.Pd.

Penata Letak, M. Sry

Sampul, Wahyudi Hasyim

ISBN Nomor 978-602-17855-6-0

Luqman al-Hakim Press

Jl. Langsat, Lr. 3 No. 25 Watampone

Telp. (0481) 27774

E-mail: luqmanalhakim.tb@gmail.com

Isi diluar tanggung jawab percetakan

KATA PENGANTAR

Al-hamdulillah, puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Ilahi rabbi atas segala rahmat dan nikmat yang telah diberikan khususnya nikmat kesehatan, sehingga buku ini dapat diselesaikan. Begitu pula ungkapan salawat dan taslim kepada junjungan nabi besar Muhammad saw. yang telah diutus Allah ke persada bumi ini sebagai rahmat bagi alam semesta.

Buku ini dapat diselesaikan atas bantuan dan partisipasi berbagai pihak, baik yang berasal dari internal kampus, maupun dari eksternal kampus. Olehnya itu penulis menghaturkan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Prof.DR.H.Syarifuddin Latif, M.HI., Ketua Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Watampone untuk periode tahun 2010-2014, dan semua teman, keluarga yang turut serta memberi kontribusi penyelesaian buku ini. Semoga segala bantuan mendapatkan karunia sebagai imbalan dari sisi Allah, dibarengi harapan akan manfaat tulisan ini.

Sungguh sangat diharapkan perlunya pengenalan dan kecermatan mengenai pertumbuhan dan perkembangan anak remaja secara umum dan anak usia *strum undy drung* secara khusus dalam berbagai aspeknya, agar dapat diberikan bantuan dan bimbingan secara efektif dan efisien.

Demikian juga sangat perlu dipahami dan dipelihara kesehatan mental anak agar dapat terhindar dari berbagai gangguan dan penyakit jiwa, karena masalah remaja pada umumnya dan usia *Strum und drung* pada khususnya, tetap menjadi hal yang krusial dari waktu ke waktu.

Remaja yang sering dijuluki masa *strum und drung*, meliputi empat fase perkembangan yaitu: fase pueral, free pubertas, pubertas dan adoloesensia, yang masing-masing fase perkembangan menampilkan dampak positif dan dampak negatif, baik sebagai lanjutan maupun sebagai perkembangan baru yang mempunyai karakter tersendiri, yang pembinaannya harus diwarnai oleh orang tua, guru dan orang dewasa lainnya melalui pendekatan psikologis, dengan cara yang praktis, agar anak dapat melewati perkembangannya dengan aman. Karena justru kenakalan remaja sering muncul yang pada umumnya yang menjadi pemicunya adalah orang tua sendiri yang sangat keras dan ekstrim dalam menghadapi usia remaja, mungkin disebabkan karena orang tua tidak berpendidikan serta tidak mengenal pertumbuhan dan perkembangan anak, atautkah budaya kepahlawanan yang masih melekat pada seorang bapak yang pantang dibantah atau ditentang, sehingga harus tunduk dan patuh terhadap semua keinginan dan perintahnya. Atautkah kelalaian orang tua yang membiarkan pada anaknya terhadap sesuatu yang belum pantas dilakukan oleh sang remaja karena terbawa arus oleh lingkungan tanpa peringatan dan pengawasan, tanpa perhatian dan kasih sayang, tanpa merasa berkewajiban dan bertanggung jawab. Tentu saja, ulasan buku ini mengingatkan itu semua agar anak mendapatkan perhatian dengan penuh kasih sayang, diberi bantuan dan pertolongan yang tepat, sehingga mampu melewati masa krisisnya dengan aman tanpa menimbulkan masalah sosial dan pelanggaran hukum.

Watampone, 1 Nopember 2013

Dr. H. Abdullah K., M.Pd.

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR, iii

DAFTAR ISI, v

BAB I PENDAHULUAN, 1

BAB II MENGENAL DAN MENCERMATI KONDISI
REMAJA *STRUM UND DRUNG*, 13

- A. Fase Pueral dan Perkembangannya, 13
- B. Fase free Pubertas dan Perkembangannya, 16
- C. Fase Pubertas dan Perkembangannya, 21
- D. Fase Adolesensia dan Perkembangannya, 26

BAB III TANGGUNG JAWAB ORANG TUA, GURU,
DAN ORANG DEWASA LAINNYA DALAM
PEMBINAAN SIKAP MENTAL REMAJA
USIA STRUM UND DRUNG, 29

- A. Peranan Orang Tua dalam Pembinaan Sikap
Mental Remaja Usia *Strum Und Drung*, 29
- B. Peranan Guru dalam Pembinaan Sikap Mental
Usia Strum Und Drung, 37
- C. Urgensi Kerja Sama Antara Orang Tua dan
Guru dalam Pembinaan Sikap Mental
Usia Strum Und Drung, 44

- BAB IV MEMAHAMI DAN MEMELIHARA KESEHATAN MENTAL, 51
- A. Pengertian Kesehatan Mental, 51
 - B. Gangguan Kesehatan Mental, 57
 - C. Islam Sebagai Terapi Mental, 71
- BAB V METODE PEMBINAAN SIKAP MENTAL YANG PRAKTIS BAGI REMAJA USIA *STRUM UND DRUNG*, 83
- A. Menanamkan Rasa Keimanan dan Ketauhidan Usia *Strum Und Drung*, 83
 - B. Tunjukkan Rasa Simpati dan Perhatian kepada Usia *Strum Und Drung*, 90
 - C. Pemberian Tugas dan Pekerjaan yang sesuai Bakat dan Hobbinya, 93
 - D. Memberikan Kebebasan dan Kemerdekaan terhadap Usia *Strum Und Drung*, 95
- DAFTAR PUSTAKA, 101

BAB I

PENDAHULUAN

Manusia, pada dasarnya, adalah suci; namun, dalam pertumbuhan dan perkembangannya menjadi bervariasi, bisa baik dan bisa jelek, hanya tergantung pada pendidikan atau hal-hal yang memengaruhinya. Jika ia terbiasa pada suatu kebajikan maka menjadi baiklah keadaannya, sebaliknya apabila ia terbiasa pada suatu keburukan maka menjadi buruk pulalah keadaannya atau sikap mentalnya. Dari situ dapat diketahui betapa pentingnya pembiasaan itu ditanamkan sejak dini. Utamanya, pembinaan sikap mental anak, agar sejak kecil ia terbiasa dengan kebajikan, yang membuatnya tumbuh dan berkembang secara optimal dan dapat melalui masa perkembangannya yang kritis seperti masa *strum und drung*. Masa ini biasa juga disebut dengan masa panca roba atau masa topan dan badai, dan masa revolusi. Hal itu ditandai dengan kegelisahan dan kegoncangan jiwa.

Jika seorang anak sejak kecil terbina sikap mentalnya, bertumbuh keimanannya, terbuka wawasannya, maka ia akan melewati masa remajanya dengan mudah dan selamat. Sebaliknya, anak yang tidak mendapatkan pembinaan sikap mental secara positif sejak kecil, maka ia akan menghadapi

masa remajanya dalam kondisi kejiwaan menegangkan; bahkan, penuh kerawanan, kegoncangan, keresahan dan kesuraman, karena tidak memiliki benteng pertahanan dan alat penyaring yang ampuh dalam memilah dan memilih antara yang jelek untuk ditinggalkan dan yang baik untuk dikerjakan dan dimanfaatkan. Ia mudah terombang-ambing oleh gelombang kehidupan yang tiada menentu. Apalagi dengan hadirnya pengaruh budaya barat di media elektronik dan informatika yang terkadang sangat mengancam jati diri para remaja sebagai lapisan generasi terbesar harapan bangsa yang nantinya akan melanjutkan pembangunan.

Usia remaja termasuk masih labil, dalam arti sang anak belum punya kemampuan untuk memisahkan yang baik dan yang buruk, yang menguntungkan dan yang merugikan; terutama, bagi remaja yang tidak mendapat pembinaan keagamaan yang mantap dan pengembangan wawasan yang luas. Remaja demikian hanya cenderung mengikuti hawa nafsunya belaka sehingga secara tidak sadar menceburkan diri dalam perbuatan keji dan munkar. Kondisi yang demikian itu sungguh memerlukan pembinaan yang bijaksana, baik dari orang tua di rumah maupun orang tua dalam lingkungan dominsili serta semua guru di sekolah dengan menggunakan metode praktis dari pendidikan Islam.

Dari sisi lain, semua orang tua mengharapkan anaknya jadi baik. Namun, kenyataannya tidak semuanya dan tidak selamanya bisa jadi baik. Bahkan, ada di antaranya jadi yang jahat karena caranya salah, metodenya keliru, penerapannya tidak praktis (tidak *aplicated*). Anak bisa lari (minggat) dari rumahnya. Ia pergi bergabung dengan kelompok preman atau anak gelandangan yang cenderung melakukan perbuatan zalim dan tindakan kriminal seperti mabuk, berjudi, mencuri, berzina, memadat, merampok dan membunuh.

Di samping itu, pada umumnya orang tua sibuk dengan aktifitasnya masing-masing. Yang sepertinya, tidak punya waktu untuk memberikan perhatian dan pembinaan

kepada anaknya; bahkan, menyerahkan sepenuhnya kepada guru di sekolah. Sehingga, jika anak berlaku buruk, maka guru yang disalahkan dengan ungkapan bahwa gurunya tidak beres, tidak becus dan tidak amanah apabila anaknya jadi bandel. Sebaliknya, jika sang anak berhasil atau baik, maka biasanya orang tua membanggakan diri sendiri dengan ungkapan siapa dulu dong bapaknya yang sepertinya sang guru tidak punya andil di dalamnya.

Kondisi seperti itu juga terjadi di dalam kompleks perumahan, baik perumahan yang elit, maupun perumahan yang sederhana atau sangat sederhana. Pada umumnya orang tua kurang perhatian dan lemah kepeduliannya terhadap generasinya. Usia remaja sering terlibat perkelahian kelompok, pencurian (*handphone*, helem, ayam, laptop, dan bahan sembako), balapan liar, minuman keras, pelecehan seksual, judi togel dan terlambat bangun pagi disebabkan begadang dengan *facebooks*, *cating* dan berbagai permainan.

Kalau terjadi hal seperti tersebut di atas, maka timbul pertanyaan sebagai berikut: 1) siapakah yang paling bertanggung jawab atas pembinaan sikap mental anak usia remaja khususnya usia *strum und drung*?; 2) bagaimanakah metode yang praktis untuk diterapkan sebagai langkah utama dan strategis dalam pembinaan sikap mental remaja usia *strum und drung* menurut perspektif pendidikan Islam?

Tentu yang paling bertanggung jawab atas pembinaan sikap mental anak remaja pada umumnya, dan anak *strum und drung* pada khususnya adalah orang tua di rumah dan orang dewasa lainnya dalam lingkungan domisili serta lingkungan sekolah. Oleh karena itu, orang tua berkewajiban memelihara dirinya dan keluarganya dari api neraka melalui pembinaan fisik dan mental atau raga dan jiwa anaknya, agar tumbuh berkembang dengan sempurna menurut fitrahnya. Orang tua yang melaksanakan kewajiban itu dengan baik akan disiapkan pahala yang besar dari Allah swt. Sebaliknya, orang tua yang lalai akan diancam dengan siksaan yang pedih. Dalam kenyataannya, tidak

semua orang tua tahu dan punya waktu untuk membina anaknya, sehingga dilimpahkan (diserahkan) kepada sekolah, sehingga guru mewakili dan menggantikan tugas utama orang tua. Dengan demikian, perlu dijalin kerja sama yang baik antara orang tua dan guru dalam pembinaan anak, utamanya dalam menanamkan sikap mental yang mantap bagi remaja.

Untuk mendapatkan gambaran yang tepat mengenai judul buku, maka penulis memberikan pengertian beberapa kata sebagai berikut:

- a. *Metode*. Kata ini berasal dari bahasa Yunani. Akar katanya adalah *meta* dan *hodos*. *Meta* diartikan dengan "melalui, menuju, sesudah dan mengikuti", sedangkan *hodos* diartikan dengan "jalan, cara, arah dan perjalanan". Dengan demikian, metode dapat diartikan sebagai jalan yang sering dilewati atau cara yang sering ditempuh dan perjalanan yang dapat diikuti, menuju pada suatu tujuan yang telah ditentukan.¹ Tentu saja jalan, cara, perjalanan dan arah itu telah dipikirkan secara matang, telah diatur dan diolah sedemikian rupa agar maksud dapat tercapai secara efisien dan efektif.
- b. *Pembinaan*. Secara bahasa, kata ini diartikan dengan pembangunan, pembaharuan dan mendirikan. Secara istilah, kata pembinaan diartikan sebagai suatu proses penelitian, penilaian, bimbingan perbaikan, peningkatan dan pengembangan.² Secara aplikatif, kata "pembinaan" diartikan sebagai:

Semua kegiatan, perbuatan, usaha dan upaya untuk menjelaskan, menghidupkan, memelihara dan mengembangkan suatu organisasi atau lembaga, dengan usaha dan situasi pendidikan dengan memanfaatkan semua sumber daya yang tersedia (*human resources dan natural*

¹Lihat Koentjaraningrat, *Metode-metode Penelitian Masyarakat*, (Cet. I, Jakarta: PT. Gramedia, 1977), h. 16.

²M. Sastrapradja, *Kamus Istilah Pendidikan dan Umum*, (Jakarta: Usaha Nasional, 1981), h. 367.

resources) secara selektif, efektif dan efisien untuk mencapai tujuan pendidikan.³

c. *Sikap Mental*. Secara bahasa, sikap diartikan dengan "bentuk, cara, pendapat, pandangan, pendirian dan keyakinan seseorang"⁴. Sedangkan kata mental berasal dari bahasa Latin yaitu *mens* atau *mentis* yang diartikan "sesuatu yang bersangkutan paut dengan jiwa, roh, batin, atau watak manusia."⁵ Dengan demikian, sikap mental dapat diartikan sebagai gejala jiwa yang melatarbelakangi tingkah laku, baik dalam bentuk prinsip maupun dalam bentuk pola pikir yang menunjukkan kemampuan bertindak secara efisien, integral dan regular ataupun sebaliknya.

d. *Remaja Strum Und Drung*.

Kata *strum und drung* berasal dari bahasa Belanda yang diartikan masa topan dan badai, masa revolusi atau masa kegoncangan kedua (*frost periode kedua*), karena terjadinya pertentangan batin, sehingga merasa bimbang, tidak tenang, murung dan banyak tidur serta merasa tersaingi. Berbarengan dengan itu muncul sikap agresif, gelisah, gaduh, kasar, sok, hiperaktif, bandel, pesimis, semena-mena, banyak protes dan banyak membangkan disebabkan ketidakmatangan emosional. Kegoncangan tersebut disebabkan terjadinya perubahan dari positif ke negatif (tingkah laku, emosi, dan cara berpikir). Masa *strum und drung* ada yang menyebutnya masa *stress and strain* (masa kegoncangan dan kebimbangan) karena seorang anak melakukan penolakan pada kebiasaan di rumah dan di sekolah serta mengasingkan diri dari kehidupan umum, lalu membentuk kelompok (geng)

³H. Abdurrahman, *Ilmu Pendidikan Sebuah Pengantar Dengan Pendekatan Islam*, (Cet. I Jakarta: PT. Al-Qushwa, 1988), h. 78.

⁴WJS. Poerwadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, (Cet. V, Jakarta: Balai Pustaka,

1976), h. 944.

⁵*Ibid.*, h. 645.

yang bersipat sentimental. Mereka menganggap bahwa dunia ini berubah dalam dunia lain dan pribadi mereka bersipat plastis serta muncul minat pada pekerjaan.⁶ Kegoncangan itu menurut Winarno adalah suatu proses adelensi yang diakibatkan perkembangan yang berakar pada kenyataan biologis yang sejalan dengan kebutuhan motivasi orgasme sebagai makhluk biologis, berkait dengan interaksi antara sesama manusia, hubungan manusia dengan lingkungan, hubungan manusia dengan penciptanya, lalu termanipulasikan dalam kepribadian-nya.⁷

Kata remaja berasal dari bahasa Sangsekerta yaitu, *mjas*, artinya orang besar yang berkain kotor, karena membawa bulan (anak gadis), sudah mengeluarkan mani, (anak laki-laki), jadi sudah akil balig, muda remaja anak muda sudah boleh dikawinkan; masa remaja; masa perobahan dari anak jadi muda (*puberteit*).⁸

Secara istilah masa remaja adalah masa peralihan yang ditempuh oleh seseorang dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan, masa yang penuh kejolak kejiwaan.⁹ Oleh Sarlito Wirawan Sarwono, masa ini disebut masa transisi antara masa kanak-kanak ke masa dewasa, yang menunjukkan tingkah laku susah diatur, mudah terangsang perasannya.¹⁰

Usia remaja mempunyai rentangan waktu yang cukup panjang yaitu dari masa kanak-kanak, sekitar umur 12-24

⁶Lihat Panut Panuju, dkk. *Psikologi Remaja*, (Cet.I, Yogyakarta: Tiara Wacana, 1999), h. 20.

⁷Winarno Surakhmad, *Psikologi Pemuda Sebuah Pengantar dalam Perkembangan Pribadi dan Interaksi Sosialnya*, (Cet.II, Bandung: Jemmars, 1980), h. 27.

⁸Danawir Ras Burhani, *Jenis Kenakalan Remaja dan Penanggulangannya di KMUP*, Makalah, 1979, h. 1. Lalu, bandingkan WJS. Poerwadarminta, *op. cit.*, h. 813.

⁹Zakiah Darajat, *Ilmu Jiwa Agama*, (Cet. XVI, Jakarta: Bulan Bintang, 2003), h. 82.

¹⁰Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Remaja*, (Cet. X, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2006), h. 2.

tahun, yang secara fisik diawali dengan berfungsinya alat kelamin sekunder dengan segala variasinya, lalu di akhiri dengan kematangan seluruh organ, dan secara psikhis diawali dengan perubahan emosi dalam bentuk kegoncangan dan pertentangan batin itu dan muncul kegembiraan, keseimbangan dan rasa sosial yang tinggi.

- c. *Pendidikan Islam*. Kata pendidikan dalam bahasa Arab disebut *tarbiyah*, *ta'dib*, *tahzib* dan *ta'lim*, yang dalam bahasa Inggris disebut *education* atau *educatif* dengan asal kata *educio* yang dapat diartikan "menumbuhkan, memunculkan dan mengasuh".¹¹ Sedangkan kata Islam diartikan dengan "bersih dan selamat, perdamaian dan keamanan, berserah diri, tunduk dan patuh".¹² Secara istilah, pendidikan Islam diartikan "segala daya upaya menanamkan, menumbuhkan, memupuk dan mengembangkan fitrah imaniyah agar terbentuk manusia yang *muttaqin*".¹³

Pendidikan Islam tidak lain adalah usaha sadar, dan sistematis yang mendorong terjadinya proses belajar dan penyesuaian individu-individu secara terus menerus terhadap nilai-nilai budaya dan cita-cita masyarakat berdasarkan tuntunan nilai-nilai Islam.¹⁴ Pendidikan Islam terdiri atas dua suku kata yaitu "pendidikan" dan "Islam". Secara leksikal kata pendidikan berasal dari kata "didik" yang diberi prefiks "pen" dan sufiks "an" yang dimaknai sebagai proses pembuatan dan cara mendidik.¹⁵ Dalam bahasa Arab terdapat berbagai kata yang sepadan dengan pendidikan, seperti: *tarbiyah*, *ta'lim*, *ta'dib*, *tahzib*,

¹¹H. Abdurrahman, *op. cit.*, h. 1.

¹²H.E. Saipuddin Anahari, *Kuliah Al-Islam, Pendidikan Agama Islam di Perguruan Tinggi*, (Bandung: ITB, 1980), h. 53.

¹³H. Abdurrahman, *Op.cit.*, h. 63.

¹⁴Mulyono Danopolii, *Pesantren Modern INMIM Pencetak Muslim Modern* (Jakarta: Rajawali Pers, 2011), h. 55.

¹⁵Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai pustaka, 1977), h. 232.

dan *tadris* yang dipopulerkan oleh mereka yang memiliki otoritas dalam bidang pendidikan Islam. Kemudian, kata Islam secara etimologis, terdiri dari kata-kata: 1) *aslama* berarti menyerahkan diri, menyelamatkan diri, taat dan patuh; 2) *salima* yang berarti selamat, sejahtera, sentosa, bersih, bebas dari cacat dan cela; 3) *salam* berarti damai, aman dan tenteram.¹⁶ Term Islam adalah agama yang ajaran-ajarannya diwahyukan Tuhan kepada masyarakat melalui Nabi Muhammad saw. sebagai Rasul.¹⁷

Dari pengertian tersebut di atas, maka tergambarlah bahwa yang menjadi ruang lingkup pembahasan adalah cara yang sebaiknya ditempuh, dilakukan, diupayakan dan diterapkan dalam menanamkan sikap mental yang baik kepada remaja, khususnya *usia strum und drung* yang sesuai dengan perspektif pendidikan Islam agar mereka selamat dalam menghadapi kehidupan di dunia, utamanya masa topan dan badai itu dan bahagia di akhirat kelak.

Secara operasional dapat dipahami bahwa menurut konsepsi pendidikan Islam ada hal-hal yang utama yang perlu ditanamkan dan diterapkan dalam pembinaan sikap mental remaja sejak dini agar nantinya hal-hal utama itu menjadi dasar yang strategis, baik dalam memotivasi untuk mengerjakan *amur ma'ruf* maupun dalam mencegah dari perbuatan *nahi munkar*, sehingga anak selamat dalam menjalani fase-fase perkembangannya, yang *endingnya* membuahakan kepribadian yang *muttaqun*.

Setelah manusia dilahirkan, maka sejak itu perkembangannya berproses secara bertahap dan bertingkat, mulai fase bayi hingga fase infolusi dan senium. Salah satu perkembangan disebut fase remaja, yang di dalam fase itu secara psikologis mengalami *strum und drung* atau masa

¹⁶Endah Saifuddin Anshari, *Kuliah Islam* (Bandung: Pustaka, 1987), h. 52.

¹⁷Lihat Harun Nasution, *Islam Ditinjau dari Berbagai Aspek* (Jilid I, Cet. 5; Jakarta: UI Press, 1985), h. 24.

topan dan badai, masa oleng, masa kegelisahan dan keresahan, yang lebih populer masa kegoncangan.

Fase remaja yang *strum und drung* itu perlu dikenali dan dicermati oleh orang tua, orang dewasa lainnya dan guru di sekolah, sebagai suatu perkembangan yang harus dilalui, sehingga diperlukan pengertian dan dukungan dari orang tua, orang dewasa lainnya dan guru di sekolah agar fase tersebut dilewati dengan aman dan selamat tanpa menimbulkan problema sosial dan pelanggaran hukum.

Untuk menghadapi remaja yang usia *strum und drung* itu, secara perspektif pendidikan Islam memerlukan solusi sebagai metode praktis berupa tip-tip atau langkah-langkah strategis dalam membina sikap mentalnya, agar dilewati dengan selamat dan aman dalam menghadapi perkembangan berikutnya.

Perlu disadari bahwa remaja merupakan generasi penerus yang terbesar dari lapisan masyarakat yang nantinya menjadi pemegang estapet kepemimpinan dalam melanjutkan pembangunan, juga merupakan rentangan fase yang terpanjang dari kehidupan manusia, sehingga memiliki tingkat resiko permasalahan yang paling besar dan paling rumit. Oleh karena itu, orang tua, orang dewasa lainnya, dan guru di sekolah perlu menyadari bahwa mereka tidak dapat dilayani dari segi kebutuhan fisik belaka, tetapi juga harus dipikirkan kebutuhan psikisnya agar berjalan secara berimbang dan harmonis.

Kenakalan yang sering tampil di lingkungan sekitar, cenderung dilakukan oleh para remaja khususnya usia *strum und drung*, karena kurang mendapat perhatian dari orang tua atau perlakuan orang tua yang sangat kejam dan ekstrim terhadap kesalahan dan kesalahan yang diperbuat oleh remaja, sehingga anak lari dari rumah dan bergabung bersama anak preman yang cenderung bersikap dan bertingkah laku secara negatif. Hal itu membuktikan bahwa metode pembinaannya tidak efektif, dan tidak praktis.

Padahal pendidikan Islam memberikan indikator bagaimana menerapkan hal-hal utama dalam pembinaan sikap mental remaja agar mereka sukses di dunia dan selamat di akhirat.

Semua orang tua mendambakan anak remaja yang baik. Namun, kenyataannya tidak selamanya demikian, karena metode pembinaannya berbeda, curahan perhatian dan pemberian hukumannya berbeda. Dari situ perlu dipahami dan disadari bahwa metode yang tepat akan menghasilkan sesuatu yang positif, sedangkan metode yang salah dan keliru akan berdampak negatif terhadap anak, baik pada fase yang sementara berjalan, maupun terhadap fase berikutnya, sehingga nampak bahwa metode sangat menentukan berhasil atau tidaknya pencapaian tujuan.

Kesibukan orang tua saat ini membuat seorang anak acuh (cuek) terhadap sesuatu yang terlalu teoritis karena mereka sepertinya tidak punya waktu untuk itu dari mereka merasa sulit sekali melakukan pengkajian dan pendalaman, walaupun hal itu sangat dibutuhkan. Bertolak dari situ penulis ingin menyumbangkan buah pikiran kepada mereka dengan memberikan metode praktis, dengan menerapkan beberapa hal utama dalam kaitannya pembinaan sikap mental remaja utamanya usia *strum und drung*, agar mereka lebih tertarik dan lebih terfokus dalam mendampingi demi kestabilan dan keharmonisan perkembangan anak.

Untuk memudahkan bagi pembaca dalam memahami secara singkat mengenai isi buku ini, maka penulis memberikan gambaran melalui pragraf sebagai berikut:

Sebagai pendahuluan, bab pertama di dalam tulisan ini akan menampilkan latar belakang pentingnya orang tua memperhatikan/remajanya sebagai kewajiban dan tanggung jawabnya dalam menerima amanah itu agar mereka tidak lalai dan anak-anaknya tidak terlantar. Pada umumnya, persoalan remaja menjadi krusial disebabkan oleh orang tua yang ekstrim, yang tidak peduli dan tidak mengenal irama pertumbuhan dan perkembangan anak.

Bab kedua dibebaskan masa remaja dengan menampilkan empat fase sebagai rentangan perkembangan yang cukup panjang yaitu fase paurel yang berlangsung sekitar umur 12-14 tahun, fase pre pubertas yang berlangsung sekitar umur 15-18 tahun dan fase adolesensia yang berlangsung dari umur sekitar 19-21 tahun, dimana masing-masing fase mempunyai karakteristik tersendiri.

Bab ketiga dibahas mengenai tanggung jawab pembinaan sikap mental anak khususnya para remaja tetap berpusat dan berpangkal pada orang tua, hanya saja karena tidak semua orang tua punya waktu dan tahu membina anaknya dengan baik, maka diserahkan pada sekolah, sehingga sekolah khususnya guru juga menjadi pembina utama, namun kapasitasnya hanya sebagai wakil dan pengganti dari orang tua. Dengan demikian, antara orang tua dan guru perlu membina kerja sama yang baik demi upaya memperkembangkan anak secara lancar, optimal dan harmonis.

Bab keempat ditekankan perlunya memahami dan memelihara kesehatan mental anak, agar terhindar dari gangguan dan penyakit jiwa dengan menanamkan jiwa keagamaan (*imtaq*) kepada Allah sehingga terdorong melakukan amar makruf dan mencegah diri dalam melakukan nahi munkar.

Bab kelima dipaparkan tentang metode praktis yang ditunjukkan oleh pendidikan Islam dalam pembinaan sikap mental, khususnya para remaja *strum und drung* yaitu dengan jalan menanamkan, rasa keimanan dan ketauhidan yang mendalam yang dimulai sejak kecil didalam rumah tangga, sehingga menjadi sumber motivasi, kaedah, norma, etik dan moral dalam hidup dan kehidupan. Di samping itu, ditunjukkan rasa simpati dan perhatian tentang apa yang menjadi keinginan, kebutuhan dan hobi mereka, memberi tugas dan pekerjaan yang sesuai bakat dan minatnya serta memberi kebebasan dan kemerdekaan dalam berinisiatif dan berbuat tanpa ada kesan mendikte atau memaksa.]

BAB II

MENGENAL DAN MENCERMATI KONDISI REMAJA STUM UND DRUNG

A. Fase *Pueral* dan Perkembangannya

Usia 5 sampai 11 tahun menunjukkan masa latensi (tersembunyi atau belum muncul) dalam arti bahwa potensi anak masih bersifat tersimpan dan muncul setelah masa *pueral* yang ditandai dengan perkembangan fisik yang melimpah sangat cepat yang membuat mereka bertingkah laku kelihatan kasar dan kaku serta kurang seimbang.

Pertumbuhan berbagai organ dan persendian sangat pesat sehingga tubuhnya bertambah panjang, makannya banyak, perkembangan intelektualnya intensif dengan tampilnya rasa ingin tahu akan sesuatu, baik melalui ilmu pengetahuan ataupun melalui pengalaman, serta minatnya pada dunia luar sangat besar. Abu Ahmadi & Zul Afdi Ardian mengemukakan bahwa:

Masa *pueral* berlangsung sekitar umur 12-14 tahun dengan potensi sebagai berikut:

1. Anak lelaki sudah ada sikap ekstraversi.
2. Minat sosial tumbuh untuk membentuk kelompok-kelompok.

3. Ingin berkuasa dan ingin menarik perhatian.
4. Bersikap sombong.
5. Aktivitas spontan, tidak tenang.
6. Utilistis.
7. Gemar akan pengalaman yang luar biasa, keberaniannya melampaui batas.¹

Fase *pueril* menunjukkan sikap dan tingkah laku remaja berorientasi keluar (*ekstraver*) sebagai dorongan untuk menyaksikan keadaan-keadaan dunia luar dan untuk mencari teman-teman sebayanya dalam rangka memenuhi keutuhan psikisnya sehingga mereka suka berkelompok. Namun, terkadang teman sendiri dianggap saingan karena belum terjalinnya ikatan sosial yang mendalam dan mantap serta dari persaingan itu sang remaja merasa mendapatkan sosialisasi lebih lanjut. Tingkat persekutuan hidupnya masih dalam kelompok kecil demi mendapatkan kemenangan dan kekuatan.

Remaja *puer* merasa ingin berkuasa, sehingga yang dipikirkan dan diidamkan adalah kekuatan, kemenangan dan kehebatan melalui persaingan yang besar antara kelompok-kelompok yang ada, sekaligus ingin mendapatkan perhatian dari apa yang dilakukannya, sehingga selalu ambisi pada kedudukan dan tugas yang memungkinkan mendapatkan kejuaraan dan keunggulan. Keinginan yang demikian membuat merasa tampil dengan sikap sombong, suka membual. Bagi anak lelaki suka mempercakapkan kekuatan dan keunggulan dirinya dalam bidang olahraga dan sebagainya. Bagi anak perempuan suka bersolek dan berhias diri serta mengejek orang lain demi mendapatkan perhatian.

Remaja *puer* dalam aktivitasnya cenderung spontan dalam mengikuti kerja bakti, permainan bersama, kemah bakti, gotong royong dan sebagainya, baik dalam kepramukaan atau dalam bidang olahraga, rekreasi, dalam karang

¹Abu Ahmadi, Zul Afdi Ardian, *Ilmu Jiwat Anak*, (Cet.1, Bandung: CV. Armico, 1989), h. 139.

taruna. Aktivitas spontan itu terjadi karena pengaruh jasmaninya yang kekar, lincah dan suka bergerak serta bermain-main. Namun, di lain segi ia merasa tidak tenang karena jiwanya masih labil, tengah mengalami transisi dan belum menemukan nilai-nilai yang dapat dijadikan sebagai pegangan hidup. Padahal, sementara mereka sangat sensitif (peka) terhadap pengaruh-pengaruh dari luar yang terkadang baik atau buruk.

Remaja *puer* juga bertindak sesuai tujuan atau faedah tertentu (*utilistis*) karena minat dan perhatiannya ditujukan kepada soal-soal yang praktis, bukan sesuatu yang teoritis dan hayalan. Ia lebih cenderung kepada hal-hal konkrit dari yang abstrak dan lebih senang pada hal yang realistik. Ada kecenderungan *puer* lelaki menyukai buku bacaan yang memuat cerita kepahlawanan, pertualangan yang menampilkan sikap kesatria dan keberanian. Dan pada *puer* wanita lebih suka kepada buku-buku yang bernilai kewanitaan yang mengandung perjuangan dan karier.

Remaja *puer* sangat gemar akan ilmu pengetahuan, sehingga ia menerima otoritas guru sebagai hal yang wajar, walaupun diberikan hukuman asalkan dijalankan dengan tegas dan adil, bukan dengan ragu dan semberono. Ia tetap membutuhkan pimpinan orang dewasa, asalkan tetap adil, diperlakukan sebagai orang besar dan merasa dihormati. Remaja *puer* suka menjelajah mencari pengalaman sebagai penyaluran rasa ingin tahunya (*curiosit-nya*) sekaligus mengembangkan minatnya pada dunia luas dalam rangka memahami bagaimana belajar dan berbuat dalam dunia kerja. Dengan demikian, mereka suka mengunjungi tempat-tempat tertentu yang belum dikenal, suka pada cerita yang mengandung pengalaman yang hebat dan mengesankan.

Remaja *puer* juga digelar sebagai masa negatif atau menentang, karena masih mengenang dunia permainan sementara belum sampai pada suatu pegangan pada dunia kedewasaan yang kokoh. Mereka belum lepas dari arena dunia kanak-kanak, tetapi tidak mau lagi diperlakukan

sebagai anak kecil. Mereka ingin diperlakukan sebagai orang dewasa atau orang besar yang punya kelebihan dan otoritas, tetapi masih tetap butuh akan pertolongan dan uluran tangan orang tua serta masih ragu dalam memecahkan masalah yang dihadapi secara mandiri. Mereka selalu membandingkan dirinya dengan orang dewasa, tetapi senantiasa merasa kalah, sehingga muncullah gelagak (juai aksi) dalam bentuk suka mogok, tidak patuh, keras kepala, suka memprotes dan menantang, sembrono dan sombong.

Dapatlah ditegaskan bahwa anak *puer* adalah suatu masa yang memperlihatkan akhir dari keserasian bersekolah yang tampil dengan vitalitas yang melimpah, lalu disalurkan dalam berbagai permainan, persaingan, perjelajahan dan pembangkangan.

B. Fase Pre Pubertas dan Perkembangannya

Fase pre pubertas adalah suatu masa yang langsung mengikuti masa *pueral* yang waktunya cukup singkat yaitu sekitar umur 14 sampai 15 tahun. Adapun potensi usia pre pubertas adalah sebagai berikut:

1. Ada interes (perhatian) terhadap jenis kelamin lain.
2. Mulai melepaskan diri dari ikatan orang tua, tidak menurut dan mulai menentang orang tua.
3. Bertindak agresif, bersikap hebat, suka membul, suka mencela (masa negatif).
4. Mudah menerima pengaruh dari teman-temannya
5. Kemauan tidak menentu, tingkah lakunya tidak beraturan.
6. Selalu ingin melakukan sesuatu yang berlawanan dengan apa yang diperintahkan.²

Secara fisik terjadi perubahan dengan tumbuhnya rambut pada bagian tertentu, pecahnya suara bagi laki-laki, lengan dan kaki agak panjang sehingga terjadi ketinggian atau kekurusan, nafsu makan tidak menentu dan tumbuh-

²*Ibid.*, h. 143.

nya kelenjar-kelenjar baru seperti hipofise, gondok, kelamin, adrenal dan pancreas yang merubah peredaran darah jadi kencang serta serabut saraf bertambah besar.

Perubahan fisik jadi tinggi atau panjang berlangsung dari ujung tangan dan kaki kemudian menyusul siku dan betis kemudian batang tubuh dan muka, sehingga terjadilah ketidak harmonisan (disharmonis) dalam bentuk tubuh menuju kepada keharmonisan pada masa pubertas.

Jika pada masa *pueral* memperlihatkan kelincahan dalam bergerak, maka pada masa pra pubertas seorang remaja seperti ini memperlihatkan kekakuan (kekakuan) dalam bergerak, bahkan suka tidur dan malas. Remaja pra puber ditandai dengan tampilnya rasa malu, aneh, risau dan bersalah, tetapi kemudian dengan bangga dan sadar bahwa ia bukan lagi seorang kanak-kanak.³ Abu Ahmadi & Zul Aldi Ardian menyebut usia pra pubertas sebagai *usia strum und drung* atau masa pancaroba, masa kritis atau kemelut kedua, karena terjadinya revolusi dalam jiwa dalam rangka terbangunnya kepribadian, sehingga timbul sikap subjektif dan sikap mengarahkan diri ke dalam.⁴

Fase pra pubertas disebut sebagai fase peralihan dari masa anak-anak ke masa pubertas, sehingga seorang remaja dewasa mulai berusaha melepaskan diri dari ikatan yang kuat dari orang tua dan orang dewasa lainnya untuk mencapai kemerdekaan dan kebebasan secara apriori, tanpa memperhitungkannya secara sadar. Ia selalu bertanya di dalam hati mengapa harus tunduk dan patuh pada orang tua, guru dan orang dewasa lainnya yang hanya akan membatasi kebebasan dan kemerdekaannya. Setelah ia berusaha menjauhkan diri dari pengaruh orang tua, guru dan orang dewasa lainnya, bahkan terkadang menentang secara keras pada hal-hal yang mengganggu kebebasan dan

³Lihat Soepartinah Pakasi, *Anak dan Perkembangannya Pemeliharaan psiko-pedagogis terhadap Generasi Muda* (Jakarta: PT. Gramedia, 1981), h. 85.

⁴Lihat Abu Ahmadi & Zul Aldi Ardian, *op.cit.*, h. 144-145.

kemerdekaannya, ia pun tidak lagi menjadi anak penurut, tetapi, justru sering berbalik bermusuhan dengan lingkungan rumah tangga dan sekolah. Lalu mereka bergabung dalam kelompok sebayanya. Terkait dengan itu, Suamdi Suryobroto menegaskan bahwa *usia strum und drung* adalah masa mengalami kegoncangan batin sebab dia tidak mau lagi memakai sikap dan pedoman hidup kanak-kanaknya, tetapi belum mempunyai pedoman hidup yang baru. Ia merasa bahwa dirinya mampu, tetapi saat yang sama ia juga masih mencari pertolongan, karena belum mampu menjelaskan keinginannya. Ia ingin sesuatu tetapi tidak tahu apa yang diinginkan itu. Oleh karena itu, dibutuhkan bantuan yang dapat mengatasi kesuakaran-kesukarannya.⁵

Dalam usaha melepaskan diri dari ikatan keluarga dan sekolah sering mereka bertindak jual aksi seperti mengadakan pemogokan, membual, melakukan tindakan yang salah langkah untuk mencari perhatian, suka mencela dan selalu mencoba menyembunyikan tekanan batinnya sehingga digelar sebagai masa negatif (masa disharmonis).

Sifat negatif itu dapat dibedakan antara anak perempuan dan anak laki-laki:

- a. Sifat-sifat negatif pada anak perempuan menurut H. Hezer adalah sebagai berikut:
 - 1) Tak tenang.
 - 2) Kurang suka bekerja.
 - 3) Suasana hati tak baik dan murung.
 - 4) Asosial:
 - a) Menarik diri dari masyarakat.
 - b) Agresif terhadap masyarakat.
- b. Sifat-sifat negatif pada anak laki-laki menurut Hans Hochholzer adalah sebagai berikut:
 - 1) Kurang suka bergerak.
 - 2) Lemas lelah.
 - 3) Kebutuhan untuk tidur besar.

⁵Lihat Sumadi Suryobroto, *Psikologi Perkembangan* (Yogyakarta: Rake Press, 1984), h. 132-134.

- 4) Suasana hati tidak tetap.
- 5) Pessimistik.

M. J. Langeveld menyimpulkan bahwa ada dua macam bentuk negatif yaitu:

- 1) Negatif dalam prestase yaitu:
 - a) Prestase jasmani.
 - b) Prestase kejiwaan.
- 2) Negatif dalam sikap sosial yaitu:
 - a) Menarik diri dari masyarakat (negatif pasif).
 - b) Agresif terhadap masyarakat (negatif aktif).⁶

Dengan memperhatikan pandangan di atas dapat dipahami bahwa sifat negatif itu tampil secara berlawanan. Jika pada fase *pueral*, vitalitasnya melimpah dan bersikap ekstravers, maka pada fase pra pubertas ini vitalitas itu menurun dan sikap itu berubah menjadi introvers.

Masa free pubertas merupakan periode transisi dan tumpang tindih, karena berada dalam masa peralihan antara masa kanak-kanak dengan masa remaja, sehingga mereka bukan lagi anak-anak, tetapi untuk menyebut sebagai remaja juga belum tepat, karena terjadinya tumpang tindih antara ciri biologis-psikologis anak yang masih dimiliki dengan ciri remaja juga yang mulai tampak. Dalam kaitan itu, Siti Pratiwi Suardiman menegaskan bahwa pada usia *strum und drung* muncul kesadaran akunya, sehingga menimbulkan keinginan untuk membantah dan keras kepala, baik terhadap orang tuanya, maupun terhadap saudaranya, karena ia merasa sudah dewasa tetapi masih butuh bantuan dari orang tuanya.⁷

Demikian juga secara psikis tampil hubungan yang renggang dengan keluarga. Seorang remaja ingin merasa bebas dan merdeka karena sudah dapat berpikir secara abstrak dan bertutur lebih logis; namun, penuh pertentang-

⁶Ibid. h. 130.

⁷Lihat Siti Pratiwi Suardiman, *Psikologi Perkembangan* (Yogyakarta: IKIP, 1990), h. 48.

an batin sehingga tugas di rumah dan di sekolah kurang diperhatikan dan tidak dipertanggungjawabkan, prestasi menurun dan mudah menerima pengaruh negatif dari teman-temannya, pengenalan dan kemauannya tidak menentu, dan sikapnya lemah serta tingkah lakunya kurang beraturan.

Terkait dengan itu, M. Alisuf Sabri mengingatkan bahwa masa kegoncangan itu merupakan keadaan psikologis yang khas dialami oleh setiap anak yang cenderung bersifat negatif. Olehnya itu, guru harus menyadari bahwa siswa yang demikian bukanlah seorang individu yang segar dan menyenangkan, melainkan seorang individu yang cukup menarik untuk diperhatikan.⁸

Seorang pre pubertas merasa kurang tertarik terhadap tempat persekutuannya; bahkan, terkadang menunjukkan perbuatan destruktif dan kontradiktif terhadap orang tua dan guru mengenai kewajiban di rumah dan di sekolah karena lebih tertarik pada jenis kelamin yang lain sehingga segalanya dipersiapkan untuk dia lawan jenis itu.

Perubahan yang terjadi sebagai pengaruh kelenjar-kelenjar itu seringkali tidak dipahami oleh anak, sehingga muncullah sifat ragu-ragu, kurang pasti, malu dan sebagainya. Namun, waktunya cukup singkat saja sekitar satu tahun bagi perempuan dan sekitar tiga tahun bagi anak laki-laki dan akan berakhir setelah datangnya menstruasi pertama bagi anak perempuan dan mimpi mengeluarkan mani bagi anak laki-laki yang populer dengan istilah *balig* atau *al-tamyiz* dalam istilah pendidikan Islam. Kecendrungan anak perempuan lebih duluan mengalami fase tersebut, kemudian anak laki-laki, sehingga mampu berjalan secara paralel, lalu kemudian melombanya. Akhir dari fase pre pubertas (masa negatif itu) adalah terjadinya keseimbangan, kesegaran jasmani dan kegembiraan yang penuh antusias

⁸Lihat M. Alisuf Sabri, *Pengantar Psikologi Umum & Perkembangan* (Jakarta: Pedoman Ilmu Jaya, 1993), h. 159.

dalam bekerja di dalam kehidupan sehari-hari, baik dalam lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat.

C. Fase Pubertas dan Perkembangannya

Fase pubertas disebut juga masa *strum und drung* (panca roba) yaitu bahagian dari hidup keremajaan seseorang yang berlangsung sekitar umur 15 sampai 18 tahun yang ditandai dengan matangnya alat kelamin primer untuk difungsikan.

Adapun potensi usia pubertas adalah sebagai berikut:

1. Masa terbangunnya kepribadian.
2. Puber menemukan diri sendiri, memupuk kehidupan batin.
3. Masa menemukan nilai kehidupan.
4. Masa peruliaian kembali semua yang berharga.
5. Mempunyai cita-cita dan mengadakan percobaan dengan nilai-nilai.
6. Menghayati hal-hal yang religius, etnis dan aesthetis.
7. Mengalami suatu kritis (masa kritis/kemelut II).
8. Terjadinya revolusi dalam jiwa (*Strum Und Drung*).
9. Terjadinya pertentangan besar dalam perasaan, pikiran dan kemauan.
10. Timbul kritik yang kuat.
11. Emosionalitas besar.
12. Rasa akunya menjadi lebih kuat.
13. Pandangan terhadap dunia luar subjektif.
14. Suka bersahabat dan mudah jatuh cinta.
15. Puber laki-laki makin besar perhatiannya terhadap hal-hal yang *zakelijk* dan bersifat emosional, konkret dan individual.⁹

Masa pubertas adalah masa terbangunnya kepribadian dan timbulnya sikap subjektif dan introvers melalui pertumbuhan yang pesat, baik jasmani maupun rohani; namun, tidak sama tanda antara puber laki-laki dan wanita.

⁹Abu Ahmad, Zil Afdi Ardian, *op. cit.*, h.144-145.

Ciri yang menonjol pada laki-laki adalah bertumbuhnya jasmani yang cepat sekali, yang tampak pada kejangkungannya, dimana tinggi, berat dan bentuk badan tidak selaras satu sama lainnya, mulai tumbuh kumis, suara agak pecah dan motorik menjadi kasar. Ketidakserasian pertumbuhan kaki tangan dan badan mempengaruhi alam rohaninya yaitu timbulnya rasa malu dan acuh terhadap pemeliharaan badan itu.

Adapun ciri puber wanita adalah kemasakan anggota kelamin yang ditandai dengan datangnya menstruasi pertama sebagai awal dari kematangan alam pubertas, di mana tinggi, berat dan bentuk badannya cukup langsing, suaranya cukup tinggi dan motoriknya cukup halus.

Masa pubertas disebut juga masa rekonstruksi atau masa bangun kembali, karena pandangan lama dilepaskan untuk mendapatkan nilai-nilai baru, dengan melalui masa yang kurang pasti, krisis rohani, kekacauan batin, ketidak-tetapan dan ketidakterlaksanaan. Penemuan terhadap nilai-nilai baru, yang dihargai secara berlebihan karena menganggap dirinya penting (*urgen*) sehingga menentang semua tradisi dan tidak mau lagi diperlakukan sebagai anak-anak. Senang sekali jika diperlakukan seperti orang dewasa lainnya.

Usia pubertas sukar sekali didekati oleh orang dewasa karena ia menuruti kehendak batin yang tidak mengharapkan campur tangan orang lain dan dianggap mengganggu kebebasan dan kemerdekaannya, suka melamun, banyak berkata-kata, suka menentang, membantah dan mengkritik, walaupun kesalahan kecil terkadang dibesar-besarkan sebagai upaya untuk menutupi keadaan batinnya. Namun, di lain waktu pubertas membutuhkan simpati dan nasehat dari orang lain pada waktu menemukan kesukaran-kesukaran agar seseorang yang dipercaya dapat membantunya.

Usia pubertas membutuhkan persatuan dengan teman-teman sebayanya sebagai penyaluran dan kebangkitan rasa

sosial, tetapi menolak campur tangan orang dewasa. Mereka kepingin terhadap sesuatu tetapi dia tidak tau apa sebenarnya yang diinginkan itu. Hal yang demikian itu menjadi bukti adanya pertentangan batin yang melanda mereka.

Usia puber banyak mengaitkan dirinya dengan dunia luar yang objektif, cukup berminat terhadap masalah yang konkrit seperti masalah religius, etnis, dan esthetis dan mulai tertarik pada pribadi-pribadi yang ideal untuk membangun pribadinya, sehingga sebagai seorang gadis sering timbul pemujaan yang berlebih-lebihan terhadap seseorang yang menjadi figur, idola atau mendukung cita-citanya. Setelah ditemukan nilai-nilai hidup, lalu mereka melakukan percobaan dalam nilai-nilai itu, yang seolah-olah bermain-main dengan nilai-nilai itu, mereka mencari jalan dan soal hidup di tengah-tengah suasana permainan dan kesungguhan melalui perkumpulan atau organisasi yang mereka bentuk sendiri dengan membuat peraturan-peraturan, memilih ketua dan anggota namun perkumpulan itu terkadang tidak berlangsung lama, karena rasa tanggung jawab puber, benar-benar belum berkembang dan belum mampu bertanggung jawab secara penuh.

Pada usia puber terjadi badai dalam batinnya, sehingga disebutlah masa *stum und drung* (topan dan badai, masa resah, goncang, bagaikan jembatan goyang dan tertekan batinnya). Secara psikologis, seorang remaja tampil dengan emosi yang tidak terkendali, penghayatan yang kurang mendalam, cita-cita yang cenderung berubah-ubah dengan tanda-tanda sebagai berikut :

1. Masa mencari dan menemukan nilai-nilai.
2. Masa kesusahan dan kegembiraan yang luar biasa.
3. Masa perjuangan untuk mencari diri sendiri.
4. Masa rayu-merayu terhadap hal-hal yang tidak dikenal.
5. Masa pesimisme yang gelap dan hidup gembira yang besar.¹⁰

¹⁰*Ibid.*, h. 149.

Puber laki-laki cenderung berbeda dengan puber wanita yang secara terperinci dapat dilihat sebagai berikut :

1. Puber Laki-laki:

- a. Makin tampak sifat-sifat aktif, hendak memberi, hendak melindungi, suka menolong.
- b. Sifat kekanak-kanakan lenyap.
- c. Berhasrat menentukan sendiri dan memiliki.
- d. Makin lama perhatiannya tertuju kepada hal-hal yang bersifat intelektual dan zakalijk.
- e. Keritiknya keras, suka memberontak.
- f. Ingin segera mencapai kemerdekaan berfikir dan bertindak, ingin memperoleh hak, turut membicarakan sesuatu.
- g. Ingin memuja dan meniru perbuatan atau watak-watak orang-orang yang dipuja.
- h. Anak lelaki memuja kepandaian (keunggulan) seorang tokoh.¹¹

Dari ciri-ciri puber laki-laki tersebut di atas dapat ditegaskan bahwa ada kecendrungan laki-laki itu memiliki kelebihan dan keunggulan. Kelebihan dan keunggulannya itu menjadi kebutuhan puber wanita sehingga menjadi sarana atau media dalam menjalin komunikasi yang harmonis di dalam mewujudkan perlindungan dan pertolongan nantinya terhadap wanita, khususnya kepada pasangannya (istrinya).

2) Puber Wanita:

- a) Menunjukkan sifat-sifat pasif dan menerima, suka ditolong.
- b) Sifat kekanak-kanakan hilang.
- c) Berhasrat memberikan kesenangan dan disukai.
- d) Makin lama perhatiannya tertuju kepada hal-hal yang emosional, konkrit dan individual.
- e. Kritiknya dipengaruhi oleh tradisi dan peraturan-peraturan lama.

¹¹*Ibid.*, h. 149-150.

- f. Ingin menyenangkan orang lain dan ingin dicintai orang.
- g. Ingin memuja tetapi tidak ada dorongan meniru-nya.
- h. Memuja orangnya (tokohnya).¹²

Jika laki-laki cenderung aktif dan bertanggung jawab, maka puber wanita cenderung pasif dan suka dibantu dan dicintai sehingga memungkinkan terjalinnya hubungan yang saling membutuhkan dengan menggunakan kelebihan yang ada pada laki-laki sebagai bantuan terhadap kebutuhan atau kekurangan pada wanita.

Dapatlah ditegaskan bahwa puber pada anak perempuan lebih cepat dan lebih duluan selesai dari pada anak laki-laki dalam arti perempuan lebih maju, kemudian anak laki-laki mengujanya dan melampauinya. Puber wanita lebih emosional, cepat setuju dan lekas mengerti serta lebih praktis, sedangkan puber laki-laki lebih eksakta, lebih radikal, lebih banyak dan lama berpikir dan lebih mengandalkan rasionya dalam menimbang dan memecahkan sesuatu.

D. Fase Adolesensia dan Perkembangannya

Adapun batas waktu fase adolesensia diperkirakan antara umur 19 hingga 24 tahun dengan potensi sebagai berikut:

1. Lebih seimbang dalam sikap.
2. Rasa sosialnya cukup berkembang.
3. Berusaha mempraktekkan segala yang diperoleh.
4. Mulai membuat rencana hidup.¹³

Fase adolesensia disebut juga masa permulaan desawa, dimana pembentukan pribadi secara relatif dianggap sudah selesai dengan menampilkan sikap lebih berimbang, sehingga ia tenang dalam menentukan sikap,

¹²*Ibid.*

¹³*Ibid.*, h. 151.

baik ke dalam (*intern*) maupun keluar (*ekstren*). Kalau pada masa pre pubertas mereka kurang menghormati orang tua, malah menolak campur tangan dari orang tua, maka setelah fase adolesensia mereka tenang, teratur dan sangat sopan dalam menghadapi orang tua (dewasa).

Usia adolesensia adalah saat ditemukannya nilai-nilai baru sehingga ia merasa mantap dan stabil, cukup kritis terhadap objek di luar dirinya dan mampu mengambil sintesa di antara tanggapan-tanggapan tentang dunia luar dengan dunia psikisnya serta selalu mencoba mendidik diri sendiri sebagai upaya mengisi dan mengarahkan kehidupannya.

Pada usia adolesensia timbul keinginan untuk memperatekkan hasil-hasil yang diperoleh pada masa sebelumnya. Namun, bukan lagi main coba-coba, tetapi justru serius dan hati-hati, semua hal yang sebelumnya ditolak maka sekarang ini mulai derenungkan kembali untuk diterima. Demikian juga rasa sosialnya cukup berkembang dan nampak dalam mengadakan hubungan dengan orang lain. Jika ada hal yang kurang berkenang, ia juga mungkin akan menolaknya, tetapi dengan cara yang halus dan sopan. Secara sosiologis usia adolesensia telah mempunyai kedudukan di dalam masyarakat dan tibalah masanya menyiapkan diri untuk membentuk keluarga.

Usia adolesensia adalah usia terbuka, normal dan tenang dalam melakukan hubungan dan membicarakan cita-cita mereka, bukan lagi dengan gangguan dan tekanan emosi, tetapi didasarkan atas rencana hidup dan rasa tanggung jawab. Ia bagaikan orang yang telah melalui masa keributan (topan dan badai) lalu memasuki suasana baru yang penuh kedamaian.

Fase adolesensia perlu dibangun atas dasar esensial demi pembentukan kepribadian, karena dapat dinyatakan bahwa masa depan yang cerah banyak ditentukan dari pengaruh dan peristiwa fase adolesensia ini. Demikian pula sebaliknya, fase sebelumnya dapat mempengaruhi atau

menentukan fase berikutnya sehingga keselamatan pada suatu fase juga menjadi dasar bagi fase berikutnya dan gangguan pada suatu fase dapat menghambat fase berikutnya dalam mencapai kematangan, sehingga keselamatan dan perjuangan masa adolesensia merupakan fase terakhir dari remaja yang menentukan corak dan bentuk kepribadiannya.

Adapun hal yang paling esensial dilakukan oleh usia adolesen adalah berusaha mengatasi benturan batin itu dengan tabah dan menciptakan harmoni antara dua dunia atau lebih yang bertentangan itu, di samping kebijakan dan kebijaksanaan dari orang tua dalam meringankan beban dan pergolakan beban itu. Apabila adolesensia tidak mampu membendung benturan-benturan batin itu dapat muncul tingkah laku kriminal (*delinquency*) sebagai dorongan beraksi tanpa pikir untuk mengetes kemampuan atau mendapatkan pengakuan sosial yang keliru (*maladjustment*).

Dapatlah ditegaskan bahwa fase-fase perkembangan remaja merupakan peralihan dari sifat-sifat yang ada, dari satu kekuatan kepada kekuatan yang lain yang mungkin berjalan secara lambat atau cepat, membeku atau lancar sifatnya relatif, sehingga kemungkinan seorang anak telah masuk ke dalam masa remaja, tetapi menurut sipat-sipat rohaninya masih menunjukkan sikap anak kecil (*infantilisme*) atau seseorang secara *kronologis age* (umur) sudah melewati fase adolesensia, tetapi secara psikis masih menunjukkan sifat-sifat seorang remaja (*puberilisme*), sehingga pengelompokan umur sangat relative dan sering *overlapping* antara satu fase dengan fase lainnya.[]

BAB III

TANGGUNG JAWAB ORANG TUA, GURU, DAN ORANG DEWASA LAINNYA DALAM PEMBINAAN SIKAP MENTAL REMAJA *USIA STRUM UND DRUNG*

A. Peranan Orang Tua dalam Pembinaan Sikap Mental Remaja Usia *Strum Und Drung*

Anak adalah amanah, rahmat dan bagian dari unsur kebahagiaan dari Allah yang harus disyukuri dan dipertanggungjawabkan kepada-Nya dengan cara memelihara, melindungi, membesarkan, mendidik dan membahagiakannya. Anak menjadi media beramal dan penguji iman yang menentukan masa depan, apakah bisa menjadi tempat bergantung di hari tua dari menjadi penyambung cita-cita serta menjadi bekal kebahagiaan di akhirat. Tentu sangat tergantung pada usaha yang kreatif dan inisiatif terhadap pelaksanaan tanggung jawab tersebut dan maunah dari Allah swt.

Orang tua adalah penanggung jawab dalam keluarga, sedangkan keluarga adalah unit terkecil dalam masyarakat sehingga pangkal ketentraman dan kedamaian hidup ter-

letak pada keluarga. Mengingat pentingnya hidup keluarga yang demikian itu, Islam memandang keluarga bukan hanya sebagai persekutuan terkecil, tetapi lebih dari itu. Ia sebagai lembaga atau merupakan kausa prima hidup manusia yang dapat memberikan kemungkinan terciptanya kebahagiaan anggota-anggota keluarga tersebut dan dapat selamat di dunia dan di akhirat.

Kehidupan beragama mendorong para remaja untuk melakukan kebaikan. Sebaliknya, jika kurang mendapatkan siraman rohani, akan lebih muda terperosok ke arah tindakan seksual yang negatif. Minat remaja terhadap masalah keagamaan praktis sangat kecil, kecuali jika sejak kecil selalu mendapatkan pengaruh keagamaan yang permanen dalam rumah tangganya.

Orang tua bertanggung jawab dan berkewajiban yang besar untuk melahirkan anak. Mereka mendidiknya dengan berpijak di atas landasan iman dan mengajarkan dasar-dasar Islam. Adapun kewajiban itu adalah: 1) membina anak-anak untuk beriman kepada Allah, kekuasaannya dan ciptaannya yang maha besar, dengan jalan tafakur tentang penciptaan langit dan bumi; 2) menanamkan perasaan khushyuk, takwa, dan ubudiyah kepada Allah swt di dalam jiwa anak dengan jalan membukakan mata mereka agar dapat melihat suatu kekuasaan yang penuh mukjizat dan suatu kerajaan besar yang serba mengagumkan; 3) menanamkan perasaan selalu ingat kepada Allah swt. pada diri anak di dalam setiap tindakan dan keadaan mereka.¹

Agama adalah sarana untuk mengatasi frustrasi, menjaga kesusilaan dan tata tertib masyarakat, memuaskan intelek rasa ingin tahu serta untuk mengatasi ketakutan. Oleh karena itu, Rasulullah saw. diutus oleh Allah swt. pertama-tama diperintahkan untuk mengajarkan agama Islam (pengetahuan) lebih dahulu kepada keluarga sebelum

¹Lihat Abdullah Nashih, *Pedoman Pendidikan Anak dalam Islam*, (jilid 1, Cet. III, Semarang: CV. Asyasyifa', 1981), h. 159-167.

mengajarkan kepada masyarakat luas, yaitu keluarga harus diselamatkan lebih dahulu baru kemudian masyarakat. Firman Allah swt. menunjukkan perintah yang di maksud dalam surah al-Syu'ara' (26): 214 sebagai berikut:

وَأَنْذِرْ عَشِيرَتَكَ الْأَقْرَبِينَ

Terjemahnya:
Dan berilah peringatan kepada kerabat-kerabatmu (Muhammad) yang terdekat.²

Demikian juga di dalam surah al-Tahrim (66): 6 sebagai berikut:

يَأْتِيَا الَّذِينَ آمَنُوا قَوْلًا أَنْفُسُهُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقَوْدُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ
عَلَيْهَا مَلَكَةٌ غَلَاظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ .

Terjemahnya:
Hai orang-orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu; penjaganya malaikat-malaikat yang kasar, keras, dan tidak mendurhakai Allah terhadap apa yang diperintahkan-Nya kepada mereka dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan.³

Keluarga merupakan pusat pendidikan pertama dan utama bagi seorang anak sebelum berkenalan dengan dunia sekitarnya. Keluarga memberi pengaruh yang besar bagi perkembangan anak di masa kini dan masa berikutnya. Keluarga memberi warna pada kehidupan anak, baik berupa perilaku, budi pekerti maupun adat kebiasaan sehari-hari.

Adapun tanggung jawab keluarga terhadap pendidikan anak-anaknya menurut Islam adalah sebagai berikut:

1. Memelihara dan membina anak. Ini adalah bentuk

²Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Jakarta: Direktorat Jenderal Bimas Islam dan Pembinaan Syariah, 2011), h. 528.

³*Ibid.*, h. 820.

- yang paling sederhana dari tanggung jawab setiap orang tua dan merupakan dorongan alami untuk mempertahankan kelangsungan hidup manusia.
2. Melindungi dan menjamin keselamatan anak, baik jasmani maupun rohaniyah dan berbagai gangguan penyakit dan penyelewengan tujuan hidup yang sesuai falsafah hidup dan agama yang dianutnya.
 3. Member pengajaran Islam dalam arti yang luas, sehingga anak memperoleh peluang untuk memiliki pengetahuan dan kecakapan seluas dan setinggi mungkin yang dapat dicapainya.
 4. Membahagiakan anak, baik dunia maupun akhirat, sesuai dengan pandangan dan tujuan hidup muslim.⁴

Dalam pelaksanaan pendidikan, yang pertama-tama harus dilakukan oleh seorang pendidik sebagai dasar dari pada pendidikan selanjutnya adalah pendidikan ketauhidan (*aqidah Islamiyah*). Sebab, mengenai Tuhan, mentauhidkan Tuhan, mempercayai dan menyerahkan diri kepadaNya, harus menjadi dasar bagi setiap pendidikan, yang hendak diberikan kepada remaja yang kita bina jika benar-benar kita sebagai guru ataupun sebagai orang tua yang cinta kepada anak yang diberikan oleh Allah kepada kita. Meninggalkan dasar ini berarti melakukan suatu kelalaian yang amat besar bahayanya, dan termasuk berkhianat kepada anak-anak, walaupun sudah dipenuhi kebutuhan makan dan minumannya, dilengkapi ilmu pengetahuan ketinggalan memberikan dasar ketuhanan sebagai dasar pendidikan.

Pelaksanaan pendidikan tauhid adalah mencontoh dari pendidikan yang dilakukan oleh Nabi dan Rasul yang diutus oleh Allah swt di bumi ini seperti pendidikan yang dilakukan oleh Luqman al-Hakim dalam mendidik anak-anaknya, sebagaimana yang difirmankan oleh Allah swt. dalam al-Qur'an Surah Luqman (31): 13 yang berbunyi:

⁴Zakiah Darajat, *Ilmu Pendidikan Islam*, (Cet. IV, Jakarta: Bumi Aksara, 2000), h. 39.

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

Terjemahnya:

Dan (ingatlah) ketika Luqman berkata kepada anaknya, di waktu ia memberi pelajaran kepadanya: "Hai anakku, janganlah kamu mempersekutukan Allah; Sesungguhnya mempersekutukan (Allah) adalah benar-benar kezaliman yang besar."⁵

Demikianlah Al-Qur'an memberi isyarat kepada tiap-tiap pendidik atau tiap-tiap orang tua yang mempunyai anak. maka yang pertama-tama harus ditanamkan dalam hati sanubari anak yang masih belia dan mudah dibentuk itu adalah akidah, akhlak dan syariah. Dengan demikian, orang tua mempunyai peranan yang sangat penting terhadap anaknya sebagaimana dikemukakan oleh al-Ghazali:

Melatih anak-anak adalah suatu hal yang sangat penting sekali, karena anak sebagai amanah bagi orang tuanya. Hati anak suci bagaikan mutiara cemerlang. Bersih dari segala ukiran dan gambaran, ia mampu menerima segala yang diukirkan atasnya dan condong kepada segala hal yang dicondongkan kepadanya. Bila ia dibiasakan ke arah kebaikan dan diajarkan kebaikan, maka jadilah ia baik dan bahagia dunia akhirat sedang ayah dan pendidik-pendidiknya turut mendapatkan bagian pahalanya. Tetapi bila dibiasakan jelek atau dibiasakan dalam kejelekan, maka celaka dan rusaklah ia, serta wali dan pemeliharannya mendapat beban dosanya. Untuk itu wajiblah wali menjaga anak dari perbuatan dosa dengan mendidik dan mengajar berakhlak bagus, menjaganya dari teman-temannya yang jahat-jahat dan tidak boleh membiasakan anak berlaku semau gue.⁶

Dengan demikian orang tua berkewajiban memelihara dan mendidik anaknya dengan sentuhan kasih sayang dan penuh keakraban dengan cara *vace to vace*, dialogis, banyak memberi maaf bila bersalah serta memohonkan ampunan dan petunjuk dari Allah swt. Terkait dengan itu, Hadari

⁵Ibid., h. 581.

⁶M. Arifin, *Hubungan Timbal Balik Pendidikan Agama di Lingkungan Sekolah dan Keluarga*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1999), h. 139.

Nawawi mengemukakan bahwa tugas dan tanggung jawab orang tua terhadap pendidikan anaknya menurut Islam adalah :

1. Membantu anak-anak memahami posisi dan perannya masing-masing sesuai dengan jenis kelaminnya, agar mampu saling menghormati dan tolong-menolong dalam melaksanakan perbuatan baik dan diridhai Allah swt.
2. Membantu anak-anak mengenal dan memahami nilai-nilai/norma-norma yang mengatur kehidupan berkeluarga, bertetangga dan bermasyarakat dan mampu melaksanakannya untuk memperoleh ridha dari Allah swt.
3. Mendorong anak-anak untuk mencari ilmu, agar mampu merealisasikan dirinya (*self realization*) sebagai satu diri (*individu*) dan sebagai anggota masyarakat yang beriman.
4. Membantu anak-anak memasuki kehidupan bermasyarakat setahap demi setahap melepaskan diri dari ketergantungan pada orang tua dan orang dewasa lainnya, serta mampu bertanggung jawab sendiri atas sikap dan perilakunya, terutama kepada Allah swt.
5. Membantu dan memberi kesempatan serta mendorong anak-anak mengerjakan sendiri dan berpartisipasi dalam melaksanakan kegiatan keagamaan, di dalam keluarga dan masyarakat untuk memperoleh pengalaman sendiri serta langsung upaya meningkatkan iman dan penyebar syiar Islam.⁷

Dalam hal yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan seseorang anak, maka harus diperhatikan dari segi pribadi dengan segala macam kondisi khususnya yang ada dan dimiliki. Dalam hubungan ini semua manusia, tanpa dilihat umumnya secara teoritis dapat dirubah, sekalipun dengan teknik yang khusus disesuaikan dengan keadaan orang yang ingin dirubah dan kemampuan diri terapis.

⁷Hadari Nawawi, *Pendidikan dalam Islam*, (Cet. I. Surabaya: al-Ikhlash, 2000), h. 183.

Biyon dan Baer, mengkategorikan asal usul rangsangan yang sempat sampai kepada anak dan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan yakni:

1. Fisik: meliputi keadaan-keadaan alam yang bebas seperti; gunung dan pepohonan serta benoa perbuatan manusia seperti: meja, kursi, rumah, jalanan, bangunan, dan sebagainya.
2. Kimiawi: gas dan larutan mempengaruhi jarak tertentu seperti bau-bau apa saja, asap, dan langsung mengenai pada permukaan tubuh seperti sabun, obat-obatan.
3. Organismik: struktur biologi dan fungsi-fungsi kefaalan pada organisme seperti rangsangan dari alat pernapasan, pencernaan, dan lain-lain.
4. Sosial: Penampilan perbuatan dan intraksi antara orang-orang, ibu, ayah, saudara, guru dan kejiwaan.⁸

Demikian juga Islam. Agama ini memerintahkan kepada orang tua, untuk bertindak sebagai kepala dan pimpinan keluarga yang dapat memberi pengaruh terhadap anak remaja, karena salah satu faktor yang cepat memberikan pengaruh terhadap anak adalah dari orang tua/keluarga.

Kemudian, yang dimaksudkan mendidik adalah "membantu dengan sengaja pertumbuhan anak dalam mencapai kedewasaan".⁹ Karena anak merupakan kesatuan jasmani, ini sudah dapat diberikan sejak anak itu masih dalam kandungan. Bantuan tersebut dapat berwujud makanan yang diusahakan secara sehat dan lengkap, artinya bergizi tinggi dan mengandung zat-zat yang berguna dan lengkap. Di samping itu, diusahakan agar sang ibu tetap dalam keadaan senang, dengan usaha-usaha tersebut agar lahir anak dengan kondisi tubuh yang sehat pula.

⁸Singgih D. Gunarsa, *dasar-dasar dan Teori Perkembangan Anak*, (Jakarta: BPK: Gunung Mulia, 1981), h. 41.

⁹Suhartin C., *Cara Mendidik Anak dalam Keluarga Masa Kini*, (Jakarta: Bhatara Karya Aksara, 1980), h. 4.

Masalah pendidikan amatlah penting karena tidak saja menyangkut pendidikan dalam arti terbatas, tetapi juga meliputi segala pendidikan yang berkaitan dengan keadaan sosial politik maupun ekonomi dalam masyarakat. Pendidikan bukan hanya dalam arti penanaman sifat-sifat baik saja terhadap anak didik seperti sopan santun, budi pekerti, tertib dan agama, juga tidak hanya membuat anak pandai, tetapi juga memberikan bimbingan terhadap anak agar menjadi remaja dan orang dewasa yang bertanggung jawab. Dengan demikian, pendidikan itulah menentukan hari depan seseorang, apakah ia akan bahagia atau menderita atautkah menjadi anak yang berguna/berbakti kepada orang tua, agama, bangsa dan negaranya atautkah sebaliknya.

Dalam pendidikan keluarga harus tercipta harmonisasi dan saling pengertian antara bapak dan ibu, agar jangan terjadi tindakan-tindakan yang destruktif yang bertentangan satu sama lain. Sebab, hal ini dapat membingungkan anak. Maka dari itu, mereka harus membuat pembagian tugas sebagai berikut:

Ibu bertugas subjektif. Artinya, membulatkan jiwa anak sejak dari dalam kandungan. Ibu selalu hidup teratur dan hidup dalam suasana yang stabil dan tenteram. Inilah yang menjadi pangkal dan stabilitas hidup rohani dalam masa dewasa. Ayah bertugas obyektif artinya, mengenalkan anaknya dengan dunia luar. Hal ini dapat membawa anak ke arah pendidikan lahir bathin, rohani dan jasmani yang seimbang.¹⁰

Terkait dengan pembinaan sikap mental remaja usia *strum und drung*, H. Koestoer Partowisastro memberikan pedoman sebagai berikut:

1. Bertindaklah secara bersatu dan konsekwen.
2. Berikanlah contoh-contoh tindakan yang baik kepada si anak.

¹⁰Arifin M., *Hubungan Timbal Balik Pendidikan Agama di Lingkungan Sekolah dan Keluarga*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1977), h. 103.

3. Hindarilah membandingkan anak-anak kita dengan anak-anak lain.
4. Berikanlah kepercayaan kepada mereka.
5. Jangan menjadi kawan dari si anak, jadilah orang tua.
6. Usahakan melihat anaknya seperti orang lain melihat dia.
7. Melaksanakan disiplin itu hanya untuk koreksi, tidak untuk menghukum.¹¹

Dapatlah ditegaskan bahwa keluarga adalah sebagai tempat pendidikan pertama bagi anak, sebagai pemegang norma-norma agama yang paling berpengaruh dalam keluarga ialah ayah dan ibu. Terbentuknya suasana tentram dan damai dalam kehidupan keluarga adalah merupakan sesuatu jalan bagi suksesnya pendidikan anak. Jadi, keluarga mempunyai kesan edukatif-poedagogis yang lebih tinggi dari pada tempat pendidikan lainnya.

B. Peranan Guru dalam Pembinaan Sikap Mental Usia *Strum Und Drung*

Telah diketahui bahwa dalam pembinaan mental anak pada masyarakat modern tidak hanya menjadi tugas keluarga tetapi di sekolah pun pembinaan mental anak harus dilaksanakan oleh guru-guru yang bersangkutan. Pembinaan mental di sekolah merupakan *follow up* dari pendidikan yang ada dalam keluarga. Pendidikan di sekolah di sebutkan pendidikan formal artinya di selenggarakan atas dasar peraturan dan syarat-syarat tertentu pula. Di sekolah pendidikan dan pengajaran di laksanakan bersama-sama.

Seorang guru harus mampu digugu dan ditiru, sehingga di depan di jadikan tauladan yang sepat terjangnya diikuti, keimananya mantap, ilmunya standar, jasmaninya sehat, dan kelakuannya baik sebagaimana layaknya seorang guru. Syarat utama menjadi guru, adalah memiliki kualifikasi minimum dan sertifikasi sesuai jenjang

¹¹Baca: H. Koestoer Partowisastro, *Dinamika dalam Psikologi Pendidikan*, (Jilid II, Cet. I, Jakarta Pusat: Erlangga, 1983), h. 147-164.

kewenangan mengajar, sehat jasmani dan rohani, serta memiliki kemampuan untuk mewujudkan tujuan pendidikan nasional.¹²

Dengan demikian, seorang guru harus memiliki ijazah guru dengan kualifikasi Strata Satu (S1), kompetensi, sertifikat pendidik serta keterangan berkelakuan baik sehat jasmani dan rohani dan memiliki kemampuan untuk mewujudkan tujuan pendidikan nasional.¹³

Seorang pendidik, bila ingin berhasil di dalam melaksanakan tugas sebagai guru, ia harus memiliki persiapan batin dan kesanggupan untuk bekerja, sehingga merasakan bahwa tugas atau jabatan guru sebagai panggilan yang perlu di hadapi dengan hati yang bulat, dengan teknik pembelajaran yang partisipatif, aktif, kreatif, efektif dan menyenangkan (PAKEM), dengan penggunaan berbagai media yang berbasis teknologi, dan strategi pendekatan yang sesuai tingkat perkembangan peserta didik.

Guru sebagai sumber motivasi, aspirasi, dan keteladanan, maka diperlukan kualitas kepribadian yang handal dan mantap dalam rangka upaya memberikan bimbingan kepada anak didiknya, utamanya usia remaja sesuai nilai dan warna yang diharapkan dari pembinaan sikap mental, sehingga secara psikis seorang guru harus memenuhi persyaratan sebagai berikut:

Sehat rohani, dewasa dalam berfikir dan bertindak, mampu mengendalikan emosi, sabar, ramah dan sopan, memiliki jiwa kepemimpinan, konsekwen dan berani bertanggung jawab, berani berkorban dan memiliki jiwa pengabdian. Di samping itu, guru dituntut untuk bersifat pragmatis dan realistis, tetapi

¹²Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, (Jakarta: PT. Koloang Putra Timur bekerjasama dengan Koperasi Praja Mukti I Departemen Pendidikan dalam Negeri), h. 23.

¹³Departemen Agama RI, Undang-undang dan Peraturan Pemerintah RI tentang Pendidikan, (Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Islam, 2006), h. 88.

juga memiliki pandangan yang mendasar dan filosofis. Guru juga harus mematuhi norma dan nilai yang berlaku serta memiliki semangat membangun.¹⁴

Dari persyaratan yang bersifat psikologis tersebut, dapat diketahui fungsi guru cukup penting dalam memberikan sesuatu yang baik kepada siswanya, sehingga harus merasa memiliki panggilan hati nurani untuk senantiasa mengabdikan diri demi masa depan remajanya (generasinya). Jiwa pengabdian yang tinggi, dedikasi yang handal dan tanggun jawab yang besar, hanya bisa muncul dari kualitas kepribadian yang dirasuki oleh keimanan dan ketakwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa. Dengan demikian, iman dan taqwa menjadi kuasa prima dari kriteria guru yang ideal dan menjadi asas seluruh aktivitas mengajar, sekaligus menjadi nilai, sprit, dan etika dalam kehidupan sehari-hari.

Seorang guru seyogyanya tidak menjadi perusak/penghalang bagi hari depan anak didik, terutama bagi yang sedang mengalami kegoncangan jiwa pada tingkat sekolah menengah, tetapi jadilah rahmat bagi mereka.

Guru yang goncang tidak stabil emosinya; misalnya, mudah cemas, penakut, pemarah, penyedih dan pemurung. Anak didik terombang-ambing dibawa oleh arus emosi guru yang tidak stabil. Murid dalam keadaan tidak stabil jiwanya karena masih dalam pertumbuhan jiwanya. Guru yang tidak stabil emosinya tidak menyenangkan bagi murid. Kegoncangan pada murid akan menyebabkan kurangnya kemampuan untuk menerima dan memahami pelajaran. Sebab, konsentrasi pikirannya diganggu oleh perasaannya yang goncang karena melihat atau menghadapi guru yang goncang.

Guru yang pemarah atau keras, akan menyebabkan murid menjadi takut dan ketakutan itu akan menimbulkan derita atau tegangan pada hati murid. Jika mereka sering menderita yang disebabkan oleh kelakuan guru, maka guru

¹⁴Sadirman A.M., *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*, (Cet. V, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 1994), h. 124.

tersebut akan dijauhi oleh muridnya. Akan tetapi, sebagai murid harus tunduk kepada peraturan sekolah. Mereka terpaksa harus berada di dalam kelas. Dalam keadaan senang atau tidak senang, murid harus menerima pelajaran yang diberikan oleh guru yang dibencinya.

Bila murid telah membenci guru, baik itu guru matematika umpamanya, guru bahasa Inggris atau guru bahasa Indonesia atau guru agama Islam, maka guru yang telah dibenci itu akan tidak berhasil mendidik murid tersebut dan selanjutnya anak tersebut akan menjadi bodoh walaupun kecerdasannya tinggi. Mengingat guru pada umumnya atau guru agama adalah mempunyai tanggung jawab yang berat, maka sifat-sifat yang telah di kemukakan di atas hendaklah dibuang sama sekali agar berhasil dalam mengajar dan mendidik murid-muridnya.

Guru agama harus memperbaiki pribadi anak yang terlanjur rusak kerana pendidikan dalam keluarga dan membawa anak didik ke arah pembinaan pribadi yng sehat dan baik, maka setiap guru agama harus menyadari bahwa segala sesuatu pada dirinya akan memberikan unsur pembinaan bagi anak didik. Di samping pendidikan dan pengajaran yang di laksanakan dengan sengaja oleh guru agama dalam pembinaan anak didik, juga yang sangat penting yang menentukan pula adalah kepribadian, sikap, cara hidup guru itu sendiri bahkan cara berpakaian, cara bergaul, berbicara dan menghadapi setiap masalah, sepintas seperti tidak ada hubunganya dengan pengajaran. Namun, dalam pendidikan dan pembinaan mental remaja, hal itu sangat berpengaruh. Dengan demikian, jelaslah bahwa pengaruh guru pada umumnya dan guru agama pada khususnya mempunyai peranan yang sangat besar dalam pembinaan mental anak didik, utamanya usia remaja.

Pendidikan keluarga disebut sebagai kelahiran pertama dan pendidikan di sekolah sebagai pendidikan kedua. Jika orang tua di rumah menekankan pendidikan anak pada pengenalan, pembiasaan dan pelaksanaan norma, maka guru

di sekolah menekankan pengaktualisasian, aspek kognitif, emosi dan kognisi secara simultan, sejalan dan integral.

Profesi guru adalah tugas mulia dan orang yang menyandanginya termasuk manusia pilihan, dituakan dan di saktikan.¹⁵ Bahkan, dianggap sebagai pengganti Rasulullah dalam Islam karena luas dan mendalamnya pengetahuannya.

Allah berfirman dalam al-Quran Surah al-Mujadalah (58): 11 sebagai berikut:

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا اِذَا قِيْلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوْا فِى الْمَجْلِسِ فَاَنْسَحُوْا
يَفْسَحِ اللّٰهُ لَكُمْ ۗ وَاِذَا قِيْلَ اَنْشُرُوْا فَاَنْشُرُوْا ۗ يَرْفَعُ اللّٰهُ الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا مِنْكُمْ
وَالَّذِيْنَ اٰوْتُوْا الْعِلْمَ دَرَجٰتٍ ۗ وَاللّٰهُ بِمَا تَعْمَلُوْنَ خَبِيْرٌ .

Terjemahnya:

Hai orang-orang beriman apabila kamu dikatakan kepadamu: "Berlapang-lapanglah dalam majlis", Maka lapangkanlah niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. dan apabila dikatakan: "Berdirilah kamu", Maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. dan Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan.¹⁶

Dari ayat tersebut dapat di pahami bahwa salah satu sebab tingginya derajat yang disandang oleh seseorang adalah karena luasnya serta mendalamnya ilmu pengetahuannya. Hal mana menjadi syarat atau kriteria terpilihnya seseorang untuk diangkat jadi guru. Demikian juga satunya kata dengan perbuatan perlu dipelihara. Allah berfirman dalam Surah As-Saf (61):

كَثِيْرٌ مِّمَّنْا عِنْدَ اللّٰوْ اَنْ تَقُوْلُوْا مَا لَا تَفْعَلُوْنَ .

¹⁵Baca Depag RI, *Ilmu Pendidikan Islam*, (Jakarta: Dirjen Bimbaga Islam, 1982/1983), h. 38.

¹⁶Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Jakarta: Dirjen Bimas Islam dan Pembinaan Syariah, 2011), h. 910-911.

Terjemahnya:

Amat besar kebencian di sisi Allah bahwa kamu mengatakan apa-apa yang tiada kamu kerjakan.¹⁷

Dari ayat tersebut di atas dapat ditandaskan bahwa antara perkataan harus sejalan dengan perbuatan. Apalagi namanya kebaikan harus dimulai dari diri sendiri sebelum menyuruh orang lain untuk melakukannya. Jangan ada sama sekali menganjurkannya kalau tidak mampu memperbuatnya karena yang utama adalah perbuatannya (amalanya).

Segala tutur kata, anjuran dan nasihat seorang guru harus menjadi pedoman (teladan) dalam pergaulan sehari-hari, karena yang demikian itu besar pengaruhnya dan tinggi perannya untuk menjadikan anak didik yang baik, melalui cara imitasi dan uswah, dengan menggunakan metode pendidikan yang influentif: keteladanan, adat kebiasaan, nasihat, perhatian dan hukuman.¹⁸

Anak didik menghendaki adanya model dan figur dari guru yang bersifat meneguhkan, agar dari situ mereka memperoleh kepuasan dan kebahagiaan. Dengan demikian, perkataan dan perbuatan sang guru mesti timbul dari hati yang bersih atau muncul dari keyakinan dan keimanan yang mantap, bukan tingkah laku dan sikap yang pura-pura atau palsu, karena segalanya itu diimitasi, diidentifikasi oleh anak didik, sebagai perwujudan dari rasa simpati, idola dan contoh teladan pada sang guru.

Dapatlah di tegaskan bahwa guru sebagai pendidik utama, termasuk orang yang merelakan diri menerima dan memikul sebagian tanggung jawab orang tua, karena tidak semua orang tua mampu dan sempat mendidik anak remajanya secara tuntas dan mantap. Dengan demikian, guru sebagai suatu sub sistem dalam pendidikan nasional akan turut akan menentukan berhasil atau tidaknya pembinaan sikap mental

¹⁷Al-Qur'an dan Terjemahnya, *Ibid.*, h. 928 dan periksa pula Surah al-Baqarah (2): 44, h. 16.

¹⁸Abdullah Nashih Ulwan, *op. cit.*, h. 2.

remaja dan pencapaian tujuan pendidikan lainnya, karena ia menjadi lokus dan titik sentral yang paling strategis dalam memberi motivasi berlangsungnya kegiatan pendidikan, sehingga terkadang sang guru itu menjadi stimulator, dinamisator dan mobilisator dalam pencapaian tujuan pendidikan yang telah ditargetkan, termasuk pembinaan sikap mental remaja.

Dalam upaya pembinaan sikap mental remaja, maka guru dalam menjalankan tugasnya sedapat mungkin melibatkan diri secara aktif dan memanfaatkan alat pendidikan secara selektif, efektif dan positif dengan penuh rasa tanggung jawab, dalam mendukung pencapaian tujuan yang telah dipercayakan kepadanya.

Hendaklah disadari bahwa pendidikan tidak sekedar mengajarkan pengetahuan dan melatih keterampilan anak, akan tetapi pendidikan jauh lebih luas daripada itu yaitu pembentukan kepribadian anak sesuai ajaran agama, sehingga pembinaan sikap mental dan akhlak jauh lebih penting dari pada menghafal dalil-dalil, rumus-rumus, hukum-hukum, tetapi tidak dihayati dan diamalkan dalam kehidupan.

Dapatlah disimpulkan bahwa peranan seorang guru dalam pembinaan sikap mental remaja adalah sangat penting dan menentukan, sehingga harus menempatkan dirinya sebagai figur yang teladani, bagaikan orang suci, sakti yang membuat muridnya merasa segan dan hormat kepadanya.

Dewasa ini guru melaksanakan tugasnya didasari kompetensi profesional, pedagogik, sosial dan kepribadian yang handal, sangat terkontrol dalam melakukan tugas dan fungsinya, sehingga jarang sekali terjadi, bahkan akhir-akhir ini tidak terdengar lagi guru melakukan kekerasan terhadap siswanya, karena mereka pahami tugasnya dan memaklumi kondisi siswanya utamanya remaja yang sedang mengalami *strum und drung*.

C. Urgensi Kerja Sama antara Orang Tua dan Guru dalam Pembinaan Sikap Mental *Usia Strum Und Drug*

Setiap orang tua dan guru ingin membina anak dengan baik agar menjadi anak yang sukses, mempunyai kepribadian yang kuat, dan sikap mental yang sehat, serta akhlaq yang terpuji. Semuanya ini diusahakan dengan melalui pendidikan, baik yang formal (di sekolah) maupun yang informal (di rumah orang tua). Setiap pengalaman yang dilalui anak, baik melalui penglihatan, pendengaran, maupun pelaksanaan yang diterimanya akan ikut menentukan pembinaan mentalnya atau pribadinya.

Orang tua adalah pelaksana pembinaan pribadi yang pertama dalam hidup anak. Kepribadian orang tua, sikap dan cara hidup mereka merupakan unsur-unsur pendidikan yang tidak langsung. Dengan sendirinya, akan mempengaruhi pribadi anak dan sikap anak terhadap guru agama dan pendidikan agama di sekolah dipengaruhi oleh sikap orang tuanya terhadap guru agama khususnya.

Perlakuan orang tua terhadap anak tertentu dan terhadap semua anak merupakan unsur pembinaan dalam pribadi anak, perlakuan keras akan berlainan akibatnya dari pada perlakuan yang lembut dalam pribadi anak.

Hubungan orang tua sesama mereka sangat mempengaruhi pertumbuhan jiwa anak. Hubungan yang serasi, penuh pengertian dan kasih sayang akan membawa kepada pembinaan pribadi yang tenang, terbuka dan mudah didik, karena mendapat kesempatan yang cukup dan baik untuk ditumbuhkembangkan. Akan tetapi, hubungan orang tua yang tidak serasi, banyak perselisihan, dan percekocokan akan membawa anak kepada pertumbuhan pribadi yang sukar dan tidak mudah dibentuk. Ia tidak mendapatkan suasana yang baik untuk berkembang sebab selalu terganggu oleh suasana orang tuanya.

Dan banyak lagi faktor-faktor tidak langsung dalam keluarga yang mempengaruhi pembinaan pribadi anak. Di

samping itu, tentunya banyak pula pengalaman anak yang mempunyai nilai pendidikan baginya, yaitu pembinaan tertentu yang dilakukan orang tua terhadap anaknya, baik melalui latihan-latihan maupun perbuatan. Misalnya, dalam kebiasaan makan dan minum, buang air, mandi, tidur dan sebagainya; semuanya itu termasuk unsur pembinaan bagi pribadi anak.

Sebelum anak-anak masuk sekolah, mereka mempunyai pengalaman yang berbeda-beda lalu dibawa dari lingkungan keluarga dan selanjutnya akan dikembangkan di sekolah. Sebagaimana semua guru sebagai pelanjut pendidikan dari rumah tangga, anak didik semuanya ke arah pembinaan pribadi yang sehat dan baik.

Setiap guru hendaknya menyadari bahwa segala yang ada pada dirinya merupakan unsur pembinaan bagi anak didik di samping pendidikan dan pengajaran yang dilaksanakan dengan sengaja oleh pihak guru. Selain itu, kepribadian, sikap, dan cara hidup, cara berpakaian, cara bergaul, serta cara menyelesaikan suatu masalah oleh seorang guru turut berpengaruh dan menentukan secara langsung pembinaan anak didik; termasuk pembinaan sikap mentalnya.

Orang tua dan guru masing-masing sebagai pendidik hendaknya menerapkan motto Kihajar Dewantara: *ing ngarso asung tu lodo, ing madio mangun karso, tut wuri handayani*. Masing-masing hendaknya memberi kesan baik pada anak. Keduanya adalah pendidik, hanya perbedaan keduanya terletak pada:

1. Orang tua sebagai pendidik pertama, berada di lingkungan pendidikan yang diberikan bersifat informal.
2. Guru sebagai pendidik berada di lingkungan sekolah yang berfungsi meneruskan dan melengkapi pendidikan yang di berikan oleh orang tua dan pendidikan yang di berikan bersifat formal.

Pada hakekatnya keduanya adalah pendidik yang mempunyai tujuan yang sama yakni membimbing anak ke

arah kebahagiaan hidup di masa depan. Bagi orang tua beragama dan bercita-cita meninggikan agama, tentu dia menginginkan anaknya berbahagia menurut konsepsi agamanya.

Berangkat dari pengalaman itu, maka perlu adanya kerja sama baik antara orang tua dengan guru, hendaknya satu sama lain harus saling pengertian. Kerja sama, tolong menolong pada umumnya telah di anjurkan oleh Allah swt. sendiri dalam Al-Qur'an surah Al-Maidah (5): 2:

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا لَا تَحْلُوْا شَعْبِيْرَ اللّٰهِ وَلَا الشَّهْرَ الْحَرَامَ وَلَا الْهَدْيَ وَلَا
الْقَلَٰٓئِدَ وَلَا ءَاۤمِيْنَ النَّبِيّٰتِ الْحَرَامِ فَيُضَلُّوْا مِنْ رَّبِّهِمْ وِرْضُوْنَا وَاِذَا
حَلَلْتُمْ فَاصْطَادُوْا وَلَا تَحْرِمُوْكُمْ شَيْۤئًا مِّنْهُ اَنْ صَدُوْكُمْ عَنْ
الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ اَنْ تَعْتَدُوْا وَتَعَاوَنُوْا عَلٰى الْاَبْرِ وَالْاَتْقٰوٰى وَلَا تَعَاوَنُوْا
عَلٰى الْاِثْمِ وَالْعُدُوْنِ وَاَتَّقُوا اللّٰهَ اِنَّ اللّٰهَ شَدِيْدُ الْعِقَابِ .

Terjemahnya:

Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu melanggar syiar-syiar Allah, dan jangan melanggar kehormatan bulan-bulan haram, jangan (mengganggu) binatang-binatang *hadya*, dan binatang-binatang *qalaid*, dan jangan (pula) mengganggu orang-orang yang mengunjungi Baitullah sedang mereka mencari kurnia dan keredhaan dari Tuhannya dan apabila kamu telah menyelesaikan ibadah haji, maka bolehlah berburu. dan janganlah sekali-kali kebencian(mu) kepada sesuatu kaum karena mereka menghalang-halangi kamu dari Masjidil haram, mendorongmu berbuat aniaya (kepada mereka), dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. dan bertakwalah kamu kepada Allah, Sesungguhnya Allah Amat berat siksa-Nya.¹⁹

Kerja sama ini dalam bidang pendidikan tidak boleh diabaikan yakni bertolong-tolongan dalam arti paedagogis psikologis demi kepentingan anak dan cita-cita mereka. Ketika lapangan pendidikan yakni keluarga, sekolah dan masyarakat sebenarnya harus ada hubungan erat, kerana

¹⁹Kementerian Agama RI., *Ibid.*, h. 157.

anak dalam hidupnya selalu mendapat pengaruh dari lingkungan tersebut.

Akan tetapi, yang menjadi pokok pembahasan dalam hal ini adalah hubungan dan pengaruh timbal balik antara keluarga (orang tua) dan sekolah (guru) kerana adanya pertimbangan sebagai berikut:

1. Keluarga sebagai tempat dilahirkan anak dan tempat pertama menerima pendidikan, dengan sendirinya membentuk pribadi dan watak pertama dalam keluarga ini.
2. Sekolah adalah tempat pendidikan untuk mendapatkan lebih banyak pengetahuan dari pada *character building*, yang mana dengan pengetahuan yang diperoleh itu, anak memperoleh bekal hidup dalam masyarakat nantinya.
3. Sedang masyarakat, baru dimasuki oleh anak setelah berumur dewasa, yang mana sebelumnya telah mendapat latihan hidup sosial di lingkungan dan dilanjutkan di sekolah.

Apabila serorang anak telah meningkat usia remaja, guru dan orang tua harus membantu si anak untuk memecahkan problema yang mengganggu pikirannya. Jika orang tua tidak dapat menolong si anak dalam memberi pengertian bahwa perubahan-perubahan yang dirasakan itu adalah wajar, maka guru dapat memberikan penjelasan-penjelasan itu kepada anak-anak yang meningkat masa remaja tentang ciri-ciri dari pertumbuhan yang sedang dialami baik dalam mata pelajaran, maupun dalam ekstra kurikuler.

Jika penjelasan-penjelasan tersebut tidak didapatkan dari orang tua, maka seharusnya guru dapat menolong anak dalam menyelesaikannya. Apabila guru tidak dapat pula menolong anak, dalam hal ini anak-anak mencari sendiri jalan keluar bersama teman-teman mereka.

Mungkin anak-anak akan mendapat pengertian dengan cara yang sehat, tetapi mungkin pula mereka akan mencari penyelesaiannya dengan meraba-raba, mencari-cari dengan caranya sendiri, yang kadang-kadang membawa

kepada kelakuan yang menyesatkan. Dan ada juga yang jatuh kepada ketegangan batin, kegelisahan dan kesedihan bahkan mungkin menderita gangguan jiwa.

Jika problema anak remaja itu tidak selesai sebelum mereka masuk kepada usia dewasa, maka kegoncangan jiwanya akan tetap terasa, sebelum dapat disadari dan diusahakannya penyelesaian untuk itu. Perasaan yang demikian akan mempengaruhi pikiran, kelakuan dan kesehatan atau kebahagiaan pada umumnya.

Dengan adanya kerja sama antara orang tua siswa semacam itu membuat guru dapat memahami kebutuhan sifat dan keadaan murid. Begitupula dengan adanya pertemuan dan komunikasi yang lancar, maka program pendidikan dapat terlaksana dengan sebaik-baiknya dan saling pengertian menimbulkan kerjasama yang dapat memper-lancar kegiatan-kegiatan dalam pembinaan mental.

Kerjasama antara orang tua dan guru agama dapat diadakan dengan dua jalan yaitu secara informal, individual masing-masing didorong oleh rasa keinsafan mengadakan kerjasama yang direalisir dalam bentuk ikatan organisasi.

Organisasi yang dapat mengikat antara orang tua dan guru agama adalah perkumpulan orang tua murid dan guru, yang dulu disebut Persatuan Orang tua Murid dan Guru (POMG), kemudian selanjutnya menjadi Badan Pembantu Penyelenggara Pendidikan (BP3), yang dewasa ini dikenal dengan nama Komite Sekolah. Perkumpulan orang tua murid dan guru bertujuan untuk ikut memelihara sekolah guna mengintensifkan pendidikan di sekolah, dengan adanya kerjasama antara orang tua dan guru-guru di sekolah. Hal ini menunjukkan bahwa guru-guru tidak bisa berdiri sendiri dalam usahanya menididik anak terlepas dari memperhatikan keluarga anak didik.

Komite sekolah dibentuk atas dasar UU No. 25 Tahun 2000, yang ditindak lanjuti Surat Keputusan Mendiknas No. 044/U/2000 yang menjelaskan bahwa komite sekolah sebagai

badan mandiri yang mewakili peran serta masyarakat dalam meningkatkan mutu, pemerataan dan efisiensi pengelolaan pendidikan. Posisi dan peran komite adalah sebagai badan pertimbangan, pendukung, pengontrol dan mediator. Kemudian bentuk partisipasinya berupa dana, barang, tenaga dan pikiran.

Dan dengan melalui komite, orang tua dan guru dapat saling membantu dalam usaha meningkatkan beban dan tanggung jawab, sebagai pendidik utama yang memikul tanggung jawab paedagogis dan akademis atas anak didiknya. Tanggung jawab paedagogis yang dibebankan atas diri mereka itu dapat dibedakan sebagai berikut :

1. Orang tua secara kodrati bertanggung jawab atas anaknya baik dilihat dari psikologis, paedagogis ataupun sosialogis.
2. Sedang guru bertanggung jawab atas pendidikan anak didiknya adalah bersifat formil artinya beban tersebut secara formil diberikan oleh pemerintah kepadanya.

Kerjasama orang tua dengan guru didapatkan manfaat dalam 3 (tiga) aspek yaitu :

- a. Dapat mengandung pengertian yang bernilai paedagogis yakni memungkinkan mencegah timbulnya perlawanan cita-cita yang diberikan oleh guru di sekolah dan orang tua di rumah.
- b. Dapat mengandung pengertian yang bersifat psikologis karena dengan kerja sama itu, maka kebutuhan dalam pertumbuhan anak yang dapat menguntungkan hidup kelak di kemudian hari, dapat dipenuhi dengan secepat-cepatnya, dan unsur-unsur yang merusak jiwanya (anak) darisegi paedagogis dapat dicegah sedini mungkin.
- c. Dapat pula mengandung arti sosialogis, yakni mereka sebagai pendidik yang menjadi anggota masyarakat dimana satu sama lainnya mempunyai rasa keharusan untuk bekerja sama, saling menolong.

Keharusan kerja sama ini, menurut pendidikan Islam, tercipta komunikasi formal antara guru dan orang tua terbentuk pengadaan prasarana dan sarana pendidikan di sekolah, sekaligus dapat meningkatkan kesejahteraan pegawai dan guru, yang pada akhirnya mendorong untuk menggunakan sumber daya yang ada secara efisien untuk mencapai hasil yang optimal serta mengantisipasi terjadinya kegagalan.

Dewasa ini tidak adalagi pelanggaran dan perlakuan menyimpang oleh siswa secara berkepanjangan karena terbuka kerjasama tersebut dan berjalan secara positif, baik melalui persuratan, maupun melalui kunjungan atau undangan dengan menggunakan berbagai komunikasi lainnya dalam rangka mengatasi kemelut yang terjadi pada remaja yang sifatnya insidental, seperti balapan liar, perkelahian dan persaingan sebagai tampilan sikap egoisme para remaja. Demikian pula pengenalan dan pengertian orang tua dan guru terhadap kondisi remaja yang sedang dilanda *strum und drung* semakin dimaklumi, lalu dihadapi dengan seksama sebagai bantuan dan kepedulianya terhadap usia remaja, sehingga tidak ada lagi masalah yang tidak dapat diatasi, karena begitu intensipnya dan mantapnya kerja sama antara orang tua dan guru di sekolah.[]

BAB IV

URGENSI MEMAHAMI DAN MEMELIHARA KESEHATAN MENTAL

A. Pengertian dan Tujuan Kesehatan Mental

Kesehatan mental menjadi salah satu cabang dari ilmu jiwa, yang dikenal sejak Abad ke-19. Ilmu ini kemudian berkembang secara meluas di negara-negara maju beriringan dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi. Kesehatan mental dalam hidup dan kehidupan menjadi suatu hal yang sangat penting, karena menyangkut soal kebahagiaan dan kesejahteraan manusia. Tanpa kesehatan mental, orang tidak mungkin mendapatkan kebahagiaan dan kesejahteraan hidup; oleh karena kesehatan mental masuk dalam aspek dan aktivitas kehidupan manusia.

Kesehatan mental merupakan ilmu yang praktis, sehingga banyak dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari, khususnya dalam bentuk bimbingan dan konseling yang dilaksanakan di berbagai lembaga keluarga, sekolah, kantor, instansi, dan sebagainya. Dalam perkembangan selanjutnya muncul klinik-klinik kejiwaan, baik yang menggunakan media elektronik, maupun yang menggunakan media cetak

dalam lembaga-lembaga pendidikan kesehatan mental.

Persoalan kesehatan mental untuk pertama kalinya secara mendasar telah terjadi pada manusia pertama yaitu Adam yang dilanda perasaan cemas, sedih dan gelisah serta penuh penyesalan terhadap perbuatannya yang mengikuti bujuk rayu Iblis dan mengabaikan larangan Allah, yang menyebabkan Adam bersama istrinya, Hawa, diusir dari surga. Dalam penyesalannya yang sangat mendalam, nabi pertama itu menemukan jalan keluar, yakni dengan bertaubat dan memohon kepada Allah, agar taubatnya diterima. Setelah Adam dan Hawa bertaubat, maka Allah berkenan menerima taubatnya, sehingga keduanya merasa terbebas dari belenggu kejiwaan. Bahkan, keduanya merasa lega dan bahagia berkat kasih sayang Allah padanya.¹

Dengan demikian, nampak bahwa kesehatan mental seseorang sewaktu-waktu dapat terganggu dan sakit, sehingga perlu penyehatan kembali, maka kesehatan mental menjadi dambaan bagi semua orang, baik terhadap orang yang telah melakukan kesalahan, maupun yang tidak melakukan kesalahan. Demikian pula terhadap orang yang sementara mengalami gangguan atau sakit mental, maupun terhadap orang yang tidak mengalami gangguan atau sakit agar ia dapat mempertahankan bahkan mungkin akan meningkatkan derajat kesehatan mentalnya secara optimal. Dambaan tersebut dibuktikan dengan seringnya manusia berseminar, berdiskusi dan berbicara sebagai upaya dan langkah memahami dan memelihara kesehatan mental, melalui kedamaian pikiran, ketenangan batin dan kebahagiaan hidup.

Secara etimologi kesehatan dalam bahasa Yunani disebut *hygine* dan mental berasal dari akar kata *mens* atau *mentis* yang berarti jiwa atau (*psyche*) psikis, roh atau nyawa. Kemudian secara istilah kesehatan mental (*mental hygiene*) berarti kemampuan bertindak secara efisien, sesuai tujuan hidup melalui kordinasi potensi dan usaha yang teratur,

¹Lihat Al-Qur'an Surah Al-Baqarah/2:37 dan Al-A'raf/7:23.

integral dengan batin yang tenang atau sebaliknya. Kesehatan mental bersifat dinamis, karena selalu adanya usaha peningkatan.²

Sehat secara umum dipahami sebagai kesejahteraan secara penuh (sempurna), baik secara fisik, mental maupun sosial, tidak hanya terbebas dari penyakit atau keadaan lemah. Sedangkan sehat menurut UU Kesehatan No. 23/1992 adalah suatu keadaan sehat secara fisik, mental dan sosial yang memungkinkan setiap manusia untuk hidup produktif, baik secara sosial maupun secara ekonomis. Sementara itu WHO menyatakan bahwa kesehatan mental merupakan kondisi dari kesejahteraan yang disadari individu, yang di dalamnya terdapat kemampuan-kemampuan untuk mengelola *stress*, kehidupan yang wajar untuk bekerja secara produktif dan menghasilkan serta berperan-serta di komunitasnya.³

Tanpa kesehatan mental yang sempurna, manusia tidak mungkin mendapatkan kebahagiaan yang hakiki dan kualitas sumber daya manusia yang tinggi. Kesehatan mental itu merambah dalam setiap aspek kehidupan manusia, mulai dari yang berhubungan dengan diri sendiri, manusia lain, alam sekitar sampai kepada Tuhan.

Menurut Marie Jahoda, kesehatan mental tidak hanya terbatas pada terhindarnya seseorang dari gangguan dan penyakit mental, tetapi sesungguhnya orang yang sehat mentalnya itu memiliki karakter utama sebagai berikut:

1. Kepribadian yang baik terhadap diri sendiri.
2. Pertumbuhan dan perkembangan dan perwujudan diri yang baik.
3. Integrasi diri yang meliputi keseimbangan mental, kesatuan pandangan dan tahan terhadap tekanan-tekanan yang terjadi.

²Notosoedirjo, Moeliono & Latipun, *Kesehatan Mental: Konsep dan Penerapan* (Malang: Universitas Muhammadiyah Malang Press, 2001), h. 5.

³Lihat Kartika Sari Dewi, *Kesehatan Mental* (Semarang: UPT LUNDIP, 2012), h. 10-11.

4. Otonomi diri yang mencakup unsur-unsur pengatur kelakuan diri atau kelakuan-kelakuan bebas.
5. Persepsi mengenai realitas, terbatas dari penyimpangan dan kebutuhan yang memiliki kepekaan sosial.
6. Kemampuan untuk menguasai lingkungan dan berintegrasi dengannya.⁴

Terkait urgensi dan begitu luasnya ruang lingkup kesehatan mental, Zakiah Daradjat mengemukakan beberapa pengertian mengenai kesehatan mental, sebagai berikut:

1. Terhindarnya orang dari gejala-gejala gangguan jiwa (*neurose*) dan dari penyakit jiwa (*psychose*).
2. Kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan diri sendiri, dengan orang lain, dan masyarakat serta lingkungan dimana ia hidup.
3. Pengetahuan dan perbuatan yang bertujuan untuk mengembangkan dan memanfaatkan segala potensi, bakat dan pembawaan yang ada semaksimal mungkin, sehingga membawa kepada kebahagiaan diri dan orang lain, serta terhindar dari gangguan-gangguan dan penyakit jiwa.
4. Terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi jiwa, serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problema-problema biasa yang terjadi dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya.⁵

Berdasarkan definisi tersebut dapat dipahami bahwa kesehatan mental berarti: memiliki sikap batin (*attitude*) yang positif terhadap diri sendiri, mampu mengaktualisasi diri, mampu melakukan integrasi fungsi-fungsi jiwa, memiliki kemandirian, berpikir positif dan objektif terhadap realitas dan menguasai lingkungan.

Zakiah Daradjat memberi pengertian lebih lengkap

h. 76.

⁴Yahya Jaya, *Psikoterapi Agama Islam*, (Padang: IAIN Imam Bonjol, 1999).

⁵Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: Gunung Agung, 1985), 15.

dengan memasukkan unsur agama didalamnya, sehingga kesehatan mental dapat dilihat dari segi kondisi, ilmu dan lingkungan. Dari segi kondisi kesehatan mental berarti terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri di antara manusia dengan dirinya dan lingkungannya berdasarkan keimanan dan ketakwaan, serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan berbahagia di dunia dan di akhirat. Dari segi ilmu kesehatan mental adalah suatu ilmu pengetahuan yang berpautan dengan kesejahteraan dan kebahagiaan manusia, yang mencakup semua bidang kehidupan manusia, baik diri sendiri, orang lain, dengan alam dan lingkungannya serta hubungan dengan Tuhan. Sedang dari lingkungan yang menunjang tercapainya kesehatan mental bagi manusia. Misalnya, sikap dan perlakuan orang tua, guru, teman, anggota masyarakat serta lingkungan yang ramah dan penuh pengertian terhadap seseorang ditambah dengan suasana aman damai.⁶

Formulasi yang dikemukakan oleh Zakiah Daradjat telah memenuhi seluruh jalinan hubungan manusia dengan yang lainnya, sehingga kesehatan mental menjadi pengetahuan dan perbuatan yang bertujuan untuk mengembangkan dan memanfaatkan segenap potensi, bakat dan pembawaan semaksimal mungkin berdasarkan ajaran Islam agar membawa kebahagiaan diri dan juga orang lain serta terhindar dari gangguan dan penyakit mental.

Dari pengertian di atas dapat dipahami bahwa kesehatan mental merupakan kemampuan diri individu dalam mengelola terwujudnya keserasian antara fungsi-fungsi jiwa dan terciptanya penyesuaian diri, baik dengan diri sendiri, orang lain, maupun lingkungan sekitar secara dinamis dan mempunyai citra diri yang positif menjadi pribadi yang unggul dan mencapai tujuan hidup secara bermakna.

⁶Lihat Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental Peranannya dalam Pendidikan dan Pengajaran*, (Jakarta: IAIN Syarif Hidayatullah, 1988), h. 4-7.

Orientasi kesehatan mental di Barat adalah hidup dimuka bumi ini dengan memperhatikan diri sendiri, hubungan dengan orang lain, hubungan dengan lingkungan alam dan hidup hanya terbatas di dunia. Iman dan taqwa tidak masuk menjadi pertimbangan. Sementara di dunia Islam disamping harus memperhatikan diri sendiri, hubungan dengan orang lain, hubungan dengan lingkungan alam, hidup di dunia juga menjalin hubungan vertikal, tingkat kehushyuan, kualitas akhlak serta keyakinan akan akhirat.

Motto jiwa sehat dalam Islam adalah membiasakan memilih yang benar, walaupun sulit, bukan sebaliknya suka memilih yang enak, walaupun buruk. Demikian pula harus menyadari bahwa kesulitan yang diderita, meskipun jiwa terganggu, tetapi masih memiliki kepribadian, meskipun boleh jadi integritas diri yang kurang sempurna. Jiwa yang sehat pasti dapat menyelesaikan permasalahan secara kreatif dan konstruktif.

Ada beberapa kriteria yang dapat digunakan untuk menilai kesehatan mental yaitu: 1) efisiensi mental: penggunaan kapasitas-kapasitas kita secara efektif untuk mengamati, belajar, berpikir dan juga mengembangkan terus-menerus fungsi-fungsi mental sampai ke suatu tingkat efisiensi yang lebih tinggi. 2) pengendalian dan integrasi pikiran dan tingkah laku: a) pengendalian yang efektif merupakan salah satu tanda dari kepribadian yang sehat, b) integrasi pikiran dan tingkah laku biasanya diidentifikasi sebagai integrasi pribadi.

Adapun tujuan mempelajari kesehatan mental adalah sebagai berikut:

1. Memahami makna kesehatan mental dan faktor-faktor penyebabnya.
2. Memahami pendekatan-pendekatan yang digunakan dalam penanganan kesehatan mental.
3. Memiliki kemampuan dasar dalam usaha peningkatan dan pencegahan kesehatan mental masyarakat.

4. Memiliki sikap proaktif dan mampu memanfaatkan berbagai sumber daya dalam upaya penanganan kesehatan mental masyarakat.
5. Meningkatkan kesehatan mental masyarakat dan mengurangi timbulnya gangguan mental masyarakat.⁷

Salah satu kelompok komunitas yang rawan dengan gangguan kesehatan mentalnya adalah remaja yang dihinggapi *strum und drung* untuk sementara waktu, sehingga sangat memerlukan perhatian dan bantuan dalam bentuk *guid and conseling* dari orang tua, guru dan orang dewasa lainnya agar mentalnya tetap sehat dan melewati perkembangannya dengan aman.

Guidance dapat diberikan dalam bentuk nasehat, peringatan dan saran agar remaja *strum und drung* dapat merencanakan studinya, menentukan jurusan dan memperbaiki kariernya. Sedangkan *counseling* adalah menginisiasi dan menyingkirkan menggunakan kemampuan, pemahaman dan ketrampilan yang dimiliki yang memungkinkan mereka mengelolah kehidupannya sendiri, kini dan di masa mendatang. Fungsi *guid and counsel* yang paling dominan pada usia *strum und drung* adalah: 1) *preventif* (mengantisipasi berbagai masalah yang mungkin terjadi dan berupaya mendegahannya; 2) penyembuhan (pemberian bantuan kepada anak yang telah mengalami masalah); 3) perbaikan (membantu memperbaiki kekeliruan dalam berpikir, berperasaan dan berkehendak); 4) pemeliharaan (membantu anak agar menjaga dirinya dan mempertahankan situasi kondusif yang telah tercipta dalam dirinya).

B. Gangguan Kesehatan Mental

Gangguan mental dapat terjadi secara bervariasi, boleh jadi karena kesulitan yang dihadapi oleh seseorang terkait dengan hubungannya orang lain atau karena persepsinya tentang kehidupan dan sikapnya terhadap dirinya salah

⁷Kartika Sari Dewi, *op.cit.*, h. 12.

kaprah. Gangguan mental dapat terjadi berbagai sebab, seperti hubungan dengan orang lain yang tidak memuaskan (diperlakukan secara tidak adil atau semena-mena, cinta yang tak terbalas, kehilangan seseorang yang dicintai, kehilangan pekerjaan) atau disebabkan oleh factor organik, kelainan sistem syaraf dan gangguan pada otak. Demikian pula gangguan mental dapat terjadi karena tidak dapat memuaskan bermacam-macam kebutuhan jiwa (kebutuhan afiliasi, kebutuhan otonomi, kebutuhan untuk berprestas dan keinginan untuk sukses mengerjakan sesuatu).⁸

1. Gangguan kesehatan mental terhadap manusia modern.

Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi dalam realitasnya tidak dapat menjamin kebahagiaan dan kesejahteraan hidup manusia, bahkan kehidupan modern yang berlandaskan sains modern dianggap gagal menyediakan pelabuhan kebahagiaan bagi manusia, mengakibatkan hadirnya sikap hipokrit yang berkepanjangan, maka manusia modern mengidap gangguan kejiwaan antara lain berupa : (a) kecemasan, (b) kesepian, (c) kebosanan, (d) perilaku menyimpang, (e) psikosomatis, dan (f) skizofrenia.

a. Kecemasan

Perasaan cemas yang diderita manusia modern bersumber dari hilangnya makna hidup (*the meaning of life*). Secara fitri manusia memiliki kebutuhan akan makan dan hidup. Makan dan hidup dimiliki oleh seseorang manakala ia memiliki kejujuran dan merasa hidupnya dibutuhkan oleh orang lain dan merasa mampu dan telah mengerjakan sesuatu yang bermakna untuk orang lain. Makna hidup biasanya dihayati oleh pejuang dalam bidang apapun, karena pusat perhatian pejuang adalah bagaimana bisa menyumbangkan sesuatu untuk kepentingan orang lain. Seseorang pejuang biasanya memiliki tingkat dedikasi yang tinggi, dan untuk apa yang diperjuangkannya, ia sanggup

⁸Lihat Jamaluddin Ancok, *Integrasi Psikologi dengan Islam* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1995), h. 91-92.

berkorban, bahkan korban jiwa sekalipun. Kepuasan seorang pejuang adalah apabila ia mampu berpegang teguh kepada prinsip kejuangannya, meskipun boleh jadi perjuangannya itu gagal.

El-Quussy juga mengemukakan bahwa kecemasan dan ketenangan jiwa yang dialami oleh masyarakat modern membawa implikasi yang disebut *substantatif destruktif*, yaitu suatu tindakan yang mengarah pada tindakan negatif. Tindakan ini terlihat misalnya pembunuhan dan perang yang hanya menyengsarakan rakyat kecil dan yang tak berdosa. Masyarakat yang demikian sudah tidak lagi memikirkan orang lain melainkan hanya untuk kepentingan pribadi dan kelompoknya.⁹

Adapun manusia modern seperti disebutkan di atas, justru tidak memiliki makna hidup karena mereka tidak memiliki prinsip hidup. Yang mereka lakukan adalah mengikuti trend masa kini, mengikuti tuntunan sosial, padahal belum tentu berdiri di atas suatu prinsip yang mulia.

b. Kesepian

Kaelani menyatakan bahwa semangat modernisme yang ditandai dengan kemajuan sains dan teknologi diyakini telah mengakibatkan munculnya disorientasi moral religius, terutama runtuhnya martabat manusia. Hal ini juga diakibatkan oleh berkuasanya ilmu-ilmu positif-empiris yang dianggap sebagai satu-satunya standar kebenaran tertinggi sehingga mengakibatkan nila-nilai moral religius kehilangan otoritas dan wibawanya. Akibatnya, manusia mengalami keterasingan (*alienasi*), ketertekangan, dan depresi mental, bahkan tidak jarang menimbulkan gerakan-gerakan *tribalisme*.¹⁰

⁹Lihat W.M. Abdul Hadi "Krisis Manusia Modern: Tinjauan Falsafah Terhadap Scientisme" *Jurnal Universitas Parmadina* Vol. 2 No.3, Mei 2003, h. 191-216.

¹⁰Kaelani, *Filsafat Bahasa: Masalah dan Perkembangannya* (Yogyakarta: Paradigama, 2003), h. 297.

Manusia modern sebenarnya sudah kehilangan makna, manusia kosong (*the hollow man*). Ia resah setiap hari, sesekali harus mengambil keputusan, ia tidak tahu apa yang diinginkan, dan tidak mampu memiliki jalan hidup yang diinginkan. Para sosiolog menyebutnya sebagai gejala keterasingan, alienasi, yang disebabkan oleh (1) perubahan sosial yang berlangsung dengan cepat, (2) hubungan hangat antara manusia sudah merubah menjadi hubungan yang gersang, (3) lembaga tradisional sudah berubah menjadi lembaga rasional, (4) masyarakat yang homogen sudah berubah menjadi heterogen, dan (5) stabilitas sosial berubah menjadi mobilitas sosial.

Kesepian atau alienasi bersumber dari hubungan antara manusia (*interpersonal*) di kalangan masyarakat modern yang tidak lagi tulus dan hangat. Kegersangan hubungan antar manusia disebabkan karena semua manusia modern menggunakan topeng-topeng sosial untuk menutupi wajah kepribadiannya. Dalam komunikasi interpersonal manusia modern tidak memperkenalkan dirinya sendiri, tetapi selalu menunjukkannya sebagai seorang yang sebenarnya bukan dirinya. Akibatnya manusia modern memandang orang lain, namun yang dipandang juga bukan sebagai dirinya, tetapi yang dipandang adalah seorang yang bertopeng, sehingga hubungannya tidak lagi sebagai hubungan antar kepribadian, tetapi hubungan antar topeng, yang kesemuanya itu mengakibatkan orang merasa kesepian karena hanya begaul dengan topeng.

c. Kebosanan

Kebosanan muncul karena hidup tak bermakna, dan hubungan dengan manusia lain terasa hanbar dengan ketiadaan ketulusan hati, kecemasan yang selalu mengganggu jiwanya dan kesepian yang berkepanjangan, menyebabkan manusia modern menderita gangguan kejiwan berupa kebosanan. Bosan kepada kepura-puraan, bosan kepada kepalsuan, tetapi ia tidak tahu harus melakukan apa untuk menghilangkan kebosanan itu.

d. *Perilaku Menyimpang*

Kecemasan, kesepian dan kebosanan yang diderita berkepanjangan, menyebabkan seseorang tidak tahu persis apa yang harus dilakukan. Ia tidak bisa memutuskan sesuatu, dan ia tidak tahu jalan mana yang harus ditempuh. Dalam keadaan jiwa yang kosong dan rapuh ini, maka seseorang tidak mampu berfikir jauh, kecenderungan kepada memuaskan motif kepada hal-hal yang rendah menjadi sangat kuat, karena pemuasan atas motif kepada hal-hal yang rendah agak sedikit mengibur.

Manusia dalam tingkat gangguan kejiwaan seperti itu mudah sekali diajak atau dipengaruhi untuk melakukan hal-hal yang menyenangkan meskipun perbuatan itu menyimpang dari norma-norma moral. Kondisi psikologis mereka seperti hausnya orang yang sedang berada dalam pengaruh obat terlarang. Dalam keadaan tak mampu berfikir, apa saja ia mau dilakukan asal memperoleh minuman. Kekosongan jiwa itu dapat mengantarkan mereka pada perbuatan merampok, meskipun mereka tidak membutuhkan uang, memperkosa orang tanpa mengenal siapa yang diperkosa, membunuh orang tanpa ada sebab-sebab yang membuatnya harus membunuh, pokoknya semua perilaku menyimpang yang secara sepintas seakan memberikan hiburan karena mereka dapat lakukan.

e. *Psikosomatik*

Psikosomatik adalah gangguan fisik yang disebabkan oleh faktor-faktor kejiwaan dan sosial. Seseorang jika emosinya menumpuk, lalu memuncak maka hal itu dapat menyebabkan terjadinya goncangan dan kekacauan dalam dirinya. Jika faktor-faktor yang menyebabkan memuncaknya emosi itu secara berkepanjangan tidak dapat dijauhkan, maka terpaksa selalu berjuang dengan menekan perasaan. Perasaan tertekan, cemas, kesepian dan kebosanan yang berkepanjangan dapat mempengaruhi kesehatan fisiknya.

Jadi psikosomatik dapat disebut sebagai penyakit

gabungan, fisik dan mental, yang dalam bahasa Arab disebut *al-nafs al-jasadiyyah* atau *al-nafs al-biologiyyah*. Karena yang sakit sebenarnya adalah jiwanya, tetapi menjelma dalam bentuk sakit fisik. Penderita psikosomatik biasanya selalu mengeluh merasa tidak enak badan, jantungnya berdebar-debar, merasa lemah dan tidak bisa konsentrasi. Wujud psikosomatik bisa dalam bentuk syndrome, trauma, stress, ketergantungan kepada obat penenang/alkohol/narkotik atau berperilaku menyimpang.

Manusia modern penderita psikosomatik adalah ibarat penghuni kerangkeng yang sudah tidak lagi menyadari bahwa kerangkeng itu merupakan belenggu. Baginya berada dalam kerangkeng seperti memang sudah seharusnya begitu, ia sudah tidak bisa membayangkan seperti apa alam di luar kerangkeng.

f. Skizofrenia

Skizofrenia adalah suatu istilah yang bersumber dari psikoanalisa sebagai adopsi dari salah satu jenis gangguan kejiwaan dalam dunia psikoanalisme, lalu diperluas maknanya untuk menjelaskan fenomena sosial dan kebudayaan yang lebih luas, khususnya fenomena pembahasan revolusi hasrat dari berbagai kode-kode semiotika yang mapan. Fenomena skizofrenia memproyeksikan manusia modern untuk terbebaskan secara mutlak dari segala bentuk aturan dan ikatan yang berasal dari keluarga, masyarakat, negara, dan bahkan agama. Begitu juga dari segala bentuk tabu (mitos, adat, adab, aturan), sehingga bebas dalam mengumbar hasrat libidonya. Demikian pula gangguan mental dapat terjadi karena: psikose, psikoneurosis, dan psikopat.

2. Gangguan kesehatan mental dalam Islam.

Bentuk-bentuk gangguan mental dalam islam tidak dijelaskan secara rinci dan gamblang. Namun, bila dicermati secara mendalam ditemukan bukti-bukti bahwa kesehatan mental sangat penting dalam pandangan Islam. Hal ini terbukti, ketika persyaratan dalam suatu kewajiban selalu di

kaitkan dengan akal. Demikian pula banyak amal yang dilakukan (kebaikan) oleh seseorang tetapi tidak dapat pahala di sebabkan karena adanya penyakit hati yang merusak amalnya.

a. *Al-Hasad*

Penyakit mental yang sangat berbahaya dalam kehidupan manusia adalah dengki atau iri hati. Bahanya dapat melebihi bahaya *zunami* sebab, sunami hanya mengancam kehidupan manusia yang bermukim di pinggir laut yang rendah, sedangkan penyakit iri hati bisa mengancam kehidupan dan ketentraman orang dipuncak gunung yang tinggi.

b. *At-Takabbur*

Perilaku takabur atau menyombongkan diri atau bersikap egoism yaitu menganggap dirinya lebih besar, lebih hebat dan lebih pantas dari orang yang lain. Sifat inilah yang dimiliki oleh iblis sehingga dilaknak oleh Allah swt.

c. *At-Taa'zzuh*

Sifat *at-taa'zzuh* adalah seseorang menjadikan dirinya selalu ingin mendapatkan penghormatan khusus karena ia merasa bahwa dialah yang lebih mulia seperti halnya dalam penempatan tempat duduk, peladenan, pemberian makanan, dan hadiah selalu mengharapkan ia diistimewakan karena ia merasa paling terhormat yang pantas dimuliakan.

d. *At-Ta'ajjub*

Kekaguman terhadap diri sendiri dapat dilihat, baik berkaitan fisiknya seperti kecantikan dan ketampanan atau berkaitan status sosial dan kekayaannya; bahkan, termasuk tingkah laku dirinya dikagumi oleh dirinya sendiri.

e. *Al-Riya'*

Sifat pamer atau mempertontongkan, ingin diketahui, dikenal dan popularitas akunya tinggi seolah hanya dialah yang bisa.

f. *Al-Sum'ah*

Sikap suka memperdengarkan diri dalam setiap berbuat, ingin selalu memperdengarkan eksistensinya supaya didengarkan orang lain. Sifat ini sama dengan riya tetapi cara mempublikasikan dengan memperdengarkan orang lain.

Rasulullah saw telah menyebutkan pula beberapa sifat dan perilaku yang dapat membahayakan seseorang. Sifat tersebut adalah bentuk dari penyakit mental. Sebagai mana sabda Rasulullah yang berbunyi: ada tiga hal yang sangat berbahaya atau merusak sendi-sendi kehidupan manusia yakni, menuruti hawa nafsu, kikir berlebihan dan terlalu cinta kehidupan dunia tetapi takut akan kematian.

Bentuk-bentuk penyakit mental ini kecenderungannya sangat dominan ditengah-tengah masyarakat dewasa ini, ironisnya ketiga sifat dan perilaku ini ibaratkan suatu paket yang tak terpisahkan. Artinya jika orang suka mengumbar nafsunya ia juga termasuk orang kikir dan kebanyakan orang kikir termasuk pula orang yang terlalu cinta hal-hal yang bersifat keduniawian.

3. Gangguan mental yang bersumber dari luar.

Penyebab gangguan mental yang bersumber dari luar diri manusia itu bermacam-macam. Ada yang bersumber dari hubungan orang lain yang tidak memuaskan (seperti diperlakukan tidak adil, diperlakukan dengan semena-mena, cinta tidak terbatas), kehilangan seseorang yang dicintai kehilangan pekerjaan dan lain-lain. Selain itu ada juga yang disebabkan oleh faktor organik, kelainan system syaraf dan gangguan pada otak.

Hendry A. Murray berpendapat terjadinya gangguan mental dikarenakan orang tidak dapat memuaskan macam-macam kebutuhan jiwa mereka. Beberapa contoh dari kebutuhan tersebut diantaranya adalah: *pertama*, kebutuhan afiliasi, yaitu kebutuhan akan kasih sayang yang diterima dari orang lain dalam kelompok; *kedua*, kebutuhan untuk otonomi yaitu ingin bebas dari pengaruh oleh orang lain,

ketiga, kebutuhan untuk berprestasi, yang muncul dalam keinginan untuk sukses mengerjakan sesuatu.¹¹

4. Gangguan mental sebagai akibat penyimpangan dari keadaan yang ideal.

Setiap jenis gangguan mempunyai cara pengobatan tersendiri, dan tiap jenis gangguan terdapat variasi yang luas, dari yang ringan hingga yang berat, sehingga penyembuhan untuk semua jenis gangguan jiwa tidak dapat dilakukan karena mempunyai spesialisasi masing-masing yang dibahas oleh ahlinya secara panjang lebar.

Gangguan jiwa adalah gejala atau pola dari tingkah laku psikologi yang tanpak secara klinis yang terjadi pada seseorang dari berhubungan dengan keadaan distress (gejala yang menyakitkan) disebabkan ketidak mampuan mengatasi (gangguan pada suatu area atau lebih dari fungsi-fungsi penting) yang meningkatkan risiko terhadap kematian, nyeri, atau kehilangan kebebasan yang penting dan tidak jarang respon tersebut dapat diterima pada kondisi tertentu.

Kajian tentang penyakit pada umunya dilakukan sehubungan dengan upaya memelihara kesehatan. Kesehatan manusia mencakup kesehatan jasmani dan rohani, kesehatan fisik dan kesehatan mental. Dalam Ilmu Kesehatan, di samping dikenal adanya kesehatan fisik, kesehatan mental juga dikenal istilah kesehatan masyarakat (*public health*). Penyakit pun dikenal adanya penyakit fisik, penyakit mental dan penyakit masyarakat. Dalam bahasa agama jarang disebut istilah penyakit mental, yang sering disebut adalah penyakit hati (*fi qulubihim maradhum*). Hal ini berkaitan dengan perbedaan penekanan makna jiwa antara prespektif psikologi dan perspektif agama. Psikologi lebih menekankan pada aspek berfikir, sedangkan agama lebih menekankan aspek merasa. Dengan demikian, maka ada perbedaan penekanan antara penyakit mental dengan penyakit hati.

¹¹Lihat Djamaluddin Ancok, *op. cit.*, h. 92.

Dalam hal kesehatan, menurut bahasa agama juga pada perbedaan makna antara sehat dan afiat. Mata yang sehat misalnya adalah mata yang dapat melihat dan membaca tanpa memerlukan bantuan kaca mata, tetapi mata yang afiat adalah mata yang mudah digunakan untuk melihat obyek-obyek yang bermanfaat dan halal, namun sulit digunakan untuk melihat obyek-obyek yang diharamkan, karena itulah sebenarnya fungsi yang diharapkan dari penciptaan mata. Dalam psikologi dikenal ada istilah sakit jiwa dan sakit gangguan kejiwaan, ada yang disebabkan oleh faktor syaraf, ada juga yang disebabkan oleh faktor psikis (*neurose*).

5. Gangguan mental disebabkan oleh akhlak yang rendah.

Akhlak, memiliki sebab-sebab yang dapat menjadikannya tinggi dan mulia, dan sebaliknya juga mempunyai sebab-sebab yang dapat menjadikannya merosot dan jatuh kedalam keterpurukan.

Dalam perspektif Islam, gangguan kejiwaan juga bisa terjadi disebabkan oleh faktor akhlak yang rendah. Diantara akhlak rendah yang dapat mengganggu kesehatan mental ialah riya, dengki, syirk, *nifak*, tamak, *takabbur*, *ujub*, *al wahn*, kikir, fanatisme negatif, putus asa, lupa, was-was, dan tipudaya. Secara popular disebut sakit hati.

Al-Qur'an tak kurang dari sebelas kali menyebut adanya penyakit hati (*fi qulubihim maradh*) di samping menyebut adanya hati yang sehat (*qalb salim*). Dalam bahasa Arab, *maradh* (penyakit) antara lain didefinisikan sebagai "segala sesuatu yang mengakibatkan manusia melampaui batas keseimbangan/kewajaran dan mengantarkan kepada terganggunya fisik, mental dan bahkan kepada tidak sempurnanya amal seseorang. Melampaui batas, satu isi membawa implikasi pada gerak berlebihan, dan pada sisi lain membawa implikasi ke arah kekurangan.

Akal yang sakit tampil dari gerak berlebihan berwujud kelicikan, tetapi jika sakitnya bersumber dari arah

kekurangan (kurang pendidikan) maka sakitnya berwujud ketidak tahuan. Ketidaktahuan akal membawa kepada keraguan dan kebimbangan. Penyakit kejiwaan lain yang bersumber dari gerak berlebihan bisa berwujud: angkuh, benci, dendam, fanisme, serakah, dan kikir. Sedangkan penyakit yang bersumber dari arah kekurangan bisa berwujud: pesimis, rendah diri, kecut, cemas, takut dan sebagainya.

Penyakit jiwa ditandai dengan fenomena ketakutan, ketegangan batin yang kronis dibarengi hadirnya: rasa nyeri, pusing-pusing sesak nafas, dan sakit-sakit di lambung yang merupakan pertanda sakit jasmaniah yang merembet sakit mental, pertanda gangguan pada ketenangan batin atau ketenangan hati.

Gangguan mental disebabkan akhlak yang rendah juga dapat terjadi karena: lemahnya iman, lingkungan yang negatif, kondisi yang tak terduga, hidup secara glamor, rumah tangga yang broken, tidak introspeksi diri, pengaruh negatif media massa, kefakiran/kemiskinan, kesedihan yang berlarut-larut, sakit yang berkepanjangan, ketuaan, berbuat keji, teman yang buruk serta rendah hati.

6. Gangguan mental dalam dunia kerja.

Gangguan mental dalam dunia kerja dapat terjadi seperti: a) Kerja yang terlalu jauh jaraknya dengan dominsili, b) Kerja bukan pada bidangnya, c) Kerja yang bertentangan visi perjuangan, d) Kerja untuk merusak umat, e) Kerja yang bertentangan dengan keyakinan, f) Kerja sebagai kupu-kupu malam, g) Kerja yang tidak sesuai bakat dan latar belakang pendidikan. Demikian dalam dunia kerja dapat terjadi penyimpangan: sikap dan sipat pembandel, tidak patuh pada atasan dan manusia sekitar, bahkan biasa terjadi pelanggaran norma dan perbuatan kriminal.

Dewasa ini yang lebih dominan sebagai factor penyebab gangguan mental bagi dunia kerja adalah: a) pesatnya arus urbanisasi di kota-kota besar, b) kehidupan kota yang

serba tegesa-gesa, c) lebih menonjolkan kepentingan pribadi dan rasa individualism, d) kemajuan ilmu pengetahuan, mekanisme, industrialisasi dan urbanisasi, e) memburuh keuntungan komersial dan penuh kompetisi, pengaruh lingkungan dan mas media dan f) masa transisi.

7. Gangguan mental anak usia sekolah.

Pada umumnya gangguan yang terjadi pada anak usia sekolah, khususnya para remaja yang mengalami masa pancaroba (*strum und drung*) adalah pelanggaran disiplin (tata tertib) sekolah: seperti terlambat, lalai menyelesaikan tugas, membolos, rebut, ceroboh dalam tindakan, marah dengan merusak, berkelahi, bertindak asusila dan sebagainya), yang pada pokoknya bersumber dari prustrasi dan konflik. Ketika mengalami gangguan, maka akan mempengaruhi perasaan, pikiran, kelakuan dan kesehatan badannya, sehingga tampil sikap prustrasi (gelisah, sedih, rendah diri, hilang kepercayaan diri dan pemarah), konflik (tawuran, perkelahian, absensia dan pembedelan di sekolah).

a. Frustrasi

Ada suatu pernyataan bahwa bentuk frustrasi berhubungan dengan rintangan perilaku yang mengarah tercapainya suatu tujuan. Sejalan dengan ini, maka frustrasi adalah suatu hasil dari dorongan yang terhambat sehingga mencegah individu untuk memperoleh tujuan yang diinginkannya. Newstrom dan Davis menyatakan bahwa *frustration is a result of a motivation (drive) being blocked to prevent one from reaching a desired goal.*¹² Pada saat individu tidak dapat mencapai tujuan-tujuan yang penting, maka dia akan merasa depresi, ketakutan, cemas, merasa bersalah, bahkan marah. Oleh karena itu, dia juga akan frustrasi ketika ia tidak mampu memperoleh kehidupan yang menyenangkan dirinya.

¹²Newstrom and Davis, *Organizational Behavior, Human behavior at Work* (New York: Mc Graw-Hill, Inc, 1993), p. 62.

Hal lain yang dapat menyebabkan munculnya frustrasi bagi individu adalah:

- a. Tidak tercapainya sejumlah kebutuhan yang hendak dipenuhi oleh individu yang berhubungan dengan pekerjaan dan perang yang dimainkannya.
- b. Berbagai macam cara yang digunakan oleh individu seperti dorongan dan peran yang dimainkannya berbeda, sehingga individu tidak dapat mengekspresikannya secara tepat.
- c. Berbagai macam hambatan yang terjadi dalam diri individu sehingga dorongan atau tujuan yang diinginkan menjadi tidak dapat terlaksana dengan baik.
- d. Berbagai aspek yang diinginkan oleh individu untuk mencapai tujuannya juga tidak dapat dipenuhi. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa dalam menghadapi situasi tersebut individu memerlukan adaptasi.

Jika individu mengalami berbagai rintangan dalam menghadapi proses adaptasi seperti yang dijelaskan di atas, maka dapat membuatnya mengalami frustrasi. Dengan kata lain, frustrasi merupakan hasil dari pertentangan di antara konflik dan stres.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat di pahami bahwa frustrasi itu merupakan suatu perasaan ketidakberdayaan, kekecewaan, ketidak mampuan atau kecemasan berat yang terjadi bila suatu keinginan atau dorongan terhambat.

Frustrasi semakin meningkat setiap kali manusia mengalami kemajuan dalam bidang teknologi dan setiap kali manusia semakin jauh dari ajaran-ajaran samawi yang besar.

1) Faktor Penyebab Frustrasi

Setiap makhluk hidup memiliki kebutuhan pokok yang disebut naluri. Pada hewan pusat kebutuhannya terletak di otak sedang pada manusia terletak di akal dan di hatinya. Naluri merupakan faktor yang membangkitkan segala keinginan, kecenderungan yang terasa ataupun tidak. Naluri

yang berpengaruh secara negatif, boleh jadi disebabkan pendidikan dan sistem sosial yang salah serta lingkungan yang destruktif yang memunculkan penyakit mental seperti frustrasi. Faktor penyebab frustrasi dapat dibedakan atas dua: a) faktor pribadi seseorang, yang boleh jadi disebabkan karena kurangnya kemampuan intelek dan bakat serta cacat fisik yang tidak memungkinkan terwujudnya keterampilan tertentu menjadi terhambat; b) faktor lingkungan yang menjadi penyebab penghalang tercapainya suatu tujuan.¹³

2) Macam-macam Frustrasi

Frustrasi sebagai suatu keadaan yang tidak sehat dapat dibedakan atas tiga: a) frustrasi fikiran disebabkan aktivitas sel-sel syaraf otak terganggu akibat adanya kelebihan atau kekurangan materi-materi kimiawi yang mempengaruhinya. Frustrasi semacam ini merupakan penyakit fisik yang penyembuhannya melalui obat-obatan; b) frustrasi jiwa: cemas, histeris, ketakutan, was-was, rasa sedih, duka cita, dan depresi. Sifatnya terpendam dan pada umumnya tidak realistis cara berpikirnya.¹⁴ Penyembuhannya melalui terapi kejiwaan sesuai keluhan penderitanya. c) Frustrasi yang bersifat reaktif: bekerja sepanjang waktu demi materi sehingga melupakan hak pada pikiran, jiwa dan tubuh untuk beristirahat.

3) Pengaruh Frustrasi terhadap Kehidupan Seseorang

Fustrasi dapat berpengaruh secara negatif seperti mengamuk, merusak dan menghancurkan karena kegagalan. Sebaliknya dapat berpengaruh secara positif, dan membentuk kesadaran baru, seperti: menjadi titik tolak suatu kesuksesan dari usaha baru yang kreatif.

b. Konflik

Konflik muncul ketika seseorang berada dalam kondisi

¹³Lihat Sattu Alang, *Kesehatan Mental dan Terapi Islam* (Makassar: Berkah Utami, 2005), h. 132.

¹⁴Lihat Rochelle Semel Abidin, *Emosi Bagaimana Mengenal, Menerima dan Mengarahkan* (Yogyakarta: Kanisius, 1986), h. 44.

di bawah tekanan untuk merespon dua atau lebih dorongan yang saling bertentangan secara simultan. Konflik dibedakan berdasarkan nilai dari masing-masing pilihan, jika pilihannya memiliki tujuan yang positif maka dinamakan *approach tendency*. Sedangkan jika pilihannya memiliki tujuan negatif dinamakan *avoidance tendency*. Oleh karena itu ada pilihan yang masing-masing memiliki alternatif yang diinginkan, ada pilihan yang sama-sama memiliki konsekwensi negatif, ada satu objek yang memiliki konsekwensi positif dan negatif dan ada dua alternatif yang sama-sama mempunyai konsekwensi positif dan negatif.

Perlu diingatkan bahwa setiap pelanggaran atau gangguan perlu dipelajari latar belakangnya, apa sebabnya terjadi pelanggaran atau gangguan, baik yang sifatnya psikologis dan individual, maupun yang sifatnya sosial dan lingkungan, agar guru dan orang tua dapat membimbingnya atau member tindakan yang tepat dan wajar.

C. Islam sebagai Terapi Mental

Manusia tidak bisa menjalani kehidupan yang baik dan tidak akan mencapai sesuatu yang bermanfaat bagi kemanusiaan dan peradaban manusia tanpa memiliki keyakinan-keyakinan, cita-cita yang mulia dan taat beragama. Keyakinan agama yang kuat akan menyebabkan manusia mau berjuang melawan kecenderungan-kecenderungan individual dan hawanafsunya yang alami dan mau berjuang untuk mewujudkan kenyataan yang diinginkan untuk hidup yang agamis. Hanya kekuatan keagamaan yang mampu memberi dan menghargai nilai-nilai kesucian yang diajarkan oleh agama Islam yang akan menjadikan manusia itu diatur dengan sepenuhnya oleh agama yang diyakini kebenarannya dan yang akan mengantarkannya kesucian hidup dan kebahagiaan yang kekal.

Oleh karena itu, agama Islam harus memegang peranan yang utama dalam sistim kehidupan. Sebab agama itu

benar-benar mempengaruhi manusia dan memuaskan kecenderungan alaminya ke arah kebenaran dan wujud-wujud yang suci, maka tidak ada jalan bagi setiap manusia yang bercita-cita untuk dapat hidup bahagia selamanya, kecuali dengan memeluk keyakinan yang kuat dan taat beragama Islam. Pembinaan kehidupan beragama bagi anak, sebenarnya adalah dalam rangka untuk mempersiapkan dirinya agar supaya dengan jalan mengamalkan ajaran-ajaran agama itu, ia akan dapat memperoleh kehidupan yang baik, lapang dan menyenangkan.

Pembinaan dan pendidikan anak dalam keluarga berlangsung sejak anak lahir sampai dewasa. Bahkan setelah dewasa pun orang tua masih berhak memberikan nasehat kepada anaknya.

Zakiah Daradjat menekankan bahwa, pendidikan agama hendaknya dapat mewarnai kepribadian anak, sehingga agama itu, benar-benar (berfungsi) menjadi bagian dari peribadinya yang akan menjadi pengendali dalam hidupnya dikemudian hari. Kepribadian agamis di bentuk melalui pendidikan agama yang di lakukan sejak awal pertumbuhan anak, demi untuk masa depan anak. Agar dapat hidup dengan tenang dan bahagia lahir dan bathin.¹⁵

Pendidikan dalam hubungannya dengan kesehatan mental bukanlah semata-mata pendidikan yang sengaja yang ditujukan kepada peserta didik, akan tetapi yang lebih penting dari pada itu adalah keadaan dan suasana rumah tangga (keluarga), keadaan jiwa ibu bapak, hubungan antara satu dengan lainnya dan sikap jiwa mereka terhadap rumah tangga dan anak-anak. Segala persoalan orang tua dalam hidup berkeluarga itu akan mempengaruhi anak, kerana apa yang mereka rasakan akan tercermin dalam tindakan-tindakan mereka sesuai yang dapat diamati dan diketahui. Keluarga adalah merupakan lingkungan sekolah pertama

¹⁵Bakir Yusuf Barmawi, *Pembinaan Kehidupan Beragama Islam Pada Anak*. (Semarang: Dina Utama, 1993), h. 42.

bagi anak yang mendasari jenjang-jenjang pendidikan selanjutnya.

Kebiasaan-kebiasaan baik yang sesuai dengan ajaran agama yang di bentuk sejak anak lahir, akan menjadi dasar pokok dalam pembentukan kepribadian si anak. Apabila kepribadiannya dipenuhi oleh nilai-nilai agama, maka akan terhindarlah dia dari kelakuan-kelakuan yang tidak baik dan dicela oleh agama. Jadi kepribadian anak yang dipenuhi oleh nilai-nilai agama akan berfungsi dapat menjauhkan anak dari perbuatan dan tingkah laku yang buruk. Karena agama telah menjiwai hidupnya, bahkan telah menjadi kepribadian yang mampu mengendalikan hidupnya.

Kebiasaan hidup yang agamis bagi anak akan melahirkan manusia yang selalu cenderung untuk berbuat baik dan mengajak kepada kebaikan dan menjahui dari perbuatan yang munkar atau buruk dengan aktif menjalankan perintah sholat dan melaksanakan kewajiban-kewajiban lainnya dalam rangka untuk mewujudkan dan membuktikan ketaatannya kepada Allah, dan Rasulnya.

Dua macam perbuatan baik tersebut mengajak atau memerintahkan dan berbuat baik, dan melarang atau mencegah dan menjahui perbuatan yang buruk sebagai kepribadian yang harus dimiliki oleh seseorang anak, melalui pendidikan agama Islam yang baik dan berhasil. Hal ini adalah demi untuk kepentingan masa depan anak agar dapat hidup tenang, tenteram, sejahtera, beruntung dan bahagia.

Islam sebagai agama memerintahkan kebaikan dan melarang keburukan. Kebaikan yang ditunjukkan islam pada hakikatnya dan akhirnya adalah untuk mendatangkan kemanfaatan hidup manusia di dunia dan di akhirat. Sebaliknya perbuatan jahat akhirnya akan membahayakan dan merugikan hidup manusia. Oleh karena itu pendidikan agama Islam menjadi sarana atau alat yang paling ampuh, sekaligus menjadi daya tangkal dalam mengatasi kenakalan anak remaja pada khususnya dan manusia pada umumnya.

Pada dasarnya, rujukan paling baik untuk memahami persoalan-persoalan disekitar manusia adalah Al-Qur'an dan Hadis. Namun untuk mengetahui berbagai pemikiran yang berkembang serta untuk menghindari kesalahpahaman terhadap isi Al-Qur'an, dirasa perlu untuk mencermati berbagai pendapat yang sudah dirumuskan oleh para ahli sebelumnya, sebab dengan cara ini diharapkan bisa dilakukan pengembangan konsep ke arah yang lebih baik.

Tampaknya persoalan mendasar yang perlu dibicarakan untuk memahami persoalan kesehatan mental dalam islam adalah masalah penciptaan manusia itu sendiri. Isyarat ayat-ayat Al-Qur'an mengenai penciptaan ini bisa menggambarkan hakekat manusia, tujuan hidup dan orientasi masa depannya. Karena itu pengetahuan mengenai konsep dasar ini cukup penting untuk dibicarakan, karena sangat terkait mengenai gangguan kesehatan mental.

Banyak ayat-ayat Al-Qur'an yang menyingkapkan siapa sesungguhnya manusia itu. Dikemukakan bahwa dalam banyak hal bahwa, manusia memiliki kelebihan dan keistimewaan dibanding dengan makhluk manapun di dunia ini. Selain struktur tubuh yang jauh lebih sempurna, manusia dibekali potensi-potensi yang tidak ditemukan pada mahluk lain, seperti akal, firah beragama, kebebasan berkehendak, dimensi spiritual yang agung dan sebagainya.

Walaupun manusia sudah mempunyai bekal yang cukup lengkap, namun sifatnya masih merupakan potensi, setiap pribadi masih harus berjuang menyempurnakan dirinya. Secara kodrati manusia terus-menerus menggali dan mengembangkan potensi yang terdapat dalam dirinya, sehingga ia bisa mencapai cita-citanya yang paling tinggi ialah mencapai derajat *insan kamil*. Cita-citanya ini merupakan suatu yang sangat ideal.

Untuk memahami pengertian *insan kamil*, sebaiknya bertolak dari kesadaran tentang hakekat penciptaan manusia itu sendiri, yakni sebagai khalifah Allah di bumi. Yang

ditiupkan kepadanya *ruh Ilahiyah*, dan bertugas untuk mengabdikan kepada Allah. Esensi dasar penciptaan ini memiliki makna yang sangat dalam, sebab menjadi khalifah Allah berarti mengembangkan amanah untuk membangun bumi ini bagi kemaslahatann umat manusia. Memiliki *ruh Ilahiyah* berarti tuntutan untuk menghayati dan mengimplementasikan sifat-sifat Tuhan dalam hidup sehari-hari, serta menjalankan tugas pengabdian kepadanya, berarti menjadikan semua perilaku dan sikap hidup berwujud ibadah kepadanya. Perjuangan terus menerus untuk mencapai kualifikasi ciri-ciri itulah hakekat dari *insan kamil* yang dimaksudkan dalam ajaran Islam.

Dapat dibayangkan betapa beratnya perjuangan yang harus dilakukan oleh setiap pribadi muslim yang ingin menjadi *insan kamil* itu. Namun, karena manusia sudah dibekali dengan macam-macam potensi, termasuk *ruh Ilahiyah*, maka tidak wajar kalau ia justru menjadi putus asa dan kemudian mundur dari perjuangan. Yang penting disini bukanlah capaian akhir dari cita-cita menjadi *insan kamil* itu karena hal itu sesuatu yang sangat ideal, tetapi bagaimana agar setiap pribadi muslim secara mental siap menjadikan seluruh sikap dan perilakunya selalu dalam rangka beribadah kepada Allah swt. Kemudian menjadikan ibadah itu selalu berorientasi pada pengelolaan alam, agar bisa memberikan kemaslahatan sebesar-besarnya kepada umat manusia, serta mengembangkan potensi *Ilahiyah* yang ada pada dirinya dengan menjadikan sifat-sifat Tuhan sebagai citra moral bagi kehidupannya.

Mengacu kepada konsep dasar di atas manusia, seperti yang distir oleh Al-Qur'an, bahwa agama adalah fitrah yang melekat pada diri manusia pada saat penciptaan. Konsep ini sangat kontradiktif dengan pandangan Psikoanalisis yang mengasumsikan bahwa manusia sebagai makhluk yang didominasi oleh nafsu seksual (*libido*). Seperti halnya ajaran Kristen yang meyakini dosa warisan yang bercorak pesimistik. Oleh karena itu, pandangan tentang

adanya fitrah manusia yang selalu mendorong untuk kembali kepada kebaikan dan kebenaran sejati (Allah) adalah pandangan yang optimis, dimana manusia selalu berkeyakinan atas kemampuannya melepaskan diri dari kesesatan.

Dengan memahami konsep dasar fitrah dapat dipahami bahwa semua bentuk penyimpangan dari agama adalah sumber dari semua gangguan atau penyakit mental, sebab di saat itu terjadi pengingkaran terhadap fitrah. Oleh karena itu penyimpangan atau pengingkaran terhadap fitrah adalah penolakan terhadap hakekat manusia. Yang di maksud penyimpangan di sini adalah semua bentuk pengingkaran, pembangkangan atau keraguan kepada Tuhan, sekaligus bisa berarti penghindaran diri dari perjuangan untuk memiliki dan mengimplementasikan sifat-sifat *Ilahiyah* sebagai citra moral dalam kehidupan. Bentuk-bentuk pengingkaran dan penolakan inilah yang menjadi sumber kesensaraan dan penyakit mental umat manusia.

Mengapa manusia menyimpang dari bimbingan agama? Menurut Al-Qur'an, hal ini disebabkan oleh kelupaan, atau disebabkan tidak memiliki keyakinan diri (keraguan). Kelupaan itu menyebabkan masuknya godaan setan, sehingga jatuh pada pelanggaran. Ini dijelaskan Al-Qur'an, berdasarkan sejarah. Nabi adam a.s ketika di dalam surga "Sesungguhnya dahulu kami membuat perjanjian dengan adam, tetapi ia lupa dan tidak memiliki ketetapan hati".

Al-Ghazali dalam kajiannya tentang *tazkiyah al-Nafsiyah* memandang bahwa akhlak yang terbaik, dikategorikan sebagai sifat para rasul Allah, perbuatan para *Siddiqin* yang paling utama, sedangkan akhlak yang buruk dinyatakan sebagai racun berbisa yang bisa membunuh, atau noda-noda yang bisa menjauhkan seseorang dari Allah swt, karena termasuk dalam langkah-langkah setan yang bisa menjerumuskan manusia masuk dalam perangkapnya. Jadi akhlak yang buruk itu adalah penyakit mental (*amradh al-*

qulub atau *asqam al-nufus*) yang dapat menghilangkan makna hidup untuk selamanya.¹⁶

Bertolak dari paparan di atas dapat di pahami bahwa ukuran yang lazim digunakan untuk mengetahui ciri khas gangguan mental dalam Islam adalah kesadaran diri sebagai hamba Allah, ketaatan beribadah dan kontinuitas melakukan perbaikan akhlak menuju tercapainya derajat *insan kamil*, atau meminjam istilah Mustafa Mahmud, untuk mencapai tingkat keterikatan diri kepada Allah. Sebab orang yang selalu dekat dengan Tuhannya dan selalu mengingatnya akan menggunakan potensi kekuatan dirinya secara optimal, tidak akan menimbulkan kealpaan, dan tidak akan mengakibatkan timbulnya mental negatif, sebab ia selalu berada di lingkungan cahaya *Ilahi*. Tetapi orang yang jauh dari Allah akan masuk pada daerah kesuraman dan menjadi orang yang banyak lalainya.

Konsep dasar mengenai manusia dan hakekat mengenai kesehatan mental menurut Islam seperti diutarakan di atas mengisyaratkan adanya perbedaan penting antara ajaran Islam dengan teori-teori psikolog modern. Kalau psikoanalisis mendeskripsikan gangguan mental sebagai akibat dari kondisi manusia yang lemah, yang tidak mampu menundukkan dirinya sendiri dari cengkraman mentalnya yang rusak, serta kalau Behaviorisme memandang gangguan mental sebagai perilaku maladaptif, maka Islam berpandangan bahwa gangguan mental adalah jiwa yang menyimpang, menolak atau melawan ajaran-ajaran Allah. Kondisi jiwa yang seperti ini, menurut Islam tidak hanya dalam perilaku, tetapi juga yang terpenting dalam sikap. Justru penyimpangan sikap inilah yang menjadi dasar dan awal dari semua penderitaan batin sebagai gangguan dan penyakit mental.

Dari penjelasan di atas menunjukkan adanya aspek

¹⁶Lihat Abdul Muji dan Yusuf Mudzakir, *Nuansa-Nuansa Psikologi Islami* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2001), h. 76.

penting yang menjadi ciri gangguan mental (*amradh al-qulub*) menurut pandangan Islam. Ciri yang di maksud berkaitan dengan dua aspek, yaitu mental dan perbuatan (*qalb dan ufa*), gejala-gejala gangguan mental semacam ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

- a. Hati yang menyimpang dari keikhlasan kepada Allah, sehingga menjadi lupa terhadap posisinya sebagai hamba Allah. Wujud dari penyimpangan ini bisa dalam bentuk: *jarh, riyā, hasad, ujub, takabbur, tamak* dan sebagainya.
- b. Perilaku yang terbiasa dengan pelanggaran ajaran agama disebabkan oleh dominannya peranan nafsu rendah dalam kehidupan seseorang.

Pada kondisi seperti ini, ada dua keadaan aneh pada diri manusia yang mengalami gangguan mental. Pertama, kekuatan fitrah untuk mendengar dan melihat kebenaran; namun, tidak berpihak kepada kebenaran. Hatinya tertutup dari seruan-seruan kebenaran. Kedua, memandangi indah dan baik perbuatan-perbuatan dosa dan kesesatan, sehingga tetap merasa nikmat dengan perilakunya.

Manusia tidak tunduk kepada Tuhan dan cenderung melakukan perbuatan buruk disebabkan faktor kelupaan dan tidak percaya pada diri sendiri, sehingga memberi peluang masuknya godaan syetan yang mendorong pada pelanggaran. Penyebab lainnya menurut Al-Ghazali adalah karena dominannya *nafsu ammaruh (syahwat dan gadhab)* dalam mengatur tatanan kehidupan, sehingga akal tidak mampu mengendalikan diri lagi dengan baik. *Syahwat* dan *gadhab* menurut Al-Ghazali bukanlah suatu yang harus dicabut atau dihapuskan, tetapi harus dimanfaatkan sebaik-baiknya melalui kendali akal sehat. Sebab ada empat inti akhlak yang mulia yaitu: kebijaksanaan, keberanian, *iffah* dan keadilan, sebagai suatu kondisi mental yang bertolak dari pengendalian *syahwat* dan *ghadab*.¹⁷

¹⁷Djamaluddin Ancok, *op.cit.* h. 190.

Sebagaimana diketahui bahwa kesehatan mental adalah suatu kondisi yang senantiasa berada dalam keadaan tenang, aman, dan tenteram. Dalam mencapai hal tersebut antara lain adalah penyesuaian diri secara resignasi (penyerahan diri sepenuhnya kepada Allah swt). *Zikir, fikiran, sahr, ju'i, shant, shaum, khulwat, khidmat, sabar* dan salat. Hubungan antara agama Islam dengan keyakinan akan menghasilkan kesehatan mental, melalui penyerahan diri seseorang terhadap suatu kekuasaan Yang Maha Tinggi yaitu Allah swt., sehingga sikap penyerahan diri itu akan memberi sikap optimis dan perasaan positif (bahagia, senang, sukses, aman dan dicintai) pada diri seseorang.

Islam telah memberikan penyelesaian yang benar dalam menyembuhkan bagi seluruh problem kemanusiaan, baik secara preventif, maupun secara kuratif berbagai gangguan kesehatan mental, maupun berbagai alternatif dalam mengatasi sakit jiwa. Bahkan menurut Adnan Syarif bahwa setiap manusia yang tidak beriman adalah orang sakit jiwa, baik tersembunyi, maupun terang-terangan. Dan apabila islam dipahami, dipelajari dan direalisasikan secara sistematis dan ilmiah di rumah, disekolah, dan di tengah-tengah masyarakat, maka sebagai peraturan yang sempurna yang tidak ada cacat di dalamnya, ia merupakan satu-satunya yang mampu menyembuhkan manusia dari penyakit jiwa yang menyebabkan beberapa penyakit syaraf, oleh karena itu resep medis harus didasari resep keimanan yang bersipat ruhiyah, yang merupakan resep penyembuhan yang sangat mendasar.¹⁸

Secara ideal dapat dikatakan bahwa orang yang benar-benar sehat mentalnya adalah orang yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, serta berusaha secara sadar merealisasikan nilai-nilai agama, sehingga kehidupannya dijalani sesuai tuntunan agama Islam. Secara sadar berupaya mengembangkan berbagai potensinya secara positif, sekaligus berupaya menghambat dan mengurangi

¹⁸Lihat Adnan Syarif, *Psikologi Qurani* (Bandung: Pustaka Hidayah, 2012), h. 247.

dorongan yang bersifat negatif, yang menjadi sumber berbagai gangguan dan sakit jiwa.¹⁹

Agama Islam berperan dalam berbagai kondisi, baik yang sipatnya psikologis, maupun sosial, serta berkorelasi baik secara positif, maupun secara negatif berbagai skor penyakit tertentu.

Orang yang berkomitmen tinggi terhadap agama, akan meningkatkan kualitas mentalnya, karena memiliki self control, self esteem dan confidence yang tinggi, bahkan mempercepat penyembuhan ketika sakit, karena mampu meningkatkan potensi diri serta mampu bersikap tabah dan ihlas dalam menghadapi musibah. Demikian juga orang yang memiliki skor religiusitas tinggi, ternyata menunjukkan rasa tanggung jawab yang tinggi pula, sebaliknya religiusitas yang rendah akan memiliki tanggung jawab yang rendah.

Pada umumnya penganut agama akan melakukan kegiatan ibadah dan sosial lainnya secara berbarengan dan berulang-ulang, sehingga menimbulkan rasa kebersamaan serta meningkatkan solidaritas antar jamaah. Dengan demikian, orang yang memiliki komitmen agama yang tinggi akan mendapatkan dukungan sosial yang tinggi pula, bahkan cenderung memiliki moralitas yang terpuji, kualitas hidup yang tinggi, serta mampu membina keharmonisan keluarga dan hubungan yang baik di antara keluarga.

Secara *psikoneuro-imunologik* menunjukkan korelasi positif langsung antara aktivitas ibadah dengan kesehatan mental, seperti: salat *tahajjud* secara rutin delapan minggu akan mampu meningkatkan kadar *limposit* dan *immunoglobulin* serta kekebalan tubuh. Puasa Ramadan dua minggu pertama meningkatkan kadar kortisol firasat stress, dan dua minggu terakhir meningkatkan kekebalan *immunologic*. Mendengarkan ayat al-Qur'an menurunkan intensitas ketegangan otot. Komitmen beragama menurunkan kadar *reactive*

¹⁹Lihat Djamaluddin Ancok, *op.cit.*, h.134.

protein yang mencegah serangan jantung koroner. Beribadah dan berdoa menekan intensitas defresi dan pasien transplantasi lebih mampu bertahan hidup, serta mampu menekan perilaku bunuh diri. Pokoknya komitmen beragama secara klinik berperan sebagai sarana promotif, preventif, kuratif dan rehabilitative terhadap gejala defresi, ansietas, penyalahgunaan obat serta perilaku antisosial.

Berbagai model terapi mental dalam islam antara lain:

1. *Qur'anic therapy*: segala bentuk terapi yang menggunakan media atau digali dari al-Qur'an, misalnya: ruqyah, salat, doa. Allah berfirman Q.S. Yurus (10): 57

يَقَاتِلْنَا النَّاسُ قَدْ جَاءَ تَكْم مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ
وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ .

Terjemahnya:

Hai manusia, Sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman.²⁰

Selanjutnya Allah berfirman Q.S. Al-Isra¹⁷:82

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ
إِلَّا حَسَارًا .

Terjemahnya:

Dan Kami turunkan dari Al-Quran suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al-Quran itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian.²¹

Kedua ayat tersebut di atas cukup permanen menjadikan al-Qur'an sebagai dasar terapi bagi orang yang terganggu dan sakit mentalnya.

²⁰Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Jakarta: Direktorat Jenderal Bimas Islam, Direktorat URAIS dan Pembinaan Syariah, 2011),h. 289.

²¹*Ibid.*, h. 396.

2. *Prophetic therapy*: model terapi yang pernah dikembangkan oleh Nabi, misalnya: bekam, herbal, madu, air, buah-buahan dan pengendalian amarah.
3. *Doctrinal* atau *cognitive therapy*: terapi aqidah, yaitu meluruskan kembali akidah atau keyakinan yang keliru.
4. *Behavioral therapy*: terapi dengan amaliah dan ibadah, yaitu pengalihan kepada perilaku positif dengan merekonstruksi kepribadian melalui proses habituasi dengan akhlak terpuji.
5. *Spiritual therapy*: terapi melalui akhlak dan batiniyah yaitu pengobatan dan perawatan melalui sufistik. []

BAB V

METODE PEMBINAAN SIKAP MENTAL YANG PRAKTIS BAGI REMAJA USIA *STRUM UND DRUNG* MENURUT PERSPEKTIF PENDIDIKAN ISLAM

A. Menanamkan Rasa Keimanan dan Ketauhidan

Metode pembinaan sikap mental bagi usia *strum und drung* yang dilakukan oleh orang dewasa cukup bervariasi, yang pada pokoknya ada yang positif dan ada yang negatif. Positif atau negatifnya banyak tergantung pada pengenalan dan pengetahuan mereka mengenai remaja, baik dilihat secara fisik maupun secara psikis, lalu dibarengi dengan perhatian dan kemampuan untuk berkorban bagi remaja mereka, sehingga ada orang dewasa yang mampu mendekatinya dengan cara yang benar dan tepat dan ada pula yang salah dan keliru.

Berdasarkan realitas sosial, kemajuan *science* dan naluri keagamaan, maka salah satu metode yang praktis dalam membina usia *strum und drung* menurut konsepsi pen-

didikan Islam adalah menanamkan rasa keimanan, ke-tauhidan dan ketakwaan kepada Allah swt. karena sumber kerawanan dan kegoncangan hidup dewasa ini adalah disebabkan pembangkangan dan kekafiran kepada Allah swt. Apalagi usia remaja yang sedang dilanda masa topan dan badai (*strum und drung*), tidak akan terobati dan tidak akan terselesaikan dengan baik tanpa dibarengi dengan rasa keimanan dan ketakwaan.

Sikap dan tingkah laku keagamaan anak senantiasa berkembang, setingkat demi setingkat, yang dalam perkembangan tersebut tentu membutuhkan bimbingan dan pembinaan yang *up to date*, aktual dan berencana mulai pembiasaan kemudian dilanjutkan dengan pemberian pengertian, sehingga pada akhirnya diharapkan terbentuk keperibadian yang luhur. Allah swt. berfirman dalam Al-Qur'an surah An-Nahal (16): 125

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ ۗ وَحَدِّثْهُمْ بِالَّتِي هِيَ
أَحْسَنُ ۚ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ ۗ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ ۚ

Terjemahnya:

serulah (manusia) kepada jalan Tuhan-mu dengan hikmah dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu Dialah yang lebih mengetahui tentang siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk.¹

Hikmah ialah perkataan yang tegas dan benar yang dapat membedakan antara yang hak dengan yang batil. Dari ayat tersebut dapat dipahami bahwa remaja sebagai amanah dari Allah harus dipertanggungjawabkan bagaimana pembinaannya secara baik dan tepat termasuk menumbuhkan sikap keagamaannya dan sikap mentalnya.

Pertumbuhan sikap keagamaan bagi remaja sering diiringi keraguan dan kebingungan, bahkan terkadang

¹Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahnya*, (Jakarta: Dirjen Bimas Islam, Direktorat Uraisi dan Pembinaan Syariah 2011), h. 383.

sampai pada puncak kritis keyakinan karena hal yang didapat di rumah dan di sekolah mendapat tantangan dalam kehidupan masyarakat, jika sesuai, maka ia bertambah teguh, tetapi jika tidak sesuai maka ia menjadi ragu. Seiring dengan itu, ia mencari dan mengharapkan jawaban yang logis dan nyata. Sebagaimana firman Allah swt. dalam Al-Qur'an surah Al-Mu'minin (23): 96 sebagai berikut:

أَدْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ السَّيِّئَةِ ۗ لَنْ نَعْلَمَ بِمَا يَصِفُونَ .

Terjemahnya:

Tolaklah perbuatan buruk mereka dengan cara yang lebih baik. Kami lebih mengetahui apa yang mereka sifatkan (kepada Allah).²

Maksudnya, perkataan-perkataan dan perbuatan-perbuatan orang musyrikin yang tidak baik itu hendaknya dihadapi oleh Nabi dengan cara yang baik. Umpama dengan memaafkannya, asal tidak membawa kepada kelemahan dan kemunduran dakwah.

Dari ayat tersebut dapat dipahami bahwa jawaban yang tidak tepat, apalagi jawaban yang salah dapat mengakibatkan krisis dan terbentuknya sikap masa bodoh dan anti dogmatis. Sebaliknya, jawaban yang tepat lagi benar akan menjadi pengalaman positif yang akan memupuk kepercayaan (iman) dan terbentuknya ketakwaan dan idealisme yang tinggi. Remaja yang sedang mengalami *strum und drung*, dapat diatasi secara pelan dengan menyadarkan, membanggakan, mengingatkan bahwa percaya dan mengesakan Allah lewat perintah dan larangan-Nya akan mendapatkan kesuksesan dan kebahagiaan karena kita semua mendambakan kesuksesan dan kebahagiaan itu. Kedua hal tersebut bisa dicapai kalau mendapat rida dari Allah.

Usia remaja ada yang menyebutnya sebagai tanda keliharan, masa tumbuhnya problem, masa pancaroba dan sebagainya, karena terjadinya perubahan secara internal dan kestikaran-kesukaran dalam masyarakat secara eksternal

² *Ibid.*, h. 484.

sebagai suatu dinamika. Dengan demikian, pendekatan keagamaan yang tepat akan memberi pengaruh secara positif dan lebih berkesan, yang nantinya akan berfungsi sebagai benteng (perisai) dalam menghadapi dampak negatif dari perkembangannya.

Belajar mengaji umpamanya akan menjadi langkah penting dalam pengembangan jiwa keagamaan, sekaligus sebagai implementasinya paling mendasar tentang rukun iman, karena dari situ anak dapat mengkaji dan menghafal Al-Qur'an, dapat melaksanakan shalat serta dekat di mesjid, sehingga nantinya menjadi remaja yang hatinya selalu terkait dengan mesjid serta tumbuh dan berkembang dalam pengabdian kepada Allah.

Demikian pula kebiasaan dalam menghormati orang tua, akan menjadi dasar dalam berbuat pada orang lain disekitarnya serta menjadi pondasi pada fase perkembangan selanjutnya termasuk fase remaja, sehingga akan menjadi benteng pertahanan dalam menghadapi kemelut yang terjadi, hubungannya dengan kestabilan fisik.

Keimanan dan ketauhidan akan membuat mental tetap sehat dan menjauhkan diri dari gangguan jiwa dan penyakit jiwa serta memberi kemampuan untuk menyesuaikan dengan diri sendiri, orang lain dan masyarakat. Dengan mental yang sehat akan terwujud keharmonisan, serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi berbagai problem secara positif, sehingga terbinalah ketenangan jiwa yang mungkin sementara waktu mengalami kegoncangan.

Kegoncangan jiwa dapat terjadi karena kurang tertanamnya jiwa agama (zikir, sabar da tobat), lalu kondisi ekonomi, sosial dan politik yang tidak stabil serta tidak terlaksananya pendidikan moral dan tidak adanya pengawasan di rumah tangga, sekolah dan masyarakat.

Dapatlah ditegaskan bahwa agama khususnya agama Islam sungguh memegang peranan penting dalam mengatasi usia remaja agar ia selamat dalam mengarungi dan menye-

berangi kegoncangan jiwanya, sekaligus menuntunnya agar tetap mewujudkan akhlak yang mulia dalam kehidupan sebagai buah dari jiwa keagamaan, atau hasil dari penanaman keimanan dan ketakwaan kepada Allah swt.

Ada berbagai cara yang praktis dan patut digunakan oleh orang tua dalam menanamkan semangat keagamaan pada anak. Menurut Hasan Langgulung, cara yang dimaksud yaitu: 1) memberi teladan yang baik, 2) membiasakan mereka menunaikan syiar-syiar agama semenjak kecil, 3) menyiapkan suasana agama dari spiritual yang sesuai perkembangan anak di rumah, 4) menanamkan kebiasaan membaca dan mengaji, 5) mengikutkan mereka dalam aktivitas keagamaan.³

Petunjuk dan wasiat Rasulullah saw tentang pendidikan iman, sebagai berikut: 1) membuka kehidupan anak dengan kalimat *la ilaha illa Allah*; 2) mengenalkan hukum-hukum halal dan haram kepada anak; 3) menyuruh anak untuk beribadah pada usia tujuh tahun; 4) Mendidik anak untuk mencintai Rasul, ahli baitnya dan membaca Al-Qur'an.⁴

Iman seseorang bisa bertambah dan bisa berkurang. Ia akan bertambah jika seseorang senang dan tekun melaksanakan perintah dan menjauhi larangan Allah. Sebaliknya, ia akan berkurang jika seseorang gemar melakukan kezaliman dan meninggalkan kewajiban. Bahkan, iman dapat meninggalkan tempat untuk sementara waktu jika seseorang melakukan dosa besar. Dengan demikian, iman itu perlu dipelihara dan dimantapkan setiap saat, di mana saja dan kapan saja, perlu ditumbuhkan dan dikembangkan dengan mempertemukan wahyu Ilahi.

Taqwa merupakan hasil hakiki dan buah alami dari emosi keimanan yang mendalam, yang berhubungan dengan

³Baca Hasan Langgulung, *Mamusa dan Pendidikan*, (Cet. III, Jakarta: Pustaka al-Husna, 1999), h. 197.

⁴Baca Abdullah Nasih Ulwan, *Pedoman Pendidikan Anak dalam Islam*, (Jilid 1, Cet. III, Semarang: CV. Asyasyifa', 1981), h.151-157.

perasaan selalu diawasi oleh Allah dan takut kepadanya (murka dan siksaan) serta mengharapkan ampunan dan pahala dari padanya. Dengan taqwa yang demikian akan terdorong bagi seseorang untuk beramal saleh di mana saja dan kapan saja serta menjahui yang diharamkan oleh Allah dan Rasul-Nya.

Iman termasuk hal yang paling prinsipil dalam kehidupan umat manusia yang mengaku beragama karena iman dapat mempengaruhi semua aktivitas keseharian. Dalam prosesnya, iman itu bermula dari pengakuan hati, baru dibarengi pengucapan lidah dan seterusnya dibuktikan dengan pengamalan anggota tubuh, sehingga ketiganya harus terpatri dalam bentuk berbrerengan atau simultan, antara satu dengan lainnya karena tidak bisa dipisahkan. Dengan memisahkannya akan menimbulkan kemunafikan dan kemusyrikan.

Iman berfungsi sebagai tenaga penggerak (sumber motivasi) yang paling ampuh dalam kehidupan manusia karena dalam menanggapi sesuatu pada awalnya berangkat dari pengalaman panca indera, lalu diteruskan oleh syaraf dan dilaporkan pada otak, kemudian otak memberi pertimbangan sehingga hati bertugas mengambil kesimpulan. Setelah hati mengambil kesimpulan barulah otak kembali memerintahkan pada anggota tubuh untuk melakukan tindakan, apakah berupa ekspresi, ucapan atau gerakan (motorik).

Iman bukan sesuatu angan-angan atau dalam bentuk bayangan belaka, tetapi adalah suatu kemantapan dalam jiwa dan hati yang secara ril akan dibuktikan melalui pengalaman yang bersifat realitas. Yang pada intinya, disorot dari rukun iman yang enam yaitu iman kepada Allah, malaikat-Nya, kitab-kitab-Nya, para Nabi dan Rasul-Nya, hari akhirat-Nya dan serta qadarnya.

Iman merupakan kunci dari suatu amal kebajikan, karena iman dalam hati akan memberikan keteguhan (pondasi) untuk mewujudkannya, lalu diungkapkan dalam

bentuk kata-kata sebagai wujud pola pikir atau pemahaman dari apa yang telah diyakini atau diimani, kemudian dipraktekkan dalam bentuk amal saleh (kebaikan). Dengan demikian, suatu pengamalan maka yang menjadi pondasinya adalah i'tikad (keimanan), sedang prosesnya adalah ibadah dan buahnya adalah akhlak. Dalam kaitan itu, Taib Tahir Abd. Muin mengemukakan bahwa: "Seseorang yang beriman dengan sungguh-sungguh akan diturunkan dengan lisan dan perbuatan, maka itulah sebenarnya orang yang mukmin lagi muslim. Inilah yang terpuji dan dikehendaki oleh Tuhan".⁵

Ungkapan tersebut di atas nampak menempatkan iman sebagai pondasi dan mendudukkannya sebagai suatu hal yang penting dalam kehidupan karena seseorang yang memiliki iman yang kuat (mantap) jelas akan menjadi titik tolak dalam melaksanakan kegiatan, sehingga menjadi amal yang bermutu.

Iman dan taqwa laksana pohon yang terhunjang jauh masuk dalam tanah, sehingga memberikan kekuatan suatu pohon bila dihempas angin, atau merupakan pondasi dari suatu bangunan, sehingga menjadilah ia sebagai sumber nilai, sumber kaedah, norma dan sumber etika dan moral dalam menjalani hidup dan kehidupan. Allah berfirman di dalam Al-Qur'an surah Al-Imran (3): 102 sebagai berikut :

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا اتَّقُوا اللّٰهَ حَقَّ تَقٰوٰهٖۚ وَلَا تَمُوْنُوْا اِلَّا وَاَنْتُمْ مُّسْلِمُوْنَ .

Terjemahnya:

Hai orang-orang beriman bertaqwalah kepada Allah sebenar-benar taqwa kepadaNya dan janganlah sekali-kali kamu mati melainkan dalam keadaan beragama Islam.⁶

Ayat tadi cukup memberi peringatan kepada umat Islam agar jangan sama sekali meninggalkan dunia ini kecuali tetap muslim, mukmin dan muttaqin, karena secara

⁵Taib Thahir Abd. Muin, *Ilmu Kalam* (Jakarta : Wijaya 1973), h. 126.

⁶Al-Qur'an dan Terjemahnya, *Op.cit.*, h. 92.

faktual dapat dilihat bahwa sumber kedaliman, kesombongan, kekufuran dan segala kebejatan adalah karena tidak percaya kepada Allah pada khususnya dan rukun iman pada umumnya. Dapatlah ditegaskan bahwa satu-satunya yang dapat membentengi remaja dari kerusakan, kejahatan, dosa dan penyakit-penyakit yang fatal hanyalah kemantapan iman dan taqwa kepada Allah melalui *asma wa shifat*, karena dengan itu ia senantiasa merasa diperhatikan diawasi oleh-Nya.

B. Tunjukkan Rasa Simpati dan Perhatian kepada Usia Strum Und Drung

Pada umumnya orang tua, apalagi yang memang tidak berpendidikan cenderung tidak kenal secara mendasar tentang usia remaja, bahkan kalau mereka ditanya siapa remaja itu? Maka, ia akan menjawab bahwa remaja adalah suatu periode usia yang sering menyusahkan orang tua sering mencemarkan nama baik bahkan sering menjadi racun bagi orang tua dan keluarga. Sebaliknya, kelompok remaja akan menjawab bahwa mereka adalah kelompok remaja yang tidak mendapat perhatian sama sekali, kelompok yang diperlakukan secara tidak adil oleh orang tua bahkan diacuhkan oleh masyarakat sekitar. Namun, orang arif lagi bijaksana memberi komentar yang lain bahwa kelompok remaja adalah suatu fase yang menampilkan potensi yang cukup besar untuk dikerahkan dan dimanfaatkan. Jika orang tua dan orang dewasa lainnya menghadapi secara profesional dan penuh kebijakan, maka ia tergolong yang ditunggu kehadirannya oleh negara dan agama untuk melanjutkan perjuangan dan menegakkan cita-cita pembangunan, karena suatu ketika mereka akan menerima estafet, amanah dan tanggung jawab itu dari orang tua sehingga perlu diperhatikan dan diketahui apa hobbinya dan bagaimana keinginannya, lalu diberi bimbingan sebagai bukti rasa simpati dan perhatian terhadap mereka sekaligus sebagai upaya mencapai kematangannya baik fisik ataupun psikis.

Antara remaja dengan orang tua memang sering terjadi perbedaan pendapat dan pandangan, karena remaja merasa diri sudah cukup besar, sudah pintar dan kuat bahkan merasa lebih mampu dan lebih berani menghadapi persoalan sehingga tidak mau lagi diatur, dinasehati dan diingatkan. Namun, dibalik itu tetap mengharapkan uluran tangan dari orang tua, utamanya dalam bentuk finansial. Perbedaan itu terjadi sebagai pengaruh perkembangannya yang tidak stabil, tetapi tetap normal dan wajar; namun, perlu dibimbing agar jangan larut dan tenggelam dalam kegoncangan dan kejahatan dengan penuh keikhlasan dan kesukarelaan, objektif dan komunikatif, akrab dan simpati, siap mendengar keluhannya dengan penuh keseriusan, tetap memberikan motivasi dan sugesti, akan menjadi hal yang sangat positif bagi mereka, bahkan akan dijadikan sebagai *uswatun hasanah* dan idola orang tua atau keluarga yang harmonis.

Perbedaan keinginan dan pandangan dapat saja terjadi antara remaja dan orang tua, tetapi jangan sampai menjadi ajang perselisihan (konflik) walaupun sifatnya kecil dan enteng khususnya dari orang tua, karena diharapkan orang tua dapat mengerti dan menyesuaikan diri terhadap situasi dan kondisi yang dialami oleh kaum remaja *strum und drung*. Dengan demikian, interaksi yang diharapkan adalah yang positif, yang disenangi dan diridai oleh Allah swt. Mendidik dan memelihara secara psikologis, berarti orang tua harus mengetahui kepentingan anak secara psikologis yaitu memberikan perhatian dan penghargaan, memberi peluang untuk menyatakan keinginan, pikiran dan pendapatnya dengan sopan dan hormat. Dalam artian tidak berlaku kejam, mengabaikan dan selalu memberi ancaman, ejekan, cemoohan dan selalu menganggap anak kecil. Maka dengan cara menjalin komunikasi yang akrab, memperhatikan apa keperluan dan kebutuhannya, memberikan tuntunan secara arif bijaksana. Dengan perhatian yang tepat dari orang tua akan memberi pengaruh yang sangat positif dalam menjalani kegelisahan dan kegoncangan jiwa yang sementara yang dialami dan menjadi kesuksesan pada

perkembangan selanjutnya. Allah berfirman dalam Al-Qur'an surah At-Tahrim (6): 66 sebagai berikut:

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا قُوْا اَنْفُسَكُمْ وَاَهْلِيْكُمْ نَارًا وَقُوْذُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ
عَلَيْهَا مَثْبُوْطَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُوْنَ اِلٰهًا مَا اَنْرَهُمْ وَيَفْعَلُوْنَ مَا يُوْمَرُوْنَ .

Terjemahnya:

Hai orang-orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu; penjaganya malaikat-malaikat yang kasar, keras, dan tidak mendurhakai Allah terhadap apa yang diperintahkan-Nya kepada mereka dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan.⁷

Dari ayat tersebut ditegaskan bahwa bukan hanya keselamatan diri sendiri yang harus diperhatikan, tetapi juga keselamatan keluarga (termasuk kaum remaja di dalamnya) secara menyeluruh. Dalam usaha dan proses keselamatan itu orang tua harus menunjukkan rasa simpati dan perhatian yang serius sebagai bagian dari kepedulian yang diberikan pada mereka, serta bimbingan dan pendidikan sebagai bentuk bantuan dan pertolongan bagi mereka.

Dengan demikian, dapatlah ditegaskan bahwa dalam membina sikap mental remaja, perlu ditunjukkan rasa simpati dan perhatian secara khusus kepada mereka, yaitu:

1. Jika mereka salah dan keliru dalam melakukan suatu tugas jangan langsung diberikan ganjaran, tetapi utamakan bimbingan yang bijaksana, *support*, motivasi dan sugesti yang positif untuk memperbaiki atau megulangi lagi dengan yang lebih baik dan lebih sempurna.
2. Alihkan perhatiannya dari yang negatif kepada hal yang positif seperti aktif dalam kursus (mengetik, komputer, bahasa, perbengkelan, pertukangan dan sebagainya) atau dalam bidang olahraga (volley, takrow, sepakbola, boxing, tennis meja, bulu tangkis dan sebagainya) atau dalam pendidikan nonformal seperti pramuka, remaja mesjid,

⁷*Ibid.*, h. 951

karang taruna, kursus keterampilan, kelompok kerja lain yang lebih positif yang mungkin lebih dibutuhkan dan lebih disenangi.

3. Beri jawaban logis sesuai alam pikirannya dan beri tantangan dalam menghadapi hari esok yang lebih baik. Ubah pola pikir yang konsumtif menjadi produktif dengan mengembangkan rasa ingin tahunya (*qunositi-nya*). Geser kebiasaan buruknya kepada kebiasaan yang baik dan positif dengan menunjukkan bukti keberhasilan orang-orang tertentu yang memiliki kebiasaan yang baik.
4. Segera mengawinkan jika sudah nekat, dalam arti tidak dapat ditunda lagi, apalagi jika sudah ketemu dengan sekupunya, dengan harapan bahwa dari peristiwa itu akan muncul rasa tanggung jawab yang dirasakannya sendiri.

C. Pemberian Tugas dan Pekerjaan yang sesuai Bakat dan Hobbinya.

Pemberian tugas dan pekerjaan dimaksudkan agar remaja punya kemampuan untuk dapat hidup mandiri, sekaligus mempersiapkan diri khususnya bagi laki-laki untuk menjadi kepala keluarga nanti yang tugas pokoknya adalah mencari nafkah dalam mengabdikan pada keluarganya. Walaupun orang tua mampu selayaknya remaja tidak dimanjakan, tetapi harus dilatih dan dibiasakan hidup sendiri dengan memberi kesempatan memikirkan, merencanakan dan membuktikan cita-citanya, jangan terlalu banyak mencampuri urusan pribadinya, apa lagi jika hanya mau mendikte dan menekan melalui berbagai syarat. Cukup mengerti apa hobi dan perjuangannya, lalu menolong dan mendorongnya untuk menyelesaikan sendiri persoalannya. Allah swt berfirman dalam surah Al-Ra'd (13): 11 sebagai berikut:

لَهُ مَعْقَبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمَنْ خَلْفَهُ، تَحْفَظْتُمْهُ، مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ
اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ
سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ.

Terjemahnya:

bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, di muka dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri, dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap sesuatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya; dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia.⁸

Bagi tiap-tiap manusia ada beberapa malaikat yang tetap menjaganya secara bergiliran dan ada pula beberapa malaikat yang mencatat amalan-amalannya. Yang dikehendaki dalam ayat ini ialah malaikat yang menjaga secara bergiliran itu, disebut Malaikat Hafazhah. Tuhan tidak akan merubah keadaan mereka, selama mereka tidak merubah sebab-sebab kemunduran mereka.

Dari ayat tersebut di atas memberikan indikasi bahwa perubahan yang tepat adalah perubahan yang dilakukan oleh remaja yang bersangkutan dengan kesadarannya sendiri, bukan dengan dikte atau paksaan. Namun, mereka tetap diberi tugas dan tanggung jawab secara khusus dan rutin, baik urusan rumah tangga atau bisnis agar tidak banyak waktu untuk melamun, menyalurkan hasrat yang negatif, serta tidak larut dan terlalu merasakan kegoncangan batin serta kekacauan jiwa.

Pemberian tugas dan pekerjaan dilakukan sebagai pemanfaatan potensi yang telah ada secara melimpah, karena mengingat kekuatan fisik remaja sudah mampu untuk melakukan kegiatan-kegiatan dan keterampilan-keterampilan seperti apa yang dilakukan oleh orang dewasa, agar mereka tidak tenggelam dalam kebingungan dan ketidakstabilannya, serta tidak terbiasa dalam kemalasan dan pengangguran, apalagi masyarakat modern kemampuan dan keterampilan sangat penting untuk menduduki suatu jabatan dan melaksanakan suatu profesi.

⁸Ibid., h. 337-338.

Dalam kaifan itu keluarga, sekolah dan masyarakat harus menyadari betapa pentingnya pemberian tugas dan pekerjaan itu dalam memperkembangkan jiwa mandiri remaja, mengasah tanggung jawab, sekaligus untuk mendapatkan kepercayaan dalam masyarakat melalui status, jabatan dan pekerjaan yang menghasilkan uang atau benda serta memberikan bimbingan masa depan yang jelas dan tegas agar terhindar dari frustrasi.

Tugas dan pekerjaan diberikan atas dasar minat dan kemampuan si remaja agar mereka tetap dalam kebahagiaan dan keseriusan, seperti dalam bidang pertanian, pertambangan, perkebunan, perbengkelan, tata boga, tata busana, tata graha dan lain-lain untuk mengembangkan hobbinya dengan memberikan pengenalan dan latihan yang mengarah kepada profesi.

Orang yang memiliki kemampuan dasar untuk pekerjaan tertentu akan lebih mudah diterima dibanding dengan mereka yang tidak punya bekal sama sekali. Dan hanya remaja yang punya minat, hobbi dan kemampuan yang besar yang dapat mempersiapkan diri dalam dunia kerja, sehingga perlu ditopang atau disangga melalui usaha-usaha pendidikan dan latihan. Dengan demikian, untuk memperkembangkan remaja dalam tugas dan pekerjaan tertentu, harus ditunjang dengan sistem pendidikan yang memberi kesempatan pada remaja untuk mendengar pendapatnya dan memberi pelatihan dalam bidang-bidang pekerjaan yang sesuai kebutuhan masyarakat dan remaja yang bersangkutan.

D. Memberikan Kebebasan dan Kemerdekaan Terhadap Usia *Strum Und Drung*

Salah satu hal yang penting untuk diperhatikan terhadap pembinaan sikap mental remaja *strum und drung* adalah diberi peluang, kebebasan dan kemerdekaan untuk berbuat sesuai kehendak dan keputusan sendiri tanpa ditekan dan dipaksa. Kenakalan remaja sering muncul, bahkan terkadang meledak karena mereka merasa ditekan, dihindari,

diperlakukan secara tidak adil, tidak mau dimengerti dan merasa tidak disukai, sehingga mereka selalu bimbang, merasa tidak menentu, merasa rendah diri dan tersaingi, baik oleh kawan ataupun oleh anggota keluarga lain sebagai interpretasi mereka dari ketidakmatangan emosionalnya, bahkan terkadang mereka agresif, gelisah, gaduh, kasar, sok dan hiper aktif sebagai usaha untuk mengimbangi rasa tidak menentu, benci dan rendah diri yang menimpanya. Ketidaktahuan orang tua, guru dan masyarakat tentang apa yang sebaiknya dilakukan sesuai dengan kebutuhan mereka lalu dibarengi dengan penekanan melalui aturan dan larangan agar sikap negatif itu tidak berlanjut dan berkembang, bukan membuat penyelesaian masalah, tetapi justru semakin menumbuhkan reaksi dan memperbesar jarak psikologis antara orang tua dan dewsa lainnya dengan remaja, bahkan bisa lebih fatal dalam tindakan remaja, jika sampai mengetahui penekanan, aturan dan larangan itu hanyalah sebagai tirai kegagalan dan kepalsuan belaka dari orang tua.

Dengan demikian, sebelum memberikan penekanan hendaklah terlebih dahulu dikenal dan disadari bahwa tidak seluruh sikap dan perbuatan remaja itu keluar dari real kewajaran dan kenormalan, apalagi terlalu apriori mencap mereka sebagai orang yang nakal, bandel, bejat, semena-mena dan tidak tahu batas, karena semuanya itu terjadi sebagai akibat dilandanya kegoncangan jiwa atau sebagai pengaruh ketidakstabilan antara fisik dan psikisnya.

Kegoncangan dan ketidakstabilan yang terjadi itu hanya temporer dan tetap dalam ruang lingkup kewajaran dan kenormalan sebagai hasil pertumbuhan dan perkembangan seorang remaja, bukan sesuatu yang berjalan terus sampai tua, olehnya itu, pengertian, bimbingan dan didikan yang bijaksana dari orang tua, guru dan orang dewasa lainnya adalah rahmat bagi mereka, paling kurang kalau tidak bisa memberikan bimbingan secara tepat janganlah menjadi penyebab malapetaka dari tingkah laku durjana usia remaja agar ia dapat mengarungi dan menyeberangi per-

tumbuhan dan perkembangannya dengan selamat.

Terjadinya kegoncangan dan ketidakseimbangan antara perkembangan fisik dan psikis memerlukan metode *approach* yang tepat dari orang tua, guru dan orang dewasa lainnya dengan jalan mencoba mengerti apa keinginannya dan kegemarannya, lalu memberi kesempatan dan kemerdekaan dalam mewujudkannya, jangan banyak ditekan, diejek, dihina dan dicaci maki, apalagi sampai marah dan mau memukulnya. Jangan terlalu banyak dicegah dan dilarang, tetapi berilah kebebasan dan keluasaan untuk mencoba sendiri (mandiri) dengan menggunakan pendekatan psikologis paedagogis dengan menekankan model kepemimpinan melepaskan dan mengikuti dari belakang (*tit wuri handayani*) karena kondisi kebingungan dan ketidakstabilan itu membuat mereka seolah-olah berada di simpang jalan, sehingga perlu mendapat curahan rahmat, bimbingan dan kebijaksanaan serta perhatian dari orang tua, guru dan orang dewasa lainnya dalam lingkungan sekitarnya.

Remaja yang minggat dari rumahnya mempunyai kesan bahwa orang tuanya tidak cakap memahami persoalan-persoalan dan kebutuhan-kebutuhannya, sehingga timbul rasa kecewa yang disalurkan dalam perbuatan yang membangkan, menantang dan banyak protes karena terlalu banyak dikte, diatur seperti anak kecil bahkan sampai diancam dan dikekang. Dengan demikian, sungguh diperlukan pengenalan dan pengertian buat mereka, agar tetap betah di rumah, dalam arti tetap kembali di rumah walaupun dalam waktu-waktu tertentu aktif dalam kegiatan sosialnya bersama dengan teman-temannya. Paling kurang memahami kebingungan mereka dan tidak membuat jadi jengkel apa lagi sampai minggat dari rumah.

Lebih baik orang tua mengatakan boleh-boleh saja terhadap sesuatu keinginan dari kaum remaja, apalagi kalau memang pada dasarnya sesuatu itu keinginan itu boleh, sambil mengingatkan apa bahayanya, dari pada langsung mencegah atau menghalangi dan melarangnya, karena hal

demikian itu dapat mengakibatkan peledakan emosional. Beri kesempatan untuk membuktikan sendiri apa keinginannya, karena dari pengalamannya itu (baik atau buruk, disenangi atau dibenci) akan memberi kesan positif dalam perpektif psikis pada masa selanjutnya. Allah berfirman dalam Al-Qur'an surah Al-Anfal (8): 28 sebagai berikut:

وَأَعْلَمُوا أَنَّمَا آمَاوَلَكُمُ وَأَوْلَادُكُمْ فِتْنَةٌ وَأَنَّ اللَّهَ عِنْدَهُ أَخْرٌ عَظِيمٌ

Terjemahnya:

Dan ketahuilah, bahwa hartamu dan anak-anakmu itu hanyalah sebagai cobaan dan Sesungguhnya di sisi Allah-lah pahala yang besar.⁹

Dari ayat tersebut dapat dipahami bahwa orang tua dan orang dewasa pada umumnya akan diuji melalui kehadiran sang remaja dalam rumah tangganya, apakah ia dapat membinanya dengan baik atau melalaikannya. Jika ia melaksanakan tanggung jawab itu dengan baik Allah menyiapkan pahala yang besar disisinya, sebaliknya jika ia lalai dari tanggung jawab pembinaan itu, maka diancam oleh Allah siksaan yang pedih di hari kemudian.

Dengan demikian, orang itu, guru dan orang dewasa lainnya, jangan berlagak supermen, sok tau dan bersikap jagoan di hadapan para remaja, jangan mendikte dan mencampuri segala persoalannya, tetapi berdirilah di samping mereka sebagai parner atau mitra yang setia dan siap memberikan bantuan dalam memecahkan atau mengatasi gejala jiwanya, paling kurang berdiri di belakang mereka dan tetap memantau dan memonitor.

Pergaulan sosial antara teman merupakan kesempatan yang sangat berharga bagi perkembangan sosial remaja, sehingga lembaga-lembaga pendidikan harus mampu menjadi laboratorium keterampilan sosial, agar mereka lebih terbuka, lebih rasional dan lebih etis dalam kematangannya.

⁹*Ibid.*, h. 243.

Remaja harus diberi peluang untuk mengadakan eksperimen, baik dalam ruang lingkup akademis ataupun non-akademis seperti melalui kelompok belajar, panitia perayaan organisasi siswa, perkumpulan olah raga, musik dan kesenian agar mereka memiliki keterampilan sosial, dan mampu melakukan kontak sosial dari berbagai keluarga yang berbeda dalam suasana penuh demokratis. Dengan demikian, lembaga-lembaga pendidikan diharapkan mampu memberi informasi yang tepat tentang lingkungan kebudayaan, baik terhadap wanita maupun pria dalam penampilan kedewasaannya yang ideal sesuai yang dikehendaki oleh negara dan agama, melalui diskusi dan seminar di seputar peranan wanita dan emansipasi wanita, sebagai bantuan atau pertolongan kepada remaja dalam menyesuaikan diri terhadap kenyataan hidup di sekitarnya.

Cara yang demikian berarti memberi peluang kepada remaja untuk memilih dan menentukan sendiri sikap dan tingkah lakunya terhadap apa yang diinginkan dan dianggap baik, bukan dengan cara memaksa, mendikte dan melakukan halangan-halangan bagi mereka.[]

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman, H., *Ilmu Pendidikan Sebuah Pengantar Dengan Pendekatan Islami*, (Cet: I, Jakarta: PT. Al- Qushwa, 1988);
- Ahmadi, Abu dan Zul Afdi Ardiar, *Ilmu Jiwa Anak*, (Cet: I, Bandung: CV. Arnico, 1989);
- Arifin, M., *Hubungan Timbal Balik Pendidikan Agama di Lingkungan Sekolah dan Keluarga*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1999);
- Abidin, Rochelle Semel, *Emosi Bagaimana Mengenal, Menerima dan Mengarahkan* (Yogyakarta: Kanisius, 1986);
- Alang, Sattu, *Kesehatan Mental dan Terapi Islam* (Makassar: Berkah Utami, 2005);
- A.M., Sadirman, *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*, (Cet. V, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 1994);
- Ancok, Jamaluddin, *Integrasi Psikologi dengan Islam* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1995);
- Anshari, H.E. Saipuddin, *Kuliah Al-Islam, Pendidikan Agama Islam di Perguruan Tinggi*, (Bandung :ITB, 1980);
- , *Kuliah Islam* (Bandung: Pustaka, 1987);

- Barmawi, Bakir Yusuf, *Pembinaan Kehidupan Beragama Islam Pada Anak* (Semarang: Dina Utama, 1993);
- Burhany, Danawir Ras, *Jenis Kenakalan Remaja dan Penanggulangannya di KMUIP*, Makalah, 1979;
- C., Suhartin, *Cara Mendidik Anak dalam Keluarga Masa Kini*, (Jakarta: Bhatara Karya Aksara, 1980);
- Darajat, Zakiah, *Ilmu Jiwa Agama*, (Cet. XVI, Jakarta: Bulan Bintang, 2003)
- , *Ilmu Pendidikan Islam*, (Cet. IV, Jakarta: Bumi Aksara, 2000);
- , *Kesehatan Mental*, (Jakarta: Gunung Agung, 1985);
- , *Kesehatan Mental Peranannya dalam Pendidikan dan Pengajaran*, (Jakarta: IAIN Syarif Hidayatullah, 1988);
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai pustaka, 1977);
- Dewi, Kartika Sari, *Kesehatan Mental* (Semarang: UPT UNDIP, 2012);
- Damopolii, Muljono, *Pesantren Modern IMMIM Pencetak Muslim Modern* (Jakarta: Rajawali Pers, 2011);
- Gunarsa, Singgih D., *Dasar-dasar dan Teori Perkembangan Anak*, (Jakarta: BPK: Gunung Mulia, 1981);
- Hadi, W.M. Abdul, "Krisis Manusia Modern: Tinjauan Falsafah Terhadap Scientisme" *Jurnal Universitas Parmadina* Vol. 2 No.3, Mei 2003;
- Jaya, Yahya, *Psikoterapi Agama Islam*, (Padang: IAIN Imam Bonjol, 1999);
- Kaelani, *Filsafat Bahasa: Masalah dan Perkembangannya* (Yogyakarta: Paradigama, 2003), h. 297.
- Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Jakarta: Direktorat Jenderal Bimas Islam, Direktorat URAIS dan Pembinaan Syariah, 2011);

- Koentjaraningrat, *Metode-metode Penelitian Masyarakat*, (Cet. I, Jakarta: PT. Gramedia, 1977);
- Langgulusung, Hasan, *Manusia dan Pendidikan*, (Cet. III, Jakarta: Pustaka al-Husna, 1999);
- M., Arifin, *Hubungan Timbal Balik Pendidikan Agama di Lingkungan Sekolah dan Keluarga*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1977);
- Muin, Taib Thahir Abd., *Ilmu Kalam* (Jakarta : Wijaya 1973);
- Mujib, Abdul, dan Yusuf Mudzakir, *Nuansa-Nuansa Psikologi Islami* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2001);
- Nashih, Abdullah, *Pedoman Pendidikan Anak dalam Islam*, (Jilid 1, Cet. III, Semarang: CV. Asyasyifa', 1981);
- Nasution, Harun, *Islam Ditinjau dari Berbagai Aspek* (Jilid I, Cet. 5; Jakarta: UI. Press, 1985);
- Nawawi, Hadari, *Pendidikan dalam Islam*, (Cet. I, Surabaya: al-Ikhlash, 2000);
- Newstrom and Davis, *Organizational Behavior, Human behavior at Work* (New York: Mc Graw-Hill, Inc, 1993);
- Notosoedirjo, Moeljono & Latipun, *Kesehatan Mental: Konsep dan Penerapan* (Malang: Universitas Muhammadiyah Malang Press, 2001);
- Pakasi, Soepartinah, *Anak dan Perkembangannya Pendekatan psiko-pedagogis terhadap Generasi Muda* (Jakarta: PT. Gramedia, 1981);
- Panuju, Parut, dkk. *Psikologi Remaja*, (Cet.I, Yogyakarta: Tiara Wacana, 1999);
- Partowisastro, H. Koestoer, *Dinamika dalam Psikologi Pendidikan*, (Jilid II, Cet. I, Jakarta Pusat: Erlangga, 1983);
- Poerwadarminta, PJS., *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, (Cet. V, Jakarta : Balai Pustaka, 1976);

- RI., Depag, *Ilmu Pendidikan Islam*, (Jakarta: Dirjen Bimbaga Islam, 1982/1983);
- RI, Departemen Agama, *Undang-undang dan Peraturan Pemerintah RI tentang Pendidikan*, (Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Islam, 2006);
- Sabri, M. Alisuf, *Pengantar Psikologi Umum & Perkembangan*, (Jakarta: Pedoman Ilmu Jaya, 1993);
- Sarwono, Sarlito Wirawan, *Psikologi Remaja*, (Cet. X, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2006);
- Sastrapradja, M., *Kamus Istilah Pendidikan dan Umum*, (Jakarta: Usaha Nasional, 1981);
- Suardiman, Siti Pratiwi, *Psikologi Perkembangan* (Yogyakarta: IKIP, 1990);
- Surakhmad, Winarno, *Psikologi Pemuda Sebuah Pengantar dalam Perkembangan Pribadi dan Interaksi Sosialnya*, (Cet.II, Bandung: Jemmars, 1980);
- Suryobroto, Sumadi, *Psikologi Perkembangan* (Yogyakarta: Rake Press, 1984);
- Syarif, Adnan, *Psikologi Qurani* (Bandung: Pustaka Hidayah, 2012);
- Ulwan, Abdullah Nasih, *Pedoman Pendidikan Anak dalam Islam*, (Jilid 1, Cet. III, Semarang: CV. Asyasyifa', 1981);
- Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional*, (Jakarta: PT. Koloang Putra Timur bekerjasama dengan Koperasi Primer Praja Mukti Departemen Pendidikan dalam Negeri).[]



Remaja harus diberi peluang untuk mengadakan eksperimen, baik dalam ruang lingkup akademis ataupun non-akademis seperti melalui kelompok belajar, panitia perayaan organisasi siswa, perkumpulan olah raga, musik dan kesenian agar mereka memiliki keterampilan sosial, dan mampu melakukan kontak sosial dari berbagai keluarga yang berbeda dalam suasana penuh demokratis. Dengan demikian, lembaga lembaga pendidikan diharapkan mampu memberi informasi yang tepat tentang lingkungan kebudayaan, baik terhadap wanita maupun pria dalam penampilan kedewasaannya yang ideal sesuai yang dikehendaki oleh negara dan agama, melalui diskusi dan seminar di seputar peranan wanita dan emansipasi wanita sebagai bantuan atau pertolongan kepada remaja dalam menyesuaikan diri terhadap kenyataan hidup di sekitarnya.

Usia remaja, ada yang menyebutnya sebagai tanda keliharan, masa tumbuhnya problem, masa pancaroba dan sebagainya, karena terjadinya perubahan secara internal dan kesukaran-kesukaran dalam masyarakat secara eksternal sebagai suatu dinamika. Dengan demikian, pendekatan keagamaan yang tepat akan memberi pengaruh secara positif dan lebih berkesan, yang nantinya akan berfungsi sebagai benteng (perisai) dalam menghadapi dampak negatif dari perkembangannya.

ISBN 978-602-17855-6-0



9 786021 1785560

