

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kesehatan mental pada kalangan remaja ataupun siswa menjadi hal yang harus diperhatikan dan perlu disadari setiap individu, akan tetapi pemahaman mengenai kesehatan mental di Indonesia terlihat rendah. Hal ini terbukti tingkat gangguan jiwa sebesar 14% pernah dipasung seumur hidup, 31,5% dipasung 3 bulan serta 91% masyarakat Indonesia mengalami gangguan jiwa yang tidak ditangani dengan baik dan hanya 9% dapat ditangani (Rachmawati, 2020). Selain itu dilihat dari kenyataannya, sejauh ini banyak terdapat permasalahan yang cukup memprihatinkan di kalangan remaja di era generasi sekarang, dari hasil studi yang menunjukkan sebagian wilayah negara, terdapat peningkatan mental akan terjadinya bunuh diri, yang awalnya kurang dari 1% meningkat menjadi lebih dari 4% sudah banyak menyentuh di kalangan remaja usia 12-17 tahun dan dewasa 18-24 tahun, dikarenakan gangguan kecemasan, depresi, emosi, serta gangguan perilaku yang timbul menjadikan fenomena di Indonesia, yang permasalahannya cukup meningkat (Arif, 2023). Data tersebut menunjukkan bahwa, Indonesia belum dapat menyelesaikan masalah kesehatan mental secara tepat dan baik.

Menurut Rahmawaty (2017) ada faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya suatu gangguan kesehatan mental seperti pola asuh orang tua yang diterapkan otoriter dan pesimis, serta teman sebaya yang memicu permasalahan kesehatan mental remaja atau siswa. Faktor genetik, perubahan hormon, hingga mengalami traumatis, percintaan, keluarga maupun tekanan hidup yang juga berpengaruh terhadap kesehatan mental, hal ini gejala yang timbul seperti mudah marah, merasa cemas, merasa putus asa, rendah diri, serta khawatir yang berlebihan (Millenia, 2022). Kemudian di lingkungan sosial dan lingkungan sekolah turut menjadi pemicu suatu gangguan kesehatan mental yang terjadi pada remaja ataupun siswa. Contohnya saja di lingkungan sekolah akan

tekunnya siswa dalam mencari ilmu pengetahuan agar menjadi ahli pendidikan yang baik dan bisa dipandang bagus dimata guru dan siswa lain hanya untuk mendapatkan perhatian agar dapat memuaskan dirinya sendiri, tetapi beda halnya jika seorang siswa tersebut yang sudah tekun agar menjadi ahli pendidikan, tetapi dipandang rendah karena tidak berdampak baik bagi dirinya sendiri, maka permasalahan tersebut juga berpengaruh pada kesehatan mental siswa yang membuat dirinya merasa kurang percaya diri (Daradjat, 1982).

Maka hal ini terlihat bahwa di Indonesia masih harus bekerja lebih giat dalam menurunkan angka gangguan kesehatan mental dengan memberikan konsultasi dan pengarahan lebih khususnya di kalangan remaja atau siswa sekarang ini. Menurut Savitrie (2022) cinta dan dukungan serta hubungan yang kuat dengan keluarga dan orang-orang terdekat dapat memberikan pengaruh positif pada kesehatan mental remaja, serta hubungan emosional yang baik juga mengurangi masalah kesehatan mental, karenanya dengan memberikan promosi akan kesehatan mental dapat meningkatkan kesehatan mental yang positif. Menurut Aini, Mahfud, & Ardiansyah (2020) meditasi berdampak baik dalam membantu siswa untuk memperbaiki kesehatan mental akan mengelola emosi, karena teknik meditasi ini dapat melatih fokus pikiran serta ketenangan untuk mengalihkan energi negatif menjadi aktivitas positif, selain itu konsultasi dengan pakar psikolog juga dapat menurunkan kesehatan mental di Indonesia, tetapi terlihat sekarang banyak ilmuwan psikolog yang sudah berpengalaman akan menangani pasien tetapi tidak kebersamaan dengan pengetahuan akan keagamaan.

Generasi sekarang semestinya bukan hanya paham dan ahli akan pengetahuan umum tetapi juga perlu menanamkan pengetahuan agama dalam diri sendiri yang menjadikan bekal akan keyakinan suatu agama khususnya Pendidikan Agama Islam. Di sekolah yang menjadi rumah kedua dalam menimba ilmu pengetahuan yang lebih kompleks, seharusnya memiliki kontribusi dan perhatian lebih akan kesehatan mental siswa saat memasuki sekolah menengah pertama dengan mengaitkan akan peranan agama dalam kesehatan mental siswa sekarang ini. Dikatakan adanya “Peraturan Pemerintah

RI No.55 Tahun 2007 tentang Pendidikan Agama pasal 2 ayat 1 : Pendidikan Agama berfungsi untuk membentuk manusia Indonesia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan yang Maha Esa serta berakhlak mulia dan mampu menjaga kedamaian dan kerukunan hubungan inter dan antar umat beragama”. Dilihat akan pentingnya kedamaian dan kerukunan antar umat beragama yang ada, sehingga dapat memberikan gambaran bahwa setiap manusia harus merasa tenang, damai dan tenteram sesama umat yang lain. Maka berkaitan pula dengan pentingnya akan kesehatan mental di setiap manusia di kalangan siswa, agar terhindar dari gangguan kesehatan mental.

Oleh karena itu siswa perlu diberikan bekal pengetahuan pendidikan akan nilai-nilai keagamaan, dengan mendekati diri dalam konteks spiritual, juga dapat memberikan pengaruh yang baik. Pentingnya nilai-nilai keagamaan dalam pendidikan akan kesehatan mental, dapat memberikan pengaruh dan dampak yang sangat signifikan bagi kalangan remaja ataupun siswa. Sebagai suatu tujuan yang mendasar dari pendidikan keagamaan yaitu Pendidikan Agama Islam untuk meningkatkan kesadaran terhadap kepercayaan dan praktik keagamaan yang mempengaruhi individu, keluarga maupun masyarakat. Keyakinan akan pendidikan agama secara individu dalam menghadapi situasi stres, penderitaan emosional, ataupun masalah yang dialami di kalangan siswa sekarang dapat mempengaruhi, karenanya pendidikan agama sangat memperkuat dalam mengatasi kesehatan mental siswa dengan penggunaan berupa teknik perilaku kognitif dalam mengelola situasi stres, kecerdasan emosional, serta spiritual siswa akan keyakinan Agama (Sudrajat, 2023). Dengan mempunyai pengetahuan agama yang lebih, maka dapat memberikan keyakinan akan kepercayaan terhadap tuhan yang selalu melindungi dan selalu memberikan rasa aman dan ketenangan terhadap kesehatan jiwa. Bahkan menurut Sudirman (2019) mengutip pendapat *MC Guire* yang mengatakan agama dapat memberikan dampak yang sangat berarti bagi kehidupan manusia dalam kesehatan, menjadikan sebagai sistem nilai yang berpengaruh untuk kehidupan masyarakat modern dan berperan dalam membuat perubahan sosial. Menurut Sururin (2004) agama sebagai jalan utama menuju kesehatan mental, sebab

kebutuhan jiwa manusia, kekuatan mengendalikan manusia, serta kekuatan untuk memenuhi kebutuhan manusia tanpa membawa dampak psikologis yang negatif terdapat dalam agama. Sedangkan menurut Tanzania (2022) yang mengutip pendapat Aisah Dahlan menyarankan agar mempunyai mental yang sehat, bahagia lahir dan batin maka rajin-rajin beribadah dengan mendekati diri dan berdoa kepada sang pencipta agar memberikan kebahagiaan dan ketenangan.

Menurut Daradjat (1982) selain kebutuhan jasmani dan kebutuhan rohani, manusia juga mempunyai kebutuhan dalam menyeimbangkan jiwanya yang tidak mengalami tekanan seperti rasa kasih sayang, rasa aman, harga diri, ingin tahu, bebas dan rasa sukses sehingga dari keenam macam penyebab tersebut memerlukan agama. Dengan melalui agama kebutuhan apapun dapat disalurkan dalam mempelajari ajaran agama agar lebih baik, sebab peranan agama mempunyai fungsi yang sangat penting dalam kehidupan maupun dalam memperbaiki kesehatan mental siswa, tanpa agama manusia tidak merasakan kebahagiaan dan ketenangan hidup. Bagi Zakiah Daradjat betapa besarnya pengaruh agama dalam kehidupan manusia untuk membantu memperbaiki kesehatan mental. Karenanya siswa semestinya bukan hanya paham akan ilmu pengetahuan umum tetapi juga harus dapat memahami ilmu pengetahuan keagamaan di dalam dirinya untuk memupuk dan menanamkan nilai-nilai agama, agar nantinya suatu permasalahan yang mungkin akan terjadi, dia tidak akan merasa cemas, depresi ataupun lainnya. Sebab di dalam dirinya sudah tertanam jiwa akan keyakinan tuhan yang selalu memberikan yang terbaik untuk dirinya. Melihat kenyataannya, maka peneliti tertarik mengambil konsep pemikiran Zakiah Daradjat akan peranan agama dalam kesehatan mental yang menjadi acuan bukunya sebagai suatu permasalahan yang terjadi digenerasi sekarang. Peranan agama dalam kesehatan mental terlihat memberikan suatu kontribusi yang meyakinkan bahwa ilmu tanpa agama dapat memberikan gangguan pada kesehatan mental khususnya kalangan siswa. Maka dengan uraian latar belakang di atas, peneliti mengangkat satu topik untuk mengetahui lebih dalam dan menganalisis lebih lanjut dengan mengangkat judul : **“Konsep**

Pemikiran Zakiah Daradjat Tentang Peranan Agama Dalam Kesehatan Mental Siswa”

Keistimewaan serta kelebihan dari tokoh Zakiah Daradjat sebagai fokus peneliti dalam mengambil pemikiran tokoh wanita muslimah yang berkecimpung dibidang agama dan psikoterapi yang selalu mendekati diri kepada Tuhan Yang Maha ESA. Hal ini mengingat bahwa peranan agama mempunyai banyak manfaat dalam memperbaiki kesehatan mental serta memiliki daya tarik yang sangat baik dikalangan remaja atau siswa sekarang.

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah yang dapat dirumuskan dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Bagaimana peranan agama dalam membantu kesehatan mental siswa menurut pemikiran Zakiah Daradjat?
2. Apa saja aspek-aspek kontribusi dalam konsep pemikiran Zakiah Daradjat pada pendekatan kesehatan mental siswa melalui peranan agama?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk memahami konsep pemikiran Zakiah Daradjat akan peranan agama dalam membantu meningkatkan kesehatan mental siswa.
2. Untuk menganalisis aspek-aspek kontribusi dalam konsep pemikiran Zakiah Daradjat pada pendekatan kesehatan mental siswa melalui peranan agama.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat pada penelitian ini adalah :

1. Manfaat Teoritis

Pada penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai acuan dalam memberikan kontribusi pemikiran dan dapat pula dijadikan sebagai referensi serta bahan rujukan bagi penelitian selanjutnya yang sejenis untuk meningkatkan pemahaman akan pemikiran Zakiah Daradjat terhadap kesehatan mental siswa dengan penerapan peranan agama serta menambah wawasan akan pentingnya kesehatan mental bagi siswa.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini menjadikan tolak ukur untuk memberikan manfaat dan informasi bagi setiap pihak, di antaranya:

- a. Bagi lembaga sekolah di mana pun dapat dijadikan sebuah masukan dan evaluasi bagi setiap yang membaca agar dapat memperbaiki pengetahuan akan kesehatan mental yang sangat penting dengan mengaitkan pendidikan pemahaman agama.
- b. Bagi universitas penelitian ini dapat diharapkan menjadi suatu referensi serta rujukan bagi peneliti ke depannya akan kesehatan mental dengan peranan agama menurut pemikiran Zakiah Daradjat.
- c. Bagi peneliti dapat menambah wawasan pengetahuan, pengalaman, serta pemahaman baru yang sangat berharga selama menyusun ilmiah dengan baik ke depannya.

E. Sistematika Pembahasan

Untuk memudahkan para pembaca dalam membaca serta memahami gambaran secara umum dalam penelitian skripsi ini. Oleh karena itu peneliti merancang sistematika dan pembahasan yang dibagi menjadi lima bab, yaitu :

BAB I : Memuat isi yang di dalamnya tentang latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, serta manfaat peneliti.

BAB II : Berisi tentang tinjauan pustaka dan landasan teori. Pada bab ini mempunyai isi tentang penjelasan dan juga uraian penelitian terdahulu serta teori, konsep yang berkaitan dengan penelitian ini.

BAB III : Memuat tentang metode penelitian. Dalam bab ini berisi metode dan pendekatan yang dianggap cocok dalam sebuah penelitian untuk digunakan. Dalam bab ini juga terdapat komponen terkait dengan metode yang akan digunakan nantinya, jenis, sumber, teknik pengumpulan data, serta analisis data.

BAB IV : Berisi tentang hasil penelitian, membahas tentang data yang sudah diperoleh. Bab ini berfungsi memberikan gambaran secara terperinci tentang penyelesaian dalam membantu kesehatan mental siswa serta aspek-aspek kontribusi dalam konsep pemikiran Zakiah Daradjat pada pendekatan kesehatan mental siswa melalui peranan agama.

BAB V : Merupakan bab penutup yang menyajikan kesimpulan dalam penelitian ini secara kompleks serta memberikan saran pada penelitian ini. Adapun bagian akhir dari sistematika pembahasan berisikan daftar pustaka serta lampiran dari penelitian