

# BAB I

## PENDAHULUAN

### C. Latar Belakang

Dewasa ini, seiring dengan kemajuan zaman. Tidak sedikit gaya hidup yang menyimpang dari nilai- nilai agama. Hal ini boleh disebabkan karena pola pandang masyarakat tentang perbuatan tersebut adalah baik. Padahal kita ketahui bahwa baik menurut manusia belum tentu baik menurut Allah SWT.

Terjadinya perbedaan pendapat dalam menentukan baik buruknya suatu perbuatan disebabkan adanya perselisihan dalam memakai patokan dan ukuran untuk menetapkannya. ukuran-ukuran tersebut karena dibuat oleh manusia, subyektif dan relative. Berbeda halnya dengan etika islam yang sumber utamanya adalah wahyu, dimana normanya mutlak dan obyektif.<sup>1</sup>

Disamping itu bukan berarti Islam tidak menghargai pemikiran manusia, melainkan Islam juga mengakui kemauan dan tujuan baik serta hati nurani sebagai norma yang lain, yang kadang – kadang menghasilkan konsep yang berbeda dalam menentukan baik dan buruknya suatu perbuatan. Dengan catatan, selama perbuatan tersebut tidak bertentangan dengan wahyu, islam membenarkan dan mengakuinya.<sup>2</sup>

Allah dalam firmanNya selalu menyeru kepada umat manusia untuk bertakwa kepadaNya. Ini menunjukkan bahwa Allah SWT sangat menghendaki kebaikan pada diri manusia. Yaitu dengan cara menetapkan perintah dan larangan pada manusia.

Diantara perintah- perintah itu yaitu perintah untuk tidak menyekutukan Allah SWT, mengimani kerasulan Muhammad SAW, berkaitan dengan syari'ah yaitu hukum pernikahan, perdagangan berkenaan dengan moral yaitu tolong menolong kebaikan, larangan mencela, dan tidak boleh merusak lingkungan. Dari itu apabila perintah dan larangan ini dipenuhi oleh manusia. Maka, Allah akan

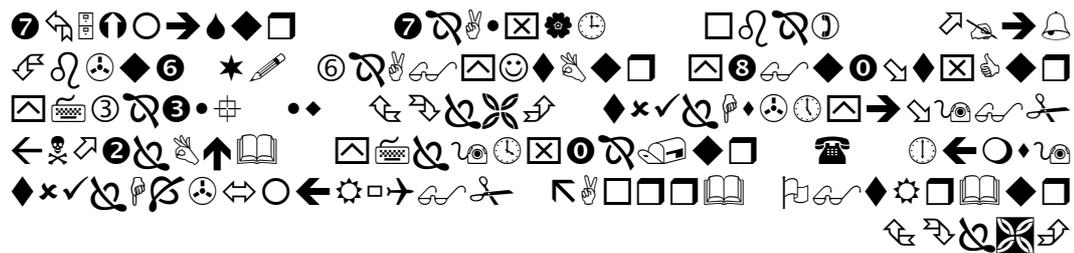
---

<sup>1</sup> M.Darori Amin, "Norma-norma etika islam" *Teologia, Jurnal Ilmu-Ilmu Ushuludin*, (Vol. XII, No. 3, Oktober/2001), hlm. 319.

<sup>2</sup> Amin, *Norma- norma etika islam.*, hlm. 319.

dalam melimpahkan rahmat, karunia, serta memberikan ampunan kepada manusia. Dalam hal perintah dan larangan agama tersebut akan terangkum dalam keberagaman yaitu perihal beragama. Dimana dalam keberagaman tersebut Terdapat beberapa dimensi, dimensi tersebut yaitu dimensi Dimensi ideologis, Dimensi ritualistik, Dimensi eksperensial, Dimensi intelektual, Dimensi konsekuensial.<sup>3</sup>

Dalam perwujudan atau realisasi dari ketaatan dan keterikatan manusia kepada aturan atau hukum yang tertuang dalam ajaran agama. Sebagai orang yang beragama tentunya tahu dan paham bahwa segala amal perbuatan kita adalah bertujuan semata-mata untuk menggapai ridhlo Allah SWT. Sehingga dengan ridho Allah SWT, manusia akan selamat dalam menjalani hidup di dunia dan akhirat. Sebagaimana Firman Allah SWT:



(162). Katakanlah: Sesungguhnya sembahyangku, ibadatku, hidupku dan matiku hanyalah untuk Allah, Tuhan semesta alam (163) Tiada sekutu bagiNya; dan demikian Itulah yang diperintahkan kepadaku dan Aku adalah orang yang pertama-tama menyerahkan diri (kepada Allah).(Q.S. al-An`am/6: 162-163).<sup>4</sup>

Masih mengacu pada keberagaman/religiusitas bahwa setiap amal perbuatan tentunya didasarkan pada pengetahuan. Pengetahuan ini semestinya harus dipahami oleh umat islam. Maksudnya seseorang beramal suatu perbuatan harus mengetahui dasarnya dahulu. Dan akhirnya seseorang tidak boleh taklid buta. Karena dikhawatirkan suatu perbuatan yang tidak didasarkan pada pemahaman sebelumnya, amal tersebut kurang memiliki dampak positif bagi pemeluk agama.

<sup>3</sup> Jalaluddin Rakhmat, *Psikologi Agama: Sebuah Pengantar* (Bandung: Mizan, 2004), cet.II, hlm. 43.

<sup>4</sup>Departemen Agama RI, *Mushaf al Quran Terjemah* (Jakarta:Al-Huda, 2005), hlm. 151.

Dari itu maka diperlukan pemahaman tentang sikap beragama yang benar. Aktifitas beragama dalam berbagai aspek kehidupan manusia, yang meliputi ibadah *mahdlah* dan *ghairu mahdlah*. Dan keduanya hanya bermuara pada ridhlo Allah SWT. Perilaku ibadah ini merupakan aktifitas yang tampak ataupun tidak tampak. Maka dari inilah perlu dipahamkan bagi orang yang beragama . bahwa nilai dari perilaku beragama tidak hanya terletak pada saat dia menjalankan amalan agama tersebut tetapi lebih dari itu yaitu hal apa yang mendasari dalam ia melaksanakan perihal seperti itu.

Dari dimensi inilah nanti sikap beragama/ religiusitas akan terwujud secara sempurna dan akhirnya setiap perbuatan baik nanti akhirnya akan ditunai hasilnya. Yaitu pahala dari Allah SWT di akhirat dan ketentraman di dunia. Lain halnya ketika suatu amal tidak meliputi dimensi tersebut tadi, maka dampaknya juga berbeda. Semisal, orang yang beramal tidak meliputi dimensi keyakinan, tentunya ia tidak akan memperoleh ridhlo Allah SWT, maka terputuslah untuk pahala di akhirat. Sehingga yang ia dapat hanya dunia. Dari sinilah nantinya, ketika seorang muslim memahami benar bagaimana berperilaku agama maka akan ringanlah beban kehidupan ini. Karena hakekatnya semua yang ia jalankan tidak lain adalah karena taufiq dan hidayah dari Allah SWT.

Dimensi keberagamaan sebagaimana dipaparkan sebelumnya. *Insaallah* akan memberikan dampak yang positif bagi orang tersebut. Diantaranya berupa ketenangan jiwa/ kesehatan mental. Karena jiwa yang sehat pastinya akan selalu tegar dalam menghadapi segala permasalahan hidup. Mereka dalam kehidupannya akan selalu berusaha kemudian setelah itu berpasrah diri pada Allah SWT .

Untuk memperoleh jiwa yang sehat, seseorang harus berjuang membersihkan jiwanya. Seorang pujangga arab telah menulis:

“wahai jiwa, berhati- hatilah! Tolonglah aku dengan perjuanganmu dalam keremangan gelapnya malam; hingga pada hari kiamat engkau akan menang dalam puncak kehidupan yang baik”.<sup>5</sup>

---

<sup>5</sup> Aliah B. Purwakania Hasan, *Pengantar Psikologi Kesehatan Islami*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2008). Hlm. 61.

Imam Ghazali orang yang cukup banyak menuliskan konsep tentang pentingnya berjuang melawan nafsu (*jihad al-nafs*). al Ghazali melihat bahwa manusia memiliki nafsu yang berisi tenaga kemarahan dan dorongan negatif. Nafsu, terutama dalam perspektif tasawuf, sering kali dipandang sebagai atribut kejahatan dari seseorang. Terdapat juga dalam hadits yang menyatakan bahwa :” musuh terbesar adalah nafsu yang berada dalam diri seseorang”. Sehingga orang harus”berperang melawan jiwanya dan mengalahkannya”.<sup>6</sup>

Dalam konsep islam juga ditekankan berkaitan dengan penyucian jiwa. Yaitu dengan upaya penyucian (*tathahhur*) terutama terhadap perilaku negatif. Perilaku ini mencakup segala pengingkaran (*kufur, nifa, fasi`, dan bid`ah*); mensukutkan Allah (*musyrik, termasuk riya`*); cinta kedudukan dan kepemimpinan; kedengkian (*hasad*); kekaguman (*ujub*); kesombongan (*takabbur dan waham*) semena- mena (*amarah dan zalim*); cinta dunia; serta mengikuti hawa nafsu.<sup>7</sup>

Sifat yang baik ditumbuhkan melalui realisasi ibadah kepada Allah (*tahaqquq*). Pembagian realisasi ibadah ini mencakup mengesakan Allah (*tauhid*) dan ibadah (*ubudiyah*); kemurnian (*ikhlas*); jujur (*shidiq*) kepada Allah; dermawan (*zuhud*); berserah diri (*tawakal*); cinta Allah (*mahabatullah*), rasa takut (*khauf*) harap (*raja`*), takut berdosa (*taqwa dan wara`*); berterima kasih (*syukur*); ketahanan dan kerelaan (*sabar, taslim dan ridha*); selalu merasa diawasi oleh Allah (*muraqabah*) dan merasa melihat Allah (*musyahadah*); serta taubat terus menerus (*taubatan nasuha*).<sup>8</sup>

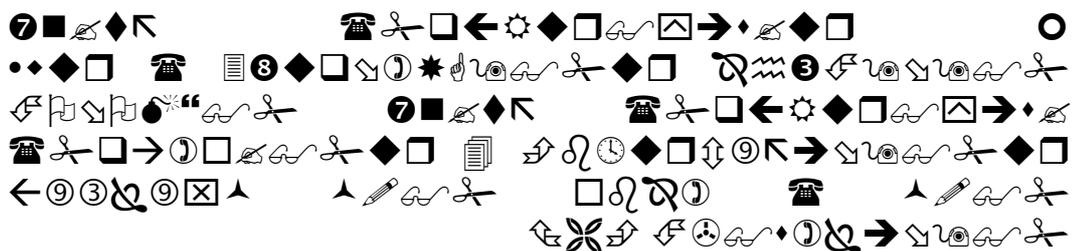
Di dalam konsep islam, manusia dipandang memiliki multi interaksi . salah satunya yaitu hubungan dengan sesama manusia. Islam memberikan pedoman yang mengatur tata cara berhubungan dengan sesama manusia yang sangat rinci. Pentingnya melakukan interaksi social yang menggambarkan perilaku sehat juga dilukiskan dalam Firman Allah SWT:

---

<sup>6</sup> Hasan, *pengantar*, hlm. 61.

<sup>7</sup> Hasan, *pengantar*, hlm. 64.

<sup>8</sup> Hasan, *pengantar*, hlm. 65.



(2)“Dan bertolong-tolonglah kamu atas kejahatan dan takwa dan janganlah tolong menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran.dan bertaqwalah kamu pada Allah. Sesungguhnya Allah amat berat siksanya”.(Q.S. al-Ma`idah/5: 2 ).<sup>9</sup>

Dalam membina hubungan social, Allah menyuruh umatnya mengutamakan perbuatan kasih sayang dan persaudaraan, bukan perilaku yang dilandasi permusuhan sehingga nantinya dalam kehidupan bermasyarakat akan tercipta lingkungan yang kondusif.

Hal yang mendasar bagi seseorang untuk memperoleh mental yang sehat yaitu agar ia orang tersebut mampu menjalani kehidupan dengan penuh makna, karena bagaimanapun juga kehidupan tanpa makna tidak akan mampu memberi semangat dan tujuan dalam hidup, maka dari itu diperlukannya kesehatan mental agar seseorang mampu mengerti makna hidupnya tersebut.

Hal seperti ini juga disampaikan Zakiah Daradjat, bahwa sebenarnya semua orang yang hidup di dunia ini pasti menginginkan hidupnya penuh dengan ketenangan dan kebahagiaan. Dari itu semua orang akan berusaha mencarinya, meskipun tidak semuanya dapat mencapai apa yang diinginkannya. Berbagai macam sebab dan rintangan yang mungkin terjadi sehingga banyak orang yang mengalami kegelisahan dan ketidakpuasan.<sup>10</sup>

Melihat fenomena dalam masyarakat sekarang ini tentunya sangat ironis sekali, seiring dengan kemajuan IPTEK khususnya komunikasi, tidak menjamin akan kebahagiaan seseorang. Diantaranya diwujudkan dalam kesehatan mental. bahkan dengan semakin canggihnya teknologi di era ini, maka nilai- nilai kemanusiaan sering terabaikan. Banyak hal yang mendasari akibat tertindasnya nilai kemanusiaan tersebut. Dan semuanya disebabkan oleh ulah manusia itu

<sup>9</sup> Departemen Agama RI, *Mushaf al Qur`an*,. hlm. 107.

<sup>10</sup> Zakiah Daradjat , *Kesehatan Mental* (Jakarta: Haji Mas Agung,1990), hml. 15.

sendiri, sebut saja; banyaknya bencana di tanah air, pelanggaran HAM (hak asasi manusia), PHK. Dan masih banyak hal yang dapat menjadikan orang terganggu kesehatan mentalnya .

Haruslah dipahami bahwa kesehatan mental adalah unsur dalam atau dimensi dalam jiwa seseorang. Banyak hal yang dapat mempengaruhinya, yaitu dari factor internal dan eksternal. Dari itu jiwa harus mampu menyelaraskan fungsi- fungsi jiwa supaya mampu bekerja dengan semestinya. Dan akhirnya kecenderungan untuk mental tidak sehat dapat dihilangkan.

Untuk menghantarkan pemahaman tentang kesehatan mental. Maka akan di paparkan berkenaan kesehatan mental. Kesehatan mental juga sering disebut dengan istilah *mental health* dan atau *mental hygiene*. secara historis, ilmu ini diakui berasal dari kajian psikologi, usaha para psikolog yang kemudian menelurkan ilmu baru ini berawal dari keluhan- keluhan masyarakat sebagai akibat dari munculnya gejala- gejala yang menggelisahkan. Fenomena psikologis ini tampaknya tidak hanya dirasakan oleh individu semata, melainkan oleh masyarakat luas<sup>11</sup>. Hal senada juga dibenarkan Ikhrom AM, dalam bukunya “persinggungan antara Psikopatologi dan kesehatan mental sufistik” yang menyatakan bahwa ilmu ini juga sangat dibutuhkan oleh setiap orang yang merindukan ketentraman dan kebahagiaan hidup<sup>12</sup>.

Dewasa ini seiring dengan maraknya keilmuan dibidang psikologi maka muncullah pakar- pakar dalam merumuskan pemahaman tentang kesehatan dari barat. Akan tetapi pemikir dari barat (sekuler) ini. Dalam konsep kesehatan mental tidak menyertakan keimanan. Maka dari kenyataan inilah, para pemikir islam era ini berupaya menggali kesehatan mental dengan didasari aspek agama islam.

Upaya penyempurnaan pengertian kesehatan mental terus dilakukan oleh para pakar. Salah satunya yaitu Zakiah Darajat, yang menurutnya kesehatan mental adalah bentuk personifikasi iman dan takwa seseorang. Ini berarti bahwa kesehatan mental harus mengacu pada nilai- nilai iman dan takwa. Bila kesehatan

---

<sup>11</sup> Zakiah Daradjat, *kesehatan*, hlm.10.

<sup>12</sup> Ikhrom AM, *Persinggungan Antara Psikopatologi dan Kesehatan Mental Sufistik* (Semarang:Walisongo press,2009),hal.57.

mental mental berbicara tentang integritas kepribadian, realisasi diri, aktualisasi diri, penyesuaian diri, dan pengendalian diri, maka parameternya harus merujuk iman dan takwa, akidah dan syariat.<sup>13</sup>

Dari itu maka Zakiah Darajat memberikan empat indikator, untuk mengetahui seberapa tingkat kesehatan mental seseorang.

- 1) ketika seseorang mampu menghindarkan diri dari gangguan mental (*Neurose*) dan penyakit (*psikose*)
- 2) ketika seseorang mampu menyesuaikan diri dengan masyarakat, alam dan Tuhannya.
- 3) Ketika seseorang mampu mengendalikan diri terhadap semua problema dan keadaan hidup sehari-hari.
- 4) Ketika dalam diri seseorang terwujud keserasian, dan keharmonisan antara fungsi-fungsi kejiwaan<sup>14</sup>

Dengan diberikannya 4 indikator kesehatan mental ini, orang menjadi lebih mudah menilai atau mengukur “seberapa tingkat kesehatan mental seseorang. Dari itu berkenaan tentang kehidupan dewasa ini. Apabila ada sikap atau perilaku yang menyimpang atau tidak sesuai dengan yang digariskan tadi maka seseorang tersebut harus mendapatkan perhatian dan bimbingan, sehingga dalam melaksanakan keseharian dalam menjalani hidup ia mampu memperoleh makna dari hidup itu sendiri.

Tidak sehatnya mental/ psikis pada dasarnya adalah bagaimana orang tersebut berperilaku, karena berdasarkan perilakulah, mental atau jiwa seseorang akan menjadi tenang dan sehat. Sebagaimana firman Allah SWT:



<sup>13</sup> Ikhrom, *persinggungan*,.hlm . 60.

<sup>14</sup> Zakiah Daradjat.,60.



“Studi Korelasi Antara Tingkat keberagamaan dengan Kesehatan Mental siswa kelas XI SMAN 8 Semarang tahun ajaran 2010/2011”.

## **B. Penegasan Istilah**

Agar memberikan pemahaman yang tepat serta untuk menghindari kesalahpahaman dalam menginterpretasikan judul skripsi ini, maka penulis merasa perlu untuk mengemukakan makna dan maksud kata- kata dalam judul tersebut, serta memberikan batasan- batasan istilah agar dapat dipahami secara konkret dan lebih operasional. Adapun penjelasan dari istilah tersebut adalah sebagai berikut:

### **1. Study Korelasi**

Terdiri dari dua kata yaitu studi dan korelasi. Studi adalah kajian, telaah, penelitian, penyelidikan ilmiah. Sedangkan korelasi adalah hubungan timbal balik atau sebab akibat.<sup>18</sup> Jadi yang dimaksud studi korelasi disini adalah penelitian untuk mencari adakah korelasi atau hubungan antara tingkat tingkat keberagamaan dengan kesehatan mental.

### **2. Tingkat Keberagamaan**

Perlu diketahui sebelumnya bahwa maksud dari keberagamaan disini adalah keberagamaan dalam agama Islam, bukan agama selain Islam. Tingkat keberagamaan Terdiri dari dua suku kata yaitu tingkat yang artinya tahapan dan keberagamaan yang berarti perihal beragama.<sup>19</sup> Menurut Muhaimin keberagamaan/ religiositas dalam islam adalah melaksanakan ajaran agama atau berislam secara menyeluruh. Oleh karena itu setiap muslim baik dalam berfikir, bersikap maupun bertindak diperintahkan untuk berislam.

Maksud dalam penelitian ini yaitu guna meneliti tingkat keberagamaan siswa yang meliputi dua dimensi keberagamaan. dua hal tersebut yaitu: Dimensi Praktik Agama, dan Dimensi pengetahuan agama.

### **3. Kesehatan Mental**

---

<sup>18</sup> Tim penyusun kamus besar bahasa Indonesia, kamus besar bahasa Indonesia(Jakarta, balai pustaka, 1990), hlm. 860.

<sup>19</sup> Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional, *KBBI, edisi ketiga* (Jakarta: BP, 2003), hlm.12.

Terdiri dari dua suku kata yaitu kesehatan yang berarti suatu kondisi dimana seseorang dalam keadaan sehat. Dan Mental yang berarti jiwa, nyawa, sukma, roh, semangat.<sup>20</sup>

kesehatan mental berarti terwujudnya keserasian yang sungguh- sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya sendiri dan lingkungan berlandaskan keimanan dan ketakwaan serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia di dunia dan akhirat.

Dari itu dapat dipahami bahwa kesehatan mental disini, merupakan kondisi jiwa seseorang untuk mampu menjalani kehidupan secara baik. Diantaranya yaitu mampu menghindarkan diri dari gangguan mental (*neurose*) dan penyakit (*psikose*), Mampu menyesuaikan diri dengan masyarakat, alam dan Tuhannya, Mampu mengendalikan diri terhadap semua problema dan keadaan hidup sehari-hari, dalam diri seseorang terwujud keserasian, dan keharmonisan antara fungsi-fungsi kejiwaan.

Sehingga dalam penelitian ini, yang dimaksud dengan kesehatan mental adalah terwujudnya keserasian dalam diri seseorang dalam menjalani aktivitas secara pribadi, bermasyarakat, dan hubungannya dengan Tuhan. Sehingga ia terhindar dari sifat-sifat *madzmumah* yaitu sifat-sifat buruk dalam diri manusia. Dan sebaliknya dia bisa menghiasi dirinya dengan sifat *mahmudah* yaitu sifat luhur/ mulia.

#### 4. Siswa kelas XI SMA N 8 Semarang.

Adapun penelitian ini, difokuskan pada kelas XI di SMA N 8 Semarang adalah sebagai berikut. Kelas XI merupakan suatu kondisi dimana psikologi anak merasakan kebebasan yang lebih dibanding siswa kelas X atau siswa kelas XII. Hal demikian didasarkan pada secara psikis mereka sudah mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya, atau sudah beradaptasi dengan baik. Dan tentunya, mereka belum memikirkan ujian akhir sekolah. Berbeda dengan kelas X, dimana mereka harus menyesuaikan diri dengan keadaan

---

<sup>20</sup> Kartini kartono, *Hygiene Mental*. (Bandung: Mandar Maju, 2000), cet.VII, hlm. 3.

lingkungan barunya. Dan begitu juga dengan, siswa kelas XI yang secara *psikis* mereka terfokus untuk mempersiapkan diri untuk ujian. Sehingga ada unsur yang penuh kehati-hatian dalam bersikap.

Kemudian alasan yang mendasar dalam penelitian ini berkaitan dengan diadakannya di SMA N 8 Semarang adalah atas dasar bahwa SMA N 8 Semarang, adalah satu-satunya sekolah negeri tingkatan SMA di wilayah Semarang bagian barat. Sehingga dengan diadakannya penelitian di SMA 8 secara tidak langsung akan mengetahui keadaan di wilayah Semarang bagian barat yaitu berkaitan dengan studi korelasi antara tingkat keberagamaan dengan kesehatan mental.

### **C. Rumusan Masalah**

Dari latar belakang masalah dan kerangka pemikiran diatas, ada beberapa permasalahan yang merupakan agenda penelitian yang akan dikaji yaitu:

1. Bagaimana tingkat keberagamaan siswa kelas XI SMAN 8 Semarang Tahun Ajaran 2010/2011
2. Bagaimana kesehatan mental siswa kelas XI SMAN 8 Semarang Tahun Ajaran 2010/2011.
3. Adakah hubungan antara tingkat keberagamaan dengan kesehatan mental siswa kelas XI SMAN 8 Semarang Tahun Ajaran 2010/2011.

### **D. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

#### **a. Tujuan Penelitian**

Dari permasalahan- permasalahan yang telah dirumuskan tersebut, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut, yaitu:

1. Untuk mengetahui tingkat keberagamaan siswa kelas XI SMAN 8 Semarang tahun ajaran 2010/2011.
2. Untuk mengetahui kesehatan mental siswa kelas XI SMAN 8 Semarang tahun ajaran 2010/2011.

3. Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara tingkat keberagamaan dengan kesehatan mental siswa kelas XI SMAN 8 Semarang tahun ajaran 2010/2011.

b. Manfaat Penelitian

Setelah penelitian dapat diselesaikan maka ada harapan dalam penyusunan skripsi ini yaitu:

a. Secara teoritis

Memberikan tambahan khazanah keilmuan Islam kaitannya dengan keberagamaan dan kesehatan mental. Sehingga pembaca akan lebih memahami tentang keberagamaan dan kesehatan mental dalam sudut pandang agama Islam. Bagi civitas akademika kampus IAIN walisongo semarang semoga penelitian ini mampu memberi keterangan untuk memahami keberagamaan dan kesehatan mental. Kemudian bagi keluarga besar SMAN 8 semarang mudah-mudahan dapat bermanfaat dan menjadi tambahan ilmu tentang bagaimana berperilaku agama yang dibenarkan dalam islam sehingga dapat diperoleh kesehatan mental secara baik pula.

b. Secara praktis

Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan mampu menjadi panduan bagi orang Islam dalam berperilaku secara agamis (*religius*), yaitu bagaimana menjalankan aktifitas beragama secara benar sesuai dengan Al-Qur`an dan Al Hadits. Kemudian kaitannya dengan kesehatan mental, mudah-mudahan menjadi alternative bagi orang islam bagaimana memiliki kesehatan mental yang bagus yaitu dengan cara mengambil ajaran-ajaran yang dibenarkan dalam islam. Sebagaimana do`a para muslim *ihdina shirathal mustaqim* (tunjukilah kami, jalanMu yang lurus) Bagi civitas akademika, yaitu orang yang terjun dalam dunia pendidikan mudah-mudahan dapat menjadi *problem solving* dalam permasalahan yang berhubungan dengan perilaku agama dan bagaimana memperoleh kesehatan mental (*psikis*).