

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia adalah makhluk Tuhan yang berakal.¹ Manusia tidak semata-mata tunduk pada kodratnya dan secara pasif menerima keadaannya, tetapi ia selalu secara sadar dan aktif menjadikan dirinya sesuatu. Proses perkembangan manusia sebagian ditentukan oleh kehendaknya sendiri, berbeda dengan makhluk-makhluk lainnya yang sepenuhnya tergantung pada alam. Kebutuhan untuk terus-menerus berkembang inilah yang khas manusiawi, dan karenanya pulalah kebudayaan dalam segala bentuknya itu yang tidak terdapat pada makhluk lainnya.²

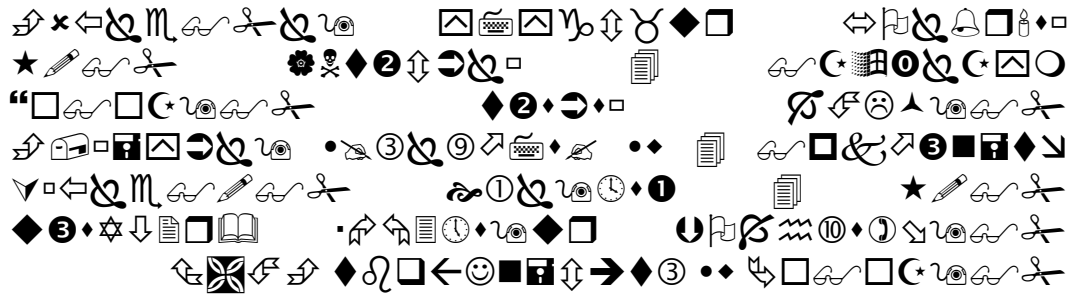
Manusia adalah sesosok makhluk yang terdiri dari jasad dan jiwa, makhluk yang paling indah bentuk dan kejadiannya. Makhluk yang diberi kebebasan untuk memilih antara yang baik dan buruk, makhluk yang sadar akan dirinya juga makhluk yang diberi kemampuan untuk mendapatkan ilmu pengetahuan serta dibekali dengan alat-alat pendukung yang mampu untuk meraihnya.³

Manusia menurut Islam dilahirkan dengan membawa fitrah, yaitu berbagai kemampuan/potensi bawaan (kecenderungan) kepada agama yang lurus. Firman Allah dalam Alquran surah Ar-rum ayat 30:

¹Erhans A. Audi C. *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia untuk SLTP, SMU*, Universitas Umum

²Sarlito Wirawan Sarwono, *Pengantar Umum Psikologi*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1982), h. 26-27

³Ali Syariati, *Al-Ihsan, Al-Islam wa Madaris Al-Gharb*, diterjemahkan oleh Afif Muhammad dengan judul, *Huminisme antara Islam dan Barat*, (Bandung: Pustaka Hidayah, 1996), h. 48



Artinya: “Maka hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama Allah; (tetaplah atas) fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut fitrah itu. Tidak ada perubahan pada fitrah Allah. (Itulah) agama yang lurus; tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui”.⁴

Selain dalam Alquran surah Ar-Rum ayat 30 tersebut, dalam hadits beserta syarahnya Rasulullah juga bersabda mengenai fitrah manusia yaitu sebagai berikut:

كُلُّ مَوْلُودٍ يُوَدُّ عَلَى الْفِطْرَةِ فَأَبَوَاهُ يُهَوِّدَانِهِ أَوْ يُنَصِّرَانِهِ أَوْ يُمَجِّسَانِهِ

(رواه البخارى ومسلم)

(كُلُّ مَوْلُودٍ مِنْ بَنِي آدَمَ (يُوَدُّ عَلَى الْفِطْرَةِ) فِطْرَةَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ (فَأَبَوَاهُ)

هُمَا اللَّذَانِ (يُهَوِّدَانِهِ) أَيُّ يَصِيرَانِهِ يَهُودِيًّا (أَوْ يُنَصِّرَانِهِ) أَيُّ يَصِيرَانِهِ نَصْرَانِيًّا

(أَوْ يُمَجِّسَانِهِ) أَيُّ يَدْخُلَانِهِ الْمَجُوسِيَّةَ.

Artinya: “Setiap anak dilahirkan (setiap Bani Adam) dalam keadaan fitrah (fitrah Allah yang telah difitrahkan kepada manusia), maka sesungguhnya kedua orang tuanyalah (kedua orang tua) yang menjadikannya Yahudi(seorang Yahudi), Nasrani (seorang Nasrani) atau Majusi (setiap yang termasuk golongan Majusi)”.

⁴Departemen Agama RI, *Alquran dan Terjemahnya*, (Bandung: CV Diponegoro, 2005), h. 325

⁵Muhammad Abdurrauf Al-Minawi, *Al-Jami'usshogir*, (Beirut: Darul Fikr, 1996), juz 5, h. 41



Artinya: “Ingatlah ketika Tuhanmu berfirman kepada para malaikat: "Sesungguhnya Aku hendak menjadikan seorang khalifah di muka bumi." mereka berkata: "Mengapa Engkau hendak menjadikan (khalifah) di bumi itu orang yang akan membuat kerusakan padanya dan menumpahkan darah, padahal kami senantiasa bertasbih dengan memuji Engkau dan mensucikan Engkau?" Tuhan berfirman: "Sesungguhnya Aku mengetahui apa yang tidak kamu ketahui".⁸

Ayat tersebut menjelaskan bahwa Allah SWT memilih manusia sebagai khalifah Allah yang bertugas untuk memakmurkan bumi. Sehingga manusia seharusnya tidak berbuat kerusakan di bumi, yang dapat menimbulkan terjadinya berbagai macam bencana alam.

Menurut Sayyid Quthb di dalam *Tafsir Fii Zhilalil Quran*, mengatakan sebagai berikut: “pengelolaan bumi dan pemakmurannya, dalam penumbuhan kehidupan dan pengembangannya, dalam realisasi kehendak Pencipta dan hukum-hukum alam dalam mengembangkan, meningkatkan dan merombaknya ialah melalui tangan khalifah Allah di bumi-Nya. Khalifah yang kadang melakukan kerusakan dan kadang melakukan pertumpahan darah ini, agar dibalik keburukannya yang parsial itu tampak terwujudkan kebaikan yang lebih besar dan lebih menyeluruh, maka khalifah bertugas melaksanakan kebaikan, gerakan merombak dan membangun kebaikan merupakan upaya yang tidak pernah putus, eksplorasi yang tidak kenal berhenti, perubahan dan pengembangan di dalam kerajaan raya ini”.⁹

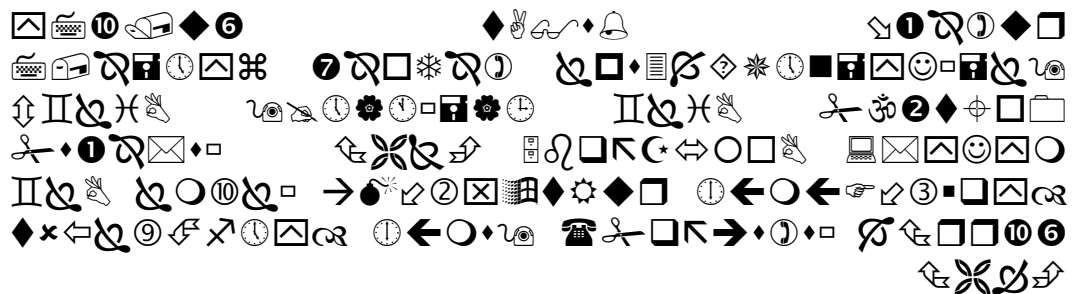
Salah satu tugas manusia sebagai khalifah ialah menyampaikan dakwah sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya. Hal ini sesuai dengan firman Allah SWT dalam Alquran surah Ali Imran ayat 104 beserta tafsirnya sebagai berikut:



⁸Departemen Agama RI, *Alquran dan Terjemahnya*, *op.cit.*, h. 6

⁹Sayyid Quthb, *Tafsir Fii Zhilalil Quran*, penerjemah Aunur Rafiq Shaleh Tahmid, (Jakarta: Rabbani Press, 2000). Cet. ke-1, h.107

adalah kerangka ruh yang dapat dilihat dan diraba (materi). Berbeda dengan ruhaniah yang bersemayam dalam jasad, ia tidak terlihat dan tidak dapat diraba (immateri).¹² Dalam Alquran dijelaskan bahwa Allah menciptakan manusia (Adam) dari tanah. Allah menciptakan manusia yang terdiri dari materi dan roh melalui tahapan-tahapan, dari tanah menjadi lumpur hitam yang diberi bentuk dan kemudian menjadi tanah kering seperti tembikar kemudian setelah disempurnakan bentuknya Allah meniupkan roh, maka jadilah Adam. Hal ini sesuai dengan firman Allah dalam surah Al-Hijr ayat 28-29:



Artinya:“Dan (ingatlah), ketika Tuhanmu berfirman kepada para malaikat: "Sesungguhnya Aku akan menciptakan seorang manusia dari tanah liat kering (yang berasal) dari lumpur hitam yang diberi bentuk. Maka apabila Aku telah menyempurnakan kejadiannya, dan telah meniupkan kedalamnya ruh (ciptaan)-Ku, maka tunduklah kamu kepadanya dengan bersujud”.¹³

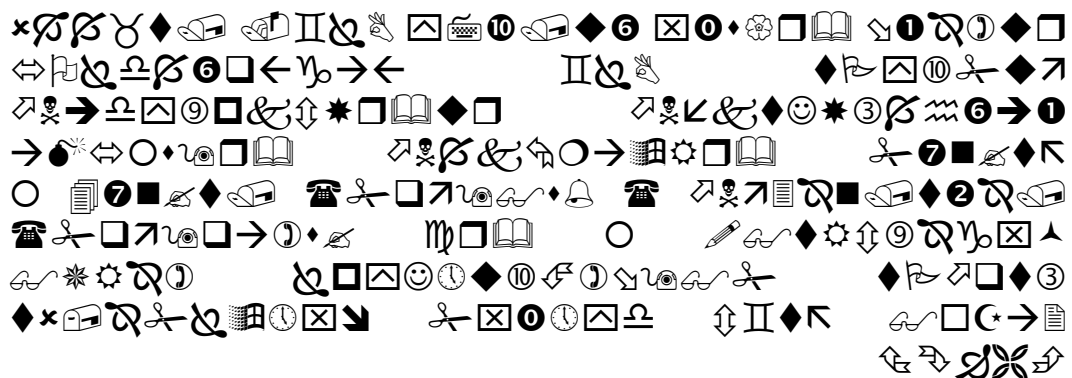
Ayat tersebut menjelaskan tentang penciptaan manusia berasal dari tanah yang kemudian berbentuk jasad. Demikianlah Allah menciptakan manusia dengan sempurna, sehingga manusia menjadi makhluk yang mulia di sisi Allah.

Salah satu potensi yang Allah berikan kepada manusia ialah nafs (jiwa). Jiwa merupakan hakikat manusia yang sebenarnya. Jiwa inilah yang telah

¹²Zainal Abidin & Imam Fathurrohman, *Bimbingan Spiritual 5+ Menyembuhkan Penyakit & Menenangkan Jiwa, op. cit.*, h. 19-20

¹³Departemen Agama RI, *Alquran dan Terjemahnya, op.cit.*, h. 210

mengukir ikrar di hadapan Allah SWT. Itulah ikrar ketika kita bersaksi untuk menyembah hanya kepada Allah Yang Maha Esa. Ikrar tersebut bahkan dilakukan sampai dua kali. *Pertama*, dilakukan jauh sebelum diciptakannya jasad. *Kedua*, diciptakan saat *nafs* (jiwa) berada di dalam rahim ibunda tercinta. Allah SWT mengumpulkan *nafs-nafs* (jiwa-jiwa) untuk bersaksi akan keesaan Allah SWT. Hal tersebut digambarkan dalam Alquran Surah Al-A'raf ayat 172 sebagai berikut:



Artinya: “Dan (ingatlah), ketika Tuhanmu mengeluarkan keturunan anak-anak Adam dari sulbi mereka dan Allah mengambil kesaksian terhadap jiwa mereka (seraya berfirman): "Bukankah Aku ini Tuhanmu?" mereka menjawab: "Betul (Engkau Tuhan kami), kami menjadi saksi". (Kami lakukan yang demikian itu) agar di hari kiamat kamu tidak mengatakan: "Sesungguhnya kami (Bani Adam) adalah orang-orang yang lengah terhadap ini (keesaan Tuhan)".¹⁴

Ayat tersebut menjelaskan bahwa manusia membawa fitrah ketauhidan sejak diciptakannya jiwa. Artinya manusia mengakui dirinya sebagai ciptaan Allah SWT maka ia harus tunduk dan patuh pada ketentuan dan petunjuk-Nya.

Menurut M. Quraisy Shihab dalam bukunya *Wawasan Alquran: Tafsir Maudhu'i atas berbagai Persoalan Umat* mengungkapkan bahwa: “terdapat tiga kata yang digunakan Alquran dalam menunjukkan tentang manusia, yakni: Basyar, Insan dan Bani Adam. Basyar banyak mengacu pada pengertian manusia dari segi fisik dan nalurinya yang berbeda dengan makhluk lain, sementara Insan

¹⁴*Ibid*, h. 173

menunjukkan manusia dengan segala totalitasnya, jiwa dan raga. Manusia (Insan) yang berbeda antara seorang dengan yang lain karena perbedaan fisik, mental dan kecerdasan. Bani Adam menunjukkan pada semua manusia sebagai makhluk sosial”.¹⁵

Berbicara tentang manusia tidak terlepas dari dua keadaan yang sering dialami manusia, yaitu sakit dan sehat. Sakit dan sehat merupakan dua hal yang datang silih berganti dalam kehidupan manusia dan makhluk hidup lainnya. Sakit mengganggu ketenteraman hidup manusia. Oleh karena itu, manusia senantiasa berusaha untuk menghindar dari serangan penyakit dan akan terus berusaha mencari kesembuhan.

Agama Islam telah memberikan penjelasan tentang pentingnya kesehatan bagi kehidupan manusia. Kesehatan dapat diperoleh dengan menanamkan sikap hidup bersih dalam kehidupan sehari-hari. Dengan mengamalkan perilaku hidup bersih seseorang akan mencapai hidup yang sehat. Oleh karena itu dalam Islam kebersihan menjadi hal yang sangat penting bagi kehidupan manusia. Hal ini sebagaimana sabda Nabi SAW beserta syarahnya sebagai berikut:

الطَّهُورُ شَطْرُ الْإِيمَانِ (رَوَاهُ مُسْلِمٌ)
 (أَلَطَّهُورُ) بِأَفْتَحٍ لِلْمَاءِ وَبِالضَّمِّ لِلْفِعْلِ (شَطْرٌ) أَيُّ نِصْفٍ (الْإِيمَانِ)
 أَلْكَأَمِلُ بِالْمَعْنَى الْأَعْمُ الْمُرَكَّبُ مِنَ التَّصَدِيقِ وَالْإِقْرَارِ وَالْعَمَلِ.¹⁶

Artinya: “Suci/bersih itu (dapat dilakukan menggunakan air dan ada syarat dalam pelaksanaannya) setengah (sebagian) dari iman (kesempurnaan dengan makna dibuktikan dengan keyakinan kemudian diikrarkan dan diamalkan)”.

¹⁵M. Quraish Shihab, *Wawasan Alquran: Tafsir Maudhu'i atas berbagai Persoalan Umat*, (Bandung: Mizan, 2002), Cet. x, h. 278-280

¹⁶ Muhammad Abdurrauf Al-Minawi, *Al-Jami' usshogir*, juz 4, *op. cit.*, h.371

Hadits tersebut menunjukkan Islam sangat mengutamakan kebersihan, bahkan disebutkan bahwa kebersihan menjadi setengah dari iman. Oleh karena itu dianjurkan kepada umat manusia untuk senantiasa menjaga kebersihan sehingga dapat mencapai kesehatan dan terhindar dari berbagai macam penyakit yang mengancam kehidupan manusia.

Zaman dahulu ketika teknologi belum dikenal oleh masyarakat umum secara luas setiap penyakit yang diderita oleh manusia seringkali dianggap sebagai ulah dari ruh jahat atau makhluk halus yang sengaja mengganggu kehidupan manusia, karena mereka telah membuat janji kepada Allah SWT untuk mengganggu manusia sampai akhir hayatnya. Oleh karena itu, orang yang sakit lebih memilih untuk berobat ke dukun atau orang pintar yang dianggap bisa berkomunikasi langsung dengan makhluk halus dengan melakukan ritual-ritual seperti membuat sesajen, membaca mantera-mentera untuk mengusir pengaruh makhluk jahat dibandingkan dengan berobat ke dokter yang mengerti tentang jenis penyakit berdasarkan ilmu pengobatan. Kepercayaan kepada yang gaib-gaib sebagai penyebab dan penyembuh penyakit yang terjadi pada masyarakat saat itu menunjukkan bahwa memang ada hubungan antara keyakinan agama dengan penyakit-penyakit.¹⁷

Seiring dengan perkembangan zaman dan kemajuan teknologi saat ini penyakit sudah dapat dideteksi penyebabnya. Ada penyakit yang bersumber dari virus, bakteri atau baksil-baksil sehingga untuk mengobatinya membutuhkan obat-obatan medis, tetapi ada juga penyakit yang bersumber dari jiwa atau hati

¹⁷Zakiah Daradjat, *Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta:PT. Bulan Bintang, 1987), h. 37

suatu individu, jadi secara fisik individu tersebut tidak terkena virus, bakteri atau baksil-baksil, namun pada kenyataannya individu tersebut sakit. Penyakit tersebutlah yang dinamakan dengan penyakit mental.

Gangguan/penyakit mental akan memengaruhi tubuh fisik dan mengakibatkan munculnya penyakit. Penyakit mental memengaruhi organ fisik, tubuh manusia akan terkena dampaknya dan organ-organ tidak lagi dapat menjalankan fungsinya dengan baik. Begitu pun sebaliknya gangguan pada fisik berpengaruh pada keadaan mental manusia.¹⁸ Sehingga apabila mental manusia terganggu maka fisiknya pun akan merasakan sakit. Karena antara fisik dan mental sangat berkaitan erat, terutama dalam hal kesehatan.

Kesehatan dapat dibagi menjadi dua, yaitu kesehatan fisik dan kesehatan mental. Kesehatan fisik tidak dapat dipisahkan dengan kesehatan mental, sebab ketika seseorang mengalami sakit secara fisik terkadang merusak mentalnya, begitu juga sebaliknya ketika mental seseorang sakit maka fisiknya pun mengalami rasa sakit.

Berbicara tentang kesehatan mental, tentunya tidak terlepas dari pendapat pakarnya. Di antara pakar kesehatan mental itu ialah Prof. DR. Zakiah Daradjat dan DR. Kartini Kartono. Prof. DR. Zakiah Daradjat dan DR. Kartini Kartono merupakan dua di antara pengarang buku berjudul "kesehatan mental". Prof. DR. Zakiah Daradjat termasuk ahli kesehatan mental. Beliau banyak memberikan bantuan kepada penderita gangguan jiwa. Beliau juga sering menjadi pemateri dalam kegiatan-kegiatan seminar baik itu seminar nasional maupun seminar

¹⁸S. A. H. Dastaghib Shirazi, *Belajar Mencintai Allah Membasuh Jiwa Memurnikan Cinta*, (Depok: Pustaka Iman, 2009), h. 4

Internasional. Selain itu beliau juga pernah tercatat sebagai salah seorang pejabat Direktur Perguruan Tinggi Agama Islam pada Departemen Agama Islam Republik Indonesia Jakarta. Selain kegiatan-kegiatan tersebut, beliau juga aktif sebagai penulis di beberapa media massa baik majalah maupun surat kabar.¹⁹

DR. Kartini Kartono merupakan seorang dosen tetap di IKIP Bandung. Beliau memulai karier kerjanya sebagai Kopral TNI-AD (Brigade XVII Trip Jawa Timur tahun 1945-1950), beliau juga pernah aktif sebagai wartawan surat kabar harian Suara Rakyat Surabaya. Selain itu beliau juga pernah menjabat sebagai guru SD, SLTP dan SLTA. Beliau sering menjadi pemateri seminar pendidikan di Indonesia dan seminar agama di Amsterdam (1973) dan di Jerman (1974). Selain kegiatan-kegiatan tersebut, beliau juga aktif menulis berbagai macam artikel di surat kabar dan majalah.²⁰

Semakin banyak karya tulis tentang kesehatan mental yang dikarang semakin dapat memperkaya khazanah dan memperluas wawasan manusia mengenai apa dan bagaimana kesehatan mental, karena setiap karya tulis memiliki corak-corak tersendiri. Corak-corak tersebut boleh jadi diwarnai oleh pendirian, pemikiran, aktivitas dan pengalaman hidup masing-masing pengarang yang menyusunnya.

Menurut Prof. DR. Zakiah Daradjat, kesehatan mental adalah terhindarnya orang dari gejala-gejala gangguan dan penyakit jiwa. Dengan demikian dapat diartikan bahwa orang yang sehat mentalnya adalah orang yang terhindar dari

¹⁹Abuddin Nata, *Tokoh-Tokoh Pembaruan Pendidikan Islam di Indonesia*, (Jakarta:PT Raja Grafindo Persada, 2005), h. 238

²⁰Kartini Kartono, *Patologi Sosial 3 Gangguan-Gangguan Kejiwaan*, (Jakarta:PT Raja Grafindo Persada, 2011)

segala gangguan dan penyakit jiwa. Dalam pengertian yang luas kesehatan mental dapat diartikan sebagai terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya sendiri, dengan orang lain dan lingkungannya berlandaskan keimanan serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia di dunia dan di akhirat.²¹

Menurut DR. Kartini Kartono kesehatan mental ialah terhindarnya seseorang dari gangguan/penyakit mental (jiwa) dan gangguan emosi serta bebas dari penyakit mental (jiwa) untuk memajukan kesehatan jiwa rakyat. Kesehatan mental berarti terhindar dari konflik batin yang disebabkan oleh berbagai kesulitan hidup dan sekaligus berupaya memperoleh kebersihan jiwa dalam artian tidak terganggu oleh berbagai ketegangan, ketakutan dan konflik terbuka serta konflik batin.²²

Orang yang bermental sehat akan mencapai ketenangan dan kebahagiaan dalam hidupnya, karena ia akan menjalani kehidupan ini tanpa merasa dibebani oleh berbagai permasalahan yang sering membuat manusia berputus asa. Dalam rangka mencapai kesehatan mental maka diperlukan adanya aktivitas-aktivitas keagamaan, salah satunya yaitu dalam bentuk dakwah sebagai kebutuhan mental manusia. Karena tidak hanya kebutuhan secara fisik saja yang harus dipenuhi oleh manusia, tetapi kebutuhan secara mental juga harus dipenuhi agar seseorang dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.

²¹Ridjaluddin FN, "Kesehatan Mental dalam Psikologi Agama", <http://kajianislamnugraha.blogspot.com/2009/11/kesehatan-mental-dalam-psikologi-agama.html>, diakses pada 22/12/2011

²²*Ibid*

Salah satu cara agar manusia dapat hidup bahagia di dunia dan di akhirat yaitu dengan kegiatan dakwah, karena dengan dakwah manusia dapat menjalankan kehidupannya dengan benar sesuai dengan petunjuk Allah swt. Oleh karena itu seorang juru dakwah harus memiliki kesehatan mental yang baik untuk menunjang kegiatan dakwahnya. Dengan kesehatan mental yang baik juru dakwah akan dapat melaksanakan dakwahnya secara efektif.

Berdasarkan hal tersebut, diketahui bahwa kesehatan mental merupakan aspek penting dalam dakwah dan terdapat titik temu antara pemikiran Prof. DR. Zakiah Daradjat dengan pemikiran DR. Kartini Kartono tentang konsep kesehatan mental. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk mengkaji lebih mendalam Pemikiran Prof. DR. Zakiah Daradjat dan DR. Kartini Kartono baik dari segi persamaan dan perbedaannya. Hasil dari kajian tersebut akan dituangkan dalam sebuah karya tulis ilmiah berbentuk skripsi, yang diberi judul **“KONSEP KESEHATAN MENTAL MENURUT PEMIKIRAN PROF. DR. ZAKIAH DARADJAT DAN DR. KARTINI KARTONO”**.

B. Pembatasan Masalah

Berhubung kedua pakar kesehatan mental dalam penelitian ini yaitu Prof. DR. Zakiah Daradjat dan DR. Kartini Kartono menetap di luar daerah Kalimantan Selatan, maka penelitian ini hanya dibatasi pada pemikiran mereka berdua yang dituangkan dalam karya tulis (dalam bentuk buku) terutama tentang kesehatan mental. Pada umumnya apabila ada pemikiran dua pakar kesehatan mental yang diteliti terkesan sebagai penelitian perbandingan, tetapi dalam penelitian ini

penulis membatasi hanya sebagai penelitian yang mempersandingkan pemikiran dari kedua pakar tentang konsep kesehatan mental.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan pada latar belakang masalah, maka penulis merumuskan permasalahan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana konsep kesehatan mental menurut pemikiran Zakiah Daradjat?
2. Bagaimana konsep kesehatan mental menurut pemikiran Kartini Kartono?
3. Pada aspek mana terdapat persamaan dan perbedaan konsep kesehatan mental dari pemikiran Zakiah Daradjat dan Kartini Kartono?

D. Definisi Operasional

Penulis memberikan definisi operasional agar penelitian ini terarah dan lebih jelas, sebagai berikut:

1. Konsep yang dimaksud dalam penelitian ini adalah gagasan/ide tentang kesehatan mental mencakup pengertian kesehatan mental, faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan mental dan terapi terhadap orang yang mengalami gangguan jiwa.
2. Kesehatan mental yang dimaksud dalam penelitian ini adalah terhindarnya seseorang dari gejala-gajala gangguan jiwa/penyakit jiwa sehingga ia mampu menyesuaikan diri dengan dirinya sendiri, sesama manusia dan lingkungannya berlandaskan keimanan dan ketakwaan untuk mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.

3. Prof. DR. Zakiah Daradjat termasuk ahli kesehatan mental. Beliau banyak memberikan bantuan kepada penderita gangguan jiwa. Beliau dilahirkan di Ranah Minang, Sumatera Barat. Beliau juga pernah tercatat sebagai salah seorang pejabat Direktur Perguruan Tinggi Agama Islam pada Departemen Agama Islam Republik Indonesia Jakarta.

DR. Kartini Kartono seorang dosen tetap di IKIP Bandung. Beliau dilahirkan di Surabaya, Jawa Timur. Beliau juga aktif menulis berbagai macam artikel di surat kabar dan majalah.

4. Pemikiran Prof DR. Zakiah Daradjat dan DR. Kartini Kartono yang dimaksud dalam penelitian ini adalah pendapat Prof. DR. Zakiah Daradjat dan DR. Kartini Kartono tentang kesehatan mental.

5. Berdasarkan pengertian di atas maka yang dimaksud dengan konsep kesehatan mental menurut pemikiran Prof. DR. Zakiah Daradjat dan DR. Kartini Kartono dalam penelitian ini adalah gagasan/ide tentang kesehatan mental meliputi pengertian kesehatan mental, faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan mental dan terapi terhadap orang yang mengalami gangguan mental/jiwa menurut pendapat Prof. DR. Zakiah Daradjat dan DR. Kartini Kartono yang kemudian ingin dikaji lebih mendalam pada aspek mana terdapat persamaan dan perbedaan di antara kedua pendapat tersebut.

E. Tujuan Penelitian

Merujuk pada perumusan masalah, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Menggambarkan konsep kesehatan mental menurut pemikiran Zakiah Daradjat.
2. Menggambarkan konsep kesehatan mental menurut pemikiran Kartini Kartono.
3. Menunjukkan persamaan dan perbedaan konsep kesehatan mental dari pemikiran Zakiah Daradjat dan Kartini Kartono.

F. Signifikansi Penelitian

Hasil dari penelitian ini sangat diharapkan agar nantinya bisa bermanfaat bagi kita semua. Signifikansi penelitian ini antara lain:

1. Memperdalam wawasan penulis tentang kesehatan mental yang merupakan aspek penting dalam Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI).
2. Menambah referensi bahan bacaan pada perpustakaan Fakultas Dakwah maupun perpustakaan IAIN Antasari Banjarmasin.
3. Sebagai bahan informasi ilmiah bagi peneliti lain yang ingin mengkaji permasalahan seperti ini dari aspek yang berbeda.

G. Landasan Teoritis

1. Pengertian-pengertian

a. Pengertian Konsep

Menurut W.J.S Poerwadarminta, dalam *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, “konsep” berarti rancangan atau buram (surat).²³ Menurut *Kamus Besar Bahasa Indonesia* konsep berarti pengertian.²⁴ Menurut YS. Marjo dalam *Kamus Bahasa Indonesia Kontemporer* konsep berarti rancangan.²⁵ Dalam *Kamus Praktis Bahasa Indonesia* konsep berarti rancangan, rencana.²⁶

Wondraf mendefinisikan konsep adalah suatu gagasan/ide yang relatif sempurna dan bermakna. Pada tingkat konkret konsep merupakan suatu gambaran dari suatu objek atau kejadian yang sesungguhnya. Pada tingkat abstrak dan kompleks konsep merupakan perpaduan sejumlah kesimpulan yang telah ditarik dari pengalaman dengan objek atau kejadian tertentu.²⁷

Berdasarkan beberapa definisi di atas dapat diketahui bahwa konsep adalah suatu pengertian tentang suatu objek atau produk subjektif yang berasal dari cara seseorang membuat pengertian terhadap objek-objek melalui pengalamannya (setelah melakukan persepsi terhadap objek).

²³W. J. S. Purwadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, Cet. Ke-VII, (Jakarta: Balai Pustaka, 2006), h.520

²⁴Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1990), h. 520

²⁵YS. Marjo, *Kamus Bahasa Indonesia Kontemporer*, (Surabaya: Beringin Jaya, 1997), h. 133

²⁶Hartono, *Kamus Praktis Bahasa Indonesia*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 1992), h. 84

²⁷Carepedia, “Definisi Konsep”, <http://carepedia.com/definisi-konsep-menurut-para-ahli-info402/15-09-2012>, diakses pada 03/10/2012

b. Pengertian Kesehatan

Menurut *Kamus Praktis Bahasa Indonesia* sehat berarti segar, kesehatan berarti keadaan badan yang segar.²⁸ Dalam *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, kesehatan berasal dari kata “sehat” yang berarti keadaan baik segenap badan serta bagian-bagiannya (bebas dari sakit). Kesehatan berarti keadaan (hal) sehat; kebaikan keadaan badan dan sebagainya.²⁹

Crowell Coller dan Macmillan dalam *International Encyclopedia of The Social Sciences* menjelaskan bahwa: “*health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity*”.³⁰ Artinya: kesehatan adalah sebuah sebutan dari fisik yang lengkap, mental dan sosial yang sejahtera serta tidak hanya bebas dari penyakit atau kelemahan.

Menurut *WHO (World Health Organization)*, sehat adalah memperbaiki kondisi manusia baik jasmani, rohani ataupun akal, sosial dan bukan semata-mata memberantas penyakit.³¹ Istilah sehat dalam kehidupan sehari-hari sering dipakai untuk menyatakan bahwa sesuatu dapat bekerja secara normal. Kebanyakan orang mengatakan sehat jika badannya merasa segar dan nyaman. Bahkan seorang dokter pun akan menyatakan pasiennya sehat manakala menurut hasil

²⁸Hartono, *Kamus Praktis Bahasa Indonesia*, *op. cit.*, h. 141

²⁹W. J. S. Purwadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, *op. cit.*, h.1051

³⁰Crowell Coller and Macmillan, *International Encyclopedia of the Social Science*, (New York: The Macmillan Company and The Free Press, tth), vol.5, h. 330

³¹Ahmad Syauqi Alfanjari, *Nilai Kesehatan dalam Syariat Islam*, diterjemahkan oleh Ahsin Wijaya dan Totok Jumentoro, (Jakarta:Bumi Aksara, 1996), h. 4

pemeriksaan yang dilakukannya mendapatkan seluruh tubuh pasien berfungsi secara normal.

Pengertian sehat menurut UU Pokok Kesehatan No. 9 tahun 1960, Bab I Pasal 2 adalah: “keadaan yang meliputi kesehatan badan (jasmani), rohani (mental), dan sosial, serta bukan hanya keadaan bebas dari penyakit, cacat, dan kelemahan”. Pengertian sehat tersebut sejalan dengan pengertian sehat menurut Organisasi Kesehatan Dunia (*WHO*) tahun 1975 sebagai berikut: “Sehat adalah suatu kondisi yang terbebas dari segala jenis penyakit, baik fisik, mental, dan sosial”.³²

Batasan kesehatan tersebut di atas sekarang telah diperbaharui bila batasan kesehatan yang terdahulu itu hanya mencakup tiga aspek, yakni: fisik, mental, dan sosial, maka dalam Undang- Undang NO. 23 Tahun 1992, kesehatan mencakup 4 aspek, yakni: fisik (badan), mental (jiwa), sosial, dan ekonomi. Batasan kesehatan tersebut diilhami oleh batasan kesehatan menurut *WHO* yang paling baru. Pengertian kesehatan saat ini memang lebih luas dan dinamis, dibandingkan dengan batasan sebelumnya. Hal ini berarti bahwa kesehatan seseorang tidak hanya diukur dari aspek fisik, mental, dan sosial saja, tetapi juga diukur dari produktivitasnya dalam arti mempunyai pekerjaan atau menghasilkan sesuatu secara ekonomi.³³

Berdasarkan beberapa pengertian di atas dapat diketahui bahwa kesehatan merupakan keadaan sejahtera yang lengkap dari fisik, mental dan sosial, dan

³²Afand, “*Pengertian Sehat*”, <http://afand.abatasa.com/post/detail/2456/04-12-2011/pengertian-sehat>, diakses pada 11-12-2012

³³*Ibid*

bukan hanya bebas dari penyakit, cacat dan kelemahan yang memungkinkan seseorang hidup produktif baik secara sosial maupun ekonomis.

c. Pengertian Mental

Menurut *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, mental adalah hal yang menyangkut batin dan watak manusia yang bukan bersifat badan atau tenaga.³⁴ Menurut *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, mental berarti hal yang berkenaan dengan batin.³⁵ Dalam *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, kata mental memiliki persamaan kata/sinonim dengan kata “jiwa” yang berarti roh manusia (roh yang ada dalam tubuh manusia), seluruh kehidupan batin manusia (keseluruhan yang terjadi dari perasaan batin, pikiran, angan-angan dan sebagainya).³⁶ Menurut *Kamus Bahasa Indonesia Kontemporer*, jiwa berarti roh, badan halus yang bakal menghadap Tuhan.³⁷

Gibb dan Kramers dalam *Shorter Encyclopaedia of Islam*, berpendapat *nafs/mental* ialah “*soul in the early Arabic Poetry, is used reflexively to refer to the self or person, while “ruh” meant breath and wind. Beginning with the Quran nafs also means soul, and ruh means a special angel messenger and a special divine gift*”.³⁸ Artinya “jiwa dalam dunia pujangga Arab digunakan secara langsung untuk mengungkapkan tentang diri sendiri atau seseorang, di mana

³⁴Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, *op. cit.*, h. 574-575

³⁵W. J. S. Purwadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, *op. cit.*, h.762

³⁶*Ibid*, h. 492

³⁷YS. Marjo, *Kamus Bahasa Indonesia Kontemporer*, *op. cit.*, h. 102

³⁸Gibb and kramers, *shorter Encyclopaedia of Islam*, (Leiden: Tutasub Aegidepallas, 1961), h. 433

“ruh” terdiri dari nafas dan angin. Dimulai dengan Alquran *nafs* juga berarti jiwa, dan “ruh” berarti sebuah wahyu khusus dan sebuah mukzizat”.

Berdasarkan beberapa pengertian di atas maka dapat disimpulkan bahwa mental/jiwa merupakan perasaan batin manusia yang memiliki kecenderungan terhadap kebaikan dan keburukan.

d. Pengertian Kesehatan Mental

Menurut Prof. Dr. Musthafa Fahmi kesehatan mental/jiwa adalah kemampuan orang untuk menyesuaikan diri dengan dirinya sendiri dan dengan masyarakat lingkungannya, hal itu membawanya kepada kehidupan yang sunyi dari goncangan.³⁹

Menurut Caplan dalam *Encyclopedia of Social Work* mengungkapkan bahwa: “*mental health is the potential of a person to solve his problems in a reality-based way within the framework of his traditions and cultures*”.⁴⁰ Artinya “kesehatan mental adalah kemampuan seseorang untuk menyelesaikan masalah-masalah dikehidupannya dalam rangka mengembangkan tradisi dan kebudayaannya”.

Menurut Hanna Jumhana Bastaman, kesehatan mental ialah kemampuan individu untuk menyesuaikan diri secara aktif terhadap lingkungan sosialnya, mampu untuk memfungsikan potensi-potensi manusiawinya secara maksimal sehingga ia memperoleh manfaat bagi dirinya sendiri maupun bagi orang lain dan individu mampu melaksanakan ajaran agama secara benar dan baik dengan landasan keimanan dan ketakwaan.⁴¹

³⁹Musthafa Fahmi, *Kesehatan Jiwa dalam Keluarga, Sekolah dan Masyarakat*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1977), h. 21

⁴⁰Robert Morris, et.al, *Encyclopedia of Social Work*, (Washington DC: National Association of Social Workers, 1974), v.1, h. 779

⁴¹Ridjaluddin FN, “*Kesehatan Mental dalam Psikologi Islam*”,*loc. cit*

Menurut Dr. Moh. Sholeh dan Imam Musbikin, kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari gejala-gejala gangguan dan penyakit jiwa, dapat menyesuaikan diri, dapat memanfaatkan segala potensi dan bakat semaksimal mungkin dan membawa kepada kebahagiaan bersama serta tercapainya keharmonisan jiwa dalam hidup.⁴²

Berdasarkan beberapa pengertian tersebut dapat diketahui bahwa kesehatan mental ialah terhindarnya seseorang dari gejala-gejala gangguan/penyakit jiwa sehingga ia mampu menyesuaikan diri dengan dirinya sendiri, sesama manusia dan lingkungannya berlandaskan keimanan dan ketakwaan.

e. Pengertian Pemikiran

Menurut W.J.S Poerwadarminta, dalam *Kamus Bahasa Indonesia*, “*Pemikiran*” dapat diartikan sebagai berikut: pemikiran berasal dari kata fikir/pikir, berarti kata dalam hati; pendapat; pertimbangan; kira; sangka; kemudian berpikir adalah menggunakan akal budi (untuk mempertimbangkan memutuskan sesuatu dan sebagainya); menimbang-nimbang dalam ingatan. Jadi pemikiran adalah cara atau hasil berpikir.⁴³

Kata pemikiran dalam bahasa Inggris bersamaan kata dari *thinking* yang asal katanya *thought* berarti fikir.⁴⁴ Selanjutnya dalam Bahasa Arab disebutkan

⁴²Moh. Sholeh dan Imam Musbikin, *Agama Sebagai Terapi; Telaah Menuju Ilmu Kedokteran Holistik*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005), h.23

⁴³W. J. S. Purwadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, *op. cit.*, h.752

⁴⁴Jhon M. Echols dan Hasan Shadily, *Kamus Indonesia – Inggris*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1992), h. 587

فكري – فكرة – فكر yang bermakna pergerakan pikiran dalam otak.⁴⁵ Steingass dalam *Arabic English Dictionary* berpendapat فكر is “think, ponder over”.⁴⁶ Artinya kata pikir berarti “berpikir, mempertimbangkan dengan hati-hati”. Menurut *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, pemikiran berasal dari kata pikir yang berarti akal budi, ingatan dan angan-angan. Kemudian dibubuhi dengan imbuhan pe-an, maka menjadi pemikiran, yang mempunyai makna proses/perbuatan berpikir (cara berpikir).⁴⁷

Menurut Cik Hasan Bisri, dalam bukunya *Penuntun Penyusunan Skripsi*, mengatakan sebagai berikut:

“pemikiran merupakan suatu pergulatan kreatif dikalangan manusia dalam hal ini pemikiran. Hal itu dilakukan sebagai refleksi keprihatinan (*concern*) terhadap suatu yang dianggap penting dalam dan bagi kehidupan manusia, corak pemikiran mencerminkan produk “zamannya” yang terikat oleh dimensi ruang dan waktu tersebut. Ia merupakan suatu sistem dari tuntunan perubahan”.⁴⁸

Berdasarkan beberapa pengertian tersebut maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pemikiran adalah suatu pendapat yang kreatif dan konstruktif dari individu atau sekelompok orang untuk mengatasi/memperbaiki permasalahan yang timbul sebagai refleksi rasa keprihatinannya.

⁴⁵Mahmud Yunus, *Kamus Bahasa Arab-Indonesia*, (Jakarta: Hidakarya Agung, 1990), h. 322

⁴⁶Steingass, *Arabic English Dictionary*, (India: Cosmo Publications, 1978), h. 801

⁴⁷Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *op. cit.*, h. 767-768

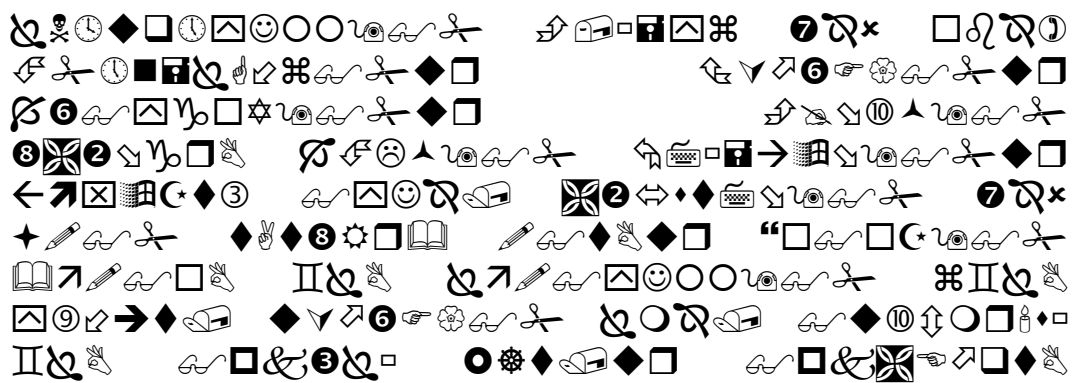
⁴⁸Cik Hasan Bisri, *Penuntun Penyusunan Skripsi (Bidang Ilmu Agama Islam)*, (Jakarta: Logos, 1998), h. 48

2. Aspek-Aspek Kesehatan Mental

Afand berpendapat bahwa kesehatan mental mencakup 3 aspek, yakni pikiran, emosional, dan spiritual.⁴⁹ Aspek-aspek kesehatan mental tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut:

a. Pikiran

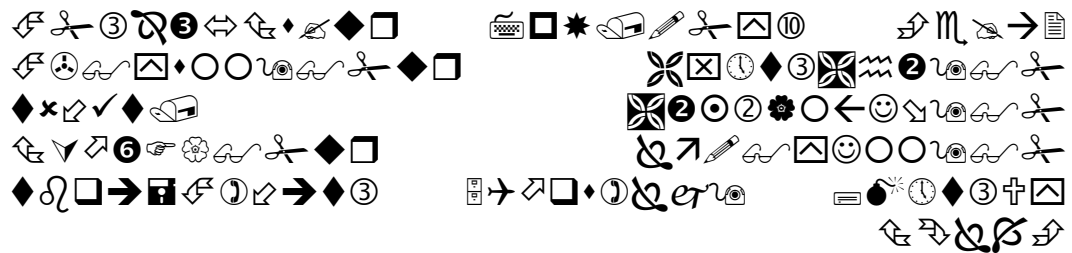
Pikiran yang sehat dapat tercermin dari cara seseorang dalam berpikir atau jalan pikiran seseorang yang positif. Jauh dari pikiran-pikiran negatif yang dapat merugikan individu tersebut.⁵⁰ Berpikir adalah tingkah laku yang menggunakan ide, yaitu suatu proses simbolis.⁵¹ Apabila individu makan, maka individu tersebut bukan berpikir. Akan tetapi apabila individu membayangkan suatu makanan yang tidak ada, maka individu tersebut telah menggunakan ide atau simbol-simbol tertentu dan tingkah laku tersebut dinamakan berpikir. Setiap manusia memiliki potensi akal yaitu kemampuan berpikir rasional untuk kehidupan manusia di dunia. Allah SWT berfirman dalam Alquran surah Al-Baqarah ayat 164 sebagai berikut:



⁴⁹Afand, *loc. cit.*

⁵⁰*Ibid*

⁵¹Ahmad Fauzi, *Psikologi Umum*, (Bandung: Pustaka Setia, 1997), h. 47



Artinya: “Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi, silih bergantinya malam dan siang, bahtera yang berlayar di laut membawa apa yang berguna bagi manusia, dan apa yang Allah turunkan dari langit berupa air, lalu dengan air itu Dia hidupkan bumi sesudah mati (kering)-nya dan Dia sebarkan di bumi itu segala jenis hewan, dan pengisaran angin dan awan yang dikendalikan antara langit dan bumi; sungguh (terdapat) tanda-tanda (keesaan dan kebesaran Allah) bagi kaum yang memikirkan”.⁵²

Berdasarkan ayat tersebut Allah menggambarkan bahwa dengan kemampuan berpikir ini manusia mampu mempelajari berbagai gejala alam yang terjadi sehingga menghasilkan berbagai teori dan ilmu pengetahuan untuk kepentingan kehidupan manusia. Dengan demikian orang yang dapat menggunakan akalunya untuk berpikir secara positif dan benar maka orang tersebut telah mencapai kesehatan mental dalam hidupnya.

b. Emosional

Secara umum perbuatan manusia sehari-hari selalu disertai oleh perasaan-perasaan tertentu yaitu perasaan senang atau tidak senang. Perasaan senang atau tidak senang yang selalu menyertai perbuatan manusia sehari-hari disebut warna efektif.⁵³ Warna efektif ini kadang-kadang kuat, kadang-kadang lemah atau samar-samar saja. Dalam hal warna efektif yang kuat, maka perasaan-perasaan menjadi lebih mendalam, lebih luas dan lebih terarah. Perasaan-perasaan seperti inilah yang disebut emosi.

⁵²Departemen Agama RI, *Alquran dan Terjemahnya*, *op. cit.*, h. 19

⁵³Ahmad Fauzi, *Psikologi Umum*, *op. cit.*, h. 54

Emosional yang sehat tercermin dari kemampuan seseorang untuk mengekspresikan emosinya, misalnya takut, gembira, khawatir, sedih dan sebagainya.⁵⁴ Takut adalah perasaan yang sangat mendorong individu untuk menjauhi sesuatu dan sedapat mungkin menghindari kontak dengan hal tersebut.⁵⁵ Oleh karena itu orang yang bermental sehat akan mengekspresikan perasaan takutnya dengan cara yang wajar dan tidak berlebihan.

Bentuk ekspresi emosi yang selanjutnya adalah gembira. Gembira adalah ekspresi dari kelegaan.⁵⁶ Biasanya kegembiraan itu berasal dari hal-hal yang bersifat tiba-tiba (*surprise*) dan kegembiraan biasanya bersifat sosial, yaitu melibatkan orang-orang lain di sekitar orang yang sedang gembira tersebut.

Selanjutnya emosi dalam bentuk khawatir, yaitu rasa takut yang tidak mempunyai objek yang jelas atau tidak ada objeknya sama sekali.⁵⁷ Khawatir menyebabkan rasa tidak senang, gelisah, tegang, tidak tenang, tidak aman dan sebagainya. Kekhawatiran seseorang untuk melanggar norma masyarakat adalah suatu bentuk kekhawatiran yang umum pada tiap-tiap orang. Kekhawatiran ini justru positif, karena seseorang selalu bersikap hati-hati dan berusaha menyesuaikan diri dengan norma masyarakat.

c. Spiritual

⁵⁴Afand, *loc. cit.*

⁵⁵Ahmad Fauzi, *Psikologi Umum, op.cit.*, h. 58

⁵⁶*Ibid*, h. 59

⁵⁷*Ibid*

Spiritual yang sehat tercermin dari cara seseorang dalam mengekspresikan rasa syukur, pujian, kepercayaan dan sebagainya terhadap sesuatu di luar alam fana ini, yakni Tuhan Yang Maha Kuasa. Misalnya sehat spiritual dapat dilihat dari praktik keagamaan seseorang. Dengan perkataan lain, sehat spiritual adalah keadaan di mana seseorang menjalankan ibadah dan semua aturan-aturan agama yang dianutnya.

1. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kesehatan Mental

Abdul Rasyid berpendapat bahwa ada empat faktor yang memengaruhi kesehatan mental seseorang. Faktor-faktor tersebut antara lain sebagai berikut:

a. Faktor Biologis

Manusia sebagai makhluk biologis memiliki potensi dasar yang menentukan kepribadian manusia yaitu insting.⁵⁸ Pada dasarnya manusia itu hidup dalam rangka memenuhi tuntutan dan kebutuhan insting. Dorongan insting ini akan mengarah kepada pembentukan kepribadian guna memenuhi kebutuhan insting itu sendiri.

Insting juga disebut dengan nafsu. Nafsu berarti jiwa yang telah Allah berikan kepadanya berbagai rupa kekuatan dan berbagai rupa insting yang dengan kekuatan-kekuatan dan insting itulah jiwa memperoleh kesempurnaan hidup.⁵⁹ Nafsu merupakan rahmat dan nikmat Allah yang sangat besar bagi manusia, sebab dengan nafsu manusia dapat membina keluarga dan berketurunan, dengan nafsu pula manusia dapat hidup dan berkembang maju sebab ia merupakan kekuatan

⁵⁸Abdul Hayat, *Konsep-Konsep Konseling Berdasarkan Ayat-Ayat Alquran*, (Bamjarmasin: Antasari Press, 2007), h. 48

⁵⁹*Ibid*

pendorong bagi kesempurnaan hidup manusia.⁶⁰ Oleh karena itu, faktor biologis sangat memengaruhi kesehatan mental manusia. Hal ini dapat dilihat apabila manusia mampu mengendalikan potensi biologisnya yang berupa nafsu, maka manusia tersebut telah mencapai kesehatan mental dalam hidupnya.

b. Faktor Psikologis

Notosoedirjo dan latipun (2005), mengatakan bahwa: “aspek psikologis manusia merupakan satu kesatuan dengan aspek biologis. Sebagai subsistem dari eksistensi manusia, maka aspek psikologis selalu berinteraksi dengan keseluruhan aspek kemanusiaan. Karena itulah aspek psikologis tidak dapat dipisahkan dari aspek yang lain dalam kehidupan manusia, di antaranya: pengalaman awal, proses pembelajaran, kebutuhan”.⁶¹

Pengalaman awal merupakan segenap pengalaman-pengalaman yang terjadi pada individu terutama yang terjadi di masa lalunya. Pengalaman awal ini adalah merupakan bagian penting dan bahkan sangat menentukan bagi kondisi mental individu di kemudian hari.⁶² Pengalaman awal ini harus ditunjang dengan proses pembelajaran.

Proses pembelajaran merupakan suatu proses di mana suatu tingkah laku ditimbulkan atau diperbaiki melalui serentetan reaksi atau situasi (rangsang) yang terjadi.⁶³ Pada manusia proses belajar tidak hanya menyangkut aktivitas fisik saja, tetapi terutama sekali menyangkut kegiatan otak yaitu berpikir. Proses pembelajaran tersebut harus disertai dengan pemenuhan kebutuhan individu.

⁶⁰*Ibid*, h. 51

⁶¹Harun Al-Rasyid, “Kesehatan Mental”, <http://harun37.wordpress.com/2012/03/14/html>, diakses pada 04-07-2012

⁶²Viyla, “Psikologi Kesehatan Mental”, <http://Viyla.blogspot.com/2012/03/tentang-Psikologi-Kesehatan-Mental.html>, diakses pada 06-09-2012

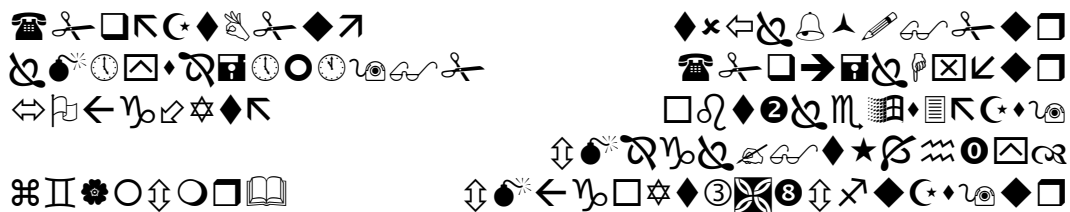
⁶³Ahmad Fauzi, *Psikologi Umum*, *op. cit*, h. 44

Setiap individu memiliki dorongan untuk memenuhi kebutuhannya. Salah satu kebutuhan psikis manusia yaitu aktualisasi diri. Orang yang telah mencapai kebutuhan aktualisasi diri yaitu orang yang merealisasikan segenap kemampuan bakat dan keterampilan yang dimiliki dengan sebaik-baiknya.

Menurut Viyla orang-orang yang mengalami gangguan jiwa disebabkan oleh ketidakmampuan individu memenuhi kebutuhan-kebutuhannya, terutama kebutuhan psikis, seperti kebutuhan aktualisasi diri.⁶⁴ Dengan demikian, aspek pengalaman awal, proses pembelajaran dan kebutuhan dalam faktor psikologis tersebut sangat memengaruhi kesehatan mental dalam kehidupan setiap individu.

c. Faktor Sosial Budaya

Manusia sebagai makhluk sosial budaya merupakan agen positif yang tergantung pada pengaruh lingkungan sosial budaya, tetapi juga sebagai produser terhadap lingkungan sosial budayanya. Sebab manusia di samping mempunyai potensi-potensi yang positif juga mempunyai potensi-potensi negatif. Dengan potensi-potensi positif dan negatif tersebut maka manusia melalui interaksi dengan lingkungan sosial budayanya akan dapat menjadi manusia yang baik, bernilai dan menduduki derajat yang tinggi serta memberikan manfaat dan kebajikan bagi orang lain dan lingkungan sosial budayanya. Hal ini sesuai dengan firman Allah dalam surah Al-Ankabut ayat 7 sebagai berikut:



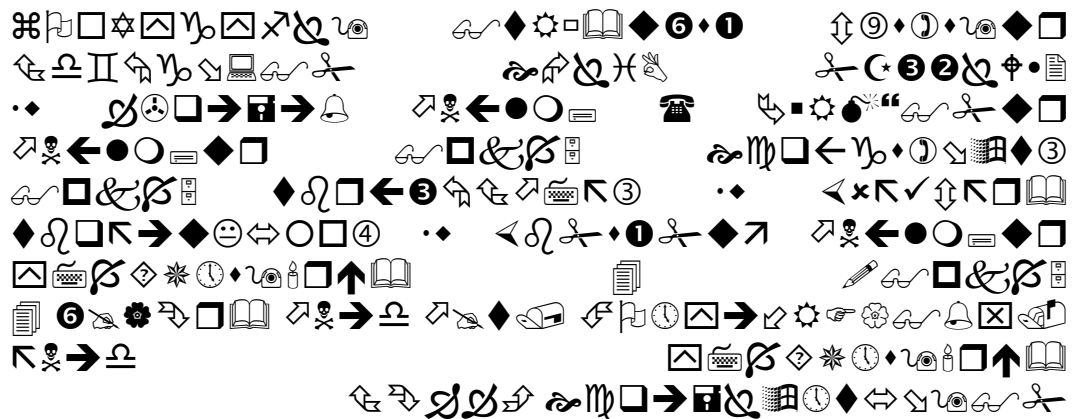
⁶⁴Viyla, *loc. cit.*



Artinya: “Dan orang-orang yang beriman dan beramal saleh, benar-benar akan Kami hapuskan dari mereka dosa-dosa mereka dan benar-benar akan Kami beri mereka balasan yang lebih baik dari apa yang mereka kerjakan”.⁶⁵

Sebaliknya manusia juga dapat menduduki keburukan moral, sikap dan perilaku yang sangat rendah dan menjadi orang yang merugi serta menyebabkan kerusakan dan kesusahan bagi orang lain maupun lingkungan sosial budayanya.

Sebagaimana firman Allah dalam surah Al-A’raf ayat 179:



Artinya: “Dan Sesungguhnya Kami jadikan untuk (isi neraka Jahannam) kebanyakan dari jin dan manusia, mereka mempunyai hati, tetapi tidak dipergunakannya untuk memahami (ayat-ayat Allah) dan mereka mempunyai mata (tetapi) tidak dipergunakannya untuk melihat (tanda-tanda kekuasaan Allah), dan mereka mempunyai telinga (tetapi) tidak dipergunakannya untuk mendengar (ayat-ayat Allah). Mereka itu sebagai binatang ternak, bahkan mereka lebih sesat lagi. Mereka itulah orang-orang yang lalai”.⁶⁶

⁶⁵Departemen Agama RI, *Alquran dan Terjemahnya*, op. cit., h. 317

⁶⁶*Ibid*, h. 138

Berdasarkan kedua ayat Alquran di atas diketahui bahwa manusia memiliki kecenderungan untuk berbuat kebaikan dan kejahatan. Manusia akan mendapatkan balasan dari Allah SWT sesuai dengan perbuatannya. Apabila ia berbuat baik niscaya kebaikan pula yang akan ia dapatkan, namun apabila ia berbuat kejahatan niscaya Allah akan memberikan balasan yang sesuai yaitu siksa neraka.

Lingkungan sosial budaya sangat besar pengaruhnya terhadap kesehatan mental manusia. Lingkungan sosial budaya tertentu dapat menopang bagi kuatnya kesehatan mental sehingga membentuk kesehatan mental yang positif, tetapi pada aspek lain kehidupan sosial budaya itu dapat pula menjadi *stressor* (penyebab terjadinya stress) yang dapat mengganggu kesehatan mental.⁶⁷

d. Faktor Lingkungan

Lingkungan adalah keluarga yang mengasuh dan membesarkan individu, sekolah tempat mendidik, masyarakat tempat individu bergaul juga bermain sehari-hari dan keadaan alam sekitar dengan iklimnya, flora dan faunanya.⁶⁸ Lingkungan sangat berperan dalam perkembangan individu. Bahkan sebagian besar hidup individu dipengaruhi oleh lingkungan di mana individu tersebut berada. Karena pada saat berinteraksi dengan lingkungannya tersebutlah kepribadian individu mulai terbentuk.

Interaksi manusia dengan lingkungannya berhubungan dengan kesehatannya. Kondisi lingkungan yang sehat akan mendukung kesehatan

⁶⁷Harun Al-Rasyid, *loc. cit.*

⁶⁸Ahmad Fauzi, *op. cit.*, h. 105

manusia itu sendiri, dan sebaliknya kondisi lingkungan yang tidak sehat dapat mengganggu kesehatannya termasuk dalam konteks kesehatan mentalnya.

2. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Pemikiran Manusia

a. Informasi

Informasi sangat berpengaruh terhadap pola pikir manusia. Perkembangan informasi semakin pesat seiring dengan perkembangan zaman. Kemajuan informasi ini didukung oleh perkembangan teknologi yang semakin pesat, seperti televisi, majalah, koran, internet dan sebagainya. Namun perkembangan informasi dan teknologi yang pesat itu selain memiliki dampak positif juga memiliki dampak negatif jika disalahgunakan dalam penggunaannya.

Seseorang yang menerima informasi positif akan sangat jauh berbeda dengan mereka yang senantiasa dihujani oleh info-info negatif dan orang yang sukses memiliki kebiasaan untuk menyaring informasi yang masuk kedalam pikirannya. Jika seseorang sering menerima informasi-informasi negatif maka terbentuklah dalam pikirannya hal-hal yang negatif dan senantiasa berprasangka buruk terhadap orang lain. Begitu juga sebaliknya ketika seseorang selalu memasukkan informasi-informasi positif dalam pikirannya maka otaknya akan bekerja secara maksimal sehingga senantiasa berpikir positif dan memicu kreatifitas yang positif.

b. Lingkungan Sekitar

Lingkungan sekitar tempat tinggal seseorang memiliki pengaruh yang besar terhadap pemikirannya. Seseorang yang tinggal dalam lingkungan baik maka ia cenderung memiliki pola pikir yang positif, dengan begitu tindakannya pun selalu mengarah kepada hal-hal positif. Sebaliknya orang yang tinggal di lingkungan yang buruk maka secara tidak langsung ia telah membentuk pemikirannya kepada hal-hal yang buruk juga. Karena pemikiran manusia itu dibentuk oleh lingkungan yang membesarkannya.

c. Pengalaman Masa lalu

Masa lalu yang dialami oleh seseorang berbeda-beda, ada orang memiliki masa lalu yang membahagiakan ada juga orang yang memiliki masa lalu kelam dalam hidupnya. Biasanya masa lalu yang kelam itu sangat sulit untuk dilupakan, apalagi jika hal itu terus dipikirkan maka akan membentuk pola pikir seseorang menjadi trauma dalam menghadapi kehidupan ini, sehingga dapat menghambat laju pertumbuhan manusia dalam rangka mencapai masa depan yang penuh dengan kesuksesan.

3. Relevansi antara Kesehatan Mental dan Dakwah

Horace B. English bersama beberapa ahli lainnya berpendapat bahwa orang yang sehat mentalnya ialah pribadi yang dapat menyesuaikan diri, dapat menikmati hidup dan dapat merealisasikan diri. Orang yang bermental sehat akan selalu berpikiran positif dan bukan sekedar tiadanya gangguan mental.⁶⁹Sri Rahayu Partosuwido memberikan tekanan terhadap apa yang dinamakan mental

⁶⁹Tohari Musnamar, et al, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami*, (Yogyakarta: UII Press, 1992), h. Xiii

sehat, yaitu adanya keseimbangan mental yang harmonis sehingga dapat memecahkan problema-problema hidupnya secara sehat.⁷⁰

Kesehatan mental senantiasa berhubungan dengan akidah/keimanan, ibadah, akhlak dan kehidupan akhirat. Empat hal tersebut merupakan dasar dari kesehatan mental dalam Islam. Tujuan akhir dari kesehatan mental ialah untuk mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat. Agar seseorang itu dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat, maka ia harus menjalankan kehidupannya sesuai dengan ajaran Islam. Di samping itu untuk mengamalkan ajaran Islam secara mantap perlu mengikuti aktivitas-aktivitas keagamaan, salah satunya dalam bentuk dakwah.

Dakwah ialah mengubah umat dari satu situasi kepada situasi yang lebih baik (Drs. Abdul Kadir Munsyi).⁷¹ Thomas Patrick Hughes dalam *Dictionary of Islam* berpendapat *Dakwah is a call, in vocation of God's help*". *A term used to express a system of incantation which is hold to be lawful by orthodox Muhammadans.*⁷² Artinya dakwah adalah sebuah panggilan, pekerjaan yang memerlukan hidayah/pertolongan dari Allah. Dakwah juga sebuah istilah yang digunakan untuk mengungkapkan sebuah sistem yang telah menjadi suatu kewajiban bagi umat Nabi Muhammad. Sedangkan menurut Asmuni Syukir dakwah adalah usaha untuk mengajak manusia untuk menjalankan perintah Allah

⁷⁰*Ibid*

⁷¹Abdul Kadir Munsyi, *Metode Diskusi dalam Dakwah*, (Surabaya: Al-Ikhlâs, 1981), h. 19

⁷²Thomas Patrick Hughes, *Dictionary os Islam*, (New Delhi: Oriental Books Reprint Corporation, 1976), h. 72

yang dilakukan dengan sadar untuk meraih kebahagiaan yang diridhai Allah.⁷³ Dengan demikian, dakwah ialah usaha mengajak manusia agar mau mengamalkan ajaran Islam yang dilakukan dengan penuh kesadaran untuk mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.

Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental memiliki hubungan yang sangat erat dengan dakwah karena kesehatan mental merupakan aspek penting dalam kegiatan dakwah, dan tujuan akhir dari kesehatan mental juga selaras dengan tujuan akhir dari dakwah yaitu mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat. Orang yang melaksanakan dakwah tentu harus memiliki kesehatan mental yang baik. Sebaliknya orang yang mentalnya terganggu tidak akan mampu untuk melaksanakan dakwah secara maksimal.

H. Metode Penelitian

Menurut Mordalis dalam bukunya *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal* yang diterbitkan PT Bumi Aksara, metode penelitian ialah cara yang dilakukan dalam proses penelitian untuk memperoleh data deskriptif, fakta-fakta dan prinsip-prinsip dengan sabar, hati-hati dan sistematis untuk mewujudkan kebenaran.⁷⁴

Menurut Basrowi dengan mengutip pernyataan Bogdan dan Taylor mengemukakan bahwasanya yang dimaksud dengan metode penelitian adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa ucapan atau tulisan

⁷³Asmuni Syukir, *Dasar-Dasar Strategi Dakwah Islam*, (Surabaya: Al-Ikhlash, 1982), h. 21

⁷⁴Mordalis, *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*, (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 1995), h. 24

dan perilaku orang-orang yang dapat diamati.⁷⁵ Jadi, yang dimaksud dengan metode penelitian adalah cara yang dilakukan peneliti dalam proses penelitian untuk mencari jawaban/kebenaran dari permasalahan penelitian.

Metode penelitian ini terdiri atas:

1. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini tergolong *library research (kepuustakaan)*, yaitu penelitian yang dilakukan dengan menggunakan bahan bacaan sebagai sumbernya atau disebut juga penelitian pustaka.⁷⁶ Penelitian pustaka merupakan serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat serta mengolah bahan penelitian.⁷⁷

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif berupa uraian-uraian kata-kata yang bersifat deskriptif. Penelitian kualitatif merupakan jenis penelitian yang temuan-temuannya tidak diperoleh melalui prosedur statistik atau bentuk hitungan lainnya. Contohnya dapat berupa penelitian tentang kehidupan, riwayat, perilaku seseorang, pemikiran seseorang, peranan organisasi, hubungan timbal balik dan sebagainya.⁷⁸

⁷⁵Basrowi dan Suwandi, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Jakarta:PT. Rineka Cipta, 2008), h.1

⁷⁶Hermawan Wasito, et al, *Pengantar Metodologi Penelitian*, (Jakarta:Gramedia Pustaka Utama, 1992), h.10

⁷⁷Mestika Zed, *Metode Penelitian Kepustakaan*, Edisi Kedua, (Jakarta: Yayasan Obor Indonesia, 2008), h. 3

⁷⁸Anselm Strauss & Juliet Corbin, *Dasar-Dasar Penelitian Kualitatif; Tata Langkah dan Teknik-Teknik Teoritisasi Data*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2007), h. 4

Pendekatan kualitatif diharapkan mampu menghasilkan suatu uraian mendalam tentang ucapan, tulisan dan atau perilaku yang dapat diamati dari suatu individu, kelompok, masyarakat dan atau suatu organisasi tertentu dalam suatu konteks tertentu yang dikaji dari sudut pandang yang utuh.

2. Subjek dan Objek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah pemikiran Zakiah Daradjat dan Kartini Kartono yang tertuang dalam buku-buku mereka berdua. Sedangkan yang menjadi objek dalam penelitian ini yaitu mengenai konsep kesehatan mental menurut kedua pakar kesehatan mental yang menjadi subjek penelitian.

3. Data dan Sumber Data

a. Data

Data yang diteliti dalam penelitian ini dapat dibagi menjadi dua golongan yaitu data pokok (primer) dan data pelengkap (sekunder). Data pokok (primer) adalah data yang berkaitan dengan permasalahan yang mau dicari dalam penelitian ini yakni menyangkut:

- 1) Data tentang kesehatan mental menurut pemikiran Zakiah Daradjat beserta faktor yang memengaruhi pemikiran tersebut.
- 2) Data tentang kesehatan mental menurut pemikiran Kartini Kartono beserta faktor yang memengaruhi pemikiran tersebut.
- 3) Persamaan dan perbedaan konsep kesehatan mental dari pemikiran Zakiah Daradjat dan Kartini Kartono.

Data pelengkap (sekunder) adalah data yang menunjang terhadap data pokok penelitian dalam bentuk tulisan lain selain buku yang menjadi kajian pokok bahan penelitian. Seperti skripsi, tesis, disertasi, dokumentasi, jurnal dan sebagainya yang berkaitan dengan penelitian ini.

b. Sumber Data

Sumber data penelitian ini meliputi sumber data pokok (primer) dan data pelengkap (sekunder). Sumber data pokok (primer) dalam penelitian ini adalah buku:

- 1) *Kesehatan Mental*, oleh Prof. Dr. Zakiah Daradjat, Jakarta: Gunung Agung, 1983.
- 2) *Islam dan Kesehatan Mental* oleh Prof. Dr. Zakiah Daradjat, Jakarta: Gunung Agung, 1971.
- 3) *Hygiene Mental* oleh Dr. Kartini Kartono, Bandung: CV. Mandar Maju, 2000.
- 4) *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam* oleh Dr. Kartini Kartono dan dr. Jenny Andari, Bandung: CV. Mandar Maju, 1989. Cet. ke-6.

Penulis hanya mengambil 4 buah buku tersebut sebagai sumber data pokok (primer) karena dalam keempat buku tersebutlah Zakiah Daradjat dan Kartini Kartono lebih banyak membahas tentang kesehatan mental dibandingkan dengan buku-buku mereka yang lainnya.

Data pelengkap (sekunder) digali dari berbagai buku yang ada kaitannya dengan masalah yang dibahas, antara lain:

- 1) *Kesehatan Mental* oleh Drs. Yusak Burhanuddin, Bandung: CV. Pustaka Setia, 1999.
- 2) *Kesehatan Mental dalam Kehidupan*, oleh Dra. Siti Sundari HS, M.Pd, Jakarta:PT Rineka Cipta, 2005.
- 3) *Penyesuaian Diri Pengertian dan Peranannya dalam Kesehatan Mental*, oleh Prof. Dr. Musthafa Fahmi, Jakarta:PT Bulan Bintang, 1982.
- 4) *Membina Nilai-Nilai Moral di Indonesia*, oleh Prof. Dr. Zakiah Daradjat, Jakarta:Bulan Bintang, 1976.
- 5) *Patologi Sosial 3 Gangguan-Gangguan Kejiwaan*, oleh Dr. Kartini Kartono, Jakarta:PT Raja Grafindo Persada, Cet. ke-6, 2011.
- 6) *Penyucian Jiwa Metode Tabi'in*, oleh Abdul Hamid Al-Bilali, Jakarta:Pustaka Al-Kautsar, 2000.

4. Metode dan Teknik Pengumpulan Data

a. Metode

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif yaitu metode dalam meneliti suatu objek, suatu kondisi, suatu sistem pemikiran ataupun suatu kelas peristiwa pada masa sekarang untuk membuat deskripsi, gambaran atau lukisan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta, sifat-sifat serta hubungan antar fenomena yang diteliti. Metode deskriptif merupakan pencarian fakta dengan interpretasi yang tepat.

b. Teknik Pengumpulan Data

Teknik mengumpulkan data dalam penelitian ini penulis lakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- 1) Observasi ke perpustakaan, maksudnya penulis mengadakan pengamatan terhadap bahan-bahan yang ada di beberapa perpustakaan dan toko buku, kemudian mencatat dan mengusahakan memperolehnya.
- 2) Dokumentasi dari asal katanya dokumen yang artinya barang-barang tertulis. Dokumentasi ialah proses menyelidiki benda-benda tertulis seperti buku-buku, majalah, dokumen, peraturan-peraturan, notulen rapat, catatan harian dan sebagainya.⁷⁹ Dalam hal ini penulis menggali data melalui dokumen, arsip atau sumber tertulis lainnya yang berkaitan dengan masalah yang diteliti.

5. Pengolahan dan Analisis Data

a. Pengolahan Data

Pengolahan data dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- 1) Koleksi Data, yaitu pengumpulan data yang diperlukan dari berbagai literatur.
- 2) Menyusun Bibliografi Kerja, yaitu menyusun catatan mengenai bahan sumber utama yang akan dipergunakan untuk kepentingan penelitian.

⁷⁹Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), h. 135

- 3) Membaca dan Membuat Catatan Penelitian, yaitu membaca literatur penelitian dengan ingatan visual dan disertai dengan pengetahuan umum kemudian dibuat catatan penelitiannya sesuai dengan kerangka penelitian yang telah dibangun sebelumnya.
- 4) Membuat Klasifikasi dan Interpretasi Data, yaitu memberikan sedikit penjelasan sesuai dengan pemahaman penulis terhadap data yang melewati proses editing agar maksud sebenarnya dari data yang telah disajikan secara sistematis dapat dipahami dengan baik.

b. Analisis Data

Setelah semua data yang terkumpul diolah hingga pada tahap interpretasi data, maka langkah selanjutnya adalah melakukan analisis data dengan teknik *content analysis* (analisis isi). *Content analysis* (analisis isi) yaitu teknik yang digunakan untuk menarik kesimpulan melalui usaha menemukan karakteristik pesan yang penggarapannya secara objektif dan sistematis.⁸⁰ Artinya melakukan analisis terhadap konsep kesehatan mental menurut pemikiran Zakiah Daradjat dan Kartini Kartono.

6. Tahapan Penelitian

Penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahapan dan waktu sebagai berikut:

- a. Penajajakan awal : 2 minggu

⁸⁰Lexy J Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1991), h. 163

b. Penyusunan desain operasional	: 2 minggu
c. Pengumpulan data	: 4 minggu
d. Pengolahan data	: 4 minggu
e. Koreksi akhir dan penggandaan	: 2 minggu
f. Revisi dan penjilidan	: 2 minggu
Jumlah	: 16 minggu

I. Sistematika Penulisan

Penyusunan skripsi ini terdiri dari empat bab, dengan sistematika penulisan sebagai berikut:

BAB I pendahuluan, yang terdiri dari latar belakang masalah, pembatasan masalah, rumusan masalah, definisi operasional, tujuan penelitian, signifikansi penelitian, landasan teoritis, metode penelitian, sistematika penulisan.

BAB II yang terdiri dari gambaran tentang biografi Prof. Dr. Zakiah Daradjat dan Dr. Kartini Kartono.

BAB III hasil penelitian, yang terdiri dari deskripsi data dan analisis data.

BAB IV penutup, yang terdiri dari simpulan dan saran-saran.