

**BAB IV**  
**URGENSI AGAMA TERHADAP PEMBINAAN MENTAL REMAJA**  
**DALAM PERSPEKTIF ISLAM**

**A. Peranan Agama Dalam Pembinaan Mental**

Tuhan tidak hanya mendorong manusia ke arah kemajuan di bidang ilmu pengetahuan yang bersifat materiil saja, tapi juga di bidang mental spiritual. Karena kemajuan materiil kurang sempurna bila tidak disertai dengan kemajuan mental.

Kita semua mengakui bahwa abad di mana kita hidup sekarang adalah abad kemajuan, apa yang dahulu disangka mustahil, sekarang telah menjadi kenyataan, jarak yang dahulu sukar ditempuh, sekarang dalam beberapa jam, bahkan beberapa menit saja dapat dicapai. Dunia telah menjadi kecil, bahkan planet-planet di cakrawala tidak lagi terasa jauh. Tetapi apa yang terjadi, kesenangan dan fasilitas hidup, yang cukup itu, tidak mampu mendatangkan kebahagiaan. Bahkan yang tampak mewarnai zaman modern ini adalah kecemasan, kegelisahan dan kadang kehilangan ketentraman batin, yang menimbulkan bermacam-macam problem dan kontradiksi-kontradiksi. Di antaranya

terjadilah dekadensi moral, kenakalan anak dan remaja, kehilangan semangat kerja, kemunduran kemampuan berfikir dan konsentrasi serta timbulnya berbagai penyakit yang tidak dapat disembuhkan dengan obat-obatan yang terkenal dengan psycho-somatic.

Keadaan-keadaan yang seperti itu telah mendorong para ahli untuk meneliti manusia itu sendiri, mencari sebab-sebab dan faktor-faktor yang menjadi penggerak dari segala sikap, tindakan dan cara berpikirnya. Maka timbullah suatu cabang baru dalam ilmu psikologi, yaitu mental hygiene. Dengan ilmu kesehatan mental ini dapat diadakan diagnose terhadap penyakit atau gangguan-gangguan mental, yang menimbulkan berbagai problem dan kontradiksi-kontradiksi hidup, selanjutnya dapat pula dilakukan perawatan-perawatan atau terapinya bahkan mungkin pula diadakan pencegahan atau preventif terhadap gangguan dan penyakit-penyakit jiwa itu.

Kondisi mental, memang sangat menentukan dalam hidup ini. Karena dengan kondisi mental yang sehat manusia bisa merasa bahagia, berguna, dan sanggup menghadapi kesukaran-kesukaran atau rintangan-rintangan dalam hidup ini. Apabila mental terganggu, akan tampaklah gejalanya dalam segala aspek kehidupan,

misalnya perasaan, pikiran, kelakuan dan kesehatan.

Kesehatan mental itu seyogyanya dibina sejak kecil, supaya pertumbuhan berjalan dengan wajar. Tapi kadang-kadang orang tidak bernasib baik untuk dilahirkan dan dibesarkan oleh orang tua yang mengerti dan lingkungan yang dapat memberi kesempatan untuk bertumbuh ke arah mental yang sehat. Dan inilah yang agak banyak terdapat. Maka usaha pembinaan kembali mental (*recontruction of personality*) perlu diadakan setelah dewasa.

Dalam usaha untuk mengembalikan ketentraman batin juga kebahagiaan kepada setiap orang yang menderita gangguan mental, maka bermacam-macam usaha telah dilakukan di antaranya adalah dengan pembinaan mental, keagamaan, karena sangat eratnya hubungan antara agama dengan ketenangan jiwa dan betapa besarnya sumbangan agama dalam mempercepat proses penyembuhan. Dalam hal ini penulis ingin memberikan sebuah contoh pengalaman. Seorang ahli psikolog yaitu Dr. Zakiah Daradjat dalam menghadapi para penderita gangguan jiwa, contoh pengalaman tersebut dikutip penulis dalam bukunya yang berjudul

Contoh:

Seorang ibu yang cantik, yang berada di ambang pintu usia putus asa atau usia berkurangnya kesuburan, kelihatannya tampak kurang gembira. Keluhannya yang terpokok adalah gelisah dan rasa kesepian. Pada pertemuan pertama ia menceritakan bahwa, ia sukar gembira lagi seperti dulu.

Piano, radio, pick-up, majalah dan TV tidak menarik perhatiannya lagi. Yang sangat menyedihkan ialah perasaan seolah-olah ia hidup sendirian, kesepian ditinggalkan oleh suami dan anak-anaknya yang telah meningkat remaja. Ia tahu bahwa suaminya bekerja keras dan sering pergi dari rumah kadang-kadang sampai malam, adalah untuk kepentingan keluarga, karena anak-anaknya yang telah meningkat besar, mereka telah sibuk dengan temannya masing-masing. Karenanya, ia merasa kesepian dan setiap kali membawa kepada gangguan jiwa.

Bagi wanita, usia seperti di atas adalah usia yang membawa kepada rasa cemas, karena merasa bahwa kecantikannya tidak dapat dipertahankan lagi, yang kadang-kadang menimbulkan rasa iri terhadap gadis-gadis remaja yang manja atau asyik berhias, si Ibu itu mengeluh karena tidak mendapatkan cara mengisi waktu untuk menekan atau menghilangkan kesepian jiwanya itu.

Bahkan kadang-kadang timbul perasaan-perasaan ingin merusak alat-alat dan benda-benda yang dulu di senangnya.

Itulah di antara pembicaraannya yang mengungkapkan betapa gelisahanya ia dalam hidup. Setelah diteliti dan diadakan diskusi selanjutnya, terbukti bahwa dia adalah orang yang tidak pernah mengenal agamanya. Meskipun menurut catatan atau kartu penduduk ia beragama Islam, namun ia tidak tahu apa-apa tentang pengertian agama, dan ajaran-ajaran agama tersebut.

Tidak adanya pengertian tentang agama dan tidak menjalankan sama sekali ajaran agama, menyebabkan orang tidak bisa menolong menentramkan hatinya sendiri. Karena ilmu pengetahuan pada umumnya hanya mengisi pikiran tetapi tidak menolong apa-apa bagi perasaannya. Maka ibu tadi disarankan supaya ia mempelajari agama. Si ibu tersebut menyetujui saran tersebut lalu mendatangkan seorang guru agama, yang menerangkan kepada arti ajaran agama yang dianutnya. Setelah berjalan dua bulan, si ibu tampaknya lebih gembira dan berseri raut mukanya. Pengertian agama telah mulai mengisi jiwanya yang kosong selama ini.

Berdasarkan pengalaman-pengalaman dalam meng-

hadapi para penderita gangguan jiwa tersebut, selain dilakukan dengan teknis ilmiah, perlu mereka didorong untuk berusaha menolong dirinya sendiri, terutama dalam melegakan perasaan hatinya. Dalam hal ini agama mempunyai kekuatan yang besar dalam mempercepat kesembuhan penderita gangguan jiwa tersebut.

Sebagai kesimpulan dapat kita tegaskan bahwa pelaksanaan agama atau penanaman jiwa agama dalam kehidupan sehari-hari dapat membentengi orang dari gangguan jiwa dan dapat pula mengembalikan kesehatan mental bagi orang yang gelisah. Karena kegelisahan-kegelisahan dan kecemasan-kecemasan yang tidak berujung berpangkal itu, umumnya datang dari ketidakpuasan atau kekecewaan-kekecewaan, sedangkan agama dapat menolong orang untuk menerima kekecewaan sementara dengan jalan memohon ridla Allah dan terbayanglah kebahagiaan yang akan dirasakannya di kemudian hari.

Shalat, doa-doa dan permohonan ampun kepada Allah, semuanya merupakan cara-cara pelegaan batin yang akan mengembalikan ketenangan jiwa kepada orang-orang yang melakukannya.

Semakin dekat dengan Tuhan, dan semakin banyak ibadahnya, maka akan semakin tenteramlah jiwanya serta

semakin mampu ia menghadapi kekecewaan dan kesukaran-kesukaran dalam hidup. Dengan demikian pula sebaliknya, semakin jauh orang itu dari agama akan semakin susahlah baginya untuk mencari ketentraman batin.

Untuk membina mental, baik pembinaan yang berjalan teratur sejak kecil, ataupun pembinaan yang dilakukan setelah dewasa agama sangat penting. Seyogyanya agama masuk menjadi unsur-unsur yang menentukan dalam konstruksi pribadi sejak kecil. Akan tetapi, apabila seseorang menjadi dewasa tanpa mengenal agama, maka kegoncangan jiwa seseorang tersebut bukan tidak mungkin mendorong ke arah kelakuan-kelakuan yang tidak baik.

Dalam agama Islam keterpisahan antara ilmu pengetahuan dan masalah agama tidaklah terjadi. Agama dan ilmu pengetahuan adalah dua hal yang berjalan seiring dan tidak terpisahkan. Oleh karena itu bagi seorang muslim untuk membuat pemisahan antara pendekatan psikologi (yang bebas agama) sebagai ilmu pengetahuan dan agama sebagai teknis terapi adalah tidak mungkin.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup>Djamaluddin Ancok Fuat Nashori Suroso, *Psikologi Islam*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 1994, hlm. 97.



Jika ilmu jiwa banyak berbicara tentang perasaan dan ketenteraman jiwa, maka agama memberikan berbagai pedoman juga petunjuk agar ketenteraman jiwa tercapai.

Contoh beberapa ayat al-Qur'an yang berisikan aspek penyembuhan gangguan jiwa di antaranya adalah Surah Yunus ayat 57:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَنِفَاقٌ لِمَا  
فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ . يُونُسُ : ٥٧

Artinya:

"Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhan-Mu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman."<sup>2</sup>

Ayat di atas menunjukkan bahwa agama itu sendiri berisikan aspek terapi bagi gangguan jiwa, karena bagaimanapun penderitaan batin itu akan menyesakkan dada seperti tersirat di dalam surah Yunus ayat 57 tersebut.

Banyak sekali ayat-ayat di dalam al-Qur'an yang isinya sejalan dengan ayat di atas. Misalnya surat al-Isra' ayat 82 Allah berfirman:

---

<sup>2</sup>Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Gema Risalah Press, Bandung, 1993, hlm. 315.



وَنُزِّلَ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَرْيَدُ  
الظَّالِمِينَ الْآخِسَارَ

Artinya:

"Dan Kami turunkan dari al-Qur'an suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan al-Qur'an itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian."<sup>3</sup>

Surat lainnya adalah bagian dari surat Fushilat ayat 44 Allah berfirman:

هُوَ الَّذِي أَنشَأَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ ۚ وَهُوَ الَّذِي أَنشَأَ لَكُمُ الْحَيَاةَ ۚ إِنَّكَ أَنتَ الْغَفُورُ الْكَرِيمُ ۚ

Artinya:

".....Al-Qur'an itu adalah petunjuk dan penawar bagi orang-orang beriman."<sup>4</sup>

Dan juga di dalam al-Qur'an ar-Ra'd ayat 28 dan 29 dijelaskan tentang ketentraman batin dengan mengingat Allah.

Di dalam surat ar-Ra'd ayat 28 dan 29 dijelaskan mengenai ketentraman hati orang-orang yang beriman serta pembalasan bagi mereka.

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ ۚ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

<sup>3</sup> Ibid, hlm. 437.

<sup>4</sup> Ibid, hlm. 778.

Artinya:

"(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteraman dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tentraman." (Q.S. Ar. Ra'd: 28)<sup>5</sup>

Artinya: الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ طُوبَىٰ لَهُمْ وَحَسَنُ مَا أَجْرُهُمْ  
 "Orang-orang yang beriman dan beramal saleh, bagi mereka kebahagiaan dan tempat kembali yang baik." (Q.S. Ar. Ra'd: 29)<sup>6</sup>

Ayat-ayat di atas memberi petunjuk bahwa agama mempunyai sifat terapeutik bagi gangguan kejiwaan. Namun bagaimanakah pelaksanaan dari proses terapeutik tersebut haruslah dilihat dari ajaran-ajaran agama Islam itu sendiri. Di antara pokok-pokok ajaran Islam itu adalah akidah syari'ah dan akhlak.

Dalam tulisan ini penulis akan mengambil sebuah contoh praktek ajaran agama yang membuat orang sembuh dari suatu gangguan jiwa, yaitu shalat.

Ada empat aspek terapeutik yang terdapat dalam shalat di antaranya yaitu aspek olah raga, aspek meditasi, aspek auto-sugesti, dan aspek kebersamaan.<sup>7</sup>

Aspek olah raga. Shalat adalah proses yang

---

<sup>5</sup> *Ibid.*, hlm. 373.

<sup>6</sup> *Ibid.*, hlm. 373.

<sup>7</sup> Djamiluddin Ancok, *Op.cit.*, hlm. 98.

menuntut suatu aktifitas fisik. Kontraksi otot, tekanan dan massage pada bagian otot-otot tertentu dalam pelaksanaan shalat merupakan suatu proses relaksasi. Salah satu teknik yang banyak dipakai dalam proses gangguan jiwa adalah pelatihan relaksasi, bahwa gerakan-gerakan otot-otot pada training relaksasi tersebut dapat mengurangi kecemasan, artinya shalat yang berisi aktifitas yang menghasilkan bio-energi itu mengantarkan si pelaku dalam situasi seimbang (*equilibrium*) antara jiwa dan raga.

Aspek meditasi, shalat adalah proses yang menuntut konsentrasi yang dalam. Setiap muslim dituntut untuk melakukan hal tersebut, yang di dalam bahasa Arab disebut khusuk. Kekhusukan di dalam shalat tersebut adalah proses meditasi.

Kalau dikaitkan dengan shalat yang juga berisikan meditasi, maka shalat pun akan dapat menghilangkan kecemasan. Dalam sejarah perjuangan para sahabat nabi juga dilaporkan kasus yang menunjukkan bahwa shalat tidak hanya dapat menyembuhkan sakit fisik. Cerita Sayidina Ali bin Abi Thalib yang tertusuk anak panah dalam salah satu peperangan, yang panahnya disabut di saat dia sedang melaksanakan shalat. Ali mengatakan bahwa dia merasa sakit di saat

anak panah dicabut. Hasil penemuan ilmiah di bidang ilmu fisiologi yang disebut dengan *gate system theory* dikatakan bahwa rangsangan rasa sakit dapat dihambat datangnya ke otak dengan proses perangsangan lain yang dalam kasus Sayidina Ali adalah kekhusukannya dalam shalat.

Konsentrasi dalam shalat itu akan merangsang sistem syaraf lain yang akan menutup terbawanya rangsangan sakit tersebut ke otak.<sup>8</sup>

Aspek Auto-sugesti. Bacaan dalam melaksanakan shalat adalah ucapan yang dipanjatkan pada Allah.

Di samping berisi pujian pada Allah juga berisikan doa dan permohonan pada Allah agar selamat di dunia dan di akhirat. Di tinjau dari segi hipnosis yang menjadi landasan dari salah satu teknik terapi kejiwaan, pengucapan kata-kata itu berisikan suatu proses auto-sugesti. Mengatakan hal-hal yang baik terhadap diri sendiri adalah mensugesti diri sendiri agar memiliki sifat yang baik tersebut.

Aspek kebersamaan. Dalam mengerjakan shalat sangat disarankan oleh agama untuk melakukan secara berjamaah (bersama orang lain). Pahala shalat

---

<sup>8</sup> *Ibid.*, hlm. 99

berjamaah lebih besar dari shalat sendiri. Ditinjau dari segi psikologi kebersamaan itu sendiri memberikan aspek terapeutik. Akhir-akhir ini berkembang terapi yang disebut terapi kelompok (*group therapy*) yang tujuan utamanya adalah menimbulkan suasana kebersamaan tadi. Beberapa ahli psikologi berpendapat bahwa perasaan "keterasingan" dari orang lain adalah penyebab utamanya terjadi gangguan jiwa. Dengan shalat bersama perasaan terasing dari orang lain itu dapat hilang.

Selain memberikan terapi yang berifat kuratif, agama juga memiliki aspek preventif terhadap gangguan jiwa. Adanya perintah Allah untuk memelihara persaudaraan sesama manusia (*ukhuwah*), saling memenuhi kebutuhan, saling merasakan penderitaan dan kesenangan orang lain akan menjaga kemungkinan terjadinya gangguan jiwa.

Agama berarti kehidupan "dunia dalam" seseorang tentang ketuhanan disertai keimanan dan peribadatan dengan tujuan untuk mencapai kebahagiaan dunia akhirat. Agama memasuki atau mengenai manusia sebagai keseluruhan, sebagai totalitas dengan seutuhnya dan dengan cara yang sedalam-dalamnya. Manusia dengan segala aspek dan fungsi kejiwaan dikenai oleh agama.

Kalau agama-agama dianalisis ke dalam aspek-aspeknya dan dihubungkan dengan kejiwaan manusia, maka akan lebih jelas lagi bahwa agama mengenai manusia sebagai keseluruhan. Kehidupan dunia dalam seseorang tentang ketuhanan tidak dapat dipisahkan dengan keimanan dan peribadatan. Dalam psikoterapi, yang dirawat dan disembuhkan adalah manusia sebagai totalitas, dikarenakan akibat gangguan emosional itu mengenai manusia seutuhnya, karena tujuan psikologi adalah mengolah kepribadian kodrat manusia.

Suatu kenyataan yang dapat diamati, seringkali agama dapat menentramkan dan menghilangkan tekanan mental serta berguna dalam usaha pembinaan mental. Hal ini dapat dilihat pada orang yang mengalami tekanan mental karena putus asa, tentang suatu hal maka apabila seseorang itu larinya kepada agama, maka kegagalan, kekecewaan dan kesulitan-kesulitan apapun akan dihadapinya dengan tenang. Karena bagi seorang yang beriman dan mampu menggunakan keyakinanya kepada Tuhan itu dalam menghadapi segala persoalan hidup ia tidak akan patah semangat, bahwasanya mereka yakin di balik kesukarannya itu ada kelapangan yang tersembunyi.

Kesukaran atau problem itu tidak kekal seperti

firman Tuhan dalam surat "Alam Nasyrah" ayat 5-8 adalah sebagai berikut:

فَإِن مَّعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۚ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۚ فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ  
وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ الم نشرح : ٨-٥

Artinya:

"Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain. Dan hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu berharap." (Q.S. 94: 5-8).<sup>9</sup>

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwasanya agama berperan sebagai therapy bagi jiwa yang gelisah dan terganggu, dalam hal ini agama juga berperan sebagai alat pencegah (preventif) terhadap kemungkinan gangguan kejiwaan dan merupakan faktor pembinaan (konstruktif) bagi mental pada umumnya.

Dengan keyakinan beragama, hidup yang dekat dengan Tuhan serta tekun menjalankan agama, maka kesehatan mental dapat terbina.

## B. Peranan Agama Terhadap Pembinaan Mental Remaja

Masa remaja disebut juga masa penghubung atau

---

<sup>9</sup>Depag RI, *Ibid.*, hlm. 1073.



masa peralihan antara masa anak-anak menuju masa dewasa. Pada periode tersebut terjadi perubahan-perubahan besar dan esensial mengenai kematangan fungsi rokhaniah dan jasmaniah, terutama fungsi seksuil. Yang sangat menonjol pada periode ini ialah kesadaran yang mendalam mengenai diri sendiri, yang mana orang mudah mulai meyakini kemauan, potensi dan cita-cita sendiri. Dengan kesadaran tersebut ia berusaha menemukan jalan hidupnya, dan mulai mencari nilai-nilai tertentu seperti kebaikan, keluhuran, kebijaksanaan, keindahan dan sebagainya.<sup>10</sup>

Perubahan-perubahan yang terjadi pada usia remaja inilah yang kadang-kadang menyebabkan lahirnya berbagai persoalan pada diri mereka. Masalah identitas adalah persoalan utama di usia remaja ini. Remaja belum mengerti betul siapa sebenarnya mereka, di mana letaknya dalam masyarakat, dan ke arah mana mereka tuju, sebab masalah pokok yang sangat menonjol dewasa ini, adalah kaburnya nilai-nilai di mata generasi muda. Mereka dihadapkan kepada berbagai kontradiksi dan aneka ragam pengalaman moral, yang menyebabkan

---

<sup>10</sup>Kartini Kartono, *Psikologi Anak*, Alumni, Bandung, 1986, hlm. 149.

mereka bingung untuk memilih mana yang baik untuk mereka. Hal ini akan nampak jelas pada mereka yang hidup di kota-kota besar, yang mencoba mengembangkan diri ke arah kehidupan yang disangka maju dan modern, di mana berkumpul aneka ragam kebudayaan asing yang masuk seolah-olah tanpa saringan. Pada hakikatnya para remaja sedang mencari suatu kepercayaan dan nilai yang akan dijadikan pegangan dalam hidupnya. Jika dalam pencariannya itu tidak menemukan suatu pegangan atau hanya menemukan suatu pegangan yang rapuh, karena memang sesungguhnya tidak patut dipegangi, maka akan goyahlah hidupnya, karena selalu dalam keraguan. Untuk itu diperlukan suatu pegangan yang kokoh, kuat dan pasti. Ia bukan produk pikiran manusia yang nisbi, melainkan diturunkan oleh Allah Swt. untuk menjadi pedoman hidup bagi ummat manusia, pedoman itu adalah "Dinul Islam".

Islam adalah agama yang telah disempurnakan Allah juga diridhai-Nya, sesuai dengan firman-Nya yang tercantum dalam al-Qur'an.

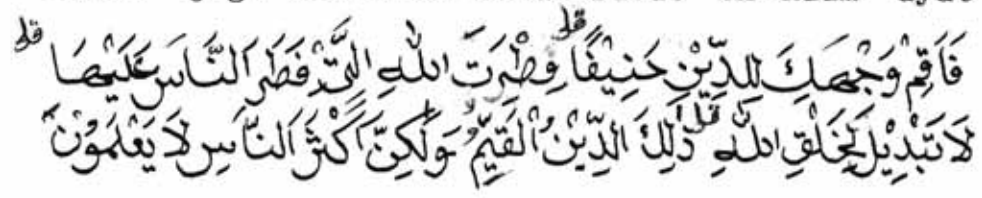
Allah berfirman dalam surat Ali Imran ayat 19

إِنَّ الدِّينَ عِنْدَ اللَّهِ الْإِسْلَامُ وَمَا اخْتَلَفَ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ إِلَّا فِي بَعْدِ  
مَلَأَهُمُ الْعِلْمُ بَغْيًا بَيْنَهُمْ وَمَنْ يَكْفُرْ بِآيَاتِ اللَّهِ فَإِنَّ اللَّهَ سَرِيعُ الْحِسَابِ

Artinya:

"Sesungguhnya agama (yang diridhai) di sisi Allah hanyalah Islam. Tiada berselisih orang-orang yang telah diberi al-Kitab kecuali sesudah datang pengetahuan kepada mereka, karena kedengkian (yang ada) di antara mereka. Barangsiapa yang kafir terhadap ayat-ayat Allah sangat cepat hisab-Nya." (Q.S. Ali Imran: 19).<sup>11</sup>

Allah juga berfirman dalam surat Ar-Ruum ayat

30:   
فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا ۚ فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا ۚ لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ۚ ذَٰلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ ۚ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ  
الرُّومُ ٣٠

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." (Q.S. Ar-Ruum: 30).<sup>12</sup>

Secara esensial agama merupakan peraturan-peraturan dari Tuhan Yang Maha Esa berdimensi vertikal dan horisontal yang mampu memberi dorongan terhadap jiwa manusia yang berakal agar berpedoman menurut peraturan-peraturan Tuhan dengan kehendaknya sendiri.

<sup>11</sup> *Ibid.*, hlm. 78.

<sup>12</sup> *Ibid.*, hlm. 645.

tanpa dipengaruhi untuk mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat.<sup>13</sup> Maksudnya jika manusia beragama disertai taat mengamalkan segala ajarannya kemungkinan besar ia akan menjadi aman tenteram dan damai. Dampak positif dari bimbingan agama bersifat universal, berlaku untuk segala umur, segala jenis kelamin, tanpa batasan etnik, keuniversalan kaidah-kaidah agama akan sanggup membina mentalitas anak remaja.

Remaja acapkali merupakan pribadi yang merasa kurang aman, cemas, dan bingung menghadapi begitu banyaknya perubahan yang terjadi selama masa remaja. menanggapi situasi ini banyak remaja berperilaku dengan cara-cara yang dianggap abnormal oleh orang yang dewasa. Namun demikian, bila perilaku ini dipahami dengan latar belakang masa perkembangan remaja, kita cenderung lupa bahwa banyak keputusan anak muda ini terhadap dunia di mana ia tumbuh adalah perasaan yang tulus dan spontan dengan nilai positif yang dimanfaatkan secara positif.<sup>14</sup> Artinya, remaja dapat memberi dan mendatangkan kebaikan sepanjang

-----

<sup>13</sup>Sudarsono, *Kenakalan Remaja*, Rineka Cipta, Jakarta, 1991, hlm. 199.

<sup>14</sup>Andrew MA, Ph.D, *Penerapan Psikologi dalam Perawatan*, Penerbit Andi Yogyakarta, 1996, hlm. 69.

diarahkan ke arah yang baik, karena segala persoalan dan problema yang terjadi pada remaja-remaja itu sebenarnya bersangkut paut dengan usia yang mereka lalui, dan tidak dapat dilepaskan dari pengaruh lingkungan di mana mereka hidup. Dalam hal ini suatu faktor yang memegang peranan penting yang menentukan dalam kehidupan remaja adalah agama.

Agama merupakan dasar utama dalam kehidupan manusia yang menjadi kebutuhan universal. Kaidah-kaidah yang terkandung di dalamnya mengandung nilai yang sangat tinggi dalam hidup manusia, terutama pada remaja karena masa remaja merupakan fase perkembangan yang penuh kegoncangan-kegoncangan kejiwaan yang timbul karena dorongan-dorongan seksual/dorongan jasmani maupun emosional. Dalam stadium tersebut, terutama di dalam menghadapi goncangan-goncangan tindak anak remaja sering merasa resah, cemas, dan gelisah. Kondisi psychis yang sedemikian itu apabila tidak segera diatasi akan menjerumuskan remaja sendiri, yang berdampak negatif. Dalam kondisi ini tidak jarang anak menjadi delinkwen. Karena kaidah-kaidah agama merupakan norma-norma ketuhanan yang sampai kepada manusia melalui wahyu ilahiyah kepada nabi-nabi dan rasul-rasul-Nya. Kaidah-kaidah yang

terkandung di dalam ajaran Islam menunjukkan pada aktifitas rohani dan jasmani dalam wujud perintah (amr), larangan (nahi) dan ibadah. Hal ini mengandung arti, jika manusia memahami dengan baik, kemudian beramal sejauh isi ajaran Islam maka pastilah mereka adalah umat yang baik, dengan ciri khas tidak akan melakukan hal-hal yang merugikan orang lain. Dengan pemahaman dan beramal menurut ajaran Islam berarti mentalitas seseorang lebih-lebih pada remaja akan terkendali. Akan berbeda keadaannya jika ajaran Islam hanya dijadikan sebagai symbol, maka kaidah-kaidah tersebut tidak akan banyak mendatangkan manfaat bagi kehidupan umat manusia. Oleh karena itu, tanggung jawab sebagai pemuda muslim mengharuskan diri untuk merefleksikan nilai-nilai Islam, yang tidak saja terbatas pada transfer ilmu pengetahuan keagamaan, tetapi lebih dari itu, dituntut adanya tanggung jawab yang lebih dalam lagi untuk membentuk sikap dan perilaku islami pada remaja yang kini berhadapan dengan arus perputaran zaman, yang kadang-kadang telah siap untuk menggiring para remaja kepada perbuatan-perbuatan yang tidak senonoh, sebagai akibat dari pembangunan material yang cukup mencolok di satu pihak, kadang-kadang remaja belum siap untuk menerima

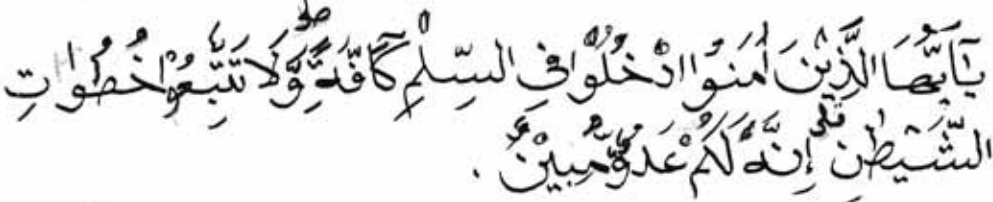
perubahan dan perkembangan baru itu, akibatnya bisa terjadi ketegangan atau malah bentrokan nilai dalam masyarakat, di mana salah satu indikasinya adalah semakin tersudutnya nilai lama oleh desakan nilai-nilai baru yang banyak diketengahkan kepada khalayak lewat media masa.

Generasi muda Islam yang hidup di tengah-tengah arus perubahan sosial yang dahsyat, harus dibekali dengan pengetahuan dan pengalaman yang mampu menghindarkan mereka dari dekadensi moral, kebrutalan, serta sebagai tindakan asusila dan berbagai tindakan kriminal lainnya, yang semua itu sangat bertentangan dengan Islam.

Penanaman keyakinan dan kesadaran beragama, haruslah dimulai sejak anak masih kecil. Pembiasaan hidup dalam suasana islami akan sangat berkesan pada jiwa anak dan tetap berbekas sepanjang perjalanan hidupnya. Sesuai dengan perkembangan jiwa remaja, maka sulit untuk mengukur sejauh mana keyakinan dan kesadaran beragamanya, sebab mungkin suatu saat seorang remaja kelihatan begitu teguh dalam keyakinan agamanya, tetapi pada saat yang lain menunjukkan gejala merenggang. Remaja yang telah memiliki keyakinan dan kesadaran beragama, akan dapat terhindar

dari goncangan-goncangan yang banyak menimpa kalangan remaja. Apabila seseorang remaja telah memiliki keyakinan dan kesadaran beragama, maka tidak akan sulit baginya untuk mengamalkan ajaran agama dengan baik. Dengan demikian berarti bahwa memfungsikan nilai-nilai ajaran yang terkandung dalam ajaran Islam menjadikan motifasi dalam pembinaan mental remaja. Sebagai konsekuensinya dapat diambil pengertian remaja yang memiliki keimanan, maka dorongan nafsu untuk berbuat jahat akan selalu digagalkan oleh keimanannya. Sebab peringatan wahyu ilahiyah, tetap mewarnai sikap mentalnya.

Keutuhan kepribadian atau kemantapan kepribadian merupakan kerja fungsi-fungsi yang harmonis atau aspek kejiwaan yang meliputi kehidupan jasmani dan rohani. Keutuhan kepribadian sesuai dengan konsep agama Islam agar orang yang beriman memasuki Islam secara utuh disebutkan dalam al-Qur'an surat al-Baqarah ayat 208 Allah berfirman:



يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا ادْخُلُوا فِي السِّلْمِ كَافَّةً وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ

Artinya:

"Hai orang-orang yang beriman, masuklah kamu ke dalam Islam secara keseluruhannya, dan janganlah kamu turut langkah-langkah syaitan. Sesungguhnya



syaitan itu musuh yang nyata bagimu." (Q.S. Al-Baqarah: 208)<sup>15</sup>

Keutuhan kepribadian dalam memasuki Islam agar orang yang beriman memasuki Islam berarti satu kesatuan mental yang cukup mengendalikan nafsu. Tujuan akhir keutuhan kepribadian itu ialah "insan kamil. Inilah sebabnya agama merupakan hal yang penting dalam membina kepribadian remaja, karena tujuan kegiatan beragama adalah mencapai derajat kehidupan atau akhlak yang lebih baik. Walaupun kehidupan yang lebih baik telah tercapai maka di depannya masih ada derajat kehidupan yang lebih baik lagi.

Dengan demikian agama merupakan alat atau metode yang dapat mempersatukan fragmen-fragmen kehidupan serta mengintegrasikan fungsi-fungsi kejiwaan untuk mencapai kepribadian yang utuh.

Tujuan kehidupan beragama seseorang adalah mengabdikan kepada Tuhan dengan sempurna. Manusia sebagai makhluk rohiah berusaha agar hidupnya bermakna dan mempunyai arti. Pemberian makna pada hidup yang tertinggi adalah pengabdian dalam hubungan dengan

---

<sup>15</sup>Depag RI, *Op.cit*, hlm. 50

Penciptanya Yang Maha Kuasa. Kesehatan mental dan ketenangan batin menghendaki hubungan aktif dan konstan mental dan ketenangan batin menghendaki hubungan aktif dan konstan dengan Tuhan melalui penerimaan dan pelaksanaan perintah-Nya serta meninggalkan larangan-Nya.<sup>16</sup>

Dari uraian di atas terdapat suatu indikasi, jika anak remaja telah mampu memahami ajaran agama Islam dengan baik dan telah menjadikan keimanan (keyakinan beragama) sebagai bagian integral dari kepribadiannya, maka keimanan itulah yang akan mengawasi segala tindakan, perkataan dan kondisi emosional. Sebagai konsekuensinya dapat diambil pengertian anak remaja yang memiliki keimanan, maka dorongan nafsu untuk berbuat jahat akan digagalkan oleh keimanannya.

---

<sup>16</sup>Abdul Aziz Ahyadi, *Psikologi Agama Kepribadian Muslim Pancasila*, Sinar Baru Algensindo, Bandung, 1995, hlm. 222.