

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pada zaman modernisasi dan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) menimbulkan perubahan-perubahan yang semua orang tidak mampu menyesuaikan diri dengan perubahan tersebut. Pada remaja, dalam keadaan fisik tubuhnya berubah cepat, berat badan, tinggi badan, serta perubahan fungsi dari dalam tubuh pun berubah, yang berdampak guncangnya emosi (perasaan) dan mental tidak stabil, disebabkan oleh ketidak mampuan serta tidak mengertinya akan perubahan yang sedang dilaluinya. Disamping itu juga, terjadi pertumbuhan kecerdasan yang berfikir khayali. Dalam keseluruhannya mengalami perubahan pembentukan biologis serta kepribadiannya, dan masalah lingkungan sosial.<sup>1</sup>

Persoalan remaja selamanya hangat dan menarik, karena remaja adalah masa peralihan dari anak-anak menjadi dewasa yang sehat fisik serta psikisnya. Kegoncangan emosi dan bimbang dalam mencari jati diri untuk bekal ilmu pengetahuannya itu hakikatnya yang sedang dihadapkan pada diri remaja. Jika keadaan dari luar atau lingkungan yang kurang cocok, banyak kontrofesi bahkan adanya ketidakstabilan dalam diri remaja, maka mereka akan mudah jatuh kepada

---

<sup>1</sup> Zakiah Daradjat, *Pembinaan Remaja*, Jakarta : Bulan Bintang , 1975, Cet. Ke I, hlm. 39

kesengsaraan psikis (batin), dirinya banyak kecemasan, kebingungan, serta ketidakpastian dalam mencari arah tujuan.<sup>2</sup>

Keadaan mental remaja yang sedang mengalami kegoncangan itu, membutuhkan suatu arahan serta kekuatan luar agar memiliki pegangan yang kuat untuk mengatasi berbagai keinginan yang baru karena semua hal itu mereka belum mengetahuinya. Keinginan remaja tersebut, seringkali berbanding terbalik dengan nilai yang ada pada orang tua dan bahkan pada lingkungan.<sup>3</sup>

Sesungguhnya ruang lingkup keluarga sangat berpengaruh terhadap Remaja, sejak kecil sudah ikut membentuk kepribadiannya. Pada saat terjadinya ketegangan dan salah pengertian antara satu dengan yang lainnya dalam sebuah keluarga, akan mengalami jiwa yang penuh kegoncangan, karena beberapa hal seperti takut dan cemas. Lebih jauh lagi, karena tekanan-tekanan perasaan yang telah terjadi dan ditumpuknya sejak kecil, akan menyebabkan ketidaksenangan dalam setiap kekuasaan, mulai dari kekuasaan orang tua, guru, atasan, pemerintah, dan bahkan selanjutnya Yang Maha Kuasa (Tuhan) dalam situasi hubungan dalam keluarga di pengaruhi oleh faktor tersebut.<sup>4</sup>

Dalam hidup di lingkungan masyarakat yang aman, tenteram, beragama, Remaja akan hidup lebih tenang, menemukan nilai-nilai hidup yang pasti dan tidak berubah-ubah, sehingga dengan mudah akan mendapat contoh yang akan diteladaninya terhadap sikap, tindakan serta kelakuan masyarakat di

---

<sup>2</sup> Zakiah Daradjat, *Perawatan Jiwa Untuk Anak-Anak*, Jakarta : Bulan Bintang, 1976, Cet. Ke II, hlm. 477

<sup>3</sup> Zakiah Daradjat, *Pembinaan Remaja*, Jakarta : Bulan Bintang , 1975, Cet. Ke I, hlm. 13

<sup>4</sup> Zakiah Daradjat, *Pembinaan Remaja*, hlm. 19-20

lingkungan tersebut. Masa muda merupakan ujung dari berbagai kekuatan dan perhatian, selain dari masalah keluarga, juga lingkungan agama dan adat, serta masalah lingkungan sosial – ekonomi. Mereka banyak terpengaruh oleh lingkungan masyarakat yaitu oleh temannya dan lingkungan sosial - ekonomi ditempat mereka berada, namun pertumbuhan kecerdasannya sudah melampaui pada hal abstrak tentang suatu pengambilan kesimpulan dari kondisi nyata yang ia lihat. Contohnya saja melihat perbedaan nilai- nilai agama dan moral yang dipelajari mereka dengan kesesuaian di dalam masyarakat.<sup>5</sup>

Apabila keadaan masyarakat tidak tampak lagi keunggulan moral, dimana hidup kurang terpelihara, agama, perkecokan dan pelanggaran yang semakin banyak, maka mental Remaja akan sangat tertekan dan memberontak. Bahkan, seandainya Remaja yang kerap idealisme itu, tidak mendapatkan didikan agama sejak kecilnya dulu, maka tekanan perasaan hingga frustrasi akan sangat mudah terungkap dalam berbagai bentuk serangan sampai kekerasan fisik atau bahkan psikis, karena pengendalian dalam diri sendiri sangatlah kurang.<sup>6</sup>

Semua faktor diatas yaitu lingkungan keluarga baik ekonominya atau keharmonisannya dan lingkungan masyarakat sosial baik agama ataupun adat istiadatnya, begitu menentukan untuk pembinaan Generasi Muda dalam pencapaiannya. Kehidupan masa muda yang dapat disebut dengan penuh daya hidup dan semangat yang membara, apabila kita lihat dari segi pertumbuhan biologisnya, ada pada akhir kesempurnaan, karena tubuhnya yang kekar serta

---

<sup>5</sup>Zakiah Daradjat, *Pembinaan Remaja*, hlm. 21-22

<sup>6</sup>Zakiah Daradjat, *Pembinaan Remaja*, hlm. 23-24

bertenaga kuat, semua alat organ berfungsi dengan aktif. Dalam hal intelektual, hal sosial – budaya, dan usia yang masih sangat muda, sanggup untuk aktif dalam mengembani fungsi dari organ tersebut, sebagai salah satu seorang individu atau bahkan sebagai bagian dari anggota di ruang lingkup masyarakat. Pada pertumbuhan ideologipun telah menampakkan perhatian, yang memerlukan pembinaan pula.<sup>7</sup>

Pembinaan akhlak dalam lingkungan keluarga, sekolah ataupun masyarakat, begitu penting untuk ditanamkan dari sejak kecil. Pembinaan akhlak menjadi suatu titik kesetimbangan tentang pembersihan pribadi dari sifat mazmumah, seperti : marah, hasad, takabur, bakhil, riya, penipu, dan bangga diri. Kematangan rohani dan kecerdasan anak tidak akan berlangsung dengan sendirinya, akan tetapi harus melalui proses pendidikan baik formal maupun non formal. Melalui proses pendidikan, maka akan memperoleh nilai-nilai keutamaan yang sangat bermanfaat untuk mencerdaskan, meluhurkan akhlak dan menyetatkan mental anak.<sup>8</sup>

Perkembangan mental sebenarnya sangat kompleks, karena tidak terpisahkan dari perkembangan fisik, perkembangan individu itu sendiri, serta dengan pengaruh lingkungan. Ada tiga tingkatan kekuatan jiwa manusia menurut Ibnu Maskawaih, yaitu; (1) tingkat yang paling rendah : Annafsul bahimiyah yaitu nafsu kebinatangan yang buruk, (2) tingkat yang tengah-tengah : Annafsus-sabu'iyah yaitu nafsu binatang buas yang sedang, dan (3) tingkat yang tertinggi :

---

<sup>7</sup>Zakiah Daradjat, *Pembinaan Remaja*, hlm. 25

<sup>8</sup> Sudarsono, *Etika Islam Tentang Kenakalan Remaja*, Jakarta : Bina Aksara, 1989, hlm. 141-147

*Annafsun-nathiqah* yaitu jiwa yang cerdas, yang baik. Kemungkinan besar manusia mengalami perubahan-perubahan khuluk, maka dari itu perlu adanya nasihat yang memuat pelajaran sebagai petunjuk dan macam ajaran tentang norma mengenai aturan sopan santun berdasarkan aturan Agama yang dianutnya. Dengan adanya hal tersebut, besar kemungkinan makhluk yang berakal mampu untuk menentukan hal baik dan sebaliknya.<sup>9</sup>

Manusia hidup dalam tempat tinggal yang mengelompokkan antar satu dan lainnya. Perlu adanya perubahan yang berkembang secara aktif guna menjalin hubungan yang baik dan sesuai antar diri individu dan lingkungannya. Segala sesuatu yang ada disekitar manusia mencangkup semua pengaruh untuk mencapai kestabilan kejiwaan dan jasmani dalam kehidupannya.<sup>10</sup> Untuk mencapai kesehatan mental penting adanya suasana sosial di Sekolah yang mengizinkan individu untuk bekerja dalam kelas atau diluar kelas, yang bermanfaat untuk menyusun pengalaman murid dalam hubungan sosial, hobi, dan bantuan besar terhadap pembinaan murid.<sup>11</sup>

Seperti yang terjadi di lokasi penelitian yaitu di SMA Karya Budi Cileunyi, bahwa upaya untuk mencapai perubahan yang terjadi pada remaja dalam menanggulangi dampak globalisasi serta kegoncangan pada jiwa mereka sendiri adalah dengan pembinaan akhlak. Salah satu pembinaan akhlak yang dilakukan adalah kegiatan PAP (Persiapan Apel Pagi) yang dilaksanakan setiap hari Senin

---

<sup>9</sup> Sudarsono, *Etika Islam Tentang Kenakalan Remaja*, hlm. 131-132

<sup>10</sup> Musthafa Fahmy, *Penyesuaian Diri (Pengertian dan Peranannya dalam Kesehatan Mental)*, Jakarta : Bulan Bintang, 1982, hlm. 14

<sup>11</sup> Musthafa Fahmi, *Kesehatan Jiwa (Dalam Keluarga, Sekolah, dan Masyarakat)*, Jakarta : Bulan Bintang, 1982, hlm. 190

sampai Jum'at pada pukul 06.30 sampai 07.00 WIB. Dalam kegiatan ini, siswa/siswi berbaris dilapangan sebelum melaksanakan kegiatan belajar, yang dilaksanakan tentunya oleh siswa/siswi serta Guru.

Kegiatan Pembinaan akhlak merupakan program dari Wakasek Kesiswaan yang dirancang sedemikian rupa sehingga di dalam kegiatannya diantaranya, pemberian materi oleh Guru sesuai jadwal yang telah ada, pembacaan do'a ayat-ayat Al-Qur'an secara bersamaan yang dipimpin oleh siswa/siswi sesuai jadwal yang telah ditentukan pula, kemudian pada hari Jum'at dilaksanakan shalat dhuha bersama. Materi yang sering diberikan adalah tentang seputar akhlak dan perilaku siswa/siswi serta kehidupan sehari-hari baik di lingkungan keluarga, masyarakat, maupun dalam kegiatan sekolah.

Hal itu diperkaya untuk memikul tanggung jawab dan bersimpati serta kerja sama yang semuanya adalah sifat-sifat yang membekali mereka untuk kehidupan yang sehat dan selamat. Secara keseluruhan menyangkut tentang bagaimana sikap perilaku remaja yang seharusnya sebagai remaja yang terpelajar. Materi ini juga biasanya membahas tentang bagaimana pergaulan-pergaulan remaja agar tidak terjadi penyimpangan perilaku.

Berdasarkan hal tersebut, penulis tertarik meneliti objek penelitian tersebut dengan judul **“Pembinaan Akhlak Melalui PAP (Persiapan Apel Pagi) Dalam Mewujudkan Kesehatan Mental Remaja”**.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Bagaimana gambaran pelaksanaan Pembinaan Akhlak melalui PAP (Persiapan Apel Pagi) di SMA Karya Budi?
2. Bagaimana peran Pembinaan Akhlak melalui PAP (Persiapan Apel Pagi) dalam mewujudkan Kesehatan Mental Remaja di SMA Karya Budi?

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang hendak dicapai dari penelitian ini adalah :

1. untuk mengetahui gambaran pelaksanaan Pembinaan Akhlak melalui PAP (Persiapan Apel Pagi) di SMA Karya Budi,
2. untuk mengetahui peran Pembinaan Akhlak melalui PAP (Persiapan Apel Pagi) dalam mewujudkan Kesehatan Mental Remaja di SMA Karya Budi.

## **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang diharapkan merujuk kepada dua aspek sebagai berikut.

1. Secara teoritis, penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu di Jurusan Tasawuf Psikoterapi dan memperkaya ilmu pengetahuan tentang Pembinaan Akhlak dalam kesehatan mental.
2. Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran kepada masyarakat dalam pendidikan sebagai pendorong mengenai peran Pembinaan Akhlak dalam mewujudkan kesehatan mental remaja.

## E. Kerangka Pemikiran

Akhlak asal kata dari bahasa Arab yaitu khuluq, yang artinya budi pekerti, sama halnya dengan etika dan moral. Etika berasal dari bahasa Latin, yaitu *etos* yang berarti “kebiasaan”. Begitupun moral berasal dari bahasa Latin, yaitu *mores*, yang artinya “kebiasaannya”.<sup>12</sup>

Secara istilah, akhlak merupakan hubungan yang berkaitan erat antara Khaliq dengan makhluk serta antara makhluk dengan makhluk itu sendiri. Akhlak adalah suatu perbuatan yang tertanam kuat dalam jiwa seseorang hingga menjadi kepribadian dalam dirinya. Perbuatan yang dilakukan dengan mudah tanpa pemikiran karena timbul secara sendirinya tanpa paksaan oleh orang yang mengerjakannya. Akhlak juga merupakan perbuatan yang sungguh-sungguh dilakukan, bukan suatu ajang permainan atau bahkan dijadikan ajang untuk bersandiwara karena akhlak merupakan perbuatan yang ikhlas semata-mata karena Allah SWT.<sup>13</sup>

Perkara yang menguatkan pembinaan akhlak dan meninggikannya penting karena, pertama, meluaskan lingkungan fikiran. Herbert Spencer menyatakan “*Sungguh, fikiran yang sempit itu sumber beberapa keburukan, dan akal yang kacau balau tidak dapat membuahkan akhlak yang tinggi*”. Kedua, berkawan dengan orang yang terpilih. Setengah dari yang mendidik akhlak ialah yang dapat mendidik akhlak karena manusia itu suka mencontoh. Ketiga,

<sup>12</sup> Rachmat Djatnika, *Sistem Ethika Islam (Akhlak Mulia)*, Surabaya : Pustaka Muslim, 1985, hlm. 25-26

<sup>13</sup> Beni Ahmad Saebani dan Abdul Hamid, *Ilmu Akhlak*, Bandung : Pustaka Setia, 2012, hlm. 14-15



membaca dan menyelidiki perjalanan para pahlawan dan yang berfikiran luar biasa. Sungguh memberikan semangat untuk mencontoh dari mengambil tindakan karena mereka yang tauladan. Keempat, supaya setiap orang mewajibkan dirinya melakukan perbuatan baik, yang selalu diperhatikan olehnya, dan menjadi suatu kewajiban yang dikejanya sehingga mendapatkan hasil sesuai tujuannya. Kelima, kita dituturkan dalam “kebiasaan” tentang menekan jiwa berbuat kebaikan, membiasakan jiwa agar taat, dan memelihara ajakan baik.<sup>14</sup>

Perbuatan baik itu bukan saja bermanfaat bagi orang lain, tetapi juga bagi diri kita sendiri. Manusia telah dibebani oleh hukum, dalam perbuatannya selalu berada diantara baik atau buruk dan setelah meninggal dunia, perbuatannya akan dikenang oleh mereka yang masih hidup didunia dan tentu yang mengenal dirinya serta dijadikan teladan karena semasa hidupnya memberikan kesan kebaikan, maka tak akan ada do'a yang tiada hentinya yang disampaikan kepada Allah SWT untuk orang yang sudah meninggal tersebut.<sup>15</sup>

Pembinaan akhlak mengajak orang kepada hal kebaikan berarti mengingatkan.<sup>16</sup> Kitab Suci Al-Qur'an menyebutkan perihal :

وَذَكِّرْ فَإِنَّ الذِّكْرَ إِذْ تَذَقُّعُ الْمُؤْمِنِينَ

*Dan tetaplah untuk mengingatkan karena sesungguhnya mengingatkan itu bermanfaat bagi orang-orang yang beriman. (Q.S Adz-Dzariyat : 55)<sup>17</sup>*

<sup>14</sup> Ahmad Amin, *Etika (Ilmu Akhlak)*, Jakarta : Bulan Bintang, 1986, hlm. 63-66

<sup>15</sup> Barmawie Umary, *Materia Akhlak*, Solo : CV. Ramdhani, 1990, Cet. Ke- IX, hlm. 87-88

<sup>16</sup> Murtadha Muthahhari, *Akhlak Suci Nabi*, Bandung : Mizan, 1997, Cet. Ke- II, hlm. 181

<sup>17</sup> Depag, RI., *Al-Qur'an dan Terjemahannya Al Jumanatul 'Ali*, Bandung : J-ART , 2005, hlm. 523

Dalam ayat lain disebutkan :

يَسْهَدُهُ الْمُفْرَبُونَ إِنَّ الْأَبْرَارَ لَفِي نَعِيمٍ عَلَى الْأَرَائِكِ يَنْظُرُونَ تَعْرِفُ فِي وُجُوهِهِمْ نَضْرَةَ النَّعِيمِ

*Ingatkanlah mereka, karena sesungguhnya engkau hanya pemberi peringatan, kamu tidaklah bertanggung jawab atas mereka. Namun siapa pun yang berbalik dan menjadi kafir, Allah akan mengazab mereka dengan azab yang pedih. (Q.S Al-Muthafiffin: 21-24)<sup>18</sup>*

Pembinaan akhlak menjadi penuntut dalam memiliki sikap mental dan kepribadian yang mesti tertanam bagi umat manusia sesuai ajaran Al- Qur'an dan Hadits, pendidikan serta pembinaan untuk menanamkan nilai- nilai baik yaitu akhlaulkarimah begitu diperlukan bagi Remaja agar senantiasa tidak mengalami hambatan kearah negatif dalam perkembangan mentalnya dalam berbagai bentuk praktek dengan kesesuaiannya di lingkungan keluarga, sekolah, ataupun masyarakat sekitar. Tidak hanya itu, pembinaan akhlak dijadikan sebagai salah satu cara pembentukan mental manusia untuk memiliki kepribadian yang berbudi pekerti luhur, bermoral dan bersusila; dengan demikian cara itu penting untuk melatih pembinaan mental anak remaja.<sup>19</sup>

Pada masa sekarang pembinaan dalam hal kesehatan mental (*Mental Hygiene*) berusaha melihat manusia sebagaimana mestinya. Tujuan kesehatan mental adalah bahwa manusia sebagai sesuatu kesatuan antara psikis dan soma

<sup>18</sup> Depag, RI., Al-Qur'an dan Terjemahannya Al Jumanatul 'Ali, hlm. 588

<sup>19</sup> Sudarsono, *Etika Islam Tentang Kenakalan Remaja*, Jakarta : Bina Aksara, 1989, Cet. Ke - I, hlm. 66

yaitu psikosomatis, adanya keselarasan antara kesatuan jiwa raga dan kesatuan jasmani rohani.<sup>20</sup>

Kesehatan mental berkaitan dengan (1) cara memikirkan, merasakan, dan melakukan kegiatan berdasarkan situasi kehidupan yang dihadapi; (2) bagaimana memandang diri sendiri dan orang lain; dan (3) bagaimana mengevaluasi berbagai alternative serta mengambil keputusan. Penting bagi setiap fase kehidupan karena meliputi upaya mencegah stress, mengemukakan cara berhubungan baik dengan orang lain, dan mengambil keputusan. Adapun karakteristik pribadi yang sehat mentalnya, diantaranya yaitu :

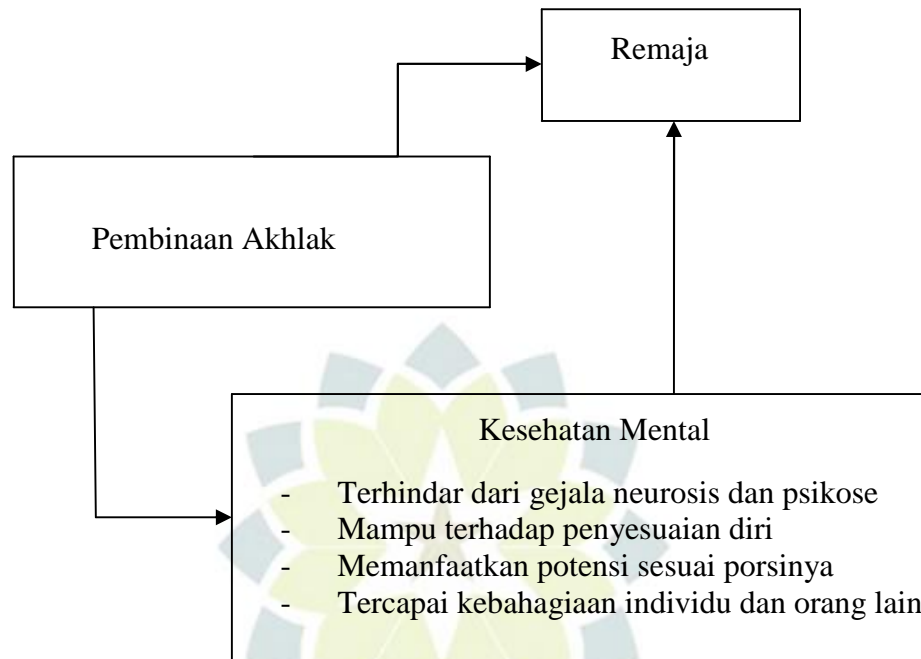
1. Terhindar dari gejala *neurosis* (gangguan jiwa) dan *psikose* (penyakit jiwa)
2. Mampu terhadap penyesuaian diri (*self adjustment*) untuk memperoleh kebutuhan, mengatasi stress, frustasi, serta masalah lainnya.
3. Memanfaatkan potensi sesuai apa yang dimilikinya (dirumah, sekolah, ataupun masyarakat) untuk bekerja dan mengembangkan kemampuan.
4. Tercapai kebahagiaan individu dan orang lain dalam memenuhi kebutuhannya yang berdampak positif.<sup>21</sup>

---

<sup>20</sup> Abdul Aziz Ahyadi, *Psikologi Agama (Kepribadian Muslim Pancasila)*, Bandung : Sinar Baru Algensindo, 2011, hlm. 207

<sup>21</sup> Syamsu Yusuf, *Mental Hygiene (Perkembangan Kesehatan Mental dalam Kajian Psikologi dan Agama)*, Bandung : Pustaka Bani Quraisy, 2004, Cet. Ke- I, hlm. 19-21

Bagan 1.1  
Kerangka Pemikiran



#### F. Hasil Penelitian Terdahulu

Penelitian tentang Pembinaan Akhlak memang telah banyak dilakukan oleh pengkaji atau peneliti sebelumnya. Beberapa peneliti menguraikan dalam varian bentuk penelitian. Berikut ini beberapa penelitian terdahulu, sebagai berikut :

No.	Judul Skripsi	Variabel dan Indikator	Pendekatan dan Analisis data	Hasil Penelitian
1.	Radhnal Abdullah (2018) Pembinaan Akhlak Di Smp Al-Amanah.	Variabel bebas adalah pembinaan. Variabel terikat adalah akhlak	Analisis data kualitatif dengan pendekatan fenomenologi dan jenis	Hasil penelitian sangatlah bagus dilihat dari beberapa pelaksanaan

			penelitian lapangan ( <i>field research</i> ).	wawancara, proses pembinaannya, faktor penghambat dan pendukung
2.	Miftah Hudatul Millah (2018) Upaya Pembinaan Akhlak Siswa Melalui Program “7 (Tujuh) Poe Atikan Purwakarta Istimewa”.	Variabel bebas adalah pembinaan akhlak. Variabel terikat adalah program 7 poe atikan	Pendekatan kualitatif, metode deskriptif, dan teknis analisis data observasi, wawancara.	Hasil penelitian berdasarkan wawancara ada beberapa perubahan kearah yang lebih positif.
3.	Helmy Nurfadillah (2016) Bimbingan Keagamaan Melalui PAP untuk Meningkatkan Kesadaran Beragama Pada Remaja	Variabel bebas adalah bimbingan keagamaan. Variabel terikat adalah kesadaran beragama	Metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Analisis data dengan reduksi data, penyajian data, dan kesimpulan.	Hasil penelitian untuk meningkatkan kesadaran beragama.
4.	Asri Nasrotul Millah (2018) Peran Pembinaan Akhlak Terhadap Masa Pubertas	Variabel bebas adalah pembinaan akhlak. Variabel terikat	Pendekatan kualitatif, analisis data dengan obsevasi,	Hasil penelitian pembinaan akhlak memiliki peran

	Remaja Tunagrahita Putri	adalah masa pubertas.	wawancara.	terhadap remaja tunagrahita putri yang sedang dalam masa pubertas.
--	--------------------------	-----------------------	------------	--

Adapun persamaan dalam penelitian ini, yaitu sama-sama menggunakan metode kualitatif. Sedangkan perbedaannya dalam penelitian peranan dalam mewujudkan kesehatan mental remaja.

