

**PERAN PENDIDIKAN ISLAM DALAM KESEHATAN
MENTAL PERSPEKTIF HUSEIN BIN JA'FAR
AL HADAR**



SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk
Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
(S.Pd)**

**Oleh :
AISYAH LAILIANA FIRDAUSI
NIM. 2017402200**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM
JURUSAN PENDIDIKAN ISLAM
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO
2024**

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini, saya:

Nama : Aisyah Lailiana Firdausi
NIM : 2017402200
Jenjang : S-1
Program Studi : Pendidikan Agama Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan

Menyatakan bahwa Naskah Skripsi berjudul **“Peran Pendidikan Islam Dalam Kesehatan Mental Perspektif Habib Husein Bin Ja’far Al Hadar”** secara keseluruhan adalah hasil penelitian saya sendiri, bukan dibuatkan orang lain, bukan saduran, juga bukan terjemahan. Hal-hal yang bukan karya saya yang dikutip dalam skripsi ini, diberi tanda sitasi dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari terbukti pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar akademik yang telah saya peroleh.

Purwokerto, 11 September 2024

Saya yang menyatakan,



Aisyah Lailiana Firdausi

NIM. 2017402200

HASIL LOLOS CEK PLAGIASI

Skripsii_Aisyah_L._F_2017402200

ORIGINALITY REPORT

24% SIMILARITY INDEX	26% INTERNET SOURCES	3% PUBLICATIONS	9% STUDENT PAPERS
--------------------------------	--------------------------------	---------------------------	-----------------------------

PRIMARY SOURCES

1	repository.radenintan.ac.id Internet Source	6%
2	idr.uin-antasari.ac.id Internet Source	4%
3	digilib.uinsgd.ac.id Internet Source	4%
4	repository.ar-raniry.ac.id Internet Source	3%
5	eprints.uniska-bjm.ac.id Internet Source	2%
6	repository.uinsaizu.ac.id Internet Source	2%
7	123dok.com Internet Source	2%
8	www.scribd.com Internet Source	2%



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO
FAKULTAS TARBİYAH DAN ILMU KEGURUAN
Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553, www.uinsaizu.ac.id

PENGESAHAN

Skripsi Berjudul

**PERAN PENDIDIKAN ISLAM DALAM KESEHATAN MENTAL PERSPEKTIF
HUSEIN BIN JA'FAR AL HADAR**

yang disusun oleh Aisyah Lailiana Firdausi (NIM.2017402200) Program Studi Pendidikan Agama Islam, Jurusan Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri telah diujikan pada tanggal 23 September 2024 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar **Sarjana Pendidikan (S. Pd.)** oleh Sidang Dewan Penguji Skripsi.

Purwokerto, 10 Oktober 2024

Disetujui oleh:

Penguji I/Ketua Sidang/Pembimbing

Dr. H. Asdlory, M.Pd.I.
NIP. 19630310 199103 1 003

Penguji II/ Sekretaris Sidang

Ulpah Maspupah, M.Pd.I.
NIP. -

Penguji Utama

Dr. M. Misbah, M.Ag.
NIP. 19741116 200312 1 001

Diketahui oleh:

Ketua Jurusan Pendidikan Islam,



Dr. M. Misbah, M. Ag.
NIP. 19741116 200312 1 001

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Pengajuan Munaqasah Skripsi Sdri. Aisyah Lailiana Firdausi
Lampiran : 3 Eksemplar

Kepada Yth.
Ketua Jurusan Pendidikan Islam
UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
di Purwokerto

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Setelah melakukan bimbingan , telaah, arahan, dan koreksi, maka melalui surat ini saya sampaikan bahwa:

Nama : Aisyah Lailiana Firdausi
NIM : 2017402200
Jurusan : Pendidikan Islam
Program Studi : Pendidikan Agama Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
Judul : Peran Pendidikan Islam Dalam Kesehatan Mental
Perspektif Habib Husain Bin Ja'far Al Hadar

Sudah dapat diajukan kepada Ketua Jurusan Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk dimunaqasyahkan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd). Demikian, atas perhatian Bapak, saya ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Purwokerto, 11 September 2024

Pembimbing,



Dr. H. Asdlori, M.Pd.I
NIP. 19630310 199103 1 003

PERAN PENDIDIKAN ISLAM DALAM KESEHATAN MENTAL PERSPEKTIF HUSEIN BIN JA'FAR AL HADAR

Aisyah Lailiana Firdausi
NIM. 2017402200

Abstrak: Modernisasi menjadikan masyarakat mengalami perubahan sosial yang sangat cepat. Dengan teknologi serba canggih dan kemudahan berkomunikasi, membuat individu terlena dan kecanduan hingga mengalami gangguan mental. Di dalam Islam, kesehatan mental lahir dari kepribadian yang matang, seperti kepribadian Nabi Muhammad SAW dengan pendekatan spiritual berupa akhlak terpuji. Pengintegrasian kesehatan mental dengan spiritual yang marak digaungkan masyarakat dapat dikaji melalui pendekatan pendidikan Islam. Pembahasan mengenai kesehatan mental banyak dibahas oleh Husein Bin Ja'far Al Hadar dalam berbagai media.

Tujuan dari penelitian ini yaitu mendeskripsikan dan menganalisis peran pendidikan Islam dalam kesehatan mental perspektif Husein Bin Ja'far Al Hadar. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif, sedangkan jenis penelitiannya adalah penelitian kepustakaan (*library research*). Pengumpulan datanya menggunakan metode dokumentasi yaitu dengan mengumpulkan data yang berhubungan dengan fokus penelitian. Sedangkan analisis data dilakukan dengan metode analisis isi (*content analysis*), yaitu mengambil kesimpulan dengan mengidentifikasi pesan tertentu dari teks secara objektif dan sistematis.

Adapun hasil penelitian ini yaitu peran pendidikan Islam dalam kesehatan mental perspektif Husein Bin Ja'far Al Hadar terdapat beberapa poin yaitu sebagai (1) pembimbingan dalam kehidupan, (2) penolong dalam kesukaran, (3) penentram jiwa, pengendali emosi baik pikiran maupun perasaan, serta perilaku, dan (4) terapi dalam pergejolan mental.

Kata Kunci: Pendidikan Islam, Kesehatan Mental, Husein Bin Ja'far Al Hadar

THE ROLE OF ISLAMIC EDUCATION IN MENTAL HELATH FROM HUSEIN BIN JA'FAR AL HADAR'S PERSPECTIVE

**Aisyah Lailiana Firdausi
NIM. 2017402200**

Abstrack: Modernization causes society to experience very rapid social changes. With sophisticated technology and ease of communication, individuals become complacent and addicted to the point of experiencing mental disorders. In Islam, mental health is born from a mature personality, such as the personality of the Prophet Muhammad SAW with a spiritual approach in the form of commendable morals. The integration of mental health with spirituality which is widely popular in society can be studied through an Islamic education approach. Husein Bin Ja'far Al Hadar discussed mental health a lot in various media.

The aim of this research is to describe and analyze the role of Islamic education in mental health from Husein Bin Ja'far Al Hadar's perspective. The approach used in this research is a qualitative approach, while the type of research is library research. Data collection uses the documentation method, namely by collecting data related to the research focus. Meanwhile, data analysis was carried out using the content analysis method, namely drawing conclusions by identifying certain messages from the text objectively and systematically.

The results of this research are the role of Islamic education in mental health from Husein Bin Ja'far Al Hadar's perspective, there are several points, namely as (1) guidance in life, (2) helper in difficulties, (3) calming the soul, controlling emotions both mind and feelings, and behavior, and (4) therapy for mental.

Keywords: Islamic Education, Mental Health, Husein Bin Ja'far Al Hadar

MOTTO

“Ibarat kata dalam satu taman, semua bunga layu dan masih ada satu yang masih hidup. Ingin fokus kembangkan ke satu yang masih hidup, ketimbang meratapi dan menghakimi yang mati”.¹

(Husein Bin Ja'far Al Hadar)



¹ Muhammad Husni Tamami, '40 Kata-Kata Mutiara Habib Husein Ja'far, Bijak Dan Sarat Makna', *Liputan 6*, 2023 <<https://www.liputan6.com/islami/read/5295907/40-kata-kata-mutiara-habib-husein-jafar-bijak-dan-sarat-makna?page=3>> [accessed 8 November 2024].

PERSEMBAHAN

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan kenikmatan kepada hamba-Nya. Shalawat serta salam senantiasa tercurahkan pada baginda Nabi Muhammad SAW. Dengan penuh rasa syukur kepada Allah SWT atas terselesaikannya skripsi ini, penulis mempersembahkan skripsi ini untuk kedua orang tua tercinta, Ibu Lili Sumiyati dan Bapak Jupri yang selalu memberikan dukungan dan doa tanpa henti, serta teman-teman yang selalu memberi semangat untuk tetap berjuang menyelesaikan skripsi sampai akhir.



KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya, sehingga skripsi dengan judul “Peran Pendidikan Islam Dalam Kesehatan Mental Perspektif Husein Bin Ja’far Al Hadar” dapat terselesaikan dengan baik. Shalawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga, sahabat, dan umat Islam.

Karya tulis ini merupakan skripsi yang diajukan kepada Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto. Skripsi ini dapat diselesaikan dengan banyak mendapat arahan, motivasi, bantuan, bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis akan menyampaikan terimakasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. H. Ridwan, M.Ag., Rektor UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
2. Prof. Dr. H. Fauzi, M.Ag., Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
3. Prof. Dr. Suparjo, M.A., Wakil Dekan I Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
4. Dr. Nurfuadi, M.Pd.I., Wakil Dekan II Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
5. Prof. Dr. H. Subur, M.Ag., Wakil Dekan III Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
6. Dr. M. Misbah, M.Ag., Kepala Jurusan Pendidikan Islam UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
7. Novi Mulyani, M.Pd.I., selaku Sekretaris Jurusan Pendidikan Islam UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
8. Dewi Ariyani, S.Th.I., M.Pd.I., Koordinator Program Studi PAI Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
9. Dr. H. Asdlori, M.Pd.I., Dosen Pembimbing skripsi yang telah bersabar dan teliti dalam menuntun, memotivasi serta memberikan semangat sehingga skripsi ini dapat selesai.

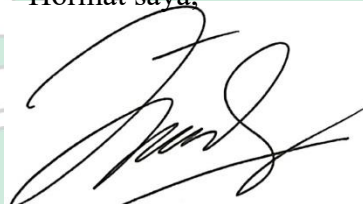
10. Segenap dosen dan staff administrasi UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto yang telah memberikan ilmu dan jasa akademik yang baik kepada penulis dalam menyelesaikan studi.
11. Sahabat kelas PAI-E angkatan 2020, terimakasih atas perjalanan yang telah kita lalui bersama dan semoga silaturahmi diantara kita tetap terjaga.
12. Kedua orang tua tercinta, Bapak Jupri dan Ibu Lili Sumiyati yang selalu memberikan do'a, kasih sayang, dan dukungan.
13. Serta seluruh pihak yang telah memberikan semangat, do'a, dan membantu dalam menyusun skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Hanya terimakasih yang dapat penulis sampaikan, semoga segala bentuk kebaikan yang dilakukan kepada penulis menjadi ibadah dan mendapat balasan dari Allah SWT.

Penulis sangat menyadari bahwa penelitian ini masih banyak kekurangan, sehingga penulis sangat mengharapkan kritik dan saran dari pembaca. Penulis berharap, skripsi ini dapat bermanfaat bagi banyak pihak khususnya dalam dunia pendidikan. Aamiin.

Purwokerto, 11 September 2024

Hormat saya,



Aisyah Lailiana Firdausi

NIM. 2017402200

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN.....	ii
HASIL LOLOS CEK PLAGIASI.....	iii
PENGESAHAN.....	iv
NOTA DINAS PEMBIMBING	v
ABSTRAK	vi
MOTTO	viii
PERSEMBAHAN.....	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Definisi Konseptual.....	7
C. Rumusan Masalah.....	12
D. Tujuan dan Manfaat Penelitian	12
E. Kajian Pustaka.....	13
F. Metode Penelitian.....	15
G. Sistematika Pembahasan	18
BAB II TEORI PENDIDIKAN ISLAM DAN KESEHATAN MENTAL	20
A. Pendidikan Islam	20
B. Kesehatan Mental.....	23
C. Hubungan Agama dan Kesehatan Mental	29
D. Peran Pendidikan Islam Dalam Kesehatan Mental	31
BAB III PROFIL HUSEN BIN JA'FAR AL HADAR	34
A. Biografi Husein Bin Ja'far Al Hadar	34
B. Aktivitas Dakwah Husein Bin Ja'far Al Hadar	35
C. Karya-karya Husein Bin Ja'far Al Hadar	38

BAB IV PERSPEKTIF HUSEIN BIN JA'FAR AL HADAR TENTANG PENDIDIKAN ISLAM DALAM KESEHATAN MENTAL	41
A. Pendidikan Islam dan Kesehatan Mental	41
B. Peran Pendidikan Islam dalam Kesehatan Mental	48
BAB V PENUTUP	58
A. Kesimpulan	58
B. Saran	59
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	



DAFTAR LAMPIRAN

1. Lampiran 1. Blangko Bimbingan Skripsi
2. Lampiran 2. Surat Rekomendasi Munaqasah
3. Lampiran 3. Surat Keterangan Seminar Proposal
4. Lampiran 4. Surat Keterangan Komprehensif
5. Lampiran 5. Sertifikat BTA-PPI
6. Lampiran 6. Sertifikat Pengembangan Bahasa Arab
7. Lampiran 7. Sertifikat Pengembangan Bahasa Inggris
8. Lampiran 8. Sertifikat KKN
9. Lampiran 9. Sertifikat Praktik Pengalaman Lapangan (PPL)



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Modernisasi merupakan gejala sosial yang terjadi di masyarakat dunia, maupun di Indonesia bahkan umat Islam. Belakangan ini manusia semakin mengalami perubahan sosial yang sangat cepat. Perubahan yang hampir merambah berbagai sektor kehidupan. Modernisasi pun pada hakikatnya merupakan suatu proses perubahan atau pembaharuan. Proses kehidupan masyarakat modern sangat luas yang kadang-kadang tidak dapat ditetapkan batas-batasnya secara mutlak. Namun dalam kehidupan masyarakat Barat kemodernan itu mencakup pikiran, aliran, gerakan dan usaha untuk merubah paham-paham, adat-istiadat, institusi-institusi lama dengan susunan baru yang ditimbulkan oleh kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi modern.²

Menurut Guillaume de Gates, Indonesia pada tahun 2015 merupakan konsumen teroptimis pada peringkat dua dunia. Perolehan nilai angka untuk Indonesia adalah 125, dimana rata-rata konsumen teroptimis dunia hanya berada pada angka 98. Hal ini menunjukkan bahwa Indonesia menjadi wajah modern.³

Menurut Eka Wenats, era modern ditandai dengan era informasi, dan disebut juga sebagai era digital karena kemudahan dari banyaknya akses dimasa kini.⁴ Digital adalah modernisasi atau pembaharuan penggunaan

² Lenawati Asry, "Modernisasi Dalam Perspektif Islam. Jurnal Ilmiah Prodi Komunikasi dan Penyairan Islam," *Jurnal Ilmiah Prodi Komunikasi dan Penyairan Islam* 2, no. 10 (2020): 126–136.

³ Denny Najoran, 'Memahami Hubungan Religiusitas Dan Spiritualitas Di Era Milenial', *Educatio Christi*, 1 (2020).

⁴ AG. Eka Wenats Wuryantai, "Digitalisasi Masyarakat: Menilik Kekuatan dan Kelemahan Dinamika Era Informasi Digital dan Masyarakat Informasi," *Jurnal Ilmu Komunikasi* 1, no. 2 (2020): 131–142.

teknologi, sering dikaitkan dengan kehadiran internet dan teknologi informasi.⁵

Pada era digital yang semakin canggih dan dengan berbagai kemudahan internet yang memudahkan masyarakat mencari informasi dan melihat hal-hal dalam konteks yang lebih luas dalam hal komunikasi dan melakukan aktivitas. Semakin banyak kemudahan yang ditawarkan oleh internet membuat individu terlena untuk terus menerus menggunakan internet hingga menimbulkan kecanduan pada internet.

Akibatnya, hubungan antar anggota keluarga renggang, satu sama lain asyik dengan layarnya masing-masing. Seseorang yang kecanduan internet memiliki ciri yang khas yaitu dimana merasakan ketagihan dan resah atau gelisah ketika dalam kondisi offline. Seorang pecandu internet cenderung menggunakan internet sebagai alternatif melarikan diri dari perasaan yang tidak menyenangkan.⁶ Dan tak jarang dapat mengalami gangguan kejiwaan, seperti kecemasan; kesepian; kebosanan; perilaku yang menyimpang; dan psikosomatik.⁷

Makna kesehatan mental secara umum ialah individu yang dapat menyadari setiap potensi yang dimiliki oleh dirinya, mampu mengelola dan manajemen stres dengan baik, dapat melakukan pekerjaan secara produktif serta mempunyai dampak positif bagi orang yang berada disekitarnya. Oleh sebab itu, kesehatan mental menjadi hal fundamental dalam kehidupan manusia, namun saat ini kesadaran akan pentingnya memahami makna kesehatan mental di Indonesia sendiri masih kurang. Hal ini dapat terlihat dari data kemenkes hingga Juni 2020 terdapat setidaknya 277 ribu kasus

⁵ S H Wibowo et al., *Teknologi Digital di Era Modern*, ed. Diana Purnama Sari, Edisi Pertama (Padang: PT Global Eksekutif Teknologi, 2023)

⁶ Riswana Khairunnisa et.al., "Internet Addiction Disorder Pada Generasi-Z Di Era Modernisasi," *Proceeding Conference On Psychology and Behavioral Sciences* 1, no. 1 (2022): 73–77.

⁷ Neneng Munajah, 'Agama Dan Tantangan Modernitas', *Tahdzib Al-Akhlaq: Jurnal Pendidikan Islam*, 4.1 (2021), pp. 83–92, doi:10.34005/tahdzib.v4i1.1433.

kesehatan jiwa di Indonesia. angka tersebut semakin meningkat pesat saat pandemi Covid-19 berlangsung di Indonesia.⁸

Tidak hanya di Indonesia, tingginya kasus gangguan kejiwaan di seluruh dunia menjadi perhatian khusus para pemangku kepentingan yang terkait dengan kebijakan kesehatan mental. Pada tahun 2014, WHO menetapkan *Living with Schizophrenia* sebagai tema hari kesehatan mental sedunia yang diperingati tiap tanggal 12 Oktober. Tema ini dipilih karena Skizofrenia merupakan gangguan psikotik yang paling lazim terjadi dan memiliki tingkat global cukup tinggi, yaitu 0.7-1% dari total populasi seluruh dunia.⁹

Gangguan jiwa berat adalah gangguan jiwa yang ditandai dengan terganggunya kemampuan menilai realistis dan tilikan diri (*insight*) yang buruk. Gejala yang menyertai gangguan ini antara lain berupa halusinasi, gangguan proses berpikir dan kemampuan berpikir, serta tingkah laku aneh seperti katatonik.

Sehingga dengan realitas di atas, dapat dikatakan bahwa kehidupan manusia tidak pernah terlepas dari masalah yang selalu terjadi dalam berbagai aspek kehidupannya baik pribadi, sosial, belajar maupun karir. Disisi lain, keinginan bebas dari keterikatan masalah merupakan usaha berbagai pihak dan pengembangan metode maupun peningkatan pemikiran dan keyakinan. Tujuannya adalah untuk menemukan solusi terbaik dan memberikan berbagai pilihan alternatif dalam mengatasi tekanan psikologis yang mengganggu ketentraman, kesehatan, dan kebahagiaan hidup manusia.

Di era modern ini, semangat dan antusiasme masyarakat modern untuk mengintegrasikan agama dan spiritual kedalam rutinitas hidup naik drastis. Beberapa dekade lalu, beberapa cendekiawan menyimpulkan bahwa di era modern nanti, era yang dianggap memiliki kemajuan teknologi yang mutakhir, agama tidak akan lagi memiliki peran yang signifikan dalam kehidupan. Mereka menganggap bahwa teknologi akan mampu mengatasi

⁸ Abdul Aziz, 'Kesehatan Mental Dan Implikasinya Bagi Masyarakat Modern', *Counselle*, 2.2 (2022).

⁹ Firad Wijaya, 'Agama Dan Spiritual Dalam Bimbingan Konseling', *Al-Insan*, 2.1 (2021).

atau menyelesaikan semua permasalahan kehidupan manusia.¹⁰ Namun kenyataannya tidaklah demikian. Sekarang agama menjadi rujukan utama orang-orang yang haus akan aspek-aspek batiniah dalam hidupnya. Hal ini berkaitan dengan tujuan dan makna hidup, akan tetapi banyak pula orang yang beralih kepada spiritualitas untuk mencari solusi permasalahan dalam hidupnya.

Menurut Glock dan Strak, spiritual merupakan keyakinan, peribadatan, pengalaman, dan pengetahuan. Selanjutnya secara psikologis manfaat dari spiritualitas adalah memberikan keyakinan dan pikiran positif.¹¹

Peralihan manusia kepada hal-hal agamis tidak serta merta berupa pengalihan fokus. Manusia cenderung beralih kepada agama yang memiliki konten spiritual dan esoterisme yang lebih tinggi. Belakangan ini, kebanyakan orang merujuk kepada Buddhisme atau diskursus filsafat esoteris dengan laku asketik yang diadopsi dari Hinduisme atau Budaya Timur lainnya, seperti yoga; meditasi; dan gaya hidup holistik lainnya, dengan harapan mencapai keseimbangan lahir dan batin. Agama-agama yang berupa ritual belaka tak mendapat perhatian lebih, dan bahkan terkadang tak digubris sama sekali.¹²

Kesehatan mental lahir dari kepribadian individu yang matang. Semua indikator kepribadian yang matang tersebut ada pada kepribadian Nabi Muhammad SAW, yakni sosok yang mampu menyeimbangkan antara dimensi kehidupan yang ada, baik jasmani dan rohani dengan pendekatan spiritual yang dicontohkan melalui akhlak yang terpuji.

¹⁰ Endang Sri Rahayu, "Bertasawuf Di Era Modern: Tasawuf Sebagai Psikoterapi," *Jurnal Emanasi, Jurnal Ilmu Keislaman dan Sosial* 2, no. 2 (2020): 1–9.

¹¹ Najoa, *Memahami Hubungan Religiusitas ...*, hlm. 65.

¹² Dwi Wulan Sari and Meilinda Sari Putri, 'Relevansi Pendidikan Islam Di Era Digital Dalam Menavigasi Tantangan Modern', *SICEDU: Science and Education Journal*, 2.2 (2023), pp. 372–80.

Dalam merealisasikan kesehatan mental dalam Islam meliputi tiga metode yaitu metode penguatan dimensi spiritual, metode menguasai dimensi biologis, dan metode mempelajari hal yang urgen untuk kesehatan mental.¹³ Untuk memperoleh ketenangan dan ketentraman jiwa individu secara hakiki, Islam dari awal mengajak manusia kepada iman dan takwa kepada Allah SWT. Ketika benar-benar dilakukan maka memiliki pengaruh besar dalam merubah kepribadian masyarakat dan pengamalannya dapat dirasakan dengan baik dalam pengalaman spiritual dan dapat dibuktikan bila otak dapat discan dengan alat ketenangan dan kesehatan mental, sehingga mereka menjadi jiwa yang tak lagi mengkhawatirkan hal-hal yang dahulu sangat mereka cemas seperti rasa takut mati, takut miskin, takut terkena musibah, maupun takut kepada sesama manusia. Dengan keimanan dan tauhid mereka benar-benar merasakan keamanan jiwa.

Ketika keimanan telah matang dan tujuan hidup terarah menuju Allah SWT, penguatan pada dimensi spiritual dilakukan dengan membebaskan syariat. Praktik-praktik ibadah seperti shalat, puasa, zakat, haji merupakan upaya pendidikan untuk membentuk kepribadian manusia. Ketika orang-orang mengalami tekanan, pengalaman emosional yang buruk, pertarungan batin yang menyebabkannya menderita penyakit jiwa, aktivitas ibadah-ibadah di dalam Islam dapat berfungsi sebagai media psikoterapi yang baik.¹⁴

Sebagai calon pendidik penting untuk terus mengikuti laju perkembangan zaman tanpa meninggalkan nilai-nilai Islam. Kesehatan mental yang sekarang marak digaungkan oleh masyarakat yang dapat dikaji melalui pendekatan pendidikan Islam, sebab kesehatan mental itu sendiri erat kaitannya dengan penanaman nilai dan emosi serta perasaan bagi penganutnya. Pembahasan mengenai spiritual dan kesehatan mental banyak dibahas oleh Husein Bin Ja'far Al Hadar dalam diskusinya yakni unggahan video yang ditayangkan di channel Youtube "Cahaya Untuk Indonesia".

¹³ Pasiska, et.al, "Menjaga Kesehatan Mental Dengan Pendekatan Shalat: Analisis Sanad Dan Matan Hadis," *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam* 1, no. 2 (2020): 227.

¹⁴ Pasiska, *Menjaga Kesehatan Mental ...*, hlm. 15.

Cahaya Untuk Indonesia sendiri banyak menayangkan obrolan-obrolan seputar kesehatan mental yang sering dialami masyarakat dengan berupa diskusi yang menghadirkan berbagai narasumber bersamaan dengan Husein Bin Ja'far Al Hadar di dalamnya sebagai tokoh agama yang memberikan solusi dalam kacamata Islam. Seperti videonya yang berjudul “Punya Masalah Kesehatan Mental, Apa Cukup dengan Sabar dan Syukur?” dan “4 Komponen Kekuatan untuk Bisa Bangkit Setelah Jatuh Terpuruk” dan juga keterkaitannya dalam channel Youtube, Analisa Channel dengan video berjudul “Agama Vs Psikolog – Perspektif Habib Husein Ja'far dan Analisa”. Beliau banyak membahas mengenai kesehatan mental yang dapat terjadi pada masyarakat belakangan ini kemudian dikaitkan dengan peran agama Islam (spiritual) sebagai media solusinya.

Dalam menyampaikan dakwah itu perlu menyesuaikan dengan siapa dan dimana kita berbicara agar ilmu agama yang disampaikan dapat sampai kepada yang dituju dan dapat membangun sebuah kedekatan dengan anak muda dengan tidak membuat kesan diceramahi, namun lebih seperti mengajak curhat. Dengan begitu, beliau aktif dalam berdakwah melalui konten dan salah satunya yakni Youtube, dimana hal tersebut menjadi media yang efektif dalam berdakwah di era modern saat ini terutama generasi-generasi yang suka bersosial media yang bahkan banyak mencari topik pembahasan mengenai kesehatan mental, sehingga hal tersebut menjadikan banyak generasi muda lebih bisa menerima konten dakwah seperti ini.

Penelitian ini penting dilakukan guna mencari lebih dalam peranan pendidikan Islam dalam kesehatan mental yang tengah ramai dikalangan masyarakat. Oleh karenanya peneliti tertarik untuk mengangkat gagasan dan pemikiran Husein Bin Ja'far Al Hadar mengenai kaitan antara pendidikan Islam dengan kesehatan mental yang akan dirancang menjadi penelitian skripsi dengan judul “Peran Pendidikan Islam dalam Kesehatan Mental Perspektif Husein Bin Ja'far Al Hadar”.

B. Definisi Konseptual

Definisi konseptual adalah suatu bentuk konsep yang masih mempunyai makna abstrak dan merupakan definisi yang digunakan secara sederhana untuk membantu peneliti dalam melakukan penelitian. Definisi konseptual yang digunakan peneliti dalam penelitian ini berjumlah:

1. Pendidikan Islam

Menurut Ahmad Tafsir, pendidikan dalam Islam adalah “Siapa saja yang bertanggung jawab terhadap perkembangan peserta didik. Mereka harus dapat mengupayakan perkembangan seluruh potensi peserta didik, baik kognitif, afektif, maupun potensi psikomotor”. Potensi-potensi ini demikian dikembangkan secara seimbang sampai mencapai tingkat yang optimal berdasarkan ajaran Islam.

Pendidikan berarti memberikan, mempertahankan, dan memberikan pengajaran, pelajaran, dan pelatihan tentang moralitas dan kecerdasan pikiran. Namun seperti yang dinyatakan oleh Al-ustadz Khursyid Ahmad, agama Islam adalah kepercayaan kepada Allah SWT bersama dengan ajaran dan tanggung jawab yang terkait dengannya. Al-ustadz Khursyid Ahmad mengatakan bahwa Islam adalah agama dari Allah SWT yang mengandung peraturan hidup untuk memberi petunjuk kepada manusia.¹⁵

Pendidikan Islam menaruh perhatian yang lebih besar kepada nilai ruhaniyyah dan akhlak. Agama dan akhlak menjadi bingkai umat bagi masyarakat Islam dan pendidikan Islam. Dalam tujuan pendidikan, ruh dan akhlak merupakan tujuan pertama dan tertinggi bagi pendidikan Islam.

Didapat makna pendidikan Islam yang dimaksud disini ialah usaha yang berupa asuhan dan bimbingan terhadap individu agar kelak dapat memahami dan mengamalkan Islam serta menjadikannya sebagai pandangan hidup.

¹⁵ Putri Tsamrotur Rizqiah, ‘Pembinaan Kesehatan Mental Remaja Dalam Pendidikan Islam Perspektif Prof. Dr. Zakiah Daradjat MA’ (UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2023).

Pendidikan Islam berarti pendidikan yang berakar dari perkataan didik yang berarti ajar dan jaga. Setelah dijadikan analogi pendidikan maka bisa diuraikan sebagai proses yang berterusan untuk menjaga dan memelihara pembesaran tubuh badan dan pertumbuhan bakat manusia dengan rapih supaya dapat melahirkan orang yang berilmu, baik tingkah laku dan dapat mengekalkan nilai-nilai budaya Islam di masyarakat.

2. Peran Pendidikan Islam

Secara umum, pendidikan Islam dapat dijelaskan sebagai bidang ilmu pendidikan yang berdasarkan prinsip-prinsip Islam. Oleh karena itu, pendidikan Islam haruslah bersandar pada Al-Qur'an dan hadits Nabi. Pendidikan Islam mencakup berbagai upaya untuk mempertahankan fitrah manusia dan mengembangkan sumber daya manusia dengan tujuan akhir membentuk insan kamil yang sempurna sesuai standar Islam.

Pendidikan Islam memiliki orientasi untuk mengajarkan konsep keseimbangan. Dengan ilmu yang diperolehnya, manusia diharapkan mampu mencapai kebahagiaan di dunia, sebagai persiapan untuk kebahagiaan di akhirat. Selain itu, manusia juga diwajibkan untuk menjaga kebutuhan baik secara fisik maupun psikis sebagai bekal untuk menjalani kehidupan di dunia ini. Dalam praktiknya, manusia yang beriman menunjukkan ketaatan kepada Tuhan melalui pelaksanaan ibadah sebagai bukti pengabdian mereka. Mereka yang melakukannya akan mendapatkan kehormatan, sedangkan yang tidak melakukannya akan mendapatkan keterpurukan. Salah satu keistimewaan bagi individu berilmu, sebagai manifestasi dari pendidikan yang diterima, adalah Allah akan meninggikan derajatnya. Dengan demikian, pendidikan Islam mencakup semua aspek kebutuhan manusia, yang mengorientasikan tujuan untuk kebahagiaan di dunia dan di akhirat.¹⁶

¹⁶ Erika A'idatun Nahar and Ahmad Saefudin, 'Peran Pendidikan Islam Dalam Membina Kesehatan Mental Perspektif Al Qur'an', *PROGRESSA: Journal of Islamic Religious Instruction*, 8.1 (2024), pp. 1–13, doi:10.32616/pgr.v8.i1.476.1-13.

Pendidikan Islam mempunyai tujuan yang berintikan tiga aspek yaitu aspek iman, ilmu, dan amal. Yang berisi:

- a. Menumbuhsuburkan dan mengembangkan serta membentuk sikap yang baik dan disiplin serta cinta terhadap agama dalam berbagai kehidupan anak nantinya.
- b. Ketaatan kepada Allah SWT dan Rasul-Nya merupakan motivasi intrinsik terhadap perkembangan ilmu pengetahuan yang harus dimiliki oleh setiap individu. Dengan kata lain, tujuan pada aspek ilmu ini ialah mengembangkan pengetahuan agama, yang dengan pengetahuan itu dimungkinkan pengetahuan pribadi yang berakhlak mulia, yang bertaqwa kepada Allah SWT sesuai dengan ajaran Islam dan mempunyai keyakinan yang mantap kepada Allah SWT.
- c. Menumbuhkan dan membina ketrampilan beragama dalam semua lapangan hidup dan kehidupan serta dapat memahami dan menghayati.¹⁷

3. Kesehatan Mental

Kesehatan mental adalah bidang yang mempelajari bagaimana meningkatkan kesehatan mental. Orang yang sadar atau hatinya selalu tenang, tenang, dan tenang adalah orang yang sehat mentalnya.¹⁸

Dengan komponennya, jiwa bertindak sesuai dengan dirinya sendiri, orang lain, dan lingkungannya. Fungsi jiwa akan selalu bekerja sama untuk mempersiapkan diri menghadapi keadaan yang selalu berubah, sehingga jiwa tidak akan gelisah atau goyah. Secara keseluruhan, kesehatan mental didefinisikan sebagai kesehatan rohani dan fisik yang mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya dan mampu mengembangkan potensinya untuk mencapai kebahagiaan dalam dirinya tanpa mengalami tekanan atau stres seperti yang dialami orang lain.

¹⁷ Umi Musya'adah, 'Peran Penting Pendidikan Agama Islam Di Sekolah Dasar', *Aulada: Jurnal Pendidikan Dan Perkembangan Anak*, 1.2 (2020) <<http://e-journal.ikhac.ac.id/index.php/aulada>>.

¹⁸ Suaini, 'Peranan Pendidikan Islam Dalam Membina Kesehatan Mental Anak Perspektif Zakiah Daradjat' (UIN Raden Intan Lampung, 2021).

Terdapat empat ciri sebagai indikator kesehatan mental seseorang, yaitu:

- a. Ada koordinasi dari segenap usaha dan potensinya, sehingga seseorang mudah melakukan adaptasi terhadap tuntutan lingkungan, standar, dan norma sosial serta perubahan sosial yang serba cepat
- b. Memiliki integritas dan regulasi terhadap struktur kepribadian sendiri sehingga mampu memberikan partisipasi aktif kepada masyarakat
- c. Senantiasa giat melaksanakan proses realisasi diri yakni mengembangkan secara riil segenap bakat dan potensi, memiliki tujuan hidup, dan selalu mengarah pada perbaikan diri, dan berusaha melebihi keadaan yang sekarang.
- d. Bergairah, sehat lahir dan batinnya, tenang harmonis kepribadiannya, efisien dalam setiap tindakannya, serta mampu menghayati kenikmatan dan kepuasan dalam pemenuhan kebutuhannya.¹⁹

4. Pendidikan Islam dalam Kesehatan Mental

Penyebutan dan ingatan kepada Allah SWT secara terus-menerus dengan penuh kekhidmatan akan membiasakan hati seseorang untuk senantiasa dekat dan akrab dengan Allah SWT. Akibatnya, secara tidak disadari, berkembanglah kecintaan yang mendalam kepada Allah SWT. Rasulullah SAW, memberikan perintah berzikir dan memberi contoh zikir dengan kata; perbuatan dan isyarat. Yakni dilakukan setiap setelah salat wajib, “*Subhanallah*”, “*Alhamdulillah*”, dan “*Allahuakbar*” sebanyak 33 kali masing-masingnya.²⁰

Berzikir dalam Islam memiliki kemiripan dalam proses aktivitas meditasi dalam agama Budha dan Hindu. Proses psikoterapi dilakukan dengan meditasi untuk membantu proses penyembuhan. Proses meditasi ini merupakan jembatan yang menghubungkan konsep pemahaman

¹⁹ Sandy Ardiansyah, *Kesehatan Mental*, ed. by Neila Sulung and Ilda Melisa, *UPT UNDIP Press Semarang*, Pertama (PT Global Eksekutif Teknologi, 2023) <http://eprints.undip.ac.id/38840/1/KESEHATAN_MENTAL.pdf>.

²⁰ Salastia Paramita Nurhuda, Nasichcah, and Silvania Syah Ayasha, ‘Terapi Dzikir Dalam Kesehatan Mental’, *Jurnal Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni (JISHS)*, 2.1 (2023), pp. 92–96.

kemampuan spiritual dengan ilmu kedokteran. Ilmu psikiatri modern mengajarkan bahwa kemampuan manusia tertinggi terletak pada otak yang mengatur fisik dan mental, sedangkan pengetahuan spiritual mengajarkan kekuatan spiritual manusia yang mengatur pikiran dan fisik dalam otak sehingga dengan begitu dapat menjaga kesehatan mental dengan mendekatkan diri kepada Allah SWT.²¹

5. Pandangan Husein Bin Ja'far Al Hadar tentang Pendidikan Islam dan Kesehatan Mental

Pendidikan Islam dalam kesehatan mental dapat dipahami dengan mengetahui bahwa agama itu harus dipelajari dan diterapkan sedini mungkin agar agama tidak hanya diyakini sebagai suatu doktrin sebuah hukum ataupun ajaran shalat, zakat, puasa, dan haji saja. Namun agama harus dijadikan sebagai gaya hidup, karena agama memiliki berbagai cara agar kita bahagia dalam kehidupan yang dimulai sejak kita tidur bahkan saat melakukan berbagai aktivitas.²²

Adapun kesehatan mental dalam psikologi yang memiliki makna tak beda jauh dengan sebelumnya dengan tujuan dapat terpengaruh dengan adanya dakwah dan dapat diimplementasikan dalam kehidupan sehingga dapat dijadikan cara untuk memperbaiki pola pikir, pengelolaan hati, memperbaiki cara melihat orang yang berbeda, juga melihat cara orang yang buruk tapi dengan penglihatan cinta.

Dari pernyataan tersebut didapat bahwa pendidikan Islam dalam kesehatan mental memiliki peranan penting dengan membentuk kepribadian serta pola pikir manusia dalam berkehidupan sehingga setiap individu tentunya harus memberikan ruang pada dirinya untuk mempelajari agama dalam kehidupannya karena satu sama lain saling tumpang tindih.

²¹ Putri Tsamrotur Rizqiah, *Pembinaan Kesehatan Mental ...*, hlm. 30.

²² Analisa Channel, *Agama Vs Psikologi - Perspektif Habib Husein Ja'far & Analisa* (Indonesia: www.youtube.com, 2021), https://youtu.be/s0Ze_CX3TEc?si=6d9NQqLJC7ddP88S, diakses pada tanggal 22 Desember 2023.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dipaparkan diatas, maka peneliti merumuskan pokok permasalahan yaitu bagaimana peran pendidikan Islam dalam kesehatan mental perspektif Husein Bin Ja'far Al Hadar?

D. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Dalam melaksanakan penelitian, tentunya terdapat tujuan dan manfaat yang diharapkan dapat memberikan kebermanfaatan untuk memperluas keilmuan. Adapun tujuan dan manfaat penelitian, yakni sebagai berikut:

1. Tujuan Penelitian

Mendeskripsikan dan menganalisis peran pendidikan Islam dalam kesehatan mental perspektif Husein Bin Ja'far Al Hadar.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

- 1) Sebagai sarana untuk menambah pengetahuan dan kesadaran pembaca mengenai pentingnya pendidikan Islam dan perannya di dalam kesehatan mental menurut perspektif Husein Bin Ja'far Al Hadar
- 2) Sebagai sarana untuk menambah wawasan bagi pembaca guna menemukan kedamaian dalam hidupnya melalui pendalaman spiritual
- 3) Sebagai sumber tambahan literatur bagi penelitian yang akan datang.

b. Manfaat Praktis

1) Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memberi wawasan bagi peneliti mengenai peran pendidikan Islam dalam kesehatan mental menurut perspektif Husein Bin Ja'far Al Hadar.

2) Bagi Guru

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dorongan dalam menanamkan pendidikan Islam pada siswa baik selama pelajaran di dalam kelas maupun diluar kelas untuk menjaga kesehatan mental.

3) Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dorongan dalam menyadarkan siswa agar dapat menanamkan nilai-nilai dalam pendidikan Islam dengan baik terutama dalam kesehatan mental.

4) Bagi Peneliti Berikutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi atau rujukan dalam penyusunan penelitian selanjutnya mengenai peran pendidi Islam dalam kesehatan mental.

E. Kajian Pustaka

Beberapa penelitian terdahulu telah mengemukakan hasil penelitiannya. Maka dari itu peneliti melakukan riset pustaka dengan cara mencari dan menemukan teori-teori yang sudah ada sebelumnya untuk kemudian dapat diketahui terkait perbedaan hasil penelitian terdahulu dengan penelitian yang telah dilakukan saat ini.

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Yusuf, dkk dalam jurnalnya yang berjudul “Urgensi Pendidikan Islam dalam Menjaga Kesehatan Mental Remaja Lingkungan Sekolah pada Era Media Sosial”. Dalam penelitian tersebut mengkaji tentang bagaimana pendidikan Islam berkontribusi dalam menjaga kesehatan mental peserta didik usia remaja di tengah semakin masifnya perkembangan dan pengaruh media sosial pada era sekarang ini. Persamaan dalam penelitian yang akan dilakukan yaitu sama-sama mengkaji tentang pentingnya pendidikan Islam dengan kesehatan mental. Sedangkan perbedaannya yaitu dalam penelitian tersebut membahas mengenai pendidikan Islam dengan kesehatan mental pada remaja di lingkungan sekolah dengan fokus era media sosial, sedangkan peneliti lebih

fokus pada pendidikan Islam dalam kesehatan mental dengan perspektif Husein Bin Ja'far Al Hadar.²³

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Assyifa Noor Izzah Tanjung dan Cucu Setiawan dalam jurnalnya yang berjudul “Peran Agama Islam terhadap Kesehatan Mental menurut Zakiah Daradjat”. Dalam penelitian tersebut mengkaji tentang peran agama Islam terhadap kesehatan mental menurut Zakiah Daradjat. Persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu sama-sama mengkaji tentang pendidikan Islam dengan kesehatan mental. Sedangkan perbedaannya yaitu dalam penelitian tersebut membahas mengenai peran dari pendidikan Islam dalam kesehatan mental dengan perspektif Zakiah Daradjat, sedangkan peneliti lebih terfokus pada peran dari pendidikan Islam dalam kesehatan mental dengan perspektif Husein Bin Ja'far Al Hadar.²⁴

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Yasipin, dkk dalam jurnalnya yang berjudul “Peran Agama dalam Membentuk Kesehatan Mental Remaja”. Dalam penelitian tersebut bertujuan untuk mendeskripsikan dan mengetahui peran Agama dalam membentuk kesehatan mental pada remaja berdasarkan Evidence Based. Persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu sama-sama mengkaji tentang pentingnya spiritual dengan kesehatan mental. Sedangkan perbedaannya yaitu dalam penelitian tersebut membahas mengenai peranan dari agama (spiritual) dalam kesehatan mental yang berfokus pada remaja, sedangkan peneliti lebih terfokus pada peran dari pendidikan Islam dalam kesehatan mental dengan perspektif Husein Bin Ja'far Al Hadar.²⁵

Keempat, penelitian yang dilakukan oleh Suaini dalam skripsinya yang berjudul “Peranan Pendidikan Islam Dalam Membina Kesehatan Mental

²³ Muhammad Yusuf et.al, “Urgensi Pendidikan Islam Dalam Menjaga Kesehatan Mental Remaja Di Lingkungan Sekolah Pada Era Media Sosial,” *IQ (Ilmu Al-qur'an): Jurnal Pendidikan Islam* 5, no. 01 (June 29, 2022): 1–17.

²⁴ Assyifa Noor et.al., “Peran Agama Islam Terhadap Kesehatan Mental Menurut Zakiah Daradjat,” *Gunung Djati Conference Series* 8 (2022).

²⁵ Silvia Ayu Rianti and Nurman Hidayat, "Peran Agama Dalam Membentuk Kesehatan Mental Remaja", *Jurnal Manthiq*, 2020.

Anak Perspektif Zakiah Daradjat”. Dalam penelitian tersebut mengkaji tentang peranan pendidikan Islam di dalam membina kesehatan mental anak perspektif Zakiah Daradjat. Persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu sama-sama mengkaji tentang pendidikan Islam dan kesehatan mental perspektif seorang tokoh. Sedangkan perbedaannya yaitu dalam penelitian tersebut memfokuskan perspektif menurut Zakiah Daradjat, sedangkan peneliti lebih terfokus pada perspektif menurut Husein Bin Ja’far Al Hadar.²⁶

Penelitian yang akan dilakukan dalam penelitian ini terkait dengan beberapa penelitian sebelumnya. Penelitian ini melibatkan hubungan dengan kesehatan mental dan kaitannya dengan Islam. Namun, ada beberapa perbedaan antara penelitian ini dan penelitian sebelumnya. Perbedaan mendasar ini terletak pada jenis karya yang diteliti dan teori-teori yang digunakan sebagai dasar penelitian dan sumber utama untuk menentukan spesifik dengan pendidikan Islam.

Tidak hanya itu, perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada objek penelitiannya yaitu mengenai kesehatan mental perspektif Husein Bin Ja’far Al Hadar yang kemudian dikaitkan dengan pendidikan Islam. Penelitian ini akan memaparkan tentang bagaimana kesehatan mental dapat terbentuk dan langkah-langkah yang dapat dilakukan untuk menjaga kesehatan mental, kemudian bagaimana relevansinya terhadap pendidikan Islam.

F. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian kepustakaan ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Penelitian kepustakaan adalah jenis penelitian yang melibatkan pengumpulan data dan informasi melalui penggunaan primer berbagai macam bahan yang tersedia di perpustakaan, seperti buku referensi, hasil penelitian sebelumnya yang serupa, artikel, catatan, dan berbagai jurnal

²⁶ Suaini., *Peran Pendidikan Islam ...*, hlm. 13.

yang relevan dengan topik penelitian. Bahan-bahan ini juga dapat diakses melalui internet. Proses ini dilakukan secara sistematis untuk mengumpulkan, mengolah, dan menyimpulkan data untuk mencari solusi masalah.²⁷ Deskriptif kualitatif terdiri dari tulisan dan perilaku orang yang akan diamati selama penelitian kualitatif. Pada akhirnya, proses berpikir induktif dapat dipahami melalui penelitian kualitatif.²⁸

Penelitian kepustakaan ini dipilih peneliti karena dalam mengumpulkan informasi dan data penelitian akan seluruhnya menggunakan sumber yang ada di perpustakaan, seperti buku, hasil penelitian sebelumnya, artikel, jurnal, dan sumber lain dari internet seperti berbagai konten video Youtube di channel milik Husein Bin Ja'far Al Hadar yang membahas tentang agama Islam dan keterkaitannya dengan tema penelitian yang akan diteliti.

2. Sumber Data

Sumber data untuk penelitian ini termasuk konten di YouTube, artikel, buku, jurnal, skripsi, majalah, dokumen, dan sumber literatur lainnya. Peneliti menggunakan sumber primer dan sekunder untuk mendukung penelitian mereka.

a. Sumber Primer

Dalam penelitian ini sumber primer yang digunakan yaitu video Husein Bin Ja'far Al Hadar yang berjudul “Agama Vs Psikolog – Perspektif Habib Husein Ja'far dan Analisa” di channel Youtube Analisa Channel.²⁹ Peneliti fokus pada video tersebut sebab memiliki keterkaitan dengan penelitian peneliti

²⁷ Milya Sari, “Penelitian Kepustakaan (Library Research) Dalam Penelitian Pendidikan IPA,” *Natural Science: Jurnal Penelitian Bidang IPA dan Pendidikan IPA* (2020): 41–53.

²⁸ Daud Setiawan, “Gaya Hidup Minimalis Perspektif Dr. Fahrudin Faiz Dan Relevansinya Terhadap Pendidikan Islam”, (UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, 2023).

²⁹ Analisa Channel, *Agama Vs Psikologi - Perspektif Habib Husein Ja'far & Analisa* (Indonesia: www.youtube.com, 2021), https://youtu.be/s0Ze_CX3TEc?si=6d9NQqLJC7ddP88S, diakses pada tanggal 22 Desember 2023.

b. Sumber Sekunder

Penggunaan sumber dan dokumen tambahan untuk mendukung persyaratan penelitian menghasilkan sumber sekunder. Pada penelitian ini merujuk kepada video Husein Bin Ja'far Al Hadar yang berjudul "Punya Masalah Kesehatan Mental, Apa Cukup dengan Sabar dan Syukur?"³⁰ dan "4 Komponen Kekuatan untuk Bisa Bangkit Setelah Jatuh Terpuruk"³¹ di channel Youtube Cahaya Untuk Indonesia, buku karya Husein Bin Ja'far Al Hadar yang berjudul *Tuhan Ada di Hatimu* dan *Apalagi Islam itu Kalau Bukan Cinta?!*, buku karya Dr. Zakiah Daradjat yang berjudul *Kesehatan Mental*, buku karya Dr. H. Abdullah. B yang berjudul *Ilmu Pendidikan Islam*, dan berbagai bahan pendukung lainnya yang sesuai dengan pokok bahasan.

3. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dapat dilakukan dengan mencari sumber dan menkontruksi dari berbagai sumber, seperti buku, jurnal, dan penelitian sebelumnya. Untuk mendukung proposisi dan gagasan,³² Bahan pustaka yang diperoleh dari berbagai referensi harus dijelaskan secara kritis. Dalam penelitian ini, studi dokumen yang tepat digunakan karena masalah yang akan ditangani peneliti berasal dari konten video YouTube. Sumber utama penelitian ini adalah yaitu video Husein Bin Ja'far Al Hadar yang berjudul "Agama Vs Psikolog – Perspektif Habib Husein Ja'far dan Analisa" di channel Youtube Analisa Channel.

4. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah teknik yang mengubah siklus informasi menjadi struktur yang lebih mudah dibaca dan dijelaskan. Untuk menganalisis data, peneliti menggunakan teknik analisis kualitatif dan

³⁰ Cahaya Untuk Indonesia, *Punya Masalah Kesehatan Mental, Apa Cukup Dengan Sabar Dan Syukur?* (www.youtube.com, 2021) <https://youtu.be/PpNlu8zRJIQ?si=b6oKDAf5g_k45KzU>, diakses pada 22 Desember 2023.

³¹ Cahaya Untuk Indonesia, *4 Komponen Kekuatan Untuk Bisa Bangkit Setelah Jatuh Terpuruk* (www.youtube.com, 2021), https://youtu.be/1lziThGUouY?si=CGD7d-eJuR_emY-, diakses pada 22 Desember 2023.

³² Miza Nina Adlini and Et.al, 'Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka', *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*, 6.1 (2022), pp. 974–80, doi:10.33487/edumaspul.v6i1.3394.

menggunakan metode analisis isi, yang berarti memilih, membandingkan, menggabungkan, dan memilih berbagai pengertian untuk menemukan data yang relevan.³³

Analisis yang dilakukan oleh peneliti yaitu dengan meneliti teks dalam video. Video Youtube yang digunakan dalam penelitian ini adalah video Husein Bin Ja'far Al Hadar yang berjudul “Agama Vs Psikolog – Perspektif Habib Husein Ja'far dan Analisa” di channel Youtube Analisa Channel.

Adapun mengenai langkah-langkah pelaksanaan analisis data yang akan diteliti yaitu sebagai berikut:

- a. Peneliti terlebih dahulu mengamati secara keseluruhan isi video Agama Vs Psikolog – Perspektif Habib Husein Ja'far dan Analisa, untuk kemudian mendengarkan ulang bagian-bagian yang dianggap penting.
- b. Mengubah rekaman video ke dalam bentuk tulisan, dengan menggunakan website anthigo.com dimana link video Youtube dimasukkan kedalamnya untuk mendapatkan transkrip teks video tersebut
- c. Menganalisis isi dari tiap-tiap kalimat untuk kemudian mendeskripsikannya
- d. Kontekstualisasi, peneliti mengarahkan pesan dari isi video terhadap sudut pandang keilmuan lain yang dalam hal ini yaitu dari sudut pandang psikologi kemudian menyimpulkan hasil penelitian.

G. Sistematika Pembahasan

Bagian awal terdiri dari Halaman Judul, Halaman Pernyataan Keaslian, Halaman Pengesahan, Halaman Nota Dinas Pembimbing, Halaman Abstrak, Halaman Pedoman Transliterasi, Halaman Motto, Halaman Persembahan, Halaman Kata Pengantar, Halaman Daftar Isi, dan Halaman Daftar Lampiran.

³³ Rahma Sivatur Rizma, “Perspektif Mohammad Fauzil Adhim Program Studi Pendidikan Agama Islam Jurusan Pendidikan Islam Universitas Islam Negeri”, (UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, 2023).

Bab I berisi Pendahuluan yang terdiri dari latar belakang masalah, definisi konseptual, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, kajian pustaka, metode penelitian, dan sistematika pembahasan.

Bab II berisi Kajian Teori Pendidikan Islam dan Kesehatan Mental. Pada bab ini terdiri dari beberapa sub bab, antara lain pendidikan Islam (pengertian pendidikan Islam, dasar pendidikan Islam, tujuan pendidikan Islam dan fungsi pendidikan Islam); kesehatan mental (pengetian kesehatan mental, prinsip kesehatan mental, karakteristik mental yang sehat, dan gangguan perasaan karena kesehatan mental); hubungan agama dan kesehatan mental; dan peran pendidikan Islam terhadap kesehatan mental.

Bab III berisi Profil Husein Bin Ja'far Al Hadar. Pada bab ini terdiri dari beberapa sub bab, antara lain biografi Husein Bin Ja'far Al Hadar; aktivitas dakwah Husein Bin Ja'far Al Hadar; karya-karya Husein Bin Ja'far Al Hadar.

Bab IV berisi Perspektif Husein Bin Ja'far Al Hadar. Pada bab ini terdiri dari beberapa sub bab, antara lain pendidikan Islam dan kesehatan mental (pendidikan Islam, kesehatan mental); peran pendidikan Islam dalam kesehatan mental (hubungan agama dan kesehatan mental, peranan pendidikan Islam dalam kesehatan mental); dan peran pendidikan Islam dalam kesehatan mental perspektif Husein Bin Ja'far Al Hadar

Bab V berisi Penutup yang terdiri dari kesimpulan, saran, dan penutup. Dan bagian akhir penelitian ini terdiri dari Daftar Pustaka, Lampiran-lampiran dan Daftar Riwayat Hidup.

BAB II

TEORI PENDIDIKAN ISLAM DAN KESEHATAN MENTAL

A. Pendidikan Islam

1. Pengertian Pendidikan Islam

Pendidikan Islam dalam segi umum merupakan ilmu pendidikan yang memiliki dasar Islam, sehingga pendidikan Islam harus bersumber pada Al-Qur'an dan hadits Nabi Muhammad SAW. Adapun pendidikan Islam adalah sebuah proses pemberian bimbingan yang dilakukan secara sadar dengan pemberian materi berupa seluruh nilai dan aspek dalam Islam, baik menyangkut aqidah; syariah (ibadah); maupun muamalah dan akhlak.³⁴

Soejoeti berpendapat bahwa ada dua jenis pendidikan Islam. Pertama, pendidikan Islam adalah pendidikan yang didirikan dan dilaksanakan karena keinginan untuk mewujudkan Islam, yaitu nilai-nilai, baik dalam lembaga maupun dalam kegiatan yang dilakukannya. Kedua, pendidikan Islam adalah pendidikan yang menghargai dan menanamkan ajaran Islam sebagai program studi.³⁵

Yusuf Qardawi berpendapat bahwa pendidikan Islam adalah pendidikan manusia secara keseluruhan, termasuk akhlak, ketrampilan, jasmani, dan rohani. Namun Hasan Langgulung berpendapat bahwa pendidikan Islam adalah suatu proses persiapan generasi yang mudah untuk melakukan tugas, memindahkan pengetahuan dan nilai-nilai Islam yang sesuai dengan fungsi manusia untuk beramal di dunia dan memperoleh hasil di akhirat.³⁶

Dari beberapa pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa pendidikan Islam ialah suatu proses yang dilandaskan oleh nilai-nilai yang

³⁴ Mappasiara, 'Pendidikan Islam (Pengertian, Ruang Lingkup Dan Epistemologinya)', *Pendidikan Islam*, VII (2020), pp. 147–60.

³⁵ Andi Hidayat and et.al, 'Strategi Pendidikan Islam Di Era Disrupsi', *Strategi Pendidikan Islam Di Era Disrupsi*, 4.2 (2021), pp. 221–22.

³⁶ Dian Fitriana and Et.al, 'Hakikat Dasar Pendidikan Islam', *Tarbawy: Jurnal Pendidikan Islam*, 7.2 (2020), pp. 143–50, doi:10.32923/tarbawy.v7i2.1322.

berisi ajaran Islam melalui adanya suatu pengajaran yang diberikan untuk dijadikan sebuah pedoman dalam hidup umat Islam.

2. Dasar Pendidikan Islam

Pendidikan Islam, seperti yang disebutkan sebelumnya, menunjukkan bahwa pendidikan merupakan salah satu bagian penting dari upaya melanjutkan dan mengekalkan nilai-nilai kebudayaan tertentu dalam beberapa kelompok masyarakat. Dengan demikian, pendidikan dapat dianggap sebagai alat untuk mencapai suatu tujuan bagi masyarakat, dan nilai-nilai tertinggi dari perspektif masyarakat di mana pendidikan diberikan.

Adapun dasar-dasar pendidikan Islam menurut Mahyudin Bahri, diantaranya:

a. Al-Qur'an

Allah SWT telah menurunkan Al-Qur'an kepada Nabi Muhammad SAW sebagai wahyu untuk seluruh umat manusia. Al-Qur'an juga merupakan pedoman hidup yang lengkap, yang mencakup semua aspek kehidupan manusia secara universal.³⁷ Al-Qur'an, yang juga dikenal sebagai wahyu dan kalam Allah SWT, adalah kitab suci umat Islam yang berisi informasi tentang kehidupan dunia dan akhirat. Ia adalah sumber pengetahuan terlengkap untuk seluruh alam semesta, termasuk pendidikan sosial (sosial), moral (akhlak), spiritual (kerohanian), dan material (jasmani). Al-Qur'an tidak pernah pudar atau berubah. Terlepas dari kenyataan bahwa hanya interpretasi manusia terhadap teks ayat yang dapat mempengaruhi pemaknaannya, ada kemungkinan bahwa tafsir yang dikaji oleh para mufassirin berubah sesuai dengan perubahan zaman, situasi, kondisi, dan kemampuan manusia untuk menginterpretasikannya.

Jika kita melihat Al-Qur'an sebagai dasar pendidikan, kita dapat melihat bagaimana Al-Qur'an diturunkan secara bertahap dan banyak peristiwa yang melatarbelakanginya, yang menunjukkan suatu

³⁷ Mahyuddin Barni, 'Dasar Dan Tujuan Pendidikan Islam', *Al-Banjarni*, 7.I (2020), pp. 3–6.

proses pendidikan yang telah Allah SWT tunjukkan kepada manusia. Proses ini dapat memberi kita pemahaman baru tentang bagaimana melaksanakan pendidikan secara terencana dan berkesinambungan.

b. Hadits (As-Sunnah)

Setelah Al-Qur'an sebagai dasar pendidikan Islam, adapun as-sunnah. Secara sederhana, hadits atau as-sunnah merupakan suatu jalan atau cara yang pernah dicontohkan Nabi Muhammad SAW dalam perjalanan kehidupannya melaksanakan dakwah Islam.³⁸ Ada beberapa contoh yang dibagi kedalam tiga macam, yaitu: *Pertama, hadits qauliyah* yaitu yang berisikan ucapan; pernyataan dan persetujuan Nabi Muhammad SAW. *Kedua, hadits fi'liyat* yaitu yang berisi tindakan atau perbuatan yang pernah dilakukan oleh Nabi Muhammad SAW. *Ketiga, hadits taqriyat* yaitu merupakan persetujuan Nabi Muhammad SAW atas tindakan dan peristiwa yang terjadi.

Dari semua contoh baik yang telah dilakukan oleh Nabi Muhammad SAW, merupakan suatu bentuk sumber sebagai patokan yang dapat dijadikan dasar pendidikan bagi umat Islam dalam kehidupannya. Meskipun secara garis besar dalam syariat Islam telah terkandung dalam Al-Qur'an, namun segala hukum yang terkandung belum mengatur semua dimensi aktivitas dalam kehidupan umat secara terperinci serta analitis. Penjelasan secara syariat yang terkandung di dalam Al-Qur'an masih bersifat umum. Dengan demikian, maka diperlukan suatu hadits sebagai penjelasan dan penguat hukum-hukum Qur'aniyah yang ada, serta sebagai suatu pedoman untuk kemaslahatan hidup manusia dalam semua aspeknya. Maka, dapat kita lihat bahwa posisi Nabi Muhammad SAW sebagai sumber atau dasar utama setelah Al-Qur'an. Eksistensi hadits sebagai sumber ilmu pengetahuan yang di dalamnya berisi suatu keputusan serta penjelasan dari pesan-pesan Illahiah yang tidak terdapat dalam Al-Qur'an dan masih memerlukan suatu penjelasan lebih lanjut secara terperinci.

³⁸ Mahyuddin Barni, *Dasar Dan Tujuan VII ...*, hlm. 5.

3. Tujuan Pendidikan Islam

Tujuan pendidikan Islam, sama halnya seperti pendidikan umumnya yaitu berusaha membentuk kepribadian manusia yang sempurna melalui proses yang panjang dan mendapatkan hasil yang tidak dapat diketahui secara langsung. Sehubungan dengan itu, pendidikan Islam harus dapat memahami serta menyadari betul apa sebenarnya yang hendak dicapai dalam proses pendidikan.³⁹ Tujuan pendidikan Islam secara khusus yaitu diantaranya adalah: *Pertama*, memberitahukan kepada generasi penerus bangsa suatu akidah Islam, dasar-dasarnya, asal-usul ibadah, serta tata cara pelaksanaan ibadah secara benar, dengan memberikan pembiasaan-pembiasaan kepada mereka agar berhati-hati dalam mematuhi akidah agama serta dapat menjalankan dan menghormati syair-syair agama. *Kedua*, menumbuhkan suatu kesadaran terhadap agama serta prinsip-prinsip dan dasar-dasar akhlak mulia. *Ketiga*, menanamkan keyakinan akan rukun iman berdasarkan pemahaman dan kesadaran serta perasaan bahwa Allah SWT pencipta alam semesta, malaikat-malaikat, rasul-rasul, kitab-kitab dan hari kiamat itu ada. *Keempat*, mewujudkan akan rasa minat sebagai generasi muda untuk menambah pengetahuan dalam agama serta adab untuk dapat mengikuti hukum-hukum agama dengan rasa kecintaan dan kerelaan.⁴⁰

Tujuan pendidikan Islam jika dilihat dari pendapat para ahli muslim, diantaranya:

- a. Menurut Abdul Munir Mul Khan, menyebutkan bahwa tujuan pendidikan Islam ialah sebagai suatu proses pengaktualisasian akal yang secara teknis dengan mengutamakan kecerdasan keterampilan, kedewasaan serta kepribadian yang sempurna.
- b. Menurut Ibnu Khaldun, mengatakan bahwa tujuan pendidikan Islam ialah upaya pembentukan suatu aqidah atau keimanan secara mendalam. Menumbuhkan dasar akhlak karimah dengan melalui jalan

³⁹ Muhammad Rusmin B, 'Konsep Dan Tujuan Pendidikan Islam', VI.1 (2020), pp. 72–80.

⁴⁰ Muhammad Rusmin B, *Konsep VI ...*, hlm. 78.

yang sesuai dengan syariat ke-Islaman dan dapat mendidik jiwa-jiwa manusia dengan menegakkan akhlak yang akan menanamkan mereka kepada perbuatan yang terpuji.⁴¹

Dapat disimpulkan tujuan pendidikan Islam yaitu untuk mencerdaskan bangsa, membentuk kepribadian yang sempurna sebagai muslim sehingga dapat menanamkan nilai-nilai ajaran Islam yang telah diperolehnya, serta dapat menjadi hamba-hamba Allah SWT yang taat kepada-Nya, agar memperoleh kebahagiaan di dunia dan akhirat kelak.

4. Fungsi Pendidikan Islam

Fungsi pendidikan Islam adalah menyediakan segala fasilitas yang dapat memungkinkan tugas-tugas pendidikan Islam tercapai dan berjalan dengan lancar. Penyediaan fasilitas ini mengandung arti dan tujuan yang bersifat struktural dan institusional.⁴²

Fungsi pendidikan Islam secara mikro adalah proses penanaman nilai-nilai ilahiah pada diri anak didik, sehingga mereka mampu mengaktualisasikan dirinya semaksimal mungkin sesuai dengan prinsip-prinsip religius. Secara makro, pendidikan Islam berfungsi sebagai sarana pewarisan budaya dan identitas suatu komunitas yang di dalamnya manusia melakukan interaksi dan saling mempengaruhi antara satu dengan lain.⁴³

Secara umum fungsi pendidikan Islam adalah membimbing dan mengarahkan pertumbuhan peserta didik dari tahap ke tahap kehidupannya sampai mencapai titik kemampuan optimal. Sementara fungsinya adalah menyediakan fasilitas yang dapat memungkinkan tugas pendidikan berjalan dengan lancar.⁴⁴

⁴¹ Haidar Putra Daulay and et.al, 'Visi, Misi, Tujuan Dan Fungsi Pendidikan Islam', *Jurnal Ilmiah Al-Hadi*, 6 (2020), pp. 136–50.

⁴² Achmad Patoni, *Ilmu Pendidikan Islam*, 1st edn (Eureka Media Aksara, 2022).

⁴³ Daulay and et.al, *Visi, Misi VI ...*, hlm. 147.

⁴⁴ Daulay and et.al, *Visi, Misi VI ...*, hlm. 148.

Fungsi pendidikan Islam menurut Kurshid Ahmad, diantaranya yaitu:

- a. Alat untuk memelihara, memperluas dan menghubungkan tingkat-tingkat kebudayaan, nilai-nilai tradisi dan sosial, serta ide-ide masyarakat dan bangsa.
- b. Alat untuk mengadakan perubahan, inovasi dan perkembangan yang secara garis besarnya melalui pengetahuan dan kemampuan yang baru ditemukan, dan melatih tenaga-tenaga manusia yang produktif untuk menemukan perimbangan perubahan sosial ekonomi.

B. Kesehatan Mental

1. Pengertian Kesehatan Mental

Menurut Zakiah Daradjat, kesehatan mental adalah pengetahuan dan perbuatan yang bertujuan untuk mengembangkan dan memanfaatkan segala potensi, bakat dan pembawaan yang ada semaksimal mungkin, sehingga membawa kepada kebahagiaan diri dan oranglain; serta terhindar dari gangguan-gangguan dan penyakit jiwa.⁴⁵ Sehingga dapat mewujudkan keharmonisan yang sungguh-sungguh antara fungsi -fungsi jiwa, serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problem-problem biasa yang terjadi, dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya.⁴⁶

Menurut Jalaludin, kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari keluhan dan gangguan mental baik berupa neurosis maupun psikosis (penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial). Kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari gangguan dan penyakit jiwa.⁴⁷

Menurut Abdul Hamid, kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari keluhan dan gangguan mental baik berupa neurosis maupun

⁴⁵ Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental*, ed. by Purwanto, 23rd edn (PT Toko Gunung Agung, 1996).

⁴⁶ Zakiah Daradjat, *Kesehatan ...*, hlm.13.

⁴⁷ Desti Azania and Naan, 'Peran Spiritual Bagi Kesehatan Mental Mahasiswa Di Tengah Pandemi Covid-19', *Humanistika: Jurnal Keislaman*, 7.1 (2021), pp. 26–45, doi:10.55210/humanistika.v7i1.384.

psikosis (penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial). Orang yang sehat mental akan senantiasa merasa aman dan bahagia dalam kondisi apapun, ia juga akan melakukan intropeksi atas segala hal yang dilakukannya sehingga ia akan mampu mengontrol dan mengendalikan dirinya sendiri,⁴⁸

Kesehatan mental menurut Agung Rai, yakni bahwa orang yang sehat mentalnya adalah orang yang terhindar dari gangguan dan penyakit jiwa, mampu menyesuaikan diri, sanggup menghadapi masalah-masalah dan kegoncangan-kegoncangan, adanya keserasian fungsi jiwa, dan merasa bahwa dirinya berharga, berguna, dan berbahagia serta dapat menggunakan potensi-potensi yang ada semaksimal mungkin.⁴⁹

Sedangkan menurut Darajat, kesehatan mental adalah terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya sendiri dan lingkungannya, berlandaskan keimanan dan ketaqwaan, serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan Bahagia di dunia dan di akhirat. Definisi ini memasukkan unsur agama yang sangat penting dan harus diupayakan penerapannya dalam kehidupan, sejalan dengan penerapan prinsip-prinsip kesehatan mental dan pengembangan hubungan baik dengan sesama manusia.⁵⁰

Berdasarkan beberapa pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental adalah suatu kondisi dimana perkembangan fisik, intelektual dan emosional seseorang berkembang sejalan dengan terwujudnya keserasian dan penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya sendiri dan lingkungan yang berlandaskan keimanan dan ketaqwaan sehingga mencapai kehidupan Bahagia di dunia dan di akhirat.

⁴⁸ Faisal Anwar and Putry Julia, 'Analisis Strategi Pembinaan Kesehatan Mental Oleh Guru Pengasuh Sekolah Bersama Si Aceh Besar Pada Masa Pandemi', *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 7.1 (2021), pp. 64–83.

⁴⁹ Eka Sri Handayani, *Kesehatan Mental (Mental Hygiene)*, ed. by Akhmad Rizkhi Ridhani, 1st edn (Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin, 2022), LVI.

⁵⁰ Handayani, *Kesehatan Mental ...*, hlm. 16.

2. Prinsip Kesehatan Mental

Menurut Jaelani, beberapa prinsip kesehatan mental diantaranya:⁵¹

a. Gambaran dan sikap yang baik terhadap diri sendiri

Orang yang memiliki *self image*, memiliki kemampuan menyesuaikan diri dengan dirinya sendiri; orang lain; alam lingkungan; dan tuhan.

b. Keterpaduan atau integrasi diri

Keterpaduan diri berarti adanya keseimbangan antara kekuatan-kekuatan jiwa dalam diri, kesatuan pandangan dalam hidup, dan kesanggupan mengatasi stres. Orang yang memiliki keseimbangan diri berarti orang yang seimbang kekuatan id, ego, dan super egonya.

c. Perwujudan diri

Pentingnya aktualisasi diri dalam kesehatan mental ditegaskan oleh Reiff, dimana menurutnya orang yang sehat mentalnya adalah orang yang mampu mengaktualisasikan diri atau mewujudkan potensi yang dimilikinya dan memenuhi kebutuhannya dengan cara baik dan memuaskan.

d. Berkemampuan menerima orang lain, melakukan aktivitas sosial, dan menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat tinggal

Kemampuan menerima orang lain berarti kesediaan menerima kehadiran, mencintai, menghargai, menjalin persahabatan, dan memperlakukan orang lain dengan baik. Melakukan aktivitas sosial berarti bersedia bekerjasama dengan masyarakat dalam melakukan pekerjaan sosial yang menggugah hati. Menyesuaikan diri dengan lingkungan berarti berusaha untuk mendapatkan rasa aman, damai, dan bahagia dalam hidup bermasyarakat di lingkungan tempat tinggalnya. Manusia yang memiliki ketiga kemampuan ini merupakan tanda dari manusia yang sehat mentalnya.

⁵¹ Handayani, *Kesehatan Mental ...*, hlm. 17.

e. Berminat dalam tugas dan pekerjaan

Setiap manusia harus berminat dalam tugas dan pekerjaan yang ditekuninya. Dengan demikian, ia dapat merasakan kebahagiaan dalam dirinya dan mengurangi beban penderitaannya.

f. Agama, cita-cita, dan falsafah hidup

Dengan agama, manusia dapat terbantu dalam mengatasi persoalan hidup yang berada diluar kesanggupan dirinya sebagai manusia yang lemah. Dengan cita-cita, manusia dapat bersemangat dan bergairah dalam perjuangan hidup yang berorientasi ke masa depan. Dengan falsafah hidup, manusia dapat menghadapi tantangan yang dihadapinya dengan mudah.

g. Pengawasan diri

Manusia yang memiliki pengawasan diri akan terhindar dari kemungkinan perbuatan yang bertentangan dengan hukum, baik hukum agama, adat, maupun aturan moral dalam hidupnya.

h. Rasa benar dan tanggung jawab

Rasa benar dan rasa tanggung jawab penting bagi tingkah laku karena setiap individu ingin bebas dari rasa dosa, salah dan kecewa. Sebaliknya rasa benar, tanggung jawab dan sukses adalah keinginan setiap manusia yang sehat mentalnya.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa prinsip kesehatan mental adalah dasar-dasar yang harus ditegakkan manusia guna mendapatkan kesehatan mental dan terhindar dari gangguan kejiwaan yang terdiri dari gambaran dan sikap yang baik terhadap diri sendiri, keterpaduan atau integrasi diri, perwujudan diri, berkemampuan menerima orang lain, melakukan aktivitas sosial, dan menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat tinggal kemudian berminat dalam tugas dan pekerjaan, agama, cita-cita dan falsafah hidup, pengawasan diri serta rasa benar dan tanggung jawab.

3. Karakteristik Mental yang Sehat

Pada umumnya pribadi yang normal, memiliki mental yang sehat. Demikian sebaliknya, bagi yang pribadinya abnormal cenderung memiliki mental yang tidak sehat.⁵² Orang yang sehat mentalnya ialah orang yang dapat menguasai segala faktor dalam hidupnya, sehingga ia dapat menghindarkan tekanan-tekanan perasaan atau hal-hal yang membawa kepada frustrasi.⁵³ Kehidupan yang sehat adalah kehidupan yang bermakna, hanya dengan makna yang baik orang akan menjadi insan yang berguna tidak hanya untuk diri sendiri tetapi juga untuk orang lain.

Menurut Allport, karakteristik kepribadian yang sehat diantaranya:⁵⁴

- a. Memiliki kebutuhan yang terus menerus dan bervariasi, serta menyukai tantangan-tantangan baru
- b. Tidak menyukai hal-hal yang rutin dan mencari pengalaman-pengalaman baru
- c. Mengambil risiko, berspekulasi dan menyelidiki hal-hal baru
- d. Aktivitas yang menghasilkan ketegangan
- e. Melalui tantangan dan pengalaman baru, manusia dapat bertumbuh dan berkembang
- f. Pribadi sehat berfungsi secara sadar dan menyadari sepenuhnya kekuatan-kekuatan yang membimbing dan dapat mengontrol kekuatan-kekuatan yang dimiliki
- g. Pribadi yang matang dan tidak dikontrol oleh trauma dan konflik masa kanak-kanak
- h. Kebahagiaan merupakan hasil dari keberhasilan integrasi kepribadian dalam mengejar inspirasi dan tujuan hidupnya.

⁵² Desti Azania and Naan, *Peran Spiritual VII ...*, hlm. 36.

⁵³ Zakiah Daradjat, *Kesehatan ...*, hlm. 10.

⁵⁴ Handayani, *Kesehatan Mental ...*, hlm. 47.

Disamping itu, menurut Kartini Kartono ciri-ciri khas pribadi yang bermental sehat meliputi:⁵⁵

- a. Ada koordinasi dari segenap usaha dan potensinya, sehingga orang mudah melakukan adaptasi terhadap tuntutan lingkungan, norma sosial serta perubahan sosial yang serba cepat
- b. Memiliki integrasi dan regulasi terhadap struktur kepribadian sendiri sehingga mampu memberikan partisipasi aktif pada masyarakat
- c. Senantiasa giat melaksanakan proses realisasi diri (yaitu mengembangkan segenap bakat dan potensi), memiliki tujuan hidup, dan berusaha melebihi keadaan yang sekarang
- d. Bergairah, sehat lahir dan batinnya, tenang harmonis kepribadiannya, efisien dalam setiap tindakannya, serta mampu menghayati kenikmatan dan kepuasan dalam kebutuhannya.

Dari beberapa pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental memiliki keterkaitan dengan aspek kepribadian seseorang seperti efisiensi mental; pengendalian dan integrasi pikiran juga tingkah laku; emosi dan perasaan yang positif; ketenangan pikiran; sikap yang sehat; dan konsep diri yang baik.

4. Gangguan Perasaan karena Kesehatan Mental

Diantara gangguan perasaan yang disebabkan karena terganggunya kesehatan mental, ialah:⁵⁶

a. Rasa Cemas (gelisah)

Perasaan tidak menentu, panik, takut tanpa mengetahui apa yang ditakutkan dan tidak dapat menghilangkan perasaan gelisah dan mencemaskan itu. Sederhananya, terlalu banyak hal-hal yang menyebabkan gelisah yang tidak pada tempatnya, bila tidak berusaha memikirkan bagaimana mengatasi kesukaran tersebut.

⁵⁵ Handayani, *Kesehatan Mental ...*, hlm. 49.

⁵⁶ Zakiah Daradjat, *Kesehatan ...*, hlm. 17-20.

b. Iri Hati

Seringkali orang merasa iri hati atas kebahagiaan orang lain. Perasaan ini bukan karena kebusukan hatinya seperti biasa disangka orang lain, akan tetapi karena ia sendiri tidak merasakan bahagia dalam hidupnya.

c. Rasa Sedih

Rasa sedih yang tidak beralasan, atau terlalu banyak hal-hal yang menyedihkannya sehingga wajahnya selalu membayangkan kesedihan, walaupun ia seorang yang mampu, berpangkat, dihagai orang dan sebagainya.

d. Rasa Rendah Diri dan Hilangnya Kepercayaan Diri

Rasa rendah diri dan tidak percaya kepada diri sendiri banyak sekali terjadi pada pamuda-pemudi remaja. Hal ini disebabkan oleh banyaknya problem yang mereka hadapi yang tidak mendapat penyelesaian dan pengertian dari orang tua dan orang dewasa lainnya. disamping itu mungkin pula akibat pengaruh pendidikan dan perlakuan yang diterimanya waktu masih kecil.

e. Pemarah

Marah sebenarnya adalah ungkapan dari rasa hati yang tidak enak, biasanya akibat kekecewaan, ketidakpuasan, atau tidak tercapai yang diinginkan. apabila orang sedang merasa tidak enak, tidak puas terhadap terhadap dirinya, maka sedikit saja suasana luar mengganggu ia akan menjadi marah.

C. Hubungan Agama dan Kesehatan Mental

Kesehatan mental adalah ilmu yang meliputi sistem tentang prinsip-prinsip, peraturan-peraturan serta prosedur-prosedur untuk mempertinggi kesehatan rohani. Orang yang sehat mentalnya yaitu orang yang dalam rohani atau dalam hatinya selalu merasa tenang, aman dan tentram.⁵⁷

⁵⁷ Handayani, *Kesehatan Mental ...*, hlm. 115.

Hubungan antara kejiwaan dan agama dalam kaitannya dengan hubungan antara agama sebagai keyakinan dan kesehatan jiwa, terletak pada sikap penyerahan diri seseorang terhadap Tuhan yang tinggi. Sifat pasrah yang serupa akan memberi sikap optimis pada diri seseorang sehingga akan muncul perasaan positif seperti rasa bahagia, rasa senang, puas, atau rasa aman.

Salah satu cabang ilmu jiwa yang tergolong dalam psikologi *humanistic* dikenal logoterapi (logos berarti makna juga rohani). Logoterapi dilandasi falsafah hidup dan wawasan mengenai manusia yang mengakui adanya dimensi sosial pada kehidupan manusia. Logoterapi menunjukkan tiga bidang kegiatan yang secara potensial memberi peluang kepada seseorang untuk menemukan makna hidup bagi dirinya sendiri. Kegiatan tersebut diantaranya:

1. Kegiatan berkarya, bekerja dan mencipta, serta melaksanakan dengan sebaik-baiknya tugas dan kewajiban masing-masing
2. Keyakinan dan penghayatan atas nilai-nilai tertentu (kebenaran, kebajikan, keindahan, keimanan, dll)
3. Sikap tepat yang diambil dalam keadaan dan penderitaan yang tidak terelakkan lagi.

Suatu kenyataan yang tampak jelas dalam dunia modern yang telah maju atau sedang berkembang yaitu adanya kontradiksi-kontradiksi yang mengganggu kebahagiaan orang dalam hidup. Kemajuan zaman seharusnya membawa kebahagiaan bagi manusia karena segala sesuatu menjadi mudah. Akan tetapi kenyataan yang terjadi kebahagiaan yang terjadi semakin jauh, hidup yang dulunya sukar dalam hal materil kini telah berganti dengan kesukaran mental (*psychis*). Hal yang demikian disebabkan oleh beberapa faktor, yaitu: kebutuhan hidup yang meningkat, rasa individualitas dan egois, persaingan dalam hidup, keadaan yang tidak stabil yang tidak diimbangi dengan agama yang kuat.

Kepada Tuhan merupakan penolong yang ampuh untuk mengembalikan ketenangan dan keseimbangan jiwa. Agama adalah obat

penawar yang sejuk yang akan memadamkan nyala yang bergejolak di dalam hati. Dapat dipastikan bahwa agama merupakan unsur yang terpenting dalam membina mental. Tanpa agama, rencana-rencana pembangunan tidak akan terlaksana dengan sebaik-baiknya, karena dapatnya seseorang melaksanakan suatu rencana dengan baik tergantung kepada ketenangan jiwanya. Selain itu manusia juga membutuhkan beberapa kebutuhan untuk menutupi kekurangan-kekurangan, diantaranya:⁵⁸

1. Kebutuhan akan rasa kasih sayang
2. Kebutuhan akan rasa aman
3. Kebutuhan akan rasa harga diri
4. Kebutuhan akan rasa bebas
5. Kebutuhan akan rasa sukses
6. Kebutuhan akan rasa tahu (menenal)

Adapun fungsi agama dalam kehidupan menurut salah satu ahli, Zakiat Daradjat yakni agama memberikan bimbingan dalam hidup, agama adalah penolong dalam kesukaran dan agama menentramkan batin. Bahwa agama sangat perlu dalam kehidupan manusia, orang yang beriman yang hidup dengan menjalankan agamanya, sikapnya akan selalu tenang dan tidak merasa gelisah atau cemas.⁵⁹

D. Peran Pendidikan Islam dalam Kesehatan Mental

Dalam perspektif Islam, kesehatan mental adalah suatu kemampuan diri individu dalam mengelola jiwa demi terwujudnya keserasian antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri sendiri, orang lain, maupun lingkungan sekitarnya dalam bingkai keimanan atau kepercayaan penuh terhadap Allah SWT secara dinamis dengan bimbingan Al-Qur'an dan as-sunnah sebagai pedoman hidup untuk mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat. Menurut pandangan agama Islam, hakikat manusia adalah makhluk

⁵⁸ Handayani, *Kesehatan Mental ...*, hlm. 116.

⁵⁹ Handayani, *Kesehatan Mental ...*, hlm. 117.

beragama, yaitu makhluk yang mempunyai fitrah untuk memahami dan menerima sumber-sumber kebenaran dari agama.⁶⁰

Islam mengajarkan manusia untuk menjadi sehat jasmani dan rohani. Pandangan Islam tentang kesehatan mental mengacu pada hubungan yang bahagia, sejahtera, dan harmonis antara manusia, Tuhannya, dan lingkungan sekitarnya. Islam memberikan pengertian bahwa orang yang sehat mentalnya adalah orang yang mampu mensinergikan ilmu pengetahuan yang dapat memunculkan nilai-nilai ketakwaan sehingga tergambar dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, pendidikan memberikan pengaruh yang luar biasa terhadap penanaman nilai-nilai ketuhanan, sosial, dan lainnya. Pendidikan Islam berusaha membuat manusia untuk mampu melaksanakan tugas dan tujuan penciptanya di muka bumi. Maka kesehatan mental sangat diperhatikan di dalam pendidikan Islam.

Menurut Zakiah Daradjat, peranan pendidikan Islam dalam kesehatan mental diantaranya yakni sebagai pemberi bimbingan dalam kehidupan; sebagai penolong dalam kesukaran; sebagai penentram batin; sebagai pengendali moral maupun sebagai terapi terhadap gangguan mental. Hal ini dikarenakan keseimbangan mental yang sehat merupakan hasil dari sinergitas penerimaan ilmu pengetahuan dengan keyakinan dan ketakwaan yang pada akhirnya terbentuklah fungsi jiwa yang optimal.⁶¹

Visi kesehatan mental dalam Islam berakar pada prinsip-prinsip agama dan ide-ide filosofis yang terkandung dalam ajaran Islam. Penting untuk disoroti bahwa hubungan antara iman dan takwa sangat dekat dengan aspek-aspek psikologis. Iman dan takwa mencerminkan substansi sejati dari psikologi manusia dan kesehatan mental dalam perspektif Islam. Hanya melalui Allah SWT, seseorang akan merasakan kedamaian; ketenangan; dan ketentraman di dalam hatinya, memungkinkan mereka untuk bekerja secara optimal dan mencapai hasil yang diinginkan.⁶²

⁶⁰ Erika A'idatun Nahar and Ahmad Saefudin, *Peran Pendidikan Islam VIII ...*, hlm. 10.

⁶¹ Erika A'idatun Nahar and Ahmad Saefudin, *Peran Pendidikan Islam VIII ...*, hlm 10.

⁶² Erika A'idatun Nahar and Ahmad Saefudin, *Peran Pendidikan Islam VIII ...*, hlm. 11.

BAB III

PROFIL HUSEIN BIN JA'FAR AL HADAR

A. Biografi Husein Bin Ja'far Al Hadar

Husein Ja'far Al Hadar lahir di Bondowoso, Jawa Timur pada tanggal 21 Juni 1988 dan merupakan salah satu keturunan Nabi Muhammad yang sah.⁶³ Gelar Habib ia dapatkan karena garis keturunan Nabi Muhammad melalui Sayyidina Ali bin Abi Thalib dan Sayyidah Fatimah. Garis keturunan tersebut ia dapatkan dari ayahnya. Husein Bin Ja'far Al Hadar lahir dan besar dikeluarga keturunan Arab. Diawali dengan kakeknya yang datang ke Indonesia untuk berdagang, maka lahirlah seorang Husein Bin Ja'far Al Hadar dikeluarga tersebut.

Lahir dari latar belakang keluarga Husein Bin Ja'far Al Hadar yang sangat agamis mengharuskan ia untuk menjaga marwah kewibawaan nama baik keluarga dan menjaga Islam itu sendiri sebagai agama. Sejak kecil, Husein Bin Ja'far Al Hadar harus terbiasa dengan aturan-aturan; norma-norma dan nilai yang menurut Sebagian orang akan merasa terkekang karenanya. Seperti yang dikutip dari wawancara dichannel Youtube Tretan Universe, ia menceritakan bahwa dahulu ketika SMP jika telat untuk melakukan ibadah sholat ashar maka akan jadi bahan rundungan oleh teman-temannya.⁶⁴ Apalagi arti dari "Habib" itu sendiri ialah kekasih, sehingga seorang Habib harus dicintai orang lain dan mencintai orang lain juga. Namun seiring berjalannya waktu, Husein Bin Ja'far Al Hadar mulai menerima apa yang ditakdirkan untuknya.

Sewaktu SMA, Husein Bin Ja'far Al Hadar sudah dikenalkan dengan buku-buku filsafat, beserta tokoh-tokohnya. Bahkan, ia sudah mulai menulis pada kelas 1 SMA. Saat kelas 3 SMA, tulisannya diterbitkan di Suara Karya. Ketika beranjak kuliah, tulisannya diterbitkan di Koran Tempo dan di

⁶³ Mimi Sugiarti, 'Peran Tokoh Agama Dalam Pendidikan Moderasi Beragama Bagi Generasi Milenial Melalui Media Youtube' (UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto).

⁶⁴ Tretan Universe, *Mengenal Sisi Lain Sosok Habib Husein Ja'far*, 2020 <<https://youtu.be/CQU68CZiPTw?si=1kSRHPrtCc8mmU-w>>.

Kompas. Jika ditotal maka Husein Bin Ja'far Al Hadar sudah 13 tahun menjadi penulis. Tulisan pertamanya di media mengenai Salman Al-Farisi, salah satu sahabat Nabi Muhammad yang rasional.

Husein Bin Ja'far Al Hadar mempunyai hobi yang unik, yaitu gemar mengoleksi buku-buku sejarah Arab, Indonesia dan negara lainnya yang langka. Kegemaran tersebut diwariskan dari keluarganya yang juga gemar mengoleksi buku-buku langka dari berbagai macam negara. Husein Bin Ja'far Al Hadar dikenal sebagai penulis dan pendakwah di media digital Youtube. Ia juga pernah menjadi seorang santri disalah satu pondok pesantren di Bangil, Pasuruan, Jawa Timur. Setelah itu, ia melanjutkan pendidikan di Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah dengan memilih jurusan Aqidah dan Filsafat Islam.⁶⁵ Sesudah menyelesaikan S1, ia melanjutkan kuliah magisternya di Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah dengan mengambil jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir.⁶⁶

Menjadi pendakwah bukanlah cita-cita Husein Bin Ja'far Al Hadar. Cita-cita menjadi seorang ulama ialah keinginan ayahnya yang ingin anaknya menjadi seorang ulama. Ketika sekolah dasar pun, ayahnya menuliskan cita-cita anaknya menjadi seorang ulama. Husein Bin Ja'far Al Hadar bersekolah di SMP Negeri, namun ketika kelas 2 SMA ia ditawarkan untuk masuk pondok pesantren di Jawa Timur dan ia pun tidak menolak. Alasan ia tidak menolak karena ia berpikir tinggal di pondok pesantren merupakan hal yang menyenangkan.

Seperti yang dikutip dari wawancaranya di Youtube Podcast JakTv, ia masuk pesantren melainkan karena sebuah "kecelakaan". Husein Bin Ja'far Al Hadar baru bersekolah di pondok pesantren ketika ia dibangku SMA kelas 2, bukan dari tahun pertamanya. Ketika di pesantren ia ditawarkan untuk mengikuti ujian SPMB untuk Perguruan Tinggi Negeri. Sebenarnya Husein Bin Ja'far Al Hadar ingin bersekolah di luar negeri dengan jurusan agama.

⁶⁵ Husein Ja'far Al Hadar, *Menyegarkan Islam Kita*, 1st edn (PT Elex Media Komputindo, 2020).

⁶⁶ Husein Ja'far Al Hadar, *Apalagi Islam Itu Kalau Bukan Cinta?!*, ed. by Zulfan Taufik, 1st edn (Yayasan Islam Cinta Indonesia, 2020).

Ketika hasil SPMB keluar dan dinyatakan lulus di perguruan tinggi yang ia ikuti ujiannya, maka ia pun mengambilnya serta tidak jadi bersekolah di luar negeri.

Selesainya, bersekolah di pondok pesantren, Husein Bin Ja'far Al Hadar mendaftarkan diri dengan hasil ujian SPMB yang lulus di UIN Jakarta dengan jurusan Aqidah Filsafat untuk strata-1nya. Setelah menyelesaikan pendidikan S1, ia pun melanjutkan pendidikan S2 ditempat yang sama dengan jurusan Tafsir Qur'an.

B. Aktivitas Dakwah Husein Bin Ja'far Al Hadar

Husein Bin Ja'far Al Hadar merintis dakwahnya melalui dunia literatur. Karya tulisnya kerap menghiasi kolom media nasional Indonesia.⁶⁷ Pada awalnya ia fokus berdakwah melalui buku, namun dengan melihat filsafat perkembangan dunia sosial media banyak yang berisi konten tidak mendidik yang cenderung negatif, ia memutuskan untuk tampil didepan layar dan membuat konten dakwah di Youtube dengan konsep yang berbeda, tidak seperti pendakwah pada umumnya.

Kini Husein Bin Ja'far Al Hadar tak hanya membagikan buah-buah pikirannya melalui tulisan. Selain rajin mengisi kajian-kajian untuk anak muda, beberapa tahun terakhir hingga kini wajahnya kerap berseliweran di linimasa Youtube dan sosial media lainnya. Husein Bin Ja'far Al Hadar berdakwah tidak hanya di Youtube, namun melalui akun sosial media lainnya pun ia sambangi. Akun Youtubenya diberi nama "Jeda Nulis", dimana isinya berupa kajian-kajian seputar keislaman dengan durasi yang beragam untuk menanggapi masalah-masalah yang kerap terjadi dimasyarakat. Video pertama di Youtube yang ia unggah berjudul "Menjadi Muslim Moderat Bagaimana Sih?". Semenjak itu, Husein Bin Ja'far Al Hadar rajin mengunggah video lainnya di akun Youtube Jeda Nulis.⁶⁸

⁶⁷ Hadar, *Menyegarkan Islam ...*, hlm. 265.

⁶⁸ Afra Puteri Resa, 'Retorika Dakwah Habib Husein Jafar Al-Hadar Melalui Youtube' (UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2021), doi:10.53429/j-kis.v4i2.804.

Dalam konten dakwah di Youtubanya ia membuat konten untuk para milenial yang berkolaborasi dengan komika MLI (Majelis Lucu Indonesia) dengan judul “Konten Pemuda Tersesat”. Dalam kontennya ini, ia menjawab pertanyaan yang terlihat “nyeleneh”, namun nyata adanya dikalangan milenial. Karena sebagian besar pengguna sosial media adalah milenial, maka ia pun membuat segmen ini.

Karena banyaknya penggemar dakwah Husein Bin Ja’far Al Hadar dengan konten “Pemuda Tersesat”, maka ia pun membuat channel Youtube khusus untuk konten pemuda tersesat ini. Selain konten tersebut, ia juga kerap kali berdakwah sendirian atau berkolaborasi dengan siapapun di saluran Youtubanya. Selain itu, Husein Bin Ja’far Al Hadar pun kerap kali menerima tawaran kolaborasi podcast bersama siapapun dan bisa dibilang ia merupakan orang yang bergelar Habib pertama yang mendatangi podcast bersama milenial hingga kerap menjadi bintang tamu di saluran Youtube artis seperti Ussy-Andhika, Najwa Shihab, Deddy Corbuzier dan bahkan pendeta sekalipun. Hal ini menyesuaikan dengan konsep dakwahnya, yakni dakwah secara mendalam tapi tetap asyik.

Keefektifan berdakwah Husein Bin Ja’far Al Hadar dengan konsep dakwah cinta ini kerap dipertanyakan. Dalam wawancara bersama IDN Times Indonesia, ia pun menjawab bahwa konsep dakwah yang ia bawakan ini banyak diminati berbagai kalangan, “Bagi saya sangat efektif karena memang mereka itu bukan sebenarnya tidak ingin mengenal Islam, bukan tidak ingin mendalami Islam. Itu terbukti di DM (*direct message*). Mungkin secara terang-terangan mereka tidak menunjukkan, namun ada ratusan DM yang mengatakan kepada saya, kalau mereka jauh dari Islam dan ingin berubah. Namun mereka tidak tahu harus bertanya ke siapa. Makanya konten saya di MLI, kontennya kultum pemuda tersesat, saya mau karena pertanyaan itu mungkin terkesan porno atau tidak etis, tapi itu terjadi dimasyarakat dan anak muda, dan tidak mungkin bertanya pada ustadz-ustadz yang bersorban itu.

Karena kalau tanya ke mereka, mereka (ustadznya) sungkan. Yang kedua, ustadznya juga sungkan untuk ngomong apa”.⁶⁹

Selain dipertanyakan keefektifannya, banyak juga orang yang meragukan dirinya dan sebagian ada yang menganggap bahwa Husein Bin Ja'far Al Hadar ialah Habib palsu. Seperti yang dikutip dari Podcast JakTv, ia berkata bahwa di media sosial banyak yang meragukan gelar “Habib” yang ia miliki. “Sebenarnya mereka tidak setuju dengan opini saya, biasanya orang kalau tidak setuju dengan pendapat seseorang maka yang diserang adalah kepribadiannya”, ujar Husein Bin Ja'far Al Hadar. Ia lebih memilih untuk tidak meladeni orang-orang yang tidak percaya akan dakwahnya karena akan menghabiskan waktu dan membuang tenaga. Sampai saat ini, ia hanya fokus pada jama'ah yang terus mendengarkan dakwahnya.

Selain berdakwah online, Husein Bin Ja'far Al Hadar juga mengadakan dakwah offline. Tempat yang biasa ia gunakan untuk berdakwah offline adalah kafe. Ketika ditanyakan hal mengenai dakwahnya di kafe pun ia mengatakan bahwa jika semua pendakwah hanya berdakwah di masjid saja, siapa yang akan mendampingi saudara kita yang ingin mengerti tentang Islam ataupun belum mendapatkan hidayah, jika bukan kita yang memiliki kelebihan dalam bidang agama yang mau mendampingi mereka. Yang dimana, ia mengimbangnya dengan memakai pakaian kasual untuk berdakwah disana.

Dakwah melalui tulisan pun ia kerap lakoni, dengan beberapa karyanya yang sudah diterbitkan oleh Mizan, Gramedia serta menulis di beberapa situs online seperti Kompas, Tempo, Jawa Pos dan media nasional lainnya. Selain itu, ia juga pernah menjadi pembicara di Seputar Keislaman di TV Nasional (Metro Tv, CNN Indonesia, dll) serta menjadi aktivis gerakan “Islam Cinta”.⁷⁰

Husein Bin Ja'far Al Hadar merupakan Direktur Lembaga Study of Philosophy Jakarta serta Direktur Cultural Islamic Academic Jakarta. Saat ini,

⁶⁹ Resa, *Retorika Dakwah ...*, hlm. 47.

⁷⁰ Hadar, *Menyegarkan Islam ...*, hlm. 265.

Husein Bin Ja'far Al Hadar tinggal di Tangerang Selatan dan mempunyai toko buku bernama "Warung Sejarah RI".⁷¹ Ia menjual berbagai macam buku Islami dari Indonesia maupun Arab. Selain itu, ia juga membuat kaos dengan kata Mutiara Islami untuk memperluas dakwahnya.

C. Karya-karya Husein Bin Ja'far Al Hadar

Selain menulis di portal online, Husein Bin Ja'far Al Hadar juga menulis beberapa buku yang telah diterbitkan oleh Gramedia dan Mizan untuk memperluas penyebaran dakwah. Beberapa buku yang sudah ia tulis yaitu *Tuhan Ada di Hatimu*, *Seni Merayu Tuhan*, *Apalagi Islam itu Kalau Bukan Cinta?!*, *Menyegarkan Islam Kita*, *Anakku Dibunuh Israel*, dan *Islam "Mazhab" Fadlullah*.⁷²

Sampai saat ini Husein Bin Ja'far Al Hadar masih aktif diberbagai *platform* mengisi acara dakwah, karena ia banyak digemari masyarakat dengan tak memandang umur, ras bahkan agama karena dakwahnya yang terkesan tidak menggurui. Berbagai dakwah tentang cinta Islam, kesehatan mental, hingga toleransi agama yang tinggi. Salah satu *platform* yang masih aktif beliau isi yaitu channel Youtube Cahaya Untuk Indonesia. Keunikan dari channel tersebut ialah dakwah yang disampaikan dilakukan secara diskusi dengan mendatangkan seorang narasumber dan dakwah yang diisi disesuaikan dengan apa yang disampaikan oleh narasumber tersebut.⁷³

Dalam dakwahnya 2021 yang bertempat di Yogyakarta, Husein Bin Ja'far Al Hadar bersama seorang psikolog yakni Analisa Widyaningrum, membahas mengenai topik tentang agama dan psikologi yakni mental. Dengan video beberapa sesi di channel Youtube Cahaya Untuk Indonesia, dan kolaborasi dengan topik yang sama di channel narasumber tersebut yakni Analisa Channel. Video tersebut diantaranya berjudul "Punya Masalah

⁷¹ Hadar, *Menyegarkan Islam ...*, hlm. 265.

⁷² Kiki Arwinda, 'Analisis Pesan Dakwah Toleransi Dalam Buku Tuhan Ada Di Hatimu' (IAIN Ponorogo, 2023).

⁷³ Herlini Naufalin Cahyaningsih, 'Analisis Hermeneutika Pesan Dakwah Habib Husein Ja'far Al-Hadar Di Channel Youtube Cahaya Untuk Indonesia' (UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, 2023).

Kesehatan Mental, Apa Cukup dengan Sabar dan Syukur?”, “4 Komponen Kekuatan untuk Bisa Bangkit Setelah Jatuh Terpuruk”, dan “Agama Vs Psikologi – Perspektif Habib Husein Ja’far & Analisa”.

Penyampaian isi pesan melalui video seperti konten youtube di era digital saat ini memiliki kelebihan-kelebihan dibanding media lainnya, beberapa diantaranya seperti mudah di akses dimana saja dan kapan saja; bisa dilihat secara berulang-ulang tanpa mengenal waktu, sebagai referensi yang mudah ditemukan dalam mencari pengetahuan dan wawasan; serta tidak terbatas ruang dan waktu.⁷⁴ Fokus penulis memilih ketiga video tersebut sebagai penelitian karena didalamnya disampaikan langsung oleh seorang tokoh agama yakni Husein Bin Ja’far Al Hadar dan seorang psikolog yakni Analisa Widyaningrum. Dimana didalamnya memberikan pemahaman tentang kesehatan mental, yang banyak diminati oleh masyarakat era sekarang. Tidak hanya itu, didalamnya memberikan pemahaman tentang belajar agama yakni Islam, hingga bagaimana peranan agama dalam kesehatan mental. Yang tentunya disampaikan secara terbuka satu sama lain. Tujuannya untuk lebih bisa berkeinginan mempelajari Islam dan mendalamkannya serta menerapkannya dalam kesehariannya, guna mendukung dalam menjaga kesehatan mental dalam diri. Sehingga menjadikan keduanya menjadi kebutuhan satu sama lain yang beriringan.

⁷⁴ Ahmad Falihin Hamid, ‘Studi Tentang Penerapan Dakwah Melalui Konten Video Ceramah Dalam Media Youtube Pada Mahasiswa Komunikasi Dan Penyiaran Islam IAI DDI Polewali Mandar’, *Jurnal Komunikasi Dan Penyiaran Islam*, 2020.

BAB IV

PERSPEKTIF HUSEIN BIN JA'FAR AL HADAR TENTANG PENDIDIKAN ISLAM DALAM KESEHATAN MENTAL

A. Pendidikan Islam dan Kesehatan Mental

1. Pendidikan Islam

Dalam penelitian ini, Husein Bin Ja'far Al Hadar memberikan perspektifnya tentang pendidikan Islam, yang mencakup pengertian pendidikan Islam, dasar pendidikan Islam, dan tujuan pendidikan Islam. Berikut adalah penjelasan lebih lanjut tentang subjek tersebut:

a. Pengertian Pendidikan Islam

Pendidikan Islam secara umum didefinisikan sebagai pembentukan kepribadian muslim yang diwujudkan melalui perubahan sikap dan perilaku sesuai ajaran agama. Oleh karena itu, untuk mencapai keberhasilan pendidikan Islam, diperlukan upaya, kegiatan, metode, dan lingkungan kehidupan yang mendukungnya.

Husein Bin Ja'far Al Hadar mengatakan bahwa pendidikan Islam mencakup kehidupan manusia secara keseluruhan. Pendidikan Islam memperhatikan semua aspek kehidupan, seperti akidah, ibadah, akhlak, dan bahkan lebih luas dari itu. Husein Bin Ja'far Al Hadar memperhatikan hal ini karena pendidikan Islam yang utama menumbuhkan kesadaran dan pemahaman bahwa Islam bukan hanya sistem atau struktur keyakinan tentang dunia dan akhirat semata, tetapi juga sebagai cara hidup, sebagai pedoman hidup yang harus diterapkan dalam kehidupan seseorang.⁷⁵ Dengan demikian, pendidikan Islam secara merata menjangkau seluruh aspek kehidupan, baik di dunia maupun akhirat, dan memberikan perhatian khusus pada semua aktivitas manusia serta mengembangkan hubungan sosial mereka. Selain itu, pendidikan Islam berlangsung sepanjang hidup, dan

⁷⁵ Cahaya Untuk Indonesia, *4 Komponen Kekuatan ...*, menit ke 08:57.

dipelajari dan diterapkan sedini mungkin, mulai dari saat seseorang tidur hingga saat mereka bangun dari tidur.

b. Dasar Pendidikan Islam

Sejalan dengan pemaparan sebelumnya, Husein Bin Ja'far Al Hadar berpendapat bahwa landasan pendidikan Islam harus bertumpu pada Al-Qur'an dan hadits (as-sunnah).⁷⁶

Menurut Husein Bin Ja'far Al Hadar, Al-Qur'an adalah kitab suci ajaran Islam yang harus digunakan sebagai dasar utama dalam pendidikan Islam. Sementara as-sunnah adalah dasar kedua dalam pendidikan Islam, dan menyediakan petunjuk dan pedoman untuk kemashlahatan hidup manusia dalam setiap aspeknya dengan tujuan untuk membina manusia seutuhnya yang beriman dan bertaqwa.

c. Tujuan Pendidikan Islam

Menurut Husein Bin Ja'far Al Hadar, tujuan pendidikan Islam harus mengarah pada pembinaan individu untuk menjadi manusia yang shalih dalam setiap aspek kehidupan mereka: perbuatan, pemikiran, dan perasaan. untuk mendisiplinkan dirinya sendiri, menguasai nafsunya sesuai dengan ajaran Islam, dan berbuat baik sebanyak mungkin dengan harta, tenaga, dan pikiran, serta berusaha sebisa mungkin untuk menghindari segala perbuatan buruk .

Selain itu, pendidikan Islam memiliki kemampuan untuk menghasilkan individu yang berakhlak mulia. Akhlak menunjukkan sikap, perilaku, dan ucapan manusia. Agama menjadi komponen penting dalam pembentukan karakter dan pembentukan masyarakat yang rukun dan damai.⁷⁷

Sehingga didapat bahwa tujuan pendidikan Islam adalah membimbing dan membentuk manusia menjadi teguh dalam iman mereka, taat beribadah, dan berakhlak mulia. Hal ini menunjukkan bahwa dasar dari pendidikan Islam adalah iman dan akhlak mulia.

⁷⁶ Cahaya Untuk Indonesia, *Punya Masalah Kesehatan Mental? ...*, menit ke 08:10.

⁷⁷ Cahaya Untuk Indonesia, *Punya Masalah Kesehatan Mental? ...*, menit ke 12: 45.

2. Kesehatan Mental

Gagasan dan pemikiran Husein Bin Ja'far Al Hadar mengenai pendidikan Islam meliputi pengertian kesehatan mental, prinsip kesehatan mental, dan gangguan perasaan karena kesehatan mental, sebagai berikut:

a. Pengertian Kesehatan Mental

Husein Bin Ja'far Al Hadar menciptakan konsep kesehatan mental yang berarti menghindari gejala penyakit jiwa atau gangguan jiwa. Di mana seseorang dapat menyesuaikan diri dengan Tuhan, orang lain, dan lingkungannya, dengan segala kemampuan mereka, untuk menyelesaikan masalah.⁷⁸ Hal tersebut membuat seseorang merasa bahagia dan tenang dalam hidupnya, yang merupakan ukuran utama kesehatan mental manusia. Dan apa yang dimaksud dengan gangguan jiwa adalah apabila seseorang merasa cemas tanpa alasan yang jelas, malas, tidak bersemangat untuk bekerja, lesu, atau tidak percaya diri dengan keadaan yang mereka hadapi.

b. Prinsip Kesehatan Mental

Didalam kemampuan seseorang dalam menghadapi suatu masalah, menurut Husein Bin Ja'far Al Hadar terdapat komponen-komponen yang juga menjadi prinsip dalam kesehatan mental, diantaranya:⁷⁹

1) Kekuatan Fisik

Masalah mental tidak akan bisa diselesaikan jika kita sedang sakit, sehingga secara kesehatan fisik kita harus sehat terlebih dahulu atau diutamakan.

2) Spiritual

Dimana kita bisa melakukan sesuatu pada saat kita tidak baik-baik saja dengan yakin bahwa Allah SWT tidak akan memberikan masalah melebihi kapasitas kita sebagai manusia. Dengan spiritual ini maka terbentuklah satu keyakinan bahwa Allah

⁷⁸ Cahaya Untuk Indonesia, *4 Komponen Kekuatan ...*, menit ke 13:45.

⁷⁹ Cahaya Untuk Indonesia, *4 Komponen Kekuatan ...*, menit ke 10:20

SWT akan memberikan kemampuan yang sebanding dengan masalah yang dihadapi. Pada akhirnya setiap hari akan membuat seseorang tersebut menuju pada suatu proses move on dari masalah itu dengan keyakinan tersebut.

3) Mental

Kuat tidaknya mental seseorang itu berbeda-beda, sehingga perlu dilatih seperti kekuatan. Dengan banyak mengalami pengalaman gagal dan berhasil bangkit maka itu menjadi bagian modal seseorang untuk bisa kuat mental.

4) Emosional

Dalam hal ini dipengaruhi oleh dua hal, yaitu tempramen dan personality. Tiap individu memiliki tempramen bawaan yang mana itu sulit dirubah karena biasanya ada faktor genetik. Sedangkan yang bisa dirubah yakni personalitynya, yang mana lebih dominan dipengaruhi oleh lingkungan yang membentuknya.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka diketahui bahwa prinsip kesehatan mental adalah dasar-dasar yang harus ditegakkan secara seimbang dan beriringan guna mendapatkan kesehatan mental dan terhindar dari gangguan kejiwaan.

c. Gangguan Perasaan karena Kesehatan Mental

Menurut Husein Bin Ja'far Al Hadar, gangguan perasaan yang bisa dirasakan saat mental seseorang sedang kurang baik, diantaranya seperti:⁸⁰

1) Frustrasi (tekanan perasaan)

Frustrasi adalah suatu proses di mana seseorang percaya bahwa akan ada hambatan untuk memenuhi kebutuhannya atau bahwa sesuatu akan menghalangi keinginannya.

⁸⁰ Cahaya Untuk Indonesia, *Punya Masalah Kesehatan Mental? ...*, menit ke 13:12.

2) Konflik (pertentangan batin)

Konflik jiwa juga disebut pertentangan batin yakni adalah ketika dua dorongan atau lebih berlawanan satu sama lain dan tidak dapat terpenuhi secara bersamaan.

3) Kecemasan (*anxiety*)

Ketika seseorang mengalami tekanan perasaan (frustasi) dan konflik (konflik), kecemasan adalah manifestasi dari berbagai proses emosi yang bercampur baur.

Kesanggupan untuk menyesuaikan diri, jika dikaitkan dengan kehidupan secara keseluruhan akan membantu seseorang hidup dengan lebih baik dan membantu mereka menghindari stres, kecemasan, dan ketidakpuasan. Selain itu, ia penuh dengan semangat hidup dan kegembiraan. Untuk menyesuaikan diri dengan dirinya sendiri, dia harus mengenal dirinya sendiri, menerima dirinya seperti apa adanya, dan kemudian bertindak sesuai dengan kemampuan dan kelemahannya. Dengan kata lain, seseorang yang memiliki kesehatan mental yang baik memiliki kemampuan untuk mengontrol semua aspek kehidupan, sehingga mereka dapat terhindar dari stres emosional atau hal-hal yang menyebabkan frustrasi.

Berdasarkan penyajian data tentang pendidikan Islam diatas, hal tersebut sesuai dengan teori Mappasiara dalam jurnal yang berjudul *Pendidikan Islam (Pengertian, Ruang Lingkup, dan Epistimologi)*, mengatakan bahwa pendidikan Islam adalah sebuah proses pemberian bimbingan yang dilakukan secara sadar dengan pemberian materi berupa seluruh nilai dan aspek dalam Islam baik menyangkut aqidah, ibadah, hingga akhlak. Ia juga menyebutkan bahwa pendidikan Islam secara umum merupakan ilmu pendidikan yang memiliki dasar Islam, sehingga Islam harus bersumber pada Al-Qur'an dan hadits Nabi Muhammad SAW.⁸¹ Ditambah teori menurut Ibnu Khaldun yang dikutip Haidar Putra Daulay dkk dalam

⁸¹ Mappasiara, 'Pendidikan Islam (Pengertian, Ruang Lingkup Dan Epistemologinya)', *Pendidikan Islam*, VII (2020), pp. 147–60.

jurnal yang berjudul *Visi, Misi, Tujuan dan Fungsi Pendidikan Islam*, yakni mengatakan bahwa tujuan pendidikan Islam ialah upaya pembentukan suatu aqidah atau keimanan secara mendalam. Menumbuhkan dasar akhlak karimah dengan melalui jalan yang sesuai dengan syariat ke-Islaman dan dapat mendidik jiwa-jiwa manusia dengan menegakkan akhlak yang akan menanamkan mereka kepada perbuatan yang terpuji.⁸²

Dengan berlandaskan teori tersebut, disini Husein Bin Ja'far Al Hadar mengemukakan bahwa pendidikan Islam yakni proses pembentukan kepribadian muslim dengan mencakup kehidupan manusia seutuhnya yang memperhatikan aspek kehidupan seperti akidah, ibadah, akhlak dan bahkan lebih luas lagi yang tentunya itu semua harus berlandaskan pada Al-Qur'an dan hadits (as-sunnah). Dengan tujuan mengarah pada pembinaan manusia agar menjadi manusia yang shalih dengan seluruh aspek kehidupannya, perbuatan, pemikiran, dan perasaan juga sarana dalam membentuk *insan kamil* yang berakhlak mulia.

Adapun penyajian data tentang kesehatan mental diatas, hal tersebut juga sejalan dengan teori Zakiah Daradjat dalam buku yang berjudul *Kesehatan Mental*, menjelaskan bahwa kesehatan mental adalah pengetahuan dan perbuatan yang bertujuan untuk mengembangkan dan memanfaatkan segala potensi, bakat dan pembawaan yang ada semaksimal mungkin, sehingga membawa kepada kebahagiaan diri dan oranglain; serta terhindar dari gangguan-gangguan dan penyakit jiwa.⁸³ Ditambah teori Eka Sri Handayani dalam buku yang berjudul *Kesehatan Mental (Mental Hygiene)*, yang menyebutkan bahwa beberapa prinsip kesehatan mental salah satunya yakni agama, dimana dengan agama manusia dapat terbantu dalam mengatasi persoalan hidup yang berada diluar kesanggupan dirinya sebagai manusia yang lemah. ⁸⁴ Adapun teori Zakiah Daradjat dalam buku yang berjudul *Kesehatan Mental*, menyebutkan bentuk-bentuk gangguan perasaan yang

⁸² Daulay and et.al.

⁸³ Daradjat.

⁸⁴ Handayani, *Kesehatan Mental ...*, hlm. 17.

disebabkan karena terganggunya kesehatan mental yakni rasa cemas; iri hati; rasa sedih; rasa rendah diri; dan pemaarah.⁸⁵

Dengan berlandaskan teori tersebut, disini Husein Bin Ja'far Al Hadar mengemukakan bahwa kesehatan mental berarti terhindarnya seseorang dari gejala-gejala gangguan jiwa dan penyakit jiwa sehingga seseorang tersebut dapat menyesuaikan diri baik dengan diri sendiri, orang lain, lingkungan, serta Tuhan-nya dengan segala potensi yang dimiliki sehingga dapat menyelesaikan masalah yang terjadi. Prinsip kesehatan mental yang menjadi salah satu komponennya yakni spiritual, dimana kita bisa melakukan sesuatu pada saat kita tidak baik-baik saja dengan yakin bahwa Allah SWT tidak akan memberikan masalah melebihi kapasitas kita sebagai manusia. Dan bentuk gangguan perasaan karena kesehatan mental diantaranya kecemasan, frustrasi, dan pertentangan batin.

Lebih lanjut setelah peneliti melakukan kajian tentang pendidikan Islam dan kesehatan mental, peneliti dapat menganalisis bahwa pendidikan Islam menurut Husein Bin Ja'far Al Hadar disini yakni sebagai pembentukan kepribadian muslim dengan mencakup semua aspek kehidupan manusia mulai dari akidah, ibadah, akhlak dan bahkan lebih luas dari itu semuanya. Dengan begitu akan dapat menumbuhkan kesadaran dan pemahaman bahwa Islam selain sebagai keyakinan yang berlandaskan pada Al-Qur'an dan hadits (as-sunnah) juga sebagai pedoman dalam hidup yang harus diberlakukan dalam setiap kehidupan hingga penerapannya. Hal tersebut akan membuat keseimbangan baik di dunia dan di akhirat, terlebih sifatnya yang berlangsung sepanjang hayat. Dengan menjadikan akhlak dan iman sebagai sarana tujuan pendidikan Islam, maka akan menjadikan agama sebagai unsur mutlak dalam membina karakter dan membangun sosial yang rukun dan damai disertai dengan keteguhan iman.

Sedangkan kesehatan mental menurut Husein Bin Ja'far Al Hadar disini yakni bahwa seseorang dapat dikatakan sehat mental jika terhindar dari gejala-gejala gangguan jiwa dan penyakit jiwa dengan begitu akan dapat

⁸⁵ Zakiah Daradjat, *Kesehatan ...*, hlm. 17-20.

menyesuaikan diri dimana saja dan kapan saja, terlebih dapat menyelesaikan suatu permasalahan yang sedang dihadapinya dengan segenap potensi yang dimilikinya. Prinsip kesehatan mental sebagai dasar harus dapat terpenuhi secara seimbang dan beriringan guna mendapatkan mental yang sehat yakni diantaranya seperti fisik yang sehat, spiritual, mental dan emosional. Dengan begitu akan membawa seseorang kepada kedamaian dan ketenangan dalam menikmati hidup dan terhindar dari berbagai tekanan-tekanan perasaan seperti frustrasi, konflik dan kecemasan. Dengan mental yang sehat akan dapat memudahkan diri dalam mengembangkan bakat dan potensi yang dimiliki.

B. Peran Pendidikan Islam dalam Kesehatan Mental

1. Hubungan Agama dan Kesehatan Mental

Husein Bin Ja'far Al Hadar menjelaskan bahwa Islam itu juga pemahaman tentang diri yang harus digali. Bahkan didalam bahasa agama itu, siapa yang mengenali dirinya sendiri secara utuh baik secara psikologi, fisik, dan mental utamanya, ia akan mengenali Tuhannya. Jadi siapa yang mengenal dirinya, dia mengenali Tuhannya.⁸⁶ Hal tersebut sejalan dengan membentuk mental yang sehat, yakni sangat perlu untuk mengenali diri sendiri. Sehingga bisa dikatakan jika kita mengenal Tuhan maka itu sama saja menjaga kesehatan mental dalam bentuk mengenali diri.

Mengenal diri berarti memahami aspek-aspek fisik, psikis, sosial, dan moral yang ada pada diri seseorang untuk melihat kekuatan dan kelemahan yang ada pada dirinya untuk dapat merespon tuntutan yang muncul dari dalam maupun dari luar. Pemahaman aspek-aspek ini akan membantu dalam membangun sikap yang baik dan positif pada diri sendiri, mau menerima dan mengembangkan diri.⁸⁷

Dunia modern seharusnya membawa kebahagiaan bagi manusia karena segala sesuatu menjadi mudah. Namun karena beberapa hal, seperti kebutuhan hidup yang meningkat, persaingan dalam hidup, dan keadaan

⁸⁶ Cahaya Untuk Indonesia, *4 Komponen Kekuatan ...*, menit ke 15:18.

⁸⁷ Analisa Channel, *Agama Vs Psikologi ...*, menit ke 11:25.

yang tidak stabil yang tidak diimbangi dengan agama yang kuat, rasa kebahagiaan justru semakin berkurang.

Kepada Tuhan merupakan penolong dalam mengembalikan ketenangan dan keseimbangan jiwa. Oleh karena itu, agama menjadi komponen penting dalam meningkatkan kesehatan mental karena seseorang dapat menjalankan rencana dengan baik karena ketenangan jiwa.

2. Peranan Pendidikan Islam dalam Kesehatan Mental

Sejalan dengan penjelasan sebelumnya, Husein Bin Ja'far Al Hadar menjelaskan bahwa kontribusi agama dalam membangun sistem agar dunia sukses diperlukan untuk bertahan secara mental dan fisik. Karena agama sangat penting untuk membangun karakter dan membangun masyarakat yang rukun dan damai. Pemahaman tentang sabar dan syukur dalam Islam akan membantu kita bertahan secara mental dan dalam segala hal lainnya. Ketika agama digunakan sebagai paradigma untuk melihat realitas kehidupan, akan ada kebahagiaan yang tidak hanya ada di dunia ini. hanya di akhirat, tetapi juga di dunia.⁸⁸

Pendidikan Islam memiliki kemampuan untuk menghasilkan individu yang berakhlak mulia, yang merupakan gambaran dari perilaku, ucapan, dan sikap manusia. Orang-orang yang memiliki akhlak yang baik akan memiliki sifat-sifat positif yang akan membuat mereka tenang. Sehingga seseorang yang beriman dapat meyakini keyakinannya kepada Allah SWT untuk menghadapi masalah dan tetap optimis.⁸⁹

Agama dan pendidikan sangat erat kaitannya dengan peningkatan kesehatan mental. Penerapan peran ini menunjukkan bahwa seseorang telah melakukan upaya untuk meningkatkan kesehatan mental yang sehat. Agama sangat penting dalam membina kesehatan mental seseorang, terutama ketika seseorang beribadah untuk mendekatkan diri kepada Tuhan. Ibadah sebagai psikoterapi kebahagiaan dan menjauhkan diri dari

⁸⁸ Cahaya Untuk Indonesia, *4 Komponen Kekuatan ...*, menit ke 08:57.

⁸⁹ Analisa Channel, *Agama Vs Psikologi ...*, menit ke 15:05.

sifat egois, iri, dengki, hasad, dan penyakit hati lainnya. Agama juga melakukan psikoterapi ibadah. Dengan kata lain, melakukan berbagai tindakan ibadah yang diwajibkan oleh Allah SWT untuk menyucikan jiwa dan membersihkan hati, sehingga jiwa menjadi tenang dan damai.

Bagi Husein Bin Ja'far Al Hadar, peranan agama harus diterapkan sedini mungkin. Agar agama tidak hanya dihayati sebagai satu doktrin ajaran shalat, puasa, zakat dan haji saja. Tapi agama menjadi gaya hidup seseorang itu. Karena menurutnya, agama ini mempunyai *tools-tools* untuk bahagia dalam kehidupan.⁹⁰ pentingnya belajar agama sejak kecil, dengan menerapkan apa yang telah diajarkan dalam pendidikan mengenai Islam, melihatnya sebagai kebutuhan hidup hingga peranannya, maka hal tersebut akan menjadi sumber ketenangan dan kebahagiaan dalam diri mulai dari kita bangun tidur, hingga saat tidur kembali.

a. Shalat

Shalat disebut sebagai tiang agama.⁹¹ Shalat lima kali sehari semalam harus dilakukan karena menunjukkan jalan menuju Tuhan. Ketika seorang muslim melakukan shalat, mereka memiliki hubungan vertikal dengan Tuhan Yang Maha Kuasa. Karena hubungan antara kepenatan yang disebabkan oleh pekerjaan dengan pendekatan kepada Allah SWT, kepenatan yang disebabkan oleh pekerjaan akan menghasilkan dimensi spiritual yang lebih besar. Akibatnya, kepenatan yang disebabkan oleh pekerjaan akan berubah menjadi energi yang menghasilkan rasa bahagia dalam diri. Al-Quran dan As-sunnah telah menetapkan kewajiban shalat lima kali sehari. Meninggalkannya karena lalai atau alasan lain akan menyebabkan perasaan bersalah. Salah satu faktor yang menyebabkan keresahan, ketidaknyamanan, ketidakbahagiaan, dan ketidaksehatan mental adalah rasa berdosa dan dosa dalam kesehatan mental. Orang akan merasa gelisah, menyesal, dan marah jika keadaan tidak memungkinkan mereka melakukan shalat

⁹⁰ Analisa Channel. *Agama Vs Psikologi ...*, menit ke 07:20.

⁹¹ Hadar, *Apalagi Islam Itu Kalau Bukan Cinta?! ...*, hlm. 46.

tepat pada waktunya. Mereka akan melalaikan kewajiban mereka sebagai muslim. Oleh karena itu, hubungan shalat dengan disiplin kerja sangat penting karena keduanya merupakan dua cara untuk menciptakan kebahagiaan dan meningkatkan kepribadian dan kesehatan mental Islam.

Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa melakukan shalat membuat hidup lebih bermakna, penuh kebahagiaan, nyaman, dan sehat secara mental. Shalat yang dilakukan dengan khusyuk, penuh pengharapan kepada Allah SWT, merendahkan hati, dan disertai dengan ketakutan akan melindungi seseorang dari keinginan untuk melakukan dosa dan kemaksiatan, dan akan membawa mereka ke arah kebahagiaan.

b. Zakat

Zakat, salah satu rukun Islam yang memiliki hubungan langsung dengan orang lain, mengharuskan kita untuk berbagi dengan orang lain.⁹² Zakat fitrah, zakat harta, infak, atau sedekah adalah beberapa bentuknya. Zakat memiliki makna dan tujuan yang sangat penting, terutama sebagai cobaan untuk menunjukkan cinta kepada Allah SWT, pemilik dan penguasa kekayaan yang diberikan secara cuma-cuma kepada manusia. Zakat adalah simbol yang membersihkan diri dari sifat bakhil dan menimbulkan rasa syukur yang mendalam terhadap anugrah yang melimpah dari Allah SWT. Zakat sebagai pengembangan solidaritas dan penyucian harta, juga menghasilkan peningkatan spiritual yang diuji, kebahagiaan, kesehatan mental, dan kepribadian Qur'ani. Zakat juga dapat mengubah sifat bakhil menjadi sifat dermawan, mendorongnya untuk bersyukur atas nikmat Allah dan membuatnya menjadi lebih baik secara pribadi. Jadi, zakat tidak hanya melakukan cinta pada Allah SWT, tetapi juga mengajarkan cinta pada sesama.

⁹² Hadar, *Apalagi Islam Itu Kalau Bukan Cinta?! ...*, hlm. 52.

Dengan demikian, zakat dapat memberikan rasa tolong menolong dalam hal kebaikan dan rasa taqwa kepada Allah SWT, serta mengurangi kemiskinan, yang merupakan masalah sosial. Zakat memiliki kemampuan untuk membuat seseorang bahagia dan sehat secara mental serta mendorong mereka untuk tidak berlebihan dalam memiliki harta. Zakat dapat menambah warna pada kehidupan umat Islam dengan memupuk solidaritas antara orang kaya dan miskin dan menunjukkan bahwa Islam adalah agama yang penuh kasih sayang dan rahmat.

c. Puasa

Tidak ada gunanya puasa jika tidak mengontrol keinginan dan kemarahan kita.⁹³ Tolak ukurnya bukan saja dari fajar hingga maghrib yang dihitung sebagai waktu puasa. Bukan pula kita tidak menikmati makanan dan minuman mereka; sebaliknya, mereka membelanjakan hartanya untuk kebahagiaan dan kesedihan, menahan amarah, memaafkan, dan selalu berbuat baik. Jadi, puasa pada dasarnya adalah tentang menanamkan cinta kepada orang lain. Jika seseorang menjalankan puasa dengan perhitungan, iman, dan ketaqwaan, maka nantinya akan membangun kejujuran, keikhlasan, dan kesabaran, yang pada akhirnya akan menghasilkan anugrah spiritual sebagai orang yang bertaqwa. Ia juga akan mencapai kondisi psikologis yang bahagia, nyaman, tenang, dan kesehatan mental yang sempurna. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa berpuasa, selain menahan diri dari konsumsi makanan dan minuman, juga akan berdampak positif bagi orang tersebut untuk memperoleh kebahagiaan dan kepuasan dalam diri Allah SWT.

Dengan demikian, puasa membantu seseorang yang beragama Islam menghindari sifat-sifat buruk seperti dusta, takabbur, sombong, mengumpat, hasad, dan iri hati. Seorang muslim dapat meningkatkan kepercayaan dirinya dengan berpuasa dan menumbuhkan keyakinan

⁹³ Hadar, *Apalagi Islam Itu Kalau Bukan Cinta?! ...*, hlm. 58.

optimis, yang merupakan tanda mental yang sehat untuk menghadapi tantangan hidup yang lebih besar. Jika puasa diawali dengan beribadah kepada Allah SWT, maka akan ada kebahagiaan duniawi yang diberikan Allah SWT kepada hamba-Nya.

d. Haji

Secara terminologi, haji berarti menziarahi bait Allah, Ka'bah, dengan melakukan wukuf di arafah dan sya'i antara bukit Safa dan Marwah dalam waktu dan tujuan tertentu. Untuk meningkatkan iman dan tauhid kepada Allah SWT, seseorang melakukan haji, yang merupakan tindakan sakral di mana mereka melafadzkan ucapan talbiyah. Mengucapkan zikir dan menonjolkan diri di hadapan Allah SWT. Kenakan pakaian putih tanpa jahitan. Hal ini menunjukkan bahwa ibadah haji sangat sakral, dilakukan secara diam-diam tanpa suara selain takbir, tahmid, dan tahlil. Ibadah haji akan sia-sia tanpa penghayatan. Kita tidak dapat menggunakan apa pun selain gelar "Haji" di depan nama kita jika kita tidak memahami artinya. Nilai spirit kualitas ibadah haji dapat meningkatkan kesadaran diri yang lemah dan hina di hadapan Allah SWT, sehingga mentalitas taqwa dapat menggantikan keduniawian. Sebenarnya, ibadah haji adalah upaya seorang muhaji untuk mengenal Tuhannya dan dirinya sendiri. Jika kita menganggap haji sebagai ibadah cinta-kasih, kita akan menyadari bahwa ia adalah ibadah cinta-kasih karena itu adalah alat untuk mengubah jiwa kita menuju ketaatan, ketaatan, dan dzikir kepada Allah SWT.

Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa ibadah haji bukan hanya merupakan ibadah untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT dan membantu sesama muslim memperoleh derajat yang sama. Itu juga merupakan media untuk mengubah jiwa seseorang agar lebih dekat dengan Allah SWT, yang menghasilkan kebahagiaan, ketenangan, dan kelegaan batin. Ibadah haji juga memberikan dampak positif bagi

manusia untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT dan memberi kelegaan pada mereka dengan terciptanya mental yang sehat.

Dari beberapa hal tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa ibadah juga dapat sebagai psikoterapi bagi orang yang mengalami keguncangan jiwa. Individu yang mengalami keguncangan jiwa akan sulit baginya untuk beradaptasi dan menyesuaikan dirinya terhadap lingkungan sekitar. Individu tersebut akan merasa dirinya berada dibawah dan tidak pantas berada di sekitar. Akan tetapi jika ia melakukan perintah-perintah Allah SWT yang salah satunya dengan melaksanakan ibadah maka ia akan mempunyai perasaan yang lega, tentram, mempunyai perasaan yang selalu positif.

Berdasarkan penyajian data tentang hubungan agama dan kesehatan mental diatas, hal tersebut sesuai teori Eka Sri Handayani dalam buku yang berjudul *Kesehatan Mental (Mental Hygiene)*, yang mengatakan bahwa Orang yang sehat mentalnya yaitu orang yang dalam rohani atau dalam hatinya selalu merasa tenang, aman dan tentram.⁹⁴ Agama memberikan bimbingan dalam hidup; agama adalah penolong dalam kesukaran dan agama menentramkan batin.⁹⁵

Dengan berlandaskan teori tersebut, disini Husein Bin Ja'far Al Hadar mengemukakan bahwa dengan mengenali dirinya maka sama dengan mengenali Tuhannya. Dimana jika kita mengenal Tuhan maka hati akan terasa tenang dan damai dalam menghadai persoalan hidup dan hal ini sejalan dengan membentuk mental yang sehat. Maka kepada Tuhan merupakan penolong dan mengembalikan ketenangan serta keseimbangan jiwa. Dikatakan bahwa agama menjadi unsur penting dalam membina kesehatan mental, karena seseorang dapat menyelesaikan sesuatu dengan baik itu tergantung kepada ketenangan jiwanya.

Adapun penyajian data tentang peranan pendidikan Islam dalam kesehatan mental diatas, hal tersebut sejalan dengan teori Erika A'idatun

⁹⁴ Handayani, *Kesehatan Mental ...*, hlm. 115.

⁹⁵ Handayani, *Kesehatan Mental ...*, hlm. 117.

Nahar dkk dalam jurnal yang berjudul *Peran Pendidikan Islam dalam Membina Kesehatan Mental Perspektif Al Qur'an*, yang menjelaskan bahwa agama memberikan bimbingan dalam hidup, agama adalah penolong dalam kesukaran dan agama menentramkan batin. Bahwa agama sangat perlu dalam kehidupan manusia, orang yang beriman yang hidup dengan menjalankan agamanya, sikapnya akan selalu tenang dan tidak merasa gelisah atau cemas.⁹⁶ Ditambah teori Eka Sri Handayani dalam buku yang berjudul *Kesehatan Mental (Mental Hygiene)*, yang mengatakan bahwa Manusia membutuhkan beberapa kebutuhan untuk menutupi kekurangan-kekurangan, diantaranya: rasa kasih sayang, rasa aman, rasa harga diri, rasa bebas, rasa sukses, dan akan rasa tahu (mengenal).⁹⁷

Dengan berlandaskan teori tersebut, disini Husein Bin Ja'far Al Hadar mengemukakan bahwa pendidikan Islam menjadi wahana yang mampu membentuk *insan kamil* yang berkahlak mulia dimana akhlak merupakan cerminan dari perilaku; ucapan maupun sikap manusia. Dengan akhlak yang baik maka akan merasakan rasa tentram di dalam diri yang menjadikannya optimis dalam dan tidak mudah berputus asa. Dengan melaksanakan ibadah seperti shalat, puasa, zakat dan haji maka akan membuat individu mudah beradaptasi dan menyesuaikan dirinya terhadap lingkungan sekitar diikuti dengan kebutuhan rasa aman, harga diri, dan sukses.

Lebih lanjut setelah peneliti melakukan kajian data diatas, peneliti dapat menganalisis bahwa peran pendidikan Islam dalam kesehatan mental perpektif Husein Bin Ja'far Al Hadar disini yakni dalam pembinaan kesehatan mental memiliki beberapa unsur terpenting yang akan menentukan kepribadian seseorang, unsur-unsur tersebut terdapat nilai-nilai positif yang diambil dari dalam diri maupun lingkungan. Nilai-nilai yang dimaksud ialah nilai-nilai agama; moral; dan sosial. Nilai agama perlu ditanamkan sejak kecil untuk membentuk kepribadian yang baik. Karena nilai agama mempunyai nilai positif dan tidak akan berubah, berbeda dengan nilai sosial maupun

⁹⁶ Erika A'idatun Nahar and Ahmad Saefudin, *Peran Pendidikan Islam VIII ...*, hlm. 10.

⁹⁷ Handayani, *Kesehatan Mental ...*, hlm. 116.

moral yang bukan berdasarkan pada agama maka akan mengalami perubahan seiringnya dengan perubahan zaman.

Sebenarnya untuk menyelamatkan generasi yang akan datang, pembinaan mental harus diperhatikan secara intensif terlebih saat zaman semakin modern ini. Terlebih banyak diantara kita yang telah mengalami gangguan kesehatan mental. Seseorang yang terlanjur kosong dalam hatinya mengenai agama maka akan mengalami kesulitan dalam mengatasi masalahnya. Dengan begitu, dapat membuat seseorang terpengaruh pada kehidupan yang kurang baik.

Penulis berpendapat dengan pemikiran Husein Bin Ja'far Al Hadar yang membahas tentang mental, dimana nilai-nilai agama harus mulai dipelajari dan diterapkan sejak dini dalam membina mental seseorang. Di dalam agama terdapat unsur yang positif yang dapat membawakan kebahagiaan dan ketenangan dalam jiwa. Jika ilmu jiwa banyak berbicara tentang perasaan dan ketenangan serta ketentraman jiwa, maka agama memberikan berbagai pedoman dan petunjuk agar ketentraman dalam jiwa terwujud.

Peranan Islam dalam mendekatkan diri kepada Allah SWT dengan beribadah, menjadikannya sebagai peran penting dalam menjaga kesehatan mental. Ibadah sebagai psikoterapi yang dianjurkan oleh Islam sendiri tentu akan membawa ketentraman, kebahagiaan, dan dihindarkan dari sifat penyakit hati.

Menurut Husein Bin Ja'far Al Hadar pada dasarnya tujuan mendidik itu tidak hanya memperbaiki dari salah menjadi benar namun juga memperbaiki pola pikir seseorang, memperbaiki pengelolaan hatinya, memperbaiki cara dia melihat orang yang berbeda, cara dia melihat orang yang buruk namun dengan penglihatan cinta.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa pendidikan Islam merupakan unsur terpenting dalam pembinaan mental. Dengan adanya pendidikan Islam maka manusia sebagai khalifah akan mampu melaksanakan tugas-tugas yang diembannya dengan baik. Sebab seseorang yang melakukan tugas-tugas

dengan baik bergantung pada bagian ketenangan jiwa yang ia miliki. Jika jiwanya gelisah, ia tidak akan sanggup menghadapi kesukaran yang mungkin terdapat dalam pelaksanaan rencana-rencana tersebut.

Bagi peneliti, konsep pendidikan Islam dan kesehatan mental menurut Husein Bin Ja'far Al Hadar, cukup menjadi sasaran untuk menggambarkan masalah peran pendidikan Islam dalam kesehatan mental, karena pembahasan tersebut dalam pandangan Husein Bin Ja'far Al Hadar sesuai berdasarkan para pendapat ahli tentang pendidikan Islam dan kesehatan mental.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Kesimpulan akhir dari penelitian ini tentang peran pendidikan Islam dalam kesehatan mental perspektif Husein Bin Ja'far Al Hadar yakni dapat disimpulkan bahwa pendidikan Islam memiliki peranan penting dalam kesehatan mental. Menurut Husein Bin Ja'far Al Hadar pendidikan Islam memiliki beberapa poin penting dalam menjaga kesehatan mental diantaranya yaitu:

1. Pembimbingan dalam kehidupan
2. Penolong dalam kesukaran
3. Penentram jiwa, pengendali emosi baik pikiran maupun perasaan, serta perilaku.
4. Terapi dalam pergejolakan mental.

Maka dengan adanya pendidikan Islam dalam kesehatan mental, seseorang akan mampu melaksanakan tugas dan tanggungjawabnya dengan baik. Sebab apabila jiwa tenang dan tidak gelisah maka akan mampu mengatasi masalah yang dihadapinya tanpa rasa gelisah dalam diri. Menurut Husein Bin Ja'far Al Hadar dalam menjaga kesehatan mental apabila sudah terkendali dan tekun dalam menjalankan perintah Allah SWT maka kesehatan mental akan terjaga. Oleh sebab itu, pelaksanaan pendidikan Islam harus tercermin dan terjadi sekaligus dalam pengalaman, perlakuan dan percontohan dalam hidup disamping latihan-latihan dan pengertian tentang ajaran agama Islam. Dan oleh sebab itu juga, peranan pendidikan Islam dalam kesehatan mental menurut Husein Bin Ja'far Al Hadar dapat menjadi acuan dalam membimbing dan mengarahkan mental seseorang di era modern dalam memberikan ilmu pengetahuan serta pendidikan.

B. Saran

Setelah melakukan penelitian tentang peran pendidikan Islam dalam kesehatan mental perspektif Husein Bin Ja'far Al Hadar, maka penulis ingin menyampaikan saran sebagai berikut:

1. Kepada Aparatur Pendidikan/ Tenaga Pendidik

Pesan-pesan Husein Bin Ja'far Al Hadar tentang agama dan kesehatan mental sangat penting untuk mengembangkan materi tentang Pendidikan Agama Islam dan sebagai acuan untuk mengembangkan strategi pembelajaran yang lebih menarik.

2. Bagi Mahasiswa

Bagi yang akan melakukan penelitian studi pustaka diharapkan agar lebih selektif dalam memilih topik pembahasan dan bahan bacaan yang akan dikaji.

3. Bagi Pembaca

Untuk meningkatkan pemahaman peranan agama (Islam) dalam kesehatan mental dengan terbuka, maka video yang dijadikan sumber utama penelitian ini merupakan pilihan tepat karena pembahasannya berisi banyak pesan yang dapat dijadikan pedoman.

C. Penutup

Dengan mengucapkan rasa syukur kehadiran Allah SWT, tidak lupa shalawat serta salam semoga tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, akhirnya penulis mampu menyelesaikan skripsi ini. Semoga dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan memberikan kontribusi terhadap dunia pendidikan khususnya Pendidikan Agama Islam, serta dapat dijadikan bahan evaluasi untuk dapat melangkah lebih baik. Dengan segala kerendahan hati, penulis sadar banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini, maka dari itu penulis membutuhkan kritik dan saran yang mengembangkan untuk dapat dijadikan perbaikan kedepannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Adlini, Miza Nina, and Et.al, 'Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka', *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*, 6.1 (2022), pp. 974–80, doi:10.33487/edumaspul.v6i1.3394
- Analisa Channel, *AGAMA VS PSIKOLOGI - Perspektif Habib Husein Ja'far & Analisa* (www.youtube.com, 2021)
- Anwar, Faisal, and Putry Julia, 'Analisis Strategi Pembinaan Kesehatan Mental Oleh Guru Pengasuh Sekolah Bersama Si Aceh Besar Pada Masa Pandemi', *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 7.1 (2021), pp. 64–83
- Ardiansyah, Sandy, *Kesehatan Mental*, ed. by Neila Sulung and Ilda Melisa, *UPT UNDIP Press Semarang, Pertama* (PT Global Eksekutif Teknologi, 2023) <http://eprints.undip.ac.id/38840/1/KESEHATAN_MENTAL.pdf>
- Arwinda, Kiki, 'Analisis Pesan Dakwah Toleransi Dalam Buku Tuhan Ada Di Hatimu' (IAIN Ponorogo, 2023)
- Asry, Lenawati, 'Modernisasi Dalam Perspektif Islam. Jurnal Ilmiah Prodi Komunikasi Dan Penyairan Islam', *Jurnal Ilmiah Prodi Komunikasi Dan Penyairan Islam*, 2.10 (2020), pp. 126–36
- Ayu Rianti, Silvia, and Nurman Hidayat, *Peran Agama Dalam Membentuk Kesehatan Mental Remaja*, *Jurnal Manthiq*, 2020
- Aziz, Abdul, 'Kesehatan Mental Dan Implikasinya Bagi Masyarakat Modern', *Counselle*, 2.2 (2022)
- B, Muhammad Rusmin, 'Konsep Dan Tujuan Pendidikan Islam', VI.1 (2020), pp. 72–80
- Barni, Mahyuddin, 'Dasar Dan Tujuan Pendidikan Islam', *Al-Banjarni*, 7.I (2020), pp. 3–6
- Cahaya Untuk Indonesia, *4 Komponen Kekuatan Untuk Bisa Bangkit Setelah Jatuh Terpuruk* (www.youtube.com, 2021)
- , *Punya Masalah Kesehatan Mental, Apa Cukup Dengan Sabar Dan Syukur?* (www.youtube.com, 2021) <https://youtu.be/PpNlu8zRJIQ?si=b6oKDAf5g_k45KzU>
- Daradjat, Zakiah, *Kesehatan Mental*, ed. by Purwanto, 23rd edn (PT Toko Gunung Agung, 1996)
- Daulay, Haidar Putra, and et.al, 'Visi, Misi, Tujuan Dan Fungsi Pendidikan Islam', *Jurnal Ilmiah Al-Hadi*, 6 (2020), pp. 136–50
- Desti Azania, and Naan, 'Peran Spiritual Bagi Kesehatan Mental Mahasiswa Di Tengah Pandemi Covid-19', *Humanistika: Jurnal Keislaman*, 7.1 (2021), pp. 26–45, doi:10.55210/humanistika.v7i1.384

- Erika A'idatun Nahar, and Ahmad Saefudin, 'Peran Pendidikan Islam Dalam Membina Kesehatan Mental Perspektif Al Qur'an', *PROGRESSA: Journal of Islamic Religious Instruction*, 8.1 (2024), pp. 1–13, doi:10.32616/pgr.v8.i1.476.1-13
- Fitriana, Dian, and Et.al, 'Hakikat Dasar Pendidikan Islam', *Tarbawy: Jurnal Pendidikan Islam*, 7.2 (2020), pp. 143–50, doi:10.32923/tarbawy.v7i2.1322
- Hadar, Husein Ja'far Al, *Apalagi Islam Itu Kalau Bukan Cinta?!*, ed. by Zulfan Taufik, 1st edn (Yayasan Islam Cinta Indonesia, 2018)
- , *Menyegarkan Islam Kita*, 1st edn (PT Elex Media Komputindo, 2015)
- Hamid, Ahmad Falihin, 'Studi Tentang Penerapan Dakwah Melalui Konten Video Ceramah Dalam Media Youtube Pada Mahasiswa Komunikasi Dan Penyiaran Islam IAI DDI Polewali Mandar', *Jurnal Komuikasi Dan Penyiaran Islam*, 2020
- Handayani, Eka Sri, *Kesehatan Mental (Mental Hygiene)*, ed. by Akhmad Rizkhi Ridhani, 1st edn (Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin, 2022), LVI
- Herlini Naufalin Cahyaningsih, 'Analisis Hermeneutika Pesan Dakwah Habib Husein Ja'far Al-Hadar Di Channel Youtube Cahaya Untuk Indonesia' (UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, 2023)
- Hidayat, Andi, and et.al, 'Strategi Pendidikan Islam Di Era Disrupsi', *Strategi Pendidikan Islam Di Era Disrupsi*, 4.2 (2021), pp. 221–22
- Khairunnisa, Riswana, Meilinda Zahara Putri, Desi Purnamasari Siregar, Fairuz Miftahul, Salma Dini Zafira, Dea Dalina, and others, 'Internet Addiction Disorder Pada Generasi-Z Di Era Modernisasi', *Proceeding Conference On Psychology and Behavioral Sciences*, 1.1 (2022), pp. 73–77
- Mappasiara, 'Pendidikan Islam (Pengertian, Ruang Lingkup Dan Epistemologinya)', *Pendidikan Islam*, VII (2020), pp. 147–60
- Muhammad Husni Tamami, '40 Kata-Kata Mutiara Habib Husein Ja'far, Bijak Dan Sarat Makna', *Liputan 6*, 2023
<<https://www.liputan6.com/islami/read/5295907/40-kata-kata-mutiara-habib-husein-jafar-bijak-dan-sarat-makna?page=3>> [accessed 8 November 2024]
- Munajah, Neneng, 'Agama Dan Tantangan Modernitas', *Tahdzib Al-Akhlaq: Jurnal Pendidikan Islam*, 4.1 (2021), pp. 83–92, doi:10.34005/tahdzib.v4i1.1433
- Musya'adah, Umi, 'Peran Penting Pendidikan Agama Islam Di Sekolah Dasar', *Aulada: Jurnal Pendidikan Dan Perkembangan Anak*, I.2 (2020) <<http://e-journal.ikhac.ac.id/index.php/aulada>>
- Najoan, Denny, 'Memahami Hubungan Religiusitas Dan Spiritualitas Di Era Milenial', *Educatio Christi*, 1 (2020)

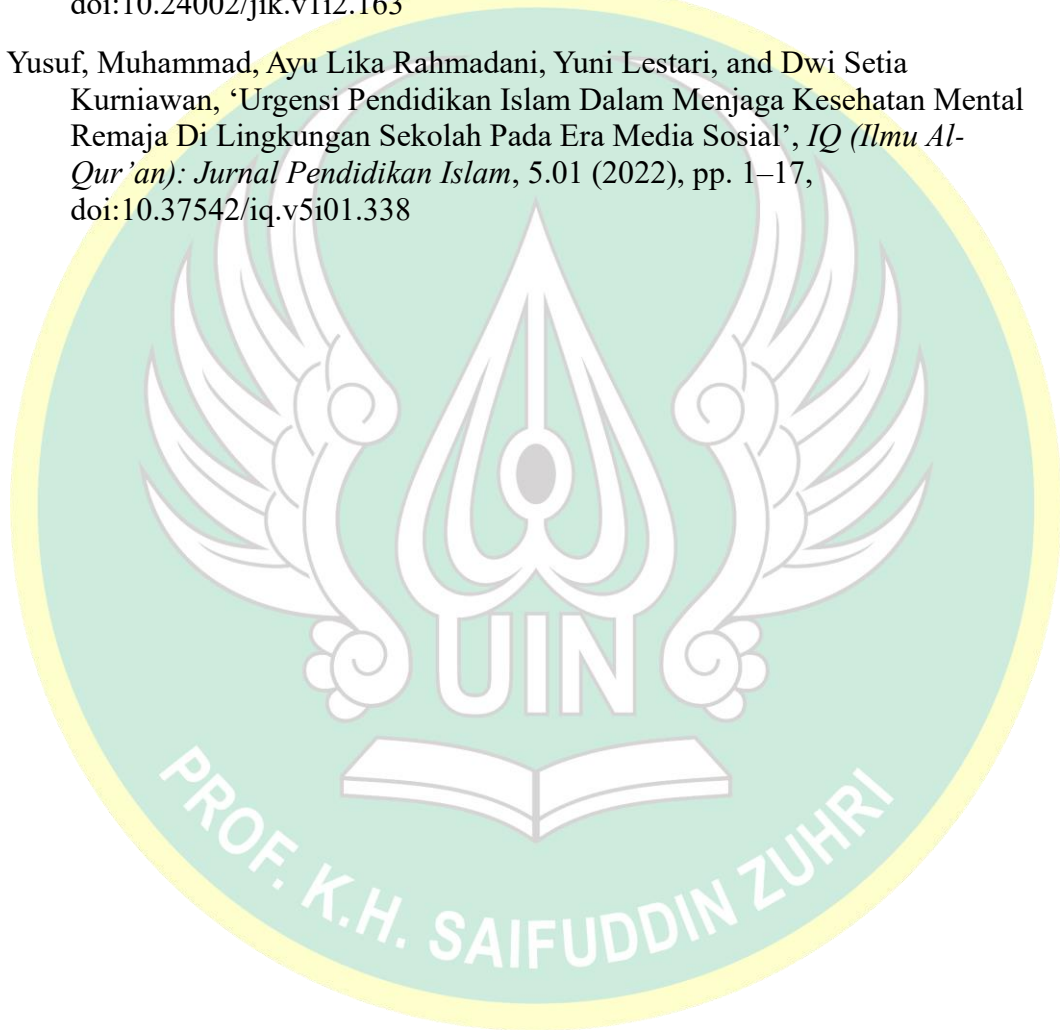
- Noor, Assyifa, Izzah Tanjung, Cucu Setiwan, Jurusan Tasawuf, Dan Psikoterapi, Ushuluddin Uin, and others, 'Peran Agama Islam Terhadap Kesehatan Mental Menurut Zakiah Daradjat', *Gunung Djati Conference Series*, 8 (2022)
- Nurhuda, Salastia Paramita, Nasichcah, and Sylvania Syah Ayasha, 'Terapi Dzikir Dalam Kesehatan Mental', *Jurnal Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni (JISHS)*, 2.1 (2023), pp. 92–96
- Patoni, Achmad, *Ilmu Pendidikan Islam*, 1st edn (Eureka Media Aksara, 2022)
- Putri Tsamrotur Rizqiah, 'Pembinaan Kesehatan Mental Remaja Dalam Pendidikan Islam Perspektif Prof. Dr. Zakiah Daradjat MA' (UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2023)
- Rahayu, Endang Sri, 'Bertasawuf Di Era Modern: Tasawuf Sebagai Psikoterapi', *Jurnal Emanasi, Jurnal Ilmu Keislaman Dan Sosial*, 2.2 (2020), pp. 1–9
- Rama Wijaya Kesuma Wardhani, Pasiska, Nurlaila Kamsi, 'Menjaga Kesehatan Mental Dengan Pendekatan Shalat: Analisis Sanad Dan Matan Hadis', *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, 1.2 (2020), p. 227, doi:10.32332/jbpi.v1i2.1714
- Resa, Afra Puteri, 'Retorika Dakwah Habib Husein Jafar Al-Hadar Melalui Youtube' (UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2021), doi:10.53429/jkis.v4i2.804
- Rizma, Rahma Sivatur, 'Perspektif Mohammad Fauzil Adhim Program Studi Pendidikan Agama Islam Jurusan Pendidikan Islam Universitas Islam Negeri' (UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, 2023)
- Sari, Dwi Wulan, and Meilinda Sari Putri, 'Relevansi Pendidikan Islam Di Era Digital Dalam Menavigasi Tantangan Modern', *SICEDU : Science and Education Journal*, 2.2 (2023), pp. 372–80
- Sari, Milya, 'Penelitian Kepustakaan (Library Research) Dalam Penelitian Pendidikan IPA', *NATURAL SCIENCE: Jurnal Penelitian Bidang IPA Dan Pendidikan IPA*, 2020, pp. 41–53
- Setiawan, Daud, 'Gaya Hidup Minimalis Perspektif Dr. Fahrudin Faiz Dan Relevansinya Terhadap Pendidikan Islam' (UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, 2023)
- Suaini, 'Peranan Pendidikan Islam Dalam Membina Kesehatan Mental Anak Perspektif Zakiah Daradjat' (UIN Raden Intan Lampung, 2021)
- Sugiarti, Mimi, 'Peran Tokoh Agama Dalam Pendidikan Moderasi Beragama Bagi Generasi Milenial Melalui Media Youtube' (UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto)
- Tretan Universe, *Mengenal Sisi Lain Sosok Habib Husein Ja'far*, 2020
<<https://youtu.be/CQU68CZiPTw?si=1kSRHPrtCc8mmU-w>>

Wibowo, S H, S Wahyuddin, A A Permana, S Sembiring, and ..., *Teknologi Digital Di Era Modern*, ed. by Diana Purnama Sari, Edisi Pert (PT GLOBAL EKSEKUTIF TEKNOLOGI, 2023)

Wijaya, Firad, 'Agama Dan Spiritual Dalam Bimbingan Konseling', *Al-Insan*, 2.1 (2021)

Wuryantai, AG. Eka Wenats, 'Digitalisasi Masyarakat: Menilik Kekuatan Dan Kelemahan Dinamika Era Informasi Digital Dan Masyarakat Informasi', *Jurnal ILMU KOMUNIKASI*, 1.2 (2020), pp. 131–42, doi:10.24002/jik.v1i2.163

Yusuf, Muhammad, Ayu Lika Rahmadani, Yuni Lestari, and Dwi Setia Kurniawan, 'Urgensi Pendidikan Islam Dalam Menjaga Kesehatan Mental Remaja Di Lingkungan Sekolah Pada Era Media Sosial', *IQ (Ilmu Al-Qur'an): Jurnal Pendidikan Islam*, 5.01 (2022), pp. 1–17, doi:10.37542/iq.v5i01.338





Lampiran 1. Blangko Bimbingan Skripsi



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
 Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126
 Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553
 www.uinsaizu.ac.id

BLANGKO BIMBINGAN SKRIPSI

Nama : Aisyah Lalliana Firdausi
 No. Induk : 2017402200
 Fakultas/Jurusan : FTIK/PAI
 Pembimbing : Dr. H. Asdlori, M.Pd.I.
 Nama Judul : Peran Pendidikan Islam dalam Kesehatan Mental Perspektif Habib Husein Bin Ja'far Al Hadar

No	Hari / Tanggal	Materi Bimbingan	Tanda Tangan	
			Pembimbing	Mahasiswa
1.	Jum'at/ 22-03-2024	Revisi Latar Belakang		
2.	Rabu/ 26-06-2024	Revisi BAB I		
3.	Kamis/ 27-06-2024	Revisi BAB II		
4.	Kamis/ 04-07-2024	Revisi BAB III		
5.	Rabu/ 10-07-2024	Revisi BAB II dan BAB III		
6.	Kamis/ 18-07-2024	Revisi BAB IV		
7.	Rabu/ 24-07-2024	Revisi BAB IV		
8.	Kamis/ 01-08-2024	Revisi BAB IV dan BAB II		
9.	Rabu/ 14-08-2024	Revisi BAB IV		
10.	Kamis/ 29-08-2024	Revisi BAB IV		
11.	Selasa/ 03-09-2024	Revisi Kesimpulan		
12.	Rabu/ 11-09-2024	ACC Munaqosah		

Dibuat di : Purwokerto
 Pada tanggal : 11 September 2024
 Dosen Pembimbing

Dr. H. Asdlori, M.Pd.I.
 NIP. 19630310 199103 1 003

Lampiran 2. Surat Rekomendasi Munaqasah



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO
FAKULTAS TARBİYAH DAN ILMU KEGURUAN
Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553
www.uinsaizu.ac.id

REKOMENDASI MUNAQOSYAH

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Yang bertanda tangan di bawah ini, Dosen Pembimbing Skripsi dari mahasiswa :

Nama : Aisyah Lailiana Firdausi
NIM : 2017402200
Semester : 9
Jurusan/Prodi : Pendidikan Islam/Pendidikan Agama Islam
Angkatan Tahun : 2020
Judul Skripsi : Peran Pendidikan Islam dalam Kesehatan Mental
Perspektif Habib Husein Bin Ja'far Al Hadar

Menerangkan bahwa skripsi mahasiswa tersebut telah siap untuk dimunaqosyahkan setelah mahasiswa yang bersangkutan memenuhi persyaratan akademik yang ditetapkan.


Demikian rekomendasi ini dibuat untuk menjadikan maklum dan mendapatkan penyelesaian sebagaimana mestinya.

Wassalamu'alikum Wr. Wb.

Dibuat di : Purwokerto
Tanggal : 11 September 2024

Mengetahui,
Koordinator Prodi PAI

Dosen Pembimbing


Dewi Ariyanti, M.Pd.I.
NIP. 19840809 201503 2 002


Dr. H. Asdlori, M.Pd.I.
NIP. 19630310 199103 1 003

Lampiran 3. Surat Keterangan Seminar Proposal



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553
www.uinsaizu.ac.id

SURAT KETERANGAN
SEMINAR PROPOSAL SKRIPSI
No. B.e.578/Un.19/FTIK.JPI/PP.05.3/1/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini, Ketua Program Studi Pendidikan Agama Islam pada Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan (FTIK) UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto menerangkan bahwa proposal skripsi berjudul :

PERAN PENDIDIKAN ISLAM DALAM KESEHATAN MENTAL PERSPEKTIF HABIB HUSEIN BIN JA'FAR AL HABAR

Sebagaimana disusun oleh:

Nama : Aisyah Lailiana Firdausi
NIM : 2017402200
Semester : 6
Jurusan/Prodi : PAI

Benar-benar telah diseminarkan pada tanggal : 24 Januari 2024

Demikian surat keterangan ini dibuat dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Purwokerto, 30 Januari 2024

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Prodi PAI



[Signature]
Dewi Ariyani, M.Pd.I.
NIP. 19840809 201503 2 002

OF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI

Lampiran 4. Surat Keterangan Komprehensif



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553 www.uinsaizu.ac.id

SURAT KETERANGAN

No. B-1569/Un.19/WD1.FTIK/PP.05.3/4/2024


Yang bertanda tangan di bawah ini Wakil Dekan Bidang Akademik, menerangkan bahwa :

N a m a : Aisyah Lailiana Firdausi
NIM : 2017402200
Prodi : PAI

Mahasiswa tersebut benar-benar telah melaksanakan ujian komprehensif dan dinyatakan **LULUS** pada :

Hari/Tanggal : Senin, 01 April 2024
Nilai : B+

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Purwokerto, 2 April 2024
Wakil Dekan Bidang Akademik,

D. Suparjo, M.A.
NIP. 19730717 199903 1 001

ROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI

Lampiran 5. Sertifikat BTA-PPI



IAIN PURWOKERTO

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PURWOKERTO
UPT MA'HAD AL-JAMI'AH

Jl. Jend. A. Yani No. 40A Purwokerto, Jawa Tengah 53126, Telp: 0281-435624, 628250 | www.iaipurwokerto.ac.id

SERTIFIKAT

Nomor: In.17/UPT.MAJ/19545/08/2022

Diberikan oleh UPT Ma'had Al-Jami'ah IAIN Purwokerto kepada:

NAMA : AISYAH LAILIANA FIRDAUSI
NIM : 2017402200

Sebagai tanda yang bersangkutan telah LULUS dalam Ujian Kompetensi Dasar Baca Tulis Al-Qur'an (BTA) dan Pengetahuan Pengamalan Ibadah (PPI) dengan nilai sebagai berikut:

# Tes Tulis	:	96
# Tartil	:	75
# Imla'	:	70
# Praktek	:	75
# Nilai Tahfidz	:	70



Purwokerto, 09 Aqt 2022



ValidationCode

Lampiran 6. Sertifikat Pengembangan Bahasa Arab


IAIN PURWOKERTO
وزارة الشؤون الدينية
الجامعة الإسلامية الحكومية بورووكرتو
الوحدة لتنمية اللغة

عنونا شارع جنرال احمد ياني رقم: ٥٠ بورووكرتو ٥٣١٦٦ هاتف: ٥٥١ - ٣٨٧٧٧٧ www.iainpurwokerto.ac.id

التميز

الرقم: ان.١٧ / UPT.Bhs / PP.٠٩ / ٢٠٢١/٢٥٣٨

منحت الى

الاسم

: عائشة ليلينا فردوسي

المولودة

: بنشيلاتشاب، ١٤ يناير ٢٠٠٢

الذي حصل على

٦٢ : فهم المسموع

٤٨ : فهم العبارات والتراكيب

٥٧ : فهم المقروء



النتيجة : ٥٥٤

في اختبارات القدرة على اللغة العربية التي قامت بها الوحدة لتنمية اللغة في التاريخ ١٦ مايو ٢٠٢١

بورووكرتو، ٢٦ يوليو ٢٠٢١
رئيس الوحدة لتنمية اللغة.

الحاج أحمد سعيد الماجنتي
رقم التوظيف: ١٩٧٠٠٦١٧٢٠١١٢١٠١



ValidationCode

Lampiran 7. Sertifikat Pengembangan Bahasa Inggris



EPTIP CERTIFICATE

(English Proficiency Test of IAIN Purwokerto)

Number: In.17/UPT.Bhs/PP.009/25538/2021

This is to certify that

Name : AISYAH LAILIANA FIRDAUSI
Date of Birth : CILACAP , January 14th, 2002

Has taken English Proficiency Test of IAIN Purwokerto with paper-based test, organized by Language Development Unit IAIN Purwokerto on September 8th, 2020, with obtained result as follows:

1. Listening Comprehension : 45
2. Structure and Written Expression : 43
3. Reading Comprehension : 51

Obtained Score : 463



The English Proficiency Test was held in IAIN Purwokerto.



ValidationCode



Purwokerto, July 26th, 2021
Head of Language Development Unit,

H. A. Sangid, B.Ed., M.A.
NIP: 19700817 200112 1 001

Lampiran 8. Sertifikat KKN



The certificate features a decorative header with green and yellow wavy shapes. In the top right corner, there are three logos: the institutional emblem of Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, the LPPM logo, and a small circular logo with a green figure. The main title 'Sertifikat' is prominently displayed in a large, bold, green font. Below it, the certificate number '1422.K.LPPM/KKN.52/09/2023' is printed. The issuing institution is identified as 'Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto'. The recipient's name 'AISYAH LAJLIANA FIRDAUSI' and NIM '2017402200' are listed. The text states that the student has completed the KKN activity for the 2024 cohort and has achieved a 'LULUS' status with a grade of '88 (A)'. At the bottom left, there is a portrait of the student against a red background. To the right of the portrait is a QR code for certificate validation, with the text 'Certificate Validation' centered below it.

 |  

Sertifikat

Nomor Sertifikat : 1422.K.LPPM/KKN.52/09/2023

Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM)
Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto menyatakan bahwa:

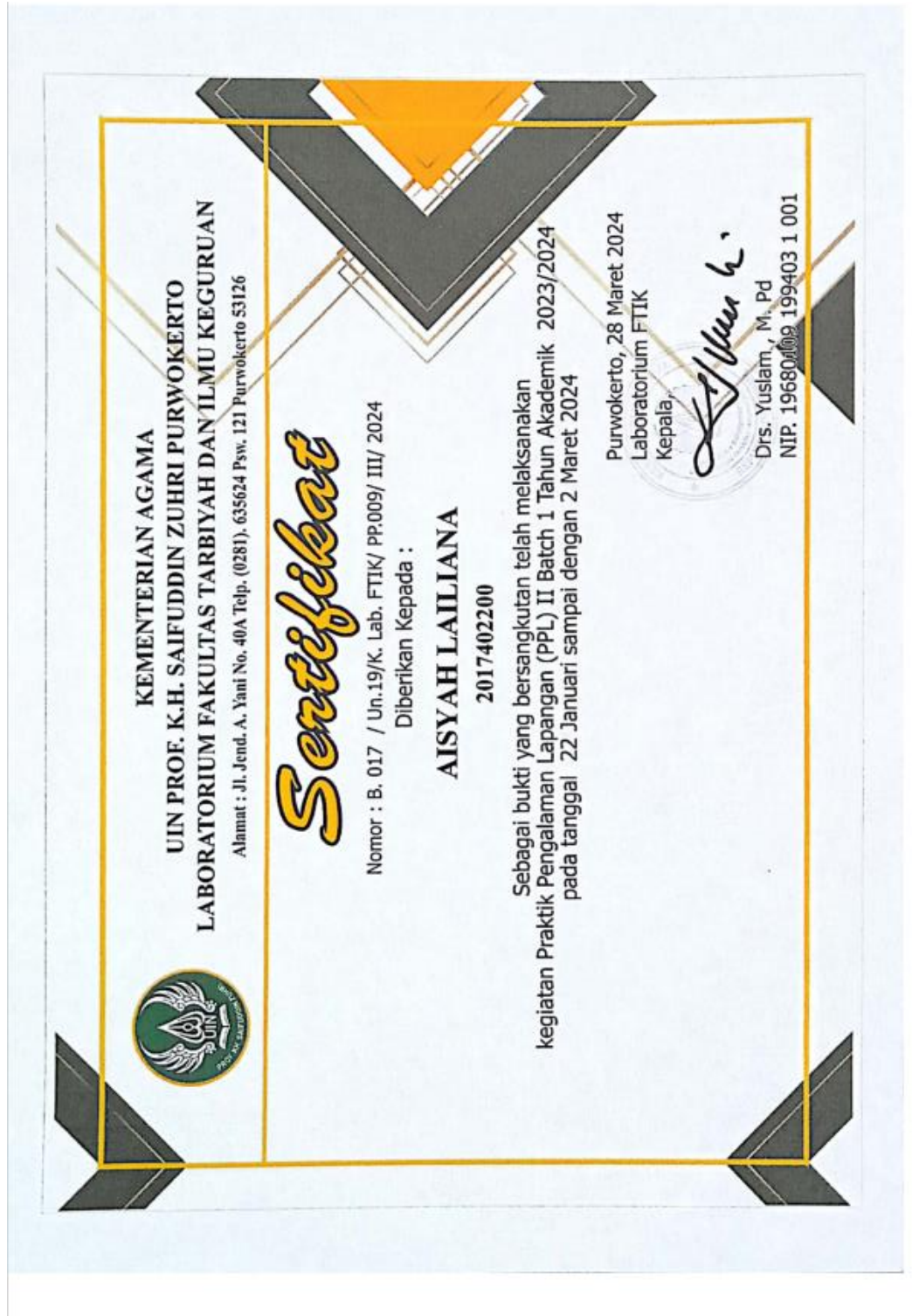
Nama Mahasiswa : **AISYAH LAJLIANA FIRDAUSI**
NIM : **2017402200**

Telah mengikuti Kuliah Kerja Nyata (KKN) Angkatan ke-52 Tahun 2024,
dan dinyatakan **LULUS** dengan nilai **88 (A)**.



Certificate Validation

Lampiran 9. Sertifikat Praktik Pengalaman Lapangan (PPL)



DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Aisyah Lailiana Firdausi
2. NIM : 2017402200
3. Tempat/Tgl. Lahir : Cilacap, 14 Januari 2002
4. Alamat : Randegan 01/08, Wangon, Banyumas
5. Nama Ayah : Jupri
6. Nama Ibu : Lili Sumiyati

B. Riwayat Pendidikan

1. Pendidikan Formal
 - a. SD Negeri 1 Rawaheng, tahun lulus
 - b. Mts Miftahussalam Banyumas
 - c. SMA Negeri 1 Wangon
 - d. UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, tahun masuk
2. Pendidikan Non Formal
 - a. PPPI Miftahussalam Banyumas
 - b. Pesantren Mahasiswa Ponpes Bani Rosul

C. Pengalaman Organisasi

1. Pengurus Tapak Suci Putera Muhammadiyah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
2. Pengurus Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

Purwokerto, 11 September 2024



Aisyah Lailiana Firdausi