

## BAB II

### KESEHATAN MENTAL DAN PONDOK PESANTREN

#### A. Kesehatan Mental

##### 1. Pengertian

Sebelum kita mengarah kepada pengertian kesehatan mental, maka terlebih dahulu kita harus mengerti dahulu apa itu mental. Dalam ilmu psikiatri dan psikoterapi, kata mental sering digunakan sebagai ganti dari kata personaliti (kepribadian) yang berarti bahwa mental adalah semua unsur-unsur jiwa termasuk pikiran, emosi, sikap (attitude) dan perasaan yang dalam keseluruhan dan kebulatannya akan menentukan corak laku, cara menghadapi suatu hal yang menekan perasaan, mengecewakan atau menggembirakan, menyenangkan dan sebagainya<sup>1</sup>.

Kesehatan mental berusaha untuk mensehatkan manusia dengan memandang manusia sebagaimana adanya. Artinya kesehatan mental memandang manusia sebagai satu kesatuan psikosomatis, kesatuan jiwa raga atau kesatuan jasmani rohani. Hilangnya gangguan mental merupakan tujuan psikoterapi. Mental yang sehat merupakan tujuan kesehatan mental. Psikoterapi menangani orang sakit untuk disembuhkan dan kesehatan mental menangani orang yang sehat untuk dibina agar tidak jatuh sakit. Kedua ilmu itu saling berkaitan. Psikologi dan agama merupa-

---

<sup>1</sup>Zakiyah Daradjat, Pendidikan Agama dalam Pembinaan Mental, Jakarta, 1975, p. 38.

kan dasar atau landasan dan sekaligus sebagai alat, baik untuk menyembuhkan gangguan mental maupun untuk pembinaan kesehatan mental. Baik agama maupun psikologi dengan psikoterapi berusaha membentuk, mengolah, membina, dan mengembangkan kepribadian yang utuh<sup>2</sup>.

Para ahli ilmu jiwa banyak memberikan pengertian dan definisi tentang kesehatan mental. Hal ini sesuai dengan pandangan dan bidangnya masing-masing. Definisi tersebut antara lain :

"Kesehatan mental adalah terhindarnya orang dari gejala-gejala gangguan jiwa (neurose) dan dari gejala-gejala penyakit jiwa (psychose)".

Definisi di atas mendapat sambutan dari psikiatri. Pene-  
kanan dari definisi itu adalah pada masalah gangguan jiwa seperti cemas, malas, tak punya gairah dan lainnya; serta sakit jiwa yang secara realis kita sebut miring, atau gila.

"Kesehatan mental adalah kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan diri sendiri, dengan orang lain dan masyarakat serta lingkungan di mana ia hidup".

Definisi di atas sifatnya umum dan luas, karena dihubungkan dengan kehidupan secara keseluruhan. Kesanggupan untuk menyesuaikan diri itu, akan membawa orang kepada kenikmatan hidup, terhindar dari kecemasan, kegelisahan dan ketidakpuasan. Di samping itu penuh dengan semangat

---

<sup>2</sup>Abdul Aziz Ahyadi, Psikologi Agama, Bandung, 1995, p. 207.

dan kebahagiaan.

"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 orang lain, serta terhindar dari gangguan-gangguan dan penyakit jiwa".

Definisi ini mendorong orang memperkembangkan juga memanfaatkan segala potensi yang ada. Jangan sampai ada bakat yang dipendam atau digunakan kepada ketidakhahagiaan, yang mengganggu hak dan kepentingan orang lain. Bakat yang tidak tumbuh dan berkembang baik, akan membawa kepada kegelisahan dan pertentangan batin. Dalam pergaulan dengan orang atau keluarganya akan terlihat kaku dan tidak mengindahkan karena merasa sedih, menderita, marah kepada dirinya dan orang lain.

"Kesehatan mental adalah terwujudnya 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".

Dari definisi-definisi diatas, maka kesimpulan - nya yang dapat ditarik kesimpulan bahwa kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari gejala - gejala gangguan dan penyakit jiwa, dapat menyesuaikan diri, dapat memanfaatkan segala potensi dan bakat yang ada se-

maksimal mungkin dan membawa kepada kebahagiaan bersama serta tercapainya keharmonisan jiwa dalam hidup. Tetapi perlu diingat bahwa kesehatan mental itu adalah relatif di mana keharmonisan yang sempurna antara seluruh fungsi-fungsi tubuh itu tidak ada. Yang dapat diketahui adalah berapa jauh jaraknya seseorang dari kesehatan mental yang normal<sup>3</sup>.

## 2. Kesehatan mental dan ketenangan hidup

Tidak seorangpun yang tidak ingin menikmati ketenangan dan kebahagiaan dalam hidup. Dan semua orang akan berusaha mencarinya, meskipun tidak semuanya dapat mencapai yang diinginkannya itu. Berbagai sebab dan rintangan yang mungkin terjadi, sehingga banyak orang yang mengalami kegelisahan, kecemasan dan ketidakpuasan.

Keadaan yang tidak menyenangkan itu tidak terbatas kepada golongan tertentu saja, tetapi tergantung kepada cara orang menghadapi sesuatu persoalan. Karenanya baik yang berpangkat tinggi atau tidak berpangkat, bahkan seorang pesuruh, menemui kesukaran dalam berbagai bentuk. Hanya satu hal yang mungkin yang sama-sama dirasakan, ialah ketidaktenangan jiwa. Begitu pula orang-orang yang hidup di kota atau di desa; dapat dikatakan semakin maju orang (masyarakat), semakin banyak komplikasi hidup yang dialaminya. Banyak persaingan, perlomba-

---

<sup>3</sup>Zakiah Daradjat, Kesehatan Mental, Jakarta, 1983, p. 10-14.

an dan pertentangan karena semakin banyak kebutuhan dan keinginan yang harus dipenuhi. Dan semakin sukarlah orang mencapai ketenangan hidup.

Sesungguhnya ketenangan hidup, ketentraman jiwa, atau kebahagiaan batin, tidak banyak bergantung kepada faktor-faktor luar seperti keadaan ekonomi, politik, adat kebiasaan dan sebagainya; akan tetapi lebih bergantung kepada cara dan sikap menghadapi faktor-faktor tersebut. Jadi yang menentukan ketenangan dan kebahagiaan hidup adalah kesehatan mental. Orang yang sehat mentalnya tidak lekas putus asa, pesimis atau apatis, karena ia dapat menghadapi semua rintangan atau kegagalan dalam hidup dengan tenang dan wajar serta menerima kegagalan itu sebagai suatu pelajaran yang akan membawa sukses nantinya.

Dari hasil penelitian yang dilakukan terhadap pasien-pasien yang terganggu kesehatan mentalnya, dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental yang terganggu berpengaruh kepada kehidupan seseorang; yang dalam hal ini dibagi dalam 4 kelompok besar yaitu : perasaan, pikiran atau kecerdasan, kelakuan dan kesehatan badan<sup>4</sup>.

a. Pengaruh kesehatan mental terhadap perasaan

Terganggunya kesehatan mental berakibat terganggunya perasaan, rasa tidak tentram, rasa gelisah tetapi

---

<sup>4</sup>Zakiah Daradjat, Ibid, p. 15-16.

tidak mampu mengatasinya, rasa takut yang tidak masuk akal atau tidak jelas apa yang ditakuti, rasa iri, rasa sedih yang berlebihan atau tidak beralasan, rasa rendah diri, sombong, suka bergantung orang lain, tidak bertanggung jawab dan sebagainya<sup>5</sup>.

b. Pengaruh kesehatan mental terhadap pikiran

Telah banyak penelitian yang dilakukan untuk mengetahui pengaruh keturunan atas kecerdasan. Dari penelitian-penelitian itu terbukti bahwa kecerdasan itu memang warisan artinya kecerdasan seorang anak dipengaruhi oleh kecerdasan ibu bapaknya atau oleh nenek moyangnya sesuai dengan hukum warisan / keturunan. Maka orang yang cerdas, kemungkinan besar anaknya akan cerdas pula akan tetapi, jika tidak mendapat kesempatan dan lingkungan yang baik untuk berkembang, maka kecerdasan itu tidak akan mencapai kemampuan yang maksimal.

Mengenai pengaruh kesehatan mental atas pikiran, memang besar sekali. Di antara gejala yang bisa kita lihat yaitu : sering lupa, tidak bisa mengkonsentrasikan pikiran tentang sesuatu hal yang penting, kemampuan berfikir menurun, sehingga orang menganggap seolah tidak cerdas, pikirannya tidak bisa digunakan dan sebagainya. Jika kita dapati anak-anak bodoh di sekolah, tidak mau belajar, pelupa dan sebagainya, belum tentu itu

---

<sup>5</sup>Zakiah Daradjat, Pendidikan Agama dalam Pembinaan Mental, Jakarta, 1975, p. 40.

akibat dari kecerdasannya yang terbatas, akan tetapi mungkin sekali ( dan ini yang banyak kejadian ), ia tidak mampu menggunakan kecerdasannya. Bukan karena bodoh tapi karena tidak adanya ketenangan jiwa padanya. Terganggu ketenangan jiwa si anak disebabkan terutama oleh ibu bapaknya. Perlakuan orang tua yang terlalu keras, tidak banyak memperdulikan kepentingan si anak, s u k a membandingkan dengan anak lain, terlalu banyak campur tangan dan sebagainya menyebabkan hilangnya ketenangan jiwa si anak<sup>6</sup>.

Di samping itu peran guru dalam mendidik a n a k juga berpengaruh kepada kecerdasannya. Guru yang pandai bijaksana dan mempunyai keikhlasan dan sikap positif terhadap pekerjaannya akan dapat membimbing anak - anak didik ke arah sikap yang positif terhadap pelajaran yang diberikan kepadanya yang mengantarkan kepada kecerdasannya serta dapat menumbuhkan sikap positif yang diperlukan dalam hidupnya kemudian hari. Sebaliknya guru yang tidak ikhlas, tidak bijaksana dalam menunaikan tugasnya, atau niatnya hanya sekedar mencari rizki, d a n hanya sekedar mendapat penghormatan menjadi guru, maka manfaat pendidikan yang diberikan kepada anak didik kecil kemungkinan bahkan boleh jadi menjadi negatif<sup>7</sup>.

---

<sup>6</sup>Zakiah Daradjat, Kesehatan Mental, op. cit, p. 20  
- 21

<sup>7</sup>Zakiah Daradjat, Ilmu Jiwa Agama, Jakarta, 1996, p. 65.

c. Pengaruh kesehatan mental terhadap kelakuan

Ketidaktentraman hati, atau kurang sehatnya mental, sangat mempengaruhi kelakuan dan tindakan seseorang. Pada umumnya kelakuan-kelakuan yang tidak baik, kenakalan, keras kepala, suka berdusta, menipu, menyeleweng, mencuri, menyiksa orang, membunuh, merampok dan sebagainya yang menyebabkan orang lain menderita, haknya teraniaya, dan sebagainya termasuk pula akibat dari keadaan mental yang terganggu kesehatannya<sup>8</sup>.

Suatu misal seorang anak yang merasa tertekan, gelisah, ingin mengungkapkan keluar tetapi tidak berani karena merasa kecil dan sering dimarahi ibu bapaknya. Kemarahan dan pukulan orang tua itu tidak menyenangkan perasaan si anak, tetapi ia takut melawan. Bila tidak membela diri atau mengungkapkan perasaan tidak enak itu ia merasa tidak puas. Maka terjadilah pertentangan batin. Karena takut maka dalam penyelesaiannya ia melakukan sesuatu yang tidak disenangi orang tuanya atau memaskan kekesalannya itu kepada kawannya (berkelahi), mengganggu adik-adiknya, merusak atau memecahkan barang milik orang tuanya dan sebagainya<sup>9</sup>.

d. Pengaruh kesehatan mental terhadap kesehatan badan

---

<sup>8</sup>Zakiah Daradjat, Pendidikan Adama dalam Pembinaan Mental, p. 40.

<sup>9</sup>Zakiah Daradjat, Kesehatan Mental, p. 22.

Kalau dulu orang mengatakan bahwa mental y a n g sehat terletak pada tubuh yang sehat, maka sekarang itu terbukti sebaliknya, yaitu kesehatan mental menentukan kesehatan badan.<sup>10</sup> Jasmani dapat terganggu, bukan karena adanya penyakit yang betul-betul mengenai jasmani i t u akan tetapi rasanya sakit, akibat jiwa tidak tentram , penyakit yang seperti itu disebut Psycho-Somatic. Diantara gejala penyakit ini yang sering terjadi seperti : sakit kepala, merasa lemas, letih, sering masuk angin, tekanan darah tinggi atau rendah, jantung, susah nafas sering pingsan (kejang), bahkan sampai sakit yang lebih berat, lumpuh sebagian anggota jasmani, kelu lidah berbicara atau bisu, tidak bisa melihat (buta) dan sebagainya. Yang penting adalah penyakit jasmani itu tidak mempunyai sebab-sebab fisik sama sekali<sup>11</sup>.

Sebagai suatu misal seorang ibi yang menderita pe nyakit jantung selama beberapa tahun. Ia sudah berusaha berobat kepada dokter-dokter, disamping meminta nasehat bahkan juga pergi ke dukun-dukun tetapi hasilnya tidak ada. Ia putus asa dan akhirnya merasa kepercayaan kepada diri menjadi hilang. Setelah diteliti latar belakang dari hidup dan pengalaman-pengalamannya yang dilaluinya terbukti bahwa penyakitnya bukan disebabkan karena ada yang sakit/rusak pada jantungnya, tetapi karena tekanan

---

<sup>10</sup>Zakiah Daradjat, Kesehatan Mental, p. 23.

<sup>11</sup>Zakiah Daradjat, Pendidikan Agama dalam Pembinaan Mental, p. 41.

tekanan perasaan dalam keluarga. Dia kurang mampu memahami suaminya, tidak mau mengungkapkan perasaan kepada siapapun, baik suami atau orang tuanya sendiri. Semua perasaan yang mengganggu pikiran dan ketenangan batinnya di simpan sendiri, yang akhirnya menyebabkan jantunnya terganggu.

Dapat disimpulkan bahwa ketenangan hidup dan kebahagiaan rumah tangga, terletak pada adanya saling mengerti satu sama lain, saling hormat-menghormati, dan saling cinta - mencintai antara anggota keluarga dan mampu menyesuaikan diri dalam hidup<sup>12</sup>.

### 3. Prinsip - prinsip kesehatan mental

#### a. Prinsip-prinsip yang didasarkan pada kodrat manusia ( Nature of Man )

- a.1. Prinsip 1 : Kesehatan mental dan adjustment menghendaki adanya kesehatan badan dan integritas (kesatuan) organisme.

Prinsip tersebut menunjukkan bahwa manusia merupakan kesatuan yang utuh dan bulat dari segi jasmaniah dan rohaniyah yang tidak dapat dipisahkan. Manusia bukan penjumlahan badan + jiwa raga (psychosomatic), proses kejiwaan dan respon (reaksi, jawaban, tanggapan) dan proses jasmaniah lainnya bercampur menyatu secara kompleks. Dengan demikian gangguan jasmaniah juga merupakan gangguan

---

<sup>12</sup>Zakiah Daradjat, Kesehatan Mental, p. 23.

an mental dan sebaliknya. Oleh karena itu kesehatan mental tidak dapat dipisahkan dari pemeliharaan kesehatan jasmaniah. Dalam Islam juga dikatakan bahwa pelaksanaan ibadah seperti sholat, puasa, haji dan lainnya juga tidak lepas dari kesehatan jasmani.

a.2. Prinsip 2 : Untuk mempertahankan kesehatan mental dan penyesuaian diri yang baik, perilaku manusia harus sesuai atau konform dengan kodratnya sebagai makhluk biologis, sosial psikologis dan rokhaniah (makhluk yang mempunyai dorongan kebutuhan nafsu, moral, intelek, emosi, rohani, agama).

Prinsip ini mengingatkan akan manusia bahwa kebutuhan yang hanya mementingkan salah satu aspek saja, baik aspek jasmani maupun aspek ruhani akan mengakibatkan adanya gangguan kesehatan mental<sup>13</sup>.

a.3. Prinsip 3 : Kesehatan mental dan adjusment menghendaki integritas dan kontrol diri (self-integrity and self-control) yang meliputi pengendalian pikiran, hayalan (imagination), keinginan, kemauan, ambisi dan tingkah laku.

Prinsip diatas memberikan arti bahwa orang yang mempunyai kepribadian yang mantap, mampu menyesuaikan diri,

---

<sup>13</sup>Abdul Aziz Ahyadi, Psikologi Agama kepribadian Muslim Pancasila, Bandung, 1995, p. 213-214.

dan mengendalikan diri tanpa kecemasan dan kekakuan maupun keabnormalan lain. Orang demikian mampu mengarahkan tujuan hidup dan tingkah laku secara efektif dan efisien dalam hidupnya sehari-hari serta mampu menyelesaikan kesukaran, konflik dan frustrasi.

a.4. Prinsip 4 : Untuk mencapai dan mempertahankan kesehatan mental dan adjustment diperlukan pengetahuan yang luas tentang diri (self-insight).

Prinsip di atas menekankan akan pentingnya menyadari kemampuan dan kelebihan yang dimilikinya, sehingga perbuatannya terkendalikan secara sadar dan terarah. Dan untuk mendapatkan self-insight yang baik, harus menjauhi pengendalian diri yang kaku dan terlalu kritis (morbid self-security) dan reaksi emosional yang berlebihan (excessive emotional reaction) terhadap pengetahuan mengenai diri sendiri.

a.5. Prinsip 5 : Kesehatan mental dan adjustment menghendaki suatu pengertian yang sehat tentang diri sendiri yang mencakup penerimaan diri sendiri (self-acceptance) dan penilaian yang realistis terhadap status dan harga diri.

Prinsip ini berpengertian bahwa penerimaan diri yang didasarkan pada pengertian diri yang sehat yakni penilaian realistis terhadap diri sendiri sebagaimana sebenarnya, akan memungkinkan adanya usaha untuk memperbaiki

kekurangan, kesalahan dan kelemahan serta meningkatkan dan mengembangkan potensinya.

a.6. Prinsip 6 : Untuk mencapai kesehatan mental dan adjustment diperlukan usaha terus-menerus untuk mengembangkan diri atau meningkatkan diri (self-improvement) dan dan merealisasikan diri (self-realization).

Pengembangan diri di mulai dari masa kanak-kanak sampai dewasa harus merupakan kemajuan ke arah kematangan berfikir, kedewasaan, emosional, pengarahan dan pengendalian motivasi, kemantapan sikap dan tingkah laku. Untuk itu pengembangan diri dan realisasi diri bersifat dinamis, terus menerus menuju kesempurnaan pribadi atau insan kamil.

a.7. Prinsip 7 : Kemantapan mental dan penyesuaian diri yang baik memerlukan suatu pengembangan yang berlanjut dalam diri manusia mengenai sifat-sifat moral yang tinggi.

Sifat-sifat moral yang dimaksud adalah :

- Keadilan
- Ketetapan pendirian
- Pengekangan diri dan pembatasan diri
- Keihlasan / ketulusa.
- Kebijaksanaan
- Keberanian
- Integritas
- Rendah diri

Sifat 8 di atas apabila mampu dimanifestasikan manusia dalam kehidupan pribadinya, di samping sifat-sifat ter-

puji lainnya adalah manifestasi dari sehatnya mental.

a.8. Prinsip 8 : Untuk mencapai dan mempertahankan kesehatan mental dan adjusment perlu belajar dan mengembangkan kebiasaan yang baik.

a.9. Prinsip 9 : Stabilitas mental dan adjusment menghendaki suatu kemampuan untuk mengubah sesuatu sesuai dengan perubahan kepribadian.

Hal ini karena kepribadian dan lingkungan selalu berubah. Karena itu kebiasaan yang baik sifatnya harus fleksibel dan tidak kaku artinya manusia harus luwes, daya lentuk, daya elastis agar mampu beradaptasi dengan lingkungan.

a.10. Prinsip 10 : Kesehatan mental dan adjusment menghendaki usaha yang berlanjut (continue) untuk menjadi dewasa / matang : dalam berfikir, memutuskan suatu, sikap, emosi dan tingkah laku.

a.11. Prinsip 11 : Kesehatan mental dan adjusment menghendaki manusia belajar cara - cara menyelesaikan konflik, frustrasi, ketegangan-ketegangan jiwa yang timbul secara efektif dan efisien<sup>14</sup>.

---

<sup>14</sup>Ibid, p. 215-219.

b. Prinsip-prinsip yang didasarkan pada hubungan manusia dengan manusia lain dan lingkungannya

b.1. Prinsip 12 : Kesehatan mental dan adjusment bergantung pada hubungan manusiawi yang sehat, terutama hubungan dalam kehidupan keluarga.

Perlu ditekankan bahwa kesehatan mental di mulai dari hubungan keluarga, diteruskan melalui lingkungan sekolah, kemudian lingkungan masyarakat.<sup>15</sup> Karena itu apabila dalam hubungan keluarga saja tidak serasi, harmonis, seperti orang tua yang sering cekcok maka ini juga merupakan salah satu sebab kesehatan mental anak terganggu. Penderitaan anak tersebut bukan karena ekonomi atau kekurangan biaya hidup, tepi seringkali justru akibat orang tua yang kurang tepat dalam mendidik anak-anaknya hal mana kemudian mempengaruhi ketenangan si anak. Yang mengambil bentuk dalam kenakalan, melawan orang tua, mabuk-mabikan, malas sekolah dan lainnya. Oleh karena itu hubungan yang harmonis, serasi menjadi cermin kesehatan mental.<sup>16</sup>

b.2. Prinsip 13 : Kebahagiaan dan adjusment pada pekerjaan yang sesuai dan memuaskan.

Pekerjaan yang sesuai dan memuaskan dapat mengantarkan

---

<sup>15</sup> Ibid, p. 219.

<sup>16</sup> Zakiah Daradjat, Kesehatan Mental dalam Keluarga. Jakarta, 1992, p. 69.

seseorang kepada kesehatan mental. Kepuasan kerja bagi orang dewasa, sama dengan permainan dan rekreasi yang sehat bagi adjustment anak-anak. Oleh karena itu perlu diusahakan situasi dan kondisi yang dapat menimbulkan kepuasan kerja.

b.3. Prinsip 14 : Kesehatan mental dan adjustment menghendaki sikap yang realistis dengan : menerima realitas tanpa diputar balik serta menerima hal-hal yang obyektif dan sehat.

Kenyataan harus disadari manusia bahwa ia harus bersikap realistis dan obyektif dalam memandang dan bersikap mengenai kenyataan dan kehidupan sehari-hari, ia tidak boleh merasa superior terhadap kenyataan yang ada atau memandang dirinya tak berharga, sebab itu dapat mengantarkan manusia pada penyakit kejiwaan. Oleh karena itu setiap orang harus belajar memandang dan menerima dirinya sendiri dan realitas/kenyataan sebagaimana adanya dengan cara yang sehat.

c. Prinsip-prinsip yang didasarkan pada hubungan manusia dengan Tuhan.

c.1. Prinsip 15 : Kesehatan dan kemantapan mental menghendaki agar setiap orang memiliki kesadaran yang makin berkembang mengenai suatu realitas yang lebih besar dan luhur daripada dirinya sendiri dimana ia sangat bergantung padanya de-

ngan cara yang sangat fundamental.

Manusia sebagai makhluk rohaniyah berusaha agar hidupnya bermakna. Untuk itu pengabdian kepada sang Pencipta Yang Maha Kuasa harus dilaksanakan manusia dengan penuh kesadaran. Dengan keimanan yang kuat kepada Tuhan, maka dapat mencegah manusia dari rasa takut, kecemasan, kekhawatiran, rendah diri dan lainnya yang dapat membahayakan kesehatan mental dan integritas kepribadian. Setiap manusia harus aktif mencari Tuhan, karena kebahagiaan dan ketenangan jiwa yang sebenar-benarnya hanya akan tercapai kalau manusia telah menemukan Tuhan.

c.2. Prinsip 16 : Kesehatan mental dan ketenangan batin menghendaki hubungan aktif dan konstan dengan Tuhan melalui penerimaan dan pelaksanaan perintah-Nya serta meninggalkan larangan-Nya .

Pengakuan secara intelektual tentang ketergantungan manusia kepada Tuhan tidak cukup. Tetapi harus direalisasikan dan dimanifestasikan melalui hubungan aktif dengan Tuhan, seperti sholat, berpuasa, berqurban dan lain-lainnya yang pada intinya melaksanakan segala yang diperintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya.

Demikian prinsip-prinsip kesehatan mental, yang apabila manusia melaksanakannya dapat mengantarkan dirinya kepada kebahagiaan hidupnya<sup>17</sup>.

---

<sup>17</sup> Abdul Aziz Ahyadi, Psikologi Agama Kepribadian Muslim Pancasila, p. 220-222.

#### 4. Peran agama dalam kesehatan mental

Kondisi mental memang sangat menentukan dalam hidup ini. Hanya orang yang sehat mentalnya saja, dapat merasakan kebahagiaan, mampu, berguna dan sanggup menghadapi kesukaran-kesukaran atau rintang-rintangan dalam hidup. Apabila kesehatan mental terganggu, akan tampaklah gejala dalam segala sapek kehidupan. Misalnya perasaan, pikiran, kelakuan, dan kesehatan.

Kesehatan mental itu, seyogyanya dibina sejak kecil, agar pertumbuhan berjalan wajar dan tidak ada gangguan. Tetapi kadang orang tidak bernasib baik untuk lahir dan dibesarkan oleh orang tua yang mengerti dan dapat memberi kesempatan untuk tumbuh ke arah mental yang sehat. Dan inilah kebanyakan yang ada. Maka dalam usaha pembinaan kembali mental (reconstruction of personality) perlu diadakan setelah dewasa, kalau ingin hidup bahagia<sup>18</sup>.

Memang kita tidak bisa mengingkari bahwa antara jiwa dan badan terkait saling berhubungan. Hal ini dibuktikan dengan beberapa temuan di bidang kedokteran di jumpai sejumlah kasus yang membuktikan hal tersebut. Seperti orang yang takut, langsung kehilangan nafsu makan atau buang-buang air. Juga dalam keadaan kesal dan jengkel maka perus seseorang terasa kembung. ini cerminan tentang adanya hubungan antara jiwa dan badan sebagai

---

<sup>18</sup>Zakiah Daradjat, Pendidikan Agama dalam Pembinaan Mental, p. 91.

hubungan timbal balik, jiwa sehat badan segar dan badan sehat jiwa normal.

Sejumlah kasus yang menunjukkan adanya hubungan antara faktor keyakinan dengan kesehatan jiwa atau mental tampaknya sudah disadari para ilmuawan beberapa abad yang lalu. Misalnya pernyataan Carel Gustay Jung : di antara pasien saya yang setengah baya, tidak seorang pun yang penyebab penyakit kejiwaannya tidak dilatarbelakangi oleh aspek agama". (K.H.S.S. Djam'an : 17)<sup>19</sup>

Untuk itu membina kesehatan mental - baik pembinaan yang berjalan teratur sejak kecil ataupun yang dilakukan setelah dewasa, agama sangat penting. Seyogyannya agama masuk menjadi unsur-unsur yang menentukan dalam konstruksi pribadi sejak kecil. Akan tetapi, apabila seseorang menjadi remaja atau dewasa, tanpa mengenal agama, maka kegoncangan jiwa remaja akan mendorongnya ke arah perbuatan yang kurang baik.

Jika ilmu jiwa banyak berbicara tentang perasaan dan ketentraman jiwa, maka agama memberikan berbagai pedoman dan petunjuk agar ketentraman jiwa tercapai. Dalam Al Qur'an banyak sekali ayat-ayat tentang hal ini. Sebagai contoh : Surat Ar Ra'du ayat 28 dan 29 :

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ  
الْقُلُوبُ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ هُوَ ابْنُ الرَّحْمَنِ الْحَسْبُ حَاقِبٌ

<sup>19</sup>Jalaluddin, Psikologi Agama, Jakarta, April 1997 p, 139.

"(Yaitu) orang-orang yang beriman, hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah. Ingatlah hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tentram. (Adapun) orang - orang yang beriman dan beramal sholeh, bagi mereka kebahagiaan dan tempat kembali yang baik".

Sebenarnya berpuluh ayat dalam Al Qur'an yang memberikan pedoman, agar hidup tentram, jauh dari kece- masan, ketakutan, kegelisahan dan kesedihan.

Di antara sikap yang menyebabkan orang lain me- rana, adalah rasa sombong, congkak atau kasar, hal mana sangat penting diketahui oleh seorang manager, agar ia jangan menganggap karyawannya sebagai orang yang tidak punya harga diri, yang harus dibentak atau diperintah - kan supaya rajin bekerja. Al Qur'an berkali-kali mengi- ngatkan itu; antara lain dalam surat Luqman ayat 18 :

وَلَا تَصْبِرْ خُذَكَ لِلنَّاسِ وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا إِنَّ  
اللَّهَ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ، لقمان ١٨

"Dan janganlah kamu memalingkan muka dari manusia (karena sombong) dan jangan kamu berjalan di muka bumi dengan angkuh. Sesungguhnya Allah tidak menyu- kai orang yang sombong lagi membanggakan diri."

Apabila ketentraman batin terganggu, orang mung- kin menjadi lesu, malas bekerja, bahkan akan sering me- rasa sakit. Gangguan itu kadang disebabkan oleh karena kegagalan - baik di rumah tangga, dalam pekerjaan atau masyarakat. Bagi seorang yang beriman dan mampu menggu- nakan keyakinannya kepada Tuhan itu dalam menghadapi se- gala persoalan hidup, ia tidak akan sampai patah sema- ngat, malas atau kesasar. Karena ia yakin bahwa dibalik

kesukarannya itu ada kelapangan yang tersembunyi.

Kesukaran atau problem itu tidak tetap atau kekal. Seperti firman Tuhan dalam surat " Alam Nashrah " ayat 5 sampai 8 :

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا . إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا . فَإِذَا فَرَغْتَ  
فَانصَبْ وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ (الأنشراح ٥-٨)

"Maka sesungguhnya di samping kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya di samping kesulitan itu ada kemudahan.

Maka apabila kamu telah selesai dari satu unsur pekerjaanlah yang lain dengan sungguh-sungguh. Dan kepada Tuhan hendaknya kamu berharap."

Kegagalan, kekecewaan dan kesulitan apapun akan dapat dihadapinya dengan tenang, sehingga tidak membarunya kepada gejala-gejala mental yang tidak sehat.<sup>20</sup>

Perlu diketahui oleh manusia bahwa agama bukan saja hanya sebagai tempat pelarian manusia ketika menghadapi kesulitan yang tak terselesaikan; akan tetapi lebih jauh dari itu bahwa agama mempunyai beberapa fungsi yaitu agama memberikan bimbingan dalam hidup karena di dalamnya berisi aturan-aturan yang apabila manusia melaksanakannya, maka hidupnya akan selamat. Agama sebagai penolong dalam menghadapi kesukaran, hal ini di karenakan apabila kesulitan yang dihadapi itu mencapai puncaknya yakni apabila masalah yang dihadapinya sudah tidak ada jalan keluarnya, maka pengharapan terakhir -

<sup>20</sup>Zakiah Daradjat, op. cit., p. 92-93.

nya diserahkan kepada Tuhan, karena ia yakin Tuhan pasti akan menolongnya. Juga agama sebagai penentram batin atau penenang jiwa; sebab apabila manusia itu melaksanakan ketentuan-ketentuan atau syari'at Tuhan-nya dengan penuh keyakinan dan keihlasan, maka biarpun usahanya di dunia kurang berhasil atau bahkan gagal, ia masih mempunyai pengharapan di akherat kelak; sebab dunia bukanlah tujuan akhir manusia akan tetapi kehidupan yang sebenarnya, kekal abadi adalah alam akherat. Oleh sebab itu dengan iman yang terpatri dalam jiwanya kepada Yang Maha Kuasa, maka problem-problem yang tak mampu dihadapinya diserahkan sepenuhnya kepada Tuhan<sup>21</sup>.

Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa : agama berfungsi sebagai therapy bagi jiwa yang terganggu. Dengan keyakinan beragama, hidup yang dekat dengan Tuhan serta tekun menjalankan agama, kesehatan mental dapat terjaga.

##### 5. Al Qur'an dan kesehatan mental

Tuhan tidak hanya mendorong manusia ke arah kemajuan di bidang ilmu pengetahuan yang bersifat materiil saja, tapi juga di bidang Mental Spiritual. Karena kemajuan materiil tidak akan sempurna kalau tidak disertai oleh kemajuan mental, bahkan kadang-kadang membawa kepada kesengsaraan dan penderitaan yang sukar diatasi.

T

---

<sup>21</sup>Zakiah Daradjat, Peranan Agama dalam Kesehatan Mental, Jakarta, 1995, p. 56.

Di dalam Al Qur'an banyak sekali ayat yang berkaitan dengan ilmu jiwa. Bahkan di sana dikisahkan ada segolongan kaum yang mengalami gangguan atau penyakit jiwa. Sebagaimana dalam kisah Nabi Luth, di mana kaumnya menderita penyakit homo-sex dan lesbian. Oleh karena itu kaum Nabi Luth yang telah ingkar dan melakukan keabnormalan-keabnormalan seksuil itu oleh Tuhan dihancurkan dengan azab hujan batu. Sebagaimana yang tersurat dalam Surat Al A'raf ayat 80 s / d 84, dan di sini di sebut dua ayat saja, yakni ayat 80 dan 81 :

وَلَوْ طَآءَ إِذْ قَالَ لِقَوْمِهِ إِنَّا نؤن الفأحشة ما سبقكم بها من أحد من العالمين . إنكم لنا نؤن الرجال شهوة من دون النساء . بل أنتم قوم مسرفون (الأعراف . ٨٠ - ٨١)

"Dan ketika Luth berkata kepada kaumnya : mengapa kamu melakukan homo sexuil, yang belum pernah dilakukan oleh siapapun, sebelum kamu di dunia ini. Sebenarnya kamu mendatangi laki-laki bukan wanita, untuk melepaskan nafsumu, memang kamu adalah golongan yang melampaui batas."

Dalam perawatan jiwa dirasakan bahwa menolong orang yang tenggelam dalam perbuatan homo sex itu sangat sukar, bahkan banyak yang berakhir dengan putus asa dan bunuh diri<sup>22</sup>.

Mengenai ayat-ayat Al Qur'an yang berkaitan dengan tolak ukur kesehatan mental dapat dijelaskan sebagai berikut. Bahwa jauh-jauh sebelumnya Al Qur'an telah

<sup>22</sup>Zakiah Daradjat, Pendidikan Agama dalam Pembinaan mental, p. 100-102.

mengingatka**n** kepada umat manusia untuk menjauhi sifat-sifat yang tercela, yang tentunya secara langsung atau tidak langsung dapat menimbulkan gangguan dan penyakit kejiwaan, yang diantaranya adalah : Bakhil, Aniaya, Dengki, Ujub, Nifak, Ghadab yang disingkat "B a d u n g" yang pengertiannya adalah sebagai berikut :

a. Bakhil

Bakhil artinya kikir, yaitu keengganan atau ketidaksediaan untuk memberikan sebagian hartanya kepada pihak-pihak yang membutuhkan, seperti fakir, miskin, kepentingan umum, kegiatan-kegiatan sosial dan agama. Di lain pihak orang bakhil biasanya tidak pernah puas-puasnya untuk mengumpulkan harta benda, sekalipun hartanya itu menurut ukuran normal telah cukup banyak.

Diantaranya ayat Al Qur'an yang berkenaan dengan sifat bakhil adalah :

وَأَمَّا مَنْ بَخِلَ وَاسْتَغْنَىٰ. وَكَذَّبَ بِالْحَسَنَىٰ. فَسَلْبِسْهُ لِلْمَسْكِينِ  
(الليل ٨ - ١٠)

"Adapun orang yang bakhil dan merasa dirinya serba cukup, dan mendustakan yang baik, Kami akan mudahkan untuk mendapatkan kesulitan". ( Q.S. al-Lail : 8-10)

b. Aniaya

Aniaya adalah perbuatan yang melanggar hukum dan keadilan serta menimbulkan kerugian pada diri sendiri , dan orang lain serta menimbulkan kerusakan lingkungan.

Diantaranya ayat Al Qur'an yang berkenaan dengan perbuatan aniaya adalah :

إِنَّ اللَّهَ لَا يَظْلِمُ النَّاسَ شَيْئًا وَلَكِنَّ النَّاسَ أَنفُسَهُمْ يَظْلِمُونَ  
(يونس ٤١)

"Sesungguhnya Allah tidak menganiaya manusia sedikit pun, tetapi manusia itu yang menganiaya dirinya sendiri". (Q.S. Yunus : 44)

وَيَوْمَ يَعْصِي الظَّالِمُ عَلَى يَدَيْهِ يَقُولُ بَلَيْتَنِي أَخَذْتُ  
مَعَ الرَّسُولِ سَبِيلًا . وَالْفُرْقَانُ ٢٧

Dan pada hari orang-orang yang aniaya itu menggigit tangannya, katanya : Wahai ! Alangkah baiknya kalau aku dahulu mengambil jalan (yang benar) bersama Rasul. (Q.S. Al Furqan)

c. Dengki

Dengki adalah tidak senang melihat orang lain memperoleh keberuntungan dan kebajikan. Sifat dengki selalu mengharap dan berupaya agar keberuntungan yang diperoleh orang lain itu hilang atau jatuh kepada si pendengki itu sendiri.

Mohon jangan ada kedengkian kepada sesama mukmin sebagaimana dalam surat Al Hasyr ayat 10 :

الَّذِينَ جَاءُوا مِن بَعْدِهِمْ يَقُولُونَ رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا وَلِإِخْوَانِنَا  
الَّذِينَ سَبَقُونَا بِالْإِيمَانِ وَلَا تَجْعَلْ فِي قُلُوبِنَا غِلًّا لِلَّذِينَ  
آمَنُوا رَبَّنَا إِنَّكَ رَؤُوفٌ رَّحِيمٌ . وَالْحَشْرُ ١٠

"Dan orang-orang yang datang kemudian mereka mengucapkan : Wahai Tuhan kami! Ampunilah kami dan saudara-saudara kami yang telah beriman lebih dahulu dari kami! Dan janganlah Engkau adakan kedengkian dalam hati kami terhadap orang-orang yang beriman!! Wahai Tuhan kami! Engkau sesungguhnya Maha Penyantun dan Maha Penyayang". (Q.S. Al Hasyr : 10)

d. Ujub

Ujub artinya membesar-besarkan perbuatan b a i k

diri sendiri dah perasaan puas karenanya, dengan perasaan bahwa dirinya lebih unggul dari orang lain, bahkan menyatakan bahwa dirinya telah bebas dari seluruh keburukan dan kesalahan. Ujub identik dengan riya' yaitu beribadah dan berbuat kebajikan hanya semata untuk diketahui dan dikagumi serta mendapat pujian orang lain.

Salah satu ayat Al Qur'an yang menerangkan sifat riya' adalah dalam surat An Nisa' ayat 38 :

وَالَّذِينَ يَنْفِقُونَ أَمْوَالَهُمْ رِيَاءَ النَّاسِ وَلَا يُؤْمِنُونَ  
بِاللَّهِ وَلَا بِالْيَوْمِ الْآخِرِ تَلَهُ وَمَنْ يَكُنِ الشَّيْطَانُ لَهُ  
فَرِيضًا فَسَاءَ فَرِيضًا. (النساء : ٣٨)

"(Tidak pula disukai Allah) orang-orang yang menafkahkan hartanya karena riya' dan tidak beriman kepada Allah dan tidak pula kepada hari akherat. Siapa yang menjadi teman setan, maka setanlah teman yang amat buruk". (Q.S. An Nisa')

#### e. Nifag

Nifag artinya bermuka dua atau berpura-pura yang menjado karakteristik orang munafiq. Sifat ini sangat tercela seperti diungkapkan dalam ayat Al Qur'an di bawah ini :

وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يَقُولُ آمَنَّا بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَمَا هُمْ  
بِمُؤْمِنِينَ (البقرة : ١)

"Di antara manusia ada yang mengatakan : kami beriman kepada Allah dan hari akherat, sedangkan mereka sebetulnya bukan orang-orang yang beriman". (Q.S Al Baqarah : 8)<sup>23</sup>

<sup>23</sup>Hanna Djumhana Bastaman, Integrasi Psikologi dengan Islam Menuju Psikologi Islami, Yogyakarta, p. 136-138.

Manis di mulut, pahit di hati :

وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يُحِبُّكَ قَوْلَهُ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا  
وَيَشْهَدُ اللَّهُ عَلَى مَا فِي قَلْبِهِ وَهُوَ اللَّهُ الْخَبِيرُ  
(البقرة ٢٠٤)

"Di antara manusia ada yang menarik hatimu dengan perkataannya tentang kehidupan di dunia ini, dan dipersaksikannya kepada Allah apa yang ada dalam hatinya, sedangkan dia adalah musuh yang paling keras (Q.S. Al Baqarah : 204)

#### F. Ghadab

Ghadab adalah amarah atau kemarahan yang berkonotasi negatif dan berlebihan, sedangkan secara umum, diartikan sebagai "Al Nafsu Al Amarah", yang selalu mendorong perbuatan jahat, sehingga mengakibatkan kerugian pada diri sendiri dan orang lain. Perlu ditegaskan bahwa marahpun mengandung konotasi positif sebagai dorongan mempertahankan diri dan sikap keras terhadap mereka yang bersalah (kafir).

Ayat-ayat mengenai ghadab antara lain :

وَمَا أَكْبَرُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا  
رَحِمَ رَبِّي إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ (يوسف ٥٣)

"Dan aku tidak membebaskan diriku (dari kesalahan) karena sesungguhnya nafsu itu selalu menyuruh kepada kejahatan (Ammarah Bissu'), kecuali nafsu yang diberi Rahmah oleh Tuhan-ku, sesungguhnya Tuhan-ku Maha Pengampun lagi Maha Penyayang". (Q.S. Yusuf : 53).

Yang mengikuti hawa nafsu akan tersesat :

يَا دَاوُدَ إِنَّا جَعَلْنَاكَ خَلِيفَةً فِي الْأَرْضِ فَاحْكُم بَيْنَ النَّاسِ بِالْحَقِّ وَلَا تَتَّبِعِ الْهَوَى فَيُضِلَّكَ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ إِنَّ الَّذِينَ يَضِلُّونَ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ لَهُمْ عَذَابٌ شَدِيدٌ بِمَا نَسُوا يَوْمَ الْحِسَابِ . ص ٢٥

"Hai Daud! Sesungguhnya Kami menjadikan kamu kholifah (penguasa) di muka bumi, maka berilah keputusan (perkara) di antara manusia dengan adil, dan janganlah kamu mengikuti hawa nafsu, karena ia akan menyesatkan kamu dari jalan Allah. Sesungguhnya orang-orang yang sesat dari jalan Allah akan mendapatkan azab yang berat, karena mereka melupakan hari perhitungan". (Q.S. Shood : 26)<sup>24</sup>

Demikianlah beberapa ayat yang menerangkan tentang sifat-sifat tercela yang harus di jauhi oleh orang yang beriman agar terhindar dari penyakit jiwa, sehingga ketentraman, kedamaian dan keharmonisan dalam keluarga dapat tercapai dengan baik.

## B. Pondok Pesantren

### 1. Sejarah pondok pesantren

Terus terang, tak banyak referensi yang menjelaskan tentang kapan pondok pesantren pertama berdiri, dan bagaimana perkembangannya pada zaman permulaan. Bahkan istilah pondok pesantren, kiai, dan santri masih diperselisihkan. Menurut Manfred Ziemek, kata pondok berasal dari funduq (Arab) yang berarti ruang tidur,

<sup>24</sup> ibid, p. 139.

atau wisma sederhana. Sedangkan kata pesantren berasal dari kata santri yang diimbuhi pe-an, yang berarti menunjukkan tempat, maka artinya adalah "Tempat Santri" terkadang juga dianggap sebagai gabungan kata "S a n t" (manusia baik) dengan suku kata "Tra", (suka menolong), sehingga kata pesantren dapat berarti "Tempat pendidikan manusia baik-baik". Sedangkan menurut Geertz, pengertian pesantren, dari bahasa India "Shastri", yang berarti ilmuwan Hindu yang pandai menulis. Maksudnya, pesantren adalah tempat bagi orang-orang yang pandai menulis dan membaca. Geertz menganggap, pesantren dimodifikasi dari pura Hindu.

Terlepas dari itu, karena yang dimaksud dengan istilah pesantren dalam pembahasan ini adalah sebuah lembaga pendidikan dan pengembangan agama Islam dan pengembangan Islam di tanah air (khususnya di Jawa) dimulai dan dibawa oleh Wali Songo, maka model pesantren di pulau Jawa, berkembang dan awal beridirinya bersamaan dengan zaman Wali Songo. Karenanya tidak salah bila pondok pesantren yang pertama didirikan oleh Syekh Maulana Malik Ibrahim (Syekh Maulana Maghribi), yang wafat pada 12 Rabi'ul Awal 822 H / 8 April 1419 M, dan dikenal sebagai Sunan Gresik, Wali pertama dari sembilan wali yang terkenal di Pulau Jawa.

Meskipun begitu, tokoh yang dianggap berhasil di dalam pengembangan pondok pesantren yang sesungguhnya : Raden Kahmad (Sunan Ampel). Ia mendirikan pesantren di

Kembang Kuning, yang pertama kali didirikan memiliki 3 santri, yaitu : Wiryo Suroyo, Abu Huroiroh dan k i a i Bangkuning. Kemudian pindah ke Ampel Denta, Surabaya, dan mendirikan pondok pesantren di sana, dan beliau di kenal dengan sebutan Sunan Ampel. Misi keagamaan dan pendidikan Sunan Ampel mencapai sukses sehingga beliau dikenal masyarakat Majapahit, yang kemudian disusul pesantren baru seperti pesantren Giri, pesantren Demak, oleh Raden Fatah dan pesantren Tuban oleh Sunan Bonang dan lainnya.

Kedudukan dan fungsi pesantren saat itu belum sebesar dan sekompleks sekarang. Masa awal hanya sebagai alas Islamisasi dan sekaligus memadukan tiga unsur pendidikan, yakni : Ibadah untuk menanamkan Iman, tabliq untuk menyebarkan ilmu dan amal untuk mewujudkan : kegiatan kemasyarakatan dalam kehidupan sehari -hari. Dari sekian murid Sunan Ampel, hanya Raden Fatah dan Sunan Giri yang secara khusus giat berusaha dalam pendidikan dan pengajaran Islam secara teratur dan berencana.<sup>25</sup>

Sekitar tahun 1476, Raden Fatah membentuk organisasi pendidikan da'wah "Bhayangkari Ishlah", yang semula dirintis Sunan Ampel, lalu setelah kerajaan Islam Demak berdiri tahun 1500 M, program kerja Bayangkari disempurnakan dengan membangun tempat strategis kemu-

---

<sup>25</sup>Wahyoetomo, Perguruan Tinggi Pesantren Pendidikan Alternatif Masa Depan, Jakarta, 1997, p. 70-71.

dian dibangun masjid yang dipimpin seorang badal, yang masjid ini berfungsi seperti pondok pesantren.

Adapun rencana dan tata kerja Bhayangkari Ishlah sebagaimana disebutkan Yunus (1983) adalah :

- 1.1. Tanah Jawa dan Madura dibagi atas beberapa bagian untuk lapangan pekerjaan bagi pendidikan dan pengajaran yang dikepalai seorang wali dan badalnya.
- 1.2. Supaya mudah dipahami masyarakat, pendidikan dan pengajaran Islam harus melalui budaya sebagai jalurnya, yang hidup ditengah masyarakat asal tidak bertentangan dengan syara'.
- 1.3. Para wali dan badalnya, selain menguasai ilmu agama, juga harus memelihara akhlaq dirinya, dan berakhlaq mulia agar jadi suri tauladan bagi masyarakatnya.
- 1.4. Di Demak Bintoro harus segera didirikan Masjid Agung sebagai sumber ilmu dan pusat kegiatan usaha pendidikan dan pengajaran Islam.

Bhayangkari Ishlah yang disebarkan melalui jalan kebudayaan ini dikendalikan oleh nilai-nilai Islam yang ketat oleh para wali songo, sehingga semua cabang kebudayaan nasional kala itu seperti filsafat hidup, kesenian, kesusilaan, adat istiadat, ilmu pengetahuan, dan sebagainya diajarkan di masjid dengan anasir-anasir pengajaran dan pendidikan Islam.<sup>26</sup>

---

<sup>26</sup> Ibid, p. 72.

## 2. Model-model pesantren

Meskipun setiap pesantren mempunyai ciri - ciri dan penekanan tersendiri, hal ini tidak berarti pesantren tersebut berbeda secara mendasar, sebab terkadang sistem satu pesantren juga dipakai di pesantren lain; karena itu amat sulit menggolongkan pesantren ke dalam tipe-tipe tertentu seperti pesantren salaf dan kholaf, pesantren tradisional dan pesantren modern. Oleh karena itu ada baiknya kita menyelusuri hal tersebut :

### 2.1. Pesantren Salaf

Menurut Zamakhsyari Dhofier, pesantren salaf adalah lembaga pesantren yang mempertahankan pengajaran kitab-kitab Islam klasik (salaf) sebagai inti pendidikan. Sedangkan sistem pendidikan memakai sorogan dengan tanpa mengajarkan pengetahuan umum.<sup>27</sup>

Adapun ciri-cirinya dapat dilihat dari faktor-faktor atau pilar penyangga, yang antara lain : Falsafah, kurikulum, metode, sarana, lingkungan, kiai, dan santri yang dapat dijelaskan sekilas sebagai berikut :

#### a. Falsafah

Bahwa dalam realita tampak Sikap Nahdlotul Ulama' yang mengklaim dirinya pengikut Ahlus Sunnah Waljama'ah, yang salah satu cirinya adalah soal tradisi.

---

<sup>27</sup>Ibid, p. 83.

Hal inilah yang kemudian masuk dalam falsafah hidup tertentu, refleksinya akan muncul dalam kehidupan termasuk pondok pesantren yang merupakan lembaga pendidikan yang mempunyai pengaruh dominan dalam kelompok tertentu.

b. Kurikulum

Dalam hal ini pesantren tradisional menekankan ke dalam pendidikan ilmu-ilmu agama dan tidak mempelajari ilmu-ilmu umum.

c. Metode

Metode yang digunakan adalah "Sorogan", yang kemungkinan besar berasal dari tata cara kependetaan yang biasa digunakan oleh pendito Hindu - Budha.

d. Sarana

Sarana yang digunakan punya ciri khas kesederhanaan, seperti meja kecil (dam-par), yang berbeda dengan podium yang digunakan dosen ketika memberikan kuliah.

e. Lingkungan

Lingkungan yang secara geografis terletak di pedesaan. Dan yang ciri khas utama adalah kegiatan peribadatan yang berhubungan dengan adat istiadat, tradisi, dan amaliah keagamaan, seperti selamatan, haul, membaca barzanji dan manaqiban serta lainnya.

f. Kiyai dan santri

Dalam dunia pesantren umumnya, ada hubungan yang kuat antara kiai yang satu dengan kiai lainnya, antara kiai dengan santri, juga hubungan antara santri dengan

santri. Hubungan tersebut sering akhirnya meningkat dalam jalinan geneologi intelektual bahkan kekerabatan ; yang semua ini sangat besar artinya guna mempertahankan tradisionalitas suatu pesantren<sup>28</sup>.

Sedang motif yang mendorong kiai bersusah payah membangun pondok pesantren, menurut Zamakhsyari Dhofier ada tiga alasan yakni :

pertama, kemasyhuran kiai dan kedalaman ilmunya tentang Islam telah menarik masyarakat untuk belajar kepada sang kiai.

kedua , para kiai; karena pengaruh ajaran zuhud untuk tidak tertarik kepada gemerlapnya dunia.

ketiga , sikap timbal balik antara kiai dan santri : bahwa santri menganggap kiai adalah ayahnya dan kiai memandang santri adalah anaknya.

Hal inilah yang mengakibatkan pesantren langgeng terus akses, dan sulit dimusnahkan, karena kuatnya jaringan yang ada dalam pesantren<sup>29</sup>.

## 2.2. Pesantren Kholaf

Pesantren kholaf atau pesantren modern : lembaga pesantren yang memasukkan pelajaran umum dalam kurikulum madrasah yang dikembangkan, seperti halnya yang diajarkan pada sekolah SMP, SMU dan bahkan perguruan ti-

<sup>28</sup>Imam Bawani, Tradisionalisme dalam Pendidikan Islam, Surabaya, p. 101-107.

<sup>29</sup>Wahjoetomo, op. cit, p. 86.

nggi dalam lingkungannya. Akan tetapi tidak berarti pesantren kholaf meninggalkan sistem salaf. Ternyata hampir semua pesantren modern, meskipun telah menyelenggarakan sekolah-sekolah umum; tetap menggunakan cara atau sistem salaf di pondoknya. Misalnya pondok pesantren "Bahrul Ulum", Tambakberas. Pesantren ini menyelenggarakan pendidikan formal yakni dari madrasah Al Qur'an hingga muslimin - muslimat, dan dari SMP hingga universitas Bahrul Ulum.

Dibandingkan dengan pesantren salaf, pesantren kholaf mengantongi nilai plus karena lengkapnya materi pendidikan, yang meliputi pendidikan agama dan pendidikan umum. Para santri pesantren kholaf diharapkan lebih mampu memahami aspek-aspek keagamaan dan keduniaan agar dapat menyesuaikan diri secara lebih baik dengan kehidupan modern daripada alumni pesantren salaf<sup>30</sup>.

### 3. Elemen-elemen pesantren

Suatu lembaga pengajian akan berubah statusnya manakala memiliki lima elemen dasar yakni : Pondok, masjid, santri, pengajaran kitab-kitab klasik dan kiai.

#### 3.1. Pondok

Menurut Sudjoko Prasodjo, sebagaimana yang dikutip oleh Dr. Manfred Ziemek, mungkin istilah "pondok", diambil dari khasanah bahasa Arab, "Funduq", yang berar-

---

<sup>30</sup> wahjoetomo, Perguruan Tinggi Pesantren pendidikan Alternatif Masa Depan, p. 87-88.

ti ruang tidur, wisma atau hotel sederhana. Dalam dunia pesantren, pondok merupakan unsur penting karena fungsinya sebagai tempat tinggal atau asrama santri, sekaligus untuk membedakan apakah lembaga tersebut layak dinamakan pesantren atau tidak. Mengingat terkadang sebuah masjid atau musholla, setiap saat ramai dikunjungi oleh mereka yang bersungguh-sungguh menuntut ilmu agama akan tetapi tidak dikenal sebagai pesantren karena tidak memiliki pondok atau asrama santri<sup>31</sup>.

### 3.2. Masjid

Masjid merupakan elemen yang tak dapat dipisahkan dengan pesantren dan dianggap sebagai tempat yang paling tepat untuk mendidik para santri, terutama dalam praktik sholat lima waktu, khuthbah dan sholat jum'at, dan pengajaran kitab-kitab klasik.<sup>32</sup>

Dilingkungan pesantren, masjid memang bukan satu-satunya bangunan; karena di sekitarnya masih ada bangunan lainnya. Misalnya rumah kiai, asrama santri, madrasah bahkan toko dan warung-warung tertentu. Namun bagaimanapun juga, masjid merupakan sentral sebuah pesantren, bahkan merupakan tempat serba guna yang selalu dikunjungi warga pesantren, malah terkadang masyarakat di

---

<sup>31</sup>Imam Bawani, Tradisionalisme dalam Pendidikan Islam, p. 94.

<sup>32</sup>Zamakhshari Dhofier, Tradisi Pesantren Studi tentang Pandangan Hidup Kyai, Jakarta, 1994, p. 49.

luar pesantren.<sup>33</sup>

### 3.3. Pengajaran kitab klasik

Pada masa lalu, pengajaran kitab-kitab klasik, terutama karangan ulama yang menganut paham Imam Syafi'i, merupakan satu-satunya pengajaran yang diberikan dalam lingkungan pesantren. Sekarang meskipun kebanyakan pesantren telah memasukkan pengajaran ilmu umum, namun pengajaran kitab-kitab Islam klasik tetap diberikan sebagai upaya untuk meneruskan tujuan utama lembaga pendidikan tersebut yaitu mendidik calon-calon Ulama, yang setia kepada paham Islam tradisional.<sup>34</sup>

Sedangkan kitab-kitab klasik yang diajarkan di santren dapat digolongkan ke dalam 8 kelompok : 1. Nahwu (syntax) dan Shorof (morfologi), 2. Fiqih, 3. Ushul Fiqh, 4. Hadits, 5. Tafsir, 6. Tauhid, 7. Tasawuf dan Etika dan 8. cabang-cabang lain seperti Balagho dan Tarikh. Kitab-kitab tersebut, ada yang teksnya pendek dan ada punya yang teksnya terdiri dari beberapa jilid.<sup>35</sup>

### 3.4. S a n t r i

Santri adalah siswa atau mahasiswa yang dididik di dalam lingkungan pondok pesantren. Santri tidak dapat dipisahkan dari kehidupan ulama'. Karena berbicara

---

<sup>33</sup>Imam Bawani, op. cit, p. 91.

<sup>34</sup>Ibid, p. 95.

<sup>35</sup>Zamakhsyari Dhofier, Tradisi Pesantren S t u d i tentang Pandangan Hidup Kyai, p. 50

tentang kehidupan ulama senantiasa menyangkut pula kehidupan para santri yang menjadi murid dan juga pengikut dan pelanjut perjuangan ulama yang setia<sup>36</sup>.

Dalam tradisi pesantren, terdapat 2 kelompok santri atau siswa yaitu :

1. Santri mukim, yaitu murid-murid yang berasal dari daerah yang jauh dan menetap dalam kelompok pesantren.
2. Santri kalong, yaitu murid-murid yang berasal dari daerah atau desa sekitar pesantren, yang biasa tidak menetap di pesantren; mereka belajar di pesantren kemudian pulang kembali ke rumah masing-masing.<sup>37</sup>

### 3.5. Kyai

Kyai berasal dari bahasa Jawa, dan biasanya sebutan Kyai mempunyai tiga konotasi; yakni pertama sebagai gelar kehormatan bagi barang-barang keramat, seperti "Kyai Garuda Kencana", sebutan kereta emas dari keraton Yogyakarta, kedua sebagai gelar kehormatan untuk orang tua pada umumnya, ketiga sebagai gelar yang diberikan masyarakat kepada ahli agama Islam.<sup>38</sup>

Di dalam bahasa Arab, seseorang yang mengerti tentang Agama Islam atau yang memiliki ilmu yang dalam

<sup>36</sup> Abdul Qodir Djaelani, Peran Ulama dan Santri, Surabaya, 1994, p. 7.

<sup>37</sup> Zamakhsyari Dhofier, op. cit., p. 51-52.

<sup>38</sup> Ibid, p. 55.

luas dan mantap. Rasulullah saw. memberikan rumusan mengenai ulama dengan sifat-sifatnya yaitu bahwa ulama adalah hamba Allah yang berakhlak Qur'ani yang menjadi : "Warosatul Anbiya'", Qudwah (pemimpin dan penutan).kholifah, pengemban amanat Allah, penerang bumi, pemelihara kemashlahatan dan kelestarian hidup manusia.<sup>39</sup>

Kyai merupakan elemen yang esensial dari pesantren. Ia seringkali bahkan merupakan pendirinya. Sehubungan dengan itu sudah sewajarnya jika pertumbuhan suatu pesantren semata-mata bergantung kepada kemampuan pribadi kyainya. Di masyarakat kyai merupakan bagian dari kelompok elite dalam struktural sosial, pilitik dan ekonomi masyarakat. Oleh karena itu pengaruh kyai terkadang melampaui batas-batas desa bahkan kabupaten dimana pesantren mereka berada, hal inilah sebagai bukti di mana kyai mempunyai pengaruh besar terhadap masyarakat, baik masyarakat sekitarnya maupun daerah sekitar.<sup>40</sup>

#### 4. Pesantren sebagai lembaga pendidikan

Pesantren adalah lembaga pendidikan Islam. Hal ini tidak terlepas dari fungsi pesantren yang merupakan lembaga keagamaan yang mengajarkan, mengembangkan dan menyebarkan ilmu agama Islam. Pesantren adalah tempat di mana anak-anak muda dan dewasa belajar secara lebih

---

<sup>39</sup>Abdul Qodir Djaelani, Peran Ulama dan Santri, p. 3.

<sup>40</sup>Sindu Galba, Pesantren Sebagai Wadah Komunikasi, Jakarta, 1995, p. 62.

mendalam dan lebih lanjut ilmu agama yang diajarkan secara sistematis, langsung dari dalam bahasa Arab, serta berdasarkan pembacaan kitab-kitab klasik karangan ulama ulama besar. Mereka yang berhasil nantinya diharapkan menjadi kyai, ulama', muballiq, setidaknya-tidaknya menjadi guru agama dan ilmu agama.<sup>41</sup>

Sedangkan metode pengajaran yang dipakai antara lain adalah "Sorogan", yakni aktifitas pengajaran secara individual, di mana setiap santri menghadap secara bergiliran kepada ustadz atau kyai, untuk membaca, menjelaskan atau menghafal pelajaran yang diberikan sebelumnya, dan bila sukses maka ustadz atau kyai memberikan pelajaran baru; biasanya dengan membacakan, mengartikan, menjelaskan dan lainnya, lalu santri pergi guna mengulang atau merenung kembali apa yang baru saja diberikan kepadanya, sementara santri yang lain menghadap guna memperoleh pelajaran yang sama.

Metode lain yang digunakan adalah wekton dan ada pula yang menyebut weton atau bandongan, yakni kegiatan pengajaran di mana seorang ustadz atau kyai membaca, menerjemahkan dan mengupas kitab tertentu, sementara para santri dalam jumlah yang terkadang cukup banyak, bergerombol mengelilingi sang ustadz atau kyai sambil membacakan kitab yang sedang dikaji, sambil jika perlu memberi syakal (harokat) dan menulis penjelasan di sela-sela kitab

---

<sup>41</sup>M. Dawam Rahardjo, Pesantren dan Pembaharuan, Jakarta, p. 2.

yang dikajinya.

Demikian gambaran umum pendidikan di pesantren dan secara ringkasnya ciri-ciri pendidikannya adalah :

1. Adanya hubungan yang akrab antara kyai dan santri.
2. Kepatuhan kepada kyai, dan bahwa menentang kyai adalah sesuatu yang tidak sopan dan dilarang agama.
3. Hidup hemat dan sederhana, ala kadarnya.
4. Semangat untuk berkarya terhadap masalah keseharian yang sifatnya pribadi.
5. Jiwa ukhuwah dan tolong menolong yang menonjol.
6. Kedisiplinan yang tinggi, terutama terhadap kewajiban yang harus dilaksanakannya.
7. Berani berqurban untuk mencapai suatu tujuan, hal ini nampak dari giatnya mereka melakukan tirakat, puasa-puasa sunnah, sholat tahajjut, serta lainnya.<sup>42</sup>

#### 5. Pesantren sebagai lembaga sosial

Pesantren sebagai lembaga keagamaan telah cukup jelas, karena motif, tujuan serta usaha-usahanya bersumber pada agama. Akan tetapi akhir-akhir ini ada suatu kecenderungan memperluas fungsi pesantren bukan saja sebagai lembaga agama, melainkan sebagai lembaga sosial. Tugas yang digarapnya adalah soal-soal kemasyarakatan yang hidup. Pekerjaan sosial ini semula mungkin peker-

---

<sup>42</sup>Imam Bawani, Tradisionalisme dalam Pendidikan Islam, p. 97-99.

jaan sampingan, akan tetapi kalau diperhatikan secara seksama, pekerjaan sosial itu justru akan memperbesar dan mempermudah gerak usaha pesantren untuk maksud semula. Sebelum abad ke- XX pekerjaan pesantren sangat mungkin dilakukan sendiri oleh pesantren dengan hasil yang dicitakan pesantren. Tetapi pada abad ini, pesantren secara sendirian akan menjadi lembaga yang lemah, sebab pengaruh dari luar cukup besar bagi kehidupan para santri maupun masyarakat sekitarnya.

Tugas kemasyarakatan pesantren sebenarnya tidak mengurangi arti tugas keagamaannya, karena dapat berupa penjabaran nilai-nilai hidup keagamaan bagi kemaslahatan masyarakat luas. Dengan tugas ini pesantren akan di jadikan milik bersama, didukung dan dipelihara oleh kalangan yang lebih luas serta akan berkesempatan memelihara pelaksanaan nilai hidup keagamaan dalam kehidupan sehari-hari, dan bukan hanya kegiatan dalam tempat peribadatan ataupun kehidupan ritual saja.

Dengan fungsi sosial ini diharapkan pesantren peka dan tanggap terhadap persoalan kemasyarakatan; seperti mengatasi kemiskinan, memelihara tali persaudaraan, memberantas pengangguran dan kebodohan, menciptakan kehidupan sehat dan lainnya. Dengan demikian maka tujuan yang diharapkan pesantren dapat diwujudkan secara maksimal.<sup>42</sup>

---

<sup>42</sup>M. Dawam Raharjo, Pergulatan Dunia Pesantren Membangun Dari Bawah, Jakarta, 1985, p. 17-18.