

MODEL PERAN PENYULUH AGAMA DAN MULTIPIHAK DALAM KESEHATAN PSIKOLOGIS REMAJA MILENIAL

Helnafri Ankesa

Dosen Sekolah Tinggi Ilmu Dakwah dan Komunikasi Islam (STIDKI) Bogor
Email: ankesa.5034@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan, yaitu 1) Untuk menganalisis dan mendeskripsikan sejauh mana dampak perkembangan zaman atau globalisasi terhadap kesehatan psikologi remaja milenial; 2) Untuk menganalisis dan mendeskripsikan model peran penyuluhan agama terhadap kesehatan psikologi remaja milenial; 3) Untuk menganalisis dan mendeskripsikan upaya pemeliharaan kesehatan psikologi remaja milenial oleh multipihak.

Penelitian ini dilaksanakan di tiga pondok pesantren yang ada di Provinsi Jawa Barat, yaitu Pondok Pesantren Modern Daarul Qolam Bandung, Pondok Pesantren Tarbiyatul Falah Ciampea Bogor, dan Pondok Pesantren Modern Darus-Sholihin Depok. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Pengumpulan data menggunakan wawancara, observasi, dan studi dokumentasi. Informan dalam penelitian ini adalah pimpinan pondok pesantren, konselor pondok pesantren, orang tua santri, dan santri di pondok pesantren. Data yang terkumpul melalui berbagai teknik tersebut, diperiksa dan dilakukan reduksi data, penyajian data, dan verifikasi data atau penarikan kesimpulan.

Ada tiga temuan dalam penelitian ini, yaitu: Pertama, Model konseling Islami yang dilakukan oleh Kyai/Ustadz di Pesantren Modern Daarul Qolam Bandung adalah: Organisasi kelompok, teknik konseling ini merupakan pendekatan secara kelompok (*group guidance*), Teknik yang bersifat lahir, dan Teknik konseling Islami yang bersifat batin. Di Pesantren Tarbiyatul Falah Ciampea Bogor model Konseling Islami yang dilakukan adalah: Konseling secara langsung dan tidak langsung dan teknik *spiritualism method*. Sedangkan di Pesantren Modern Darus-Sholihin Depok dilakukan dengan teknik konseling individu dan konseling kelompok dan teknik konseling *client centered method*.

Kedua, Aspek yang dibina dalam konseling oleh Kyai/Ustadz di ketiga Pesantren ini menggunakan aspek Keberagamaan. Ketiga, Upaya pemeliharaan Mental Islami Dalam literatur berkembang yang kemudian dijadikan rujukan dalam membina kesehatan mental Islami adalah pola atau metode Iman, Islam dan Ihsan kemudian penanaman nilai akhlak, baik akhlak kepada Allah, akhlak individual, akhlak sosial serta akhlak kepada alam.

Kata Kunci: model penyuluhan, peran penyuluhan, penyuluhan agama, kesehatan psikologis

PENDAHULUAN

Manusia sebagai bagian dari masyarakat selalu membutuhkan bimbingan dan penyuluhan dari orang lain. Inilah yang menandakan manusia sebagai makhluk sosial. Pada zaman sekarang penyuluhan dapat digunakan di bidang apapun, mulai dari ekonomi, kesehatan hingga agama. Penyuluh agama adalah salah satu profesi yang memegang peranan penting dalam upaya penyebaran syiar Islam, karena penyuluh di samping menjalankan tugas pokoknya sebagai penyuluh agama, juga memegang banyak peranan yang ada dalam lingkup kegiatan keagamaan. Peran yang diemban oleh penyuluh agama semakin hari semakin berat, seiring dengan

perkembangan sistem informasi dan komunikasi yang sifatnya lebih cenderung membawa dampak negatif bagi individu-individu yang tidak jeli dalam melihat pemanfaatan media yang tersedia saat ini (Abd Jabbar, 2013).

Berbagai penemuan kemajuan ilmu teknologi berperan besar terhadap perubahan budaya dan sikap manusia semakin hari kian berganti semakin begitu cepat. Kemajuan peradaban seperti itu ternyata tidak selamanya membuat manusia bahagia, tenang dan aman. Berbagai persoalan ikut menyertai kemajuan peradaban manusia itu mulai persoalan lingkungan hidup, kriminalitas yang semakin merajalela dan beragam bentuk, kekacauan keluarga, persoalan politik, krisis ekonomi hingga

persoalan-persoalan demikian, cepat atau lambat, disadari maupun tidak, telah memengaruhi psikis manusia. Permasalahan psikis sebagai inti dari diri manusia membawa perubahan terhadap pola hidup dan gaya hidup sehari-hari. Layanan bimbingan dan penyuluhan sangat diperlukan sebagai sarana dalam membantu seseorang dalam menyelesaikan masalah yang dihadapinya (Andi, 2018).

Persoalan yang dihadapi sekarang oleh penyuluh agama adalah tantangan dakwah yang semakin hebat, baik yang bersifat internal maupun eksternal. Tantangan itu muncul dari berbagai bentuk kegiatan masyarakat modern, seperti perilaku yang selalu ingin mendapatkan hiburan (entertainment), kepariwisataan dalam arti luas, kini semakin membuka peluang munculnya kerawanan moral dan etika. Fenomena sosial di berbagai daerah di Indonesia mengindikasikan terjadinya kerawanan, kesenjangan, keresahan dan ketidakstabilan. Banyak orang dengan mudah terpancing untuk melakukan tindakan-tindakan yang menyimpang seperti tindakan melawan hukum dan tindakan kekerasan yang semakin hari semakin tinggi intensitasnya. Banyak orang seperti kehilangan akal sehat, menyimpang jauh dari nilai-nilai luhur yang bersumber dari ajaran agama, seperti Sikap materialisme dan hedonisme di kalangan masyarakat, munculnya berbagai macam patologi sosial, adalah permasalahan umat Islam sebagai dampak dari kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi yang semakin modern (Nurhidayat, 2011).

Masalah yang dihadapi masyarakat saat ini, khususnya yang terjadi di kalangan umat Islam itu sendiri, membutuhkan solusi, salah satunya kompetensi yang mumpuni dari para penyuluh agama, baik berupa penguasaan teori teori dan metode, begitu pula penguasaan media komunikasi yang saat ini semakin banyak digunakan oleh masyarakat, sehingga metode pembinaan jiwa keagamaan masyarakat tidak hanya terfokus pada media mimbar saja, akan tetapi penyuluh agama bisa memberikan pembinaan dalam bentuk penyuluhan secara langsung.

Oleh karena itu, berdasar kepada latar belakang tersebut di atas, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian yang terkait dengan model peran penyuluhan agama terhadap kesehatan kaum milenial yang terkena dampak perkembangan zaman atau globalisasi, khususnya bimbingan dan pembinaan psikologi menuju mental Islami pada masyarakat milenial. Karena manusia akan terbantu untuk menangkal dampak

negatif dari perkembangan zaman yang akan menjauhkannya dari fitrahnya sebagai makhluk ciptaan Allah, dalam menuju pembinaan manusia muslim yang bermental Islami.

Penyuluhan terhadap Gangguan Psikologis Remaja Milenial

a. Kajian tentang Jiwa Manusia

Tidak semua orang bisa mengenali dirinya, bahkan banyak orang yang tidak akrab dengan diri sendiri. Setiap saat ia meratapi diri sendiri, menyesalkan kehadiran dirinya di pentas kehidupan, ia tidak tahu apa yang harus dilakukan, dan bahkan tidak tahu apa yang ia inginkan. Yang ada hanya menyesal, sedih, putus asa atau marah. Sementara itu orang yang sudah mengenali dirinya, ia tahu persis di mana ia harus menempatkan diri, tahu persis apa yang semestinya dan sepantasnya dikerjakan. Ia benar-benar menjadi orang yang merdeka atas dirinya. Banyak analisis tentang anatomi "siapa" hakikat manusia dan bagaimana klasifikasinya., baik dari sudut Psikologi, filsafat maupun etika (Mubarak, 2001: 67).

Kajian ilmu jiwa, tidak berbicara tentang jiwa tetapi tentang tingkah laku manusia sebagai gejala jiwa. Ada empat teori psikologi sekurang kurangnya yang berbicara tentang konsepsi manusia, yaitu teori Psikoanalisa, teori Behaviorisme, teori Kognitif dan teori Humanisme. Yang pertama menyebut manusia sebagai Homo Volens, manusia yang dikendalikan oleh keinginan bawah sadar. Yang kedua menyebut homo mechanicus, yang menyebut manusia bagaikan mesin, tak punya keinginan apa-apa, tetapi sepenuhnya tunduk kepada lingkungan. Yang ketiga menyebut homo sapiens, makhluk yang berfikir, yang tidak tunduk begitu saja kepada lingkungan tetapi mampu mendistorsinya. Keempat Homo Ludens, manusia yang menyadari makna hidup (Mubarak, 2001: 67).

b. Kerangkeng Remaja Millennial

Remaja milenial adalah manusia yang tidak mampu bertahan di peradaban modern menyebabkan sebagian besar "Remaja Milenial" terperangkap dalam situasi yang menurut istilah Psikolog Humanis terkenal, Rollo May sebagai "Manusia dalam Kerangkeng", satu istilah yang menggambarkan ialah satu derita remaja melineal.

Remaja milenial sebenarnya manusia yang sudah kehilangan makna, manusia kosong. The Hollow Man. Ia resah setiap kali harus mengambil keputusan, ia tidak tahu apa yang diinginkan, dan

tidak mampu memilih jalan hidup yang diinginkan. Para sosiolog menyebutnya sebagai gejala keterasingan, alienasi, yang disebabkan oleh (a) perubahan sosial yang berlangsung sangat cepat, (b) hubungan hangat antar manusia sudah berubah menjadi hubungan yang gersang, (c) lembaga tradisional sudah berubah menjadi lembaga rasional, (d) masyarakat yang homogen sudah berubah menjadi heterogen, dan (e) stabilitas sosial berubah menjadi mobilitas sosial (Mubarak, 2000: 6)

c. Gangguan Psikologis Remaja Milenial

Mubarak dalam bukunya *Konseling Agama Teori dan Kasus* (2000: 8) menegaskan, sebagai akibat dari sikap hipokrit yang berkepanjangan, maka manusia modern mengidap gangguan kejiwaan antara lain berupa: (a) Kecemasan, (b) Kesepian, (c) Kebosanan, (d) Perilaku menyimpang (e) Psikosomatis

Metode Penyuluhan Agama

Ahmad Mubarak dalam buku *Psikologi Qur'ani* (2001: 131) menyatakan meskipun ada perbedaan arti bimbingan dan penyuluhan, namun dalam perspektif dakwah keduanya dapat disatukan dalam kata penyuluhan. Penyuluhan agama dapat difahami sebagai usaha memberikan bantuan yang bersifat psikologis, mental spiritual, kepada seseorang atau sekelompok orang yang sedang mengalami kesulitan lahir batin dalam menjalankan tugas-tugas hidupnya, dengan menggunakan metode/pendekatan agama, yakni dengan membangkitkan kekuatan getaran batin (iman) di dalam dirinya untuk mendorongnya mampu mengatasi masalah yang dihadapinya.

Fokus perhatian penyuluhan Agama adalah pada bagaimana membangkitkan daya rohaniyah manusia melalui iman dan taqwanya kepada Tuhan untuk mengatasi kesulitan yang dihadapi dalam hidup remaja milenial. Jadi penyuluhan agama adalah dakwah yang ditujukan kepada remaja milenial yang bermasalah, yakni remaja yang sedang mengalami problem kejiwaan.

Secara kodrati, manusia memang membutuhkan bantuan kejiwaan, termasuk penyuluhan agama, oleh karena itu profesi konselor agama atau da'I, konselor juga merupakan kebutuhan masyarakat. Ada lima hal sekurang-kurangnya yang menjadikan pengembangan dakwah penyuluhan itu menjadi relevan:

- a) Bahwa kodrat kejiwaan manusia membutuhkan bantuan psikologis.

- b) Gangguan kejiwaan yang berbeda-beda membutuhkan terapi yang tepat.
- c) Meskipun manusia memiliki fitrah kejiwaan yang cenderung kepada kebaikan, keadilan dan kebenaran, tetapi daya tarik kepada keburukan dan kezaliman lebih kuat sehingga motif kepada keburukan lebih cepat merespon stimulus keburukan, mendahului respon motif kepada kebaikan atas stimulus kebaikan.
- d) Keyakinan kepada agama (keimanan) merupakan bagian dari struktur kepribadian, sehingga getar batin iman dapat dijadikan penggerak tingkah laku (motif) kepada kebaikan.
- e) Jumlah penderita gangguan kejiwaan cenderung meningkat tajam pada masyarakat modern, disebabkan karena adanya ketidakseimbangan antara laju peradaban modern yang sangat cepat dengan kesiapan mental masyarakat yang sangat heterogen.

Mengingat luasnya bidang kehidupan manusia, maka bidang binaan/garapan penyuluhan Agama secara garis besar dapat dibagi dalam bidang-bidang konseling pendidikan, konseling perkawinan/keluarga, konseling pekerjaan, dan konseling kejiwaan / keagamaan. Secara agak mendetail penyuluhan agama itu diperlukan untuk bidang-bidang:

- a. Penyuluhan Perkawinan/Keluarga
- b. Penyuluhan Sosial
- c. Penyuluhan Pendidikan
- d. Penyuluhan Pekerjaan
- e. Penyuluhan Keagamaan
- f. Penyuluhan Perilaku Menyimpang dan Kriminal
- g. Penyuluhan Perilaku Fanatik
- h. Penyuluhan Pengidap Penyakit Manusia Modern

METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian ini dapat diklasifikasikan sebagai penelitian lapangan (field research) yang bersifat kualitatif naturalistik yang bertujuan untuk mengetahui peran penyuluhan agama terhadap psikologi masyarakat.

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan fenomenologi naturalistik, karena penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penyuluhan Agama Islam dalam pembinaan kesehatan mental masyarakat modern.

Pengumpulan sumber data dalam penelitian ini dapat dibagi menjadi 2 macam yaitu:

a. Sumber Data Primer

Teknik, aspek dan upaya penyuluhan agama tokoh agama seperti ulama, ustad ataupun kyai, baik yang diperoleh melalui wawancara maupun yang diperoleh melalui observasi lapangan dan keterangan dan penjelasan masyarakat yang diperoleh melalui wawancara pada studi lapangan yang mengikuti penyuluhan tersebut.

b. Sumber Data Sekunder.

Buku-buku yang relevan dan dapat mendukung sumber data yang berkaitan dengan penelitian ini.

Untuk memperoleh data secara holistik yang integratif, dan memperoleh relevansi data berdasarkan fokus dan tujuan penelitian, maka pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan tiga teknik, yaitu wawancara mendalam, observasi partisipan, dan studi dokumentasi.

Analisis data dilakukan melalui kegiatan menelaah data, menata, membagi menjadi satuan-satuan yang dapat dikelola, mensintesis, mencari pola, menemukan apa yang bermakna, dan apa yang akan diteliti dan diputuskan peneliti untuk dilaporkan secara sistematis.

Dalam penelitian ini, metode yang digunakan adalah metode analisis data menurut Miles & Huberman yaitu analisis model interaktif. Analisis data berlangsung secara simultan yang dilakukan bersamaan dengan proses pengumpulan data dengan alur tahapan; pengumpulan data (*data collection*), reduksi data (*data reduction*), penyajian data (*data display*), dan kesimpulan atau verifikasi (*conclusion drawing & verifying*).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Banyak manusia modern yang mengalami gangguan psikologis. Untuk berani ke luar dari gangguan psikologis tersebut, maka mula pertama manusia modern harus terlebih dahulu mengenali kembali jati dirinya, apakah makhluk itu, apa sebenarnya manusia itu, siapa dirinya sebenarnya, untuk apa ia berada di dunia ini dan mau ke mana setelah itu.

Bagi manusia modern yang belum terlalu parah penyakitnya, ia dapat diajak berdialog, diajak berfikir, merenung tentang apa yang telah terjadi dan seberapa sisa hidupnya. Ia diajak untuk mengenali dirinya dalam konteks ciptaan Allah, karena sebagaimana kata Nabi barang siapa mengenali siapa dirinya maka ia akan mengenali siapa Tuhannya.

Bagi penderita yang sudah parah, maka dialog tidak dapat menolongnya. KEPADANYA sebaiknya dibawa saja dalam situasi yang tidak memberi peluang selain berfikir dan merasa berada dalam suasana religious, misalnya diajak dalam forum dzikir, sabar, dan taubat.

1. Pondok Pesantren Daarul Qolam

Yayasan Pendidikan Islam Daarul Qolam didirikan pada tgl 01 Juni 1999 H / 12 Rabi'ul Awwal / 16 Shafar 1420 H oleh Buya Drs KH Tubagus Mulhat HS beserta Istri Umi Dra Hj Ditdit Hadiati.

Pondok Pesantren Daarul Qolam adalah model pendidikan yang berusaha mengintegrasikan antara pendidikan agama dan pendidikan umum, antara madrasah, keluarga, dan masyarakat dengan mengoptimalkan bagian kognitif, afektif, dan psikomotorik dengan harapan santri menjadi cerdas, berwawasan luas, kreatif, dan mandiri.

Integrasi yang dimaksud adalah memadukan nilai Islam ke dalam seluruh proses pendidikannya ini berarti bahwa semua materi yang diajarkan, baik berupa informasi, pengetahuan, nilai, perilaku, maupun keterampilan semuanya dirangkai dalam bingkai Tauhid. Keterpaduan tersebut meliputi aspek materi yang diajarkan, metode pengajaran, lingkungan fisik sekolah, suasana lokasi yang diciptakan antar manusia civitas akademika di sekolah, serta adanya aspek keteladanan sebagai wahana efektif pewarisan nilai.

Sistem terpadu menggambarkan bahwa sistem pendidikan yang dijalankan berintikan keterpaduan dari berbagai unsur-unsur, yaitu: 1) Memadukan modul pendidikan di keluarga dan masyarakat dalam lingkungan buatan, yakni sekolah, sekolah didesain sebagai Small Islamic environment. Interaksi sekolah dan keluarga, masyarakat, dan lingkungan alam yang berasal dari ketiga supersistem tersebut. Dengan demikian Pondok Pesantren Daarul Qolam dapat memberikan dampak positif bagi ketiga supersistem. 2) Memadukan ranah belajar Afektif, kognitif, dan psikomotorik yang efektif, efisien, dan produktif. 3) Memadukan pendidikan Umum dengan substansi Pendidikan Agama (nilai-nilai tauhid).

Memadukan Proses Penguasaan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi dengan Tsaqofah dalam rangka pembentukan Syakhshiyah Islamiyyah.

Yayasan Pendidikan Islam Daarul Qolam dari waktu ke waktu sangat mengesankan dalam perkembangannya, didirikan oleh para pendiri yang selalu berkhidmat dengan ummat yang senantiasa mengedepankan ketauhidan.

Adapun jenjang pendidikan yang dimiliki oleh pesantren ini adalah TK AL-Quran Terpadu, SD Islam Terpadu dan TMI (MTS MA). Pesantren ini juga memiliki beberapa keterampilan yang di unggulkan yaitu kesenian, olahraga, keahlian dan kepemimpinan.

Kegiatan bimbingan dan konseling Islami yang dilakukan di pondok pesantren ini berfokus pada penyelarasan (at-tawazun) jiwa santri. Fokus konseling adalah pribadi dan masyarakat bukan masalah konseli. Yang dibenahi adalah manusianya (pribadi dan masyarakat), bukan masalahnya. Karena konseling ini berkeyakinan, bila manusianya menjadi pribadi khaira ummah maka masalah tersebut dengan sendirinya mampu teratasi. Misalnya, kalau orang tersebut sudah baik, maka dia akan berhenti dengan sendirinya berjudi.

Titik tolaknya masa sekarang untuk meraih kehidupan di masa depan yang lebih baik, bukan masa lalu konseli. Konselor tidak akan memandang dan mempermasalahkan masa lalu konseli. Masa lalu dalam konseling ini sebagai wahana muhasabah, merenungi diri untuk melakukan pertobatan dan sebagai pijakan bagi konseli. Yang dipentingkan dalam konseling ini adalah niat dan prosesnya bukan sekadar hasil. Sebab konseling ini berkeyakinan tugas konselor dan konseli adalah berusaha sedang yang menentukan hasilnya adalah Tuhan.

2. Pondok Pesantren Tarbiyatul Falah Madani

Pondok pesantren Tarbiyatul Falah Madani sudah didirikan semenjak tahun 1986 oleh Kyai Haji Saef yang merupakan warga asli ciampea dimana pesantren itu berada. Beliau bersama istri membangun pesantren hingga sekarang sudah mendirikan jenjang pendidikan mulai dari TK, SDIT, Madrasah Ibtidaiyah, SMK 1, SMK2, SMA, dan tahun 2017 pesantren ini sudah memiliki Sekolah Tinggi, yaitu Sekolah Tinggi Ilmu Dakwah dan Komunikasi Islam satu-satunya di Bogor.

Pesantren ini memiliki alumni yang tersebar di seluruh Jawa Barat, bahkan ada yang meneruskan pendidikan ke jenjang sekolah tinggi Islam di luar negeri.

Dalam mendalami praktik bimbingan dan konseling Islami yang ada di pondok pesantren, penulis mencoba menggali informasi dari salah satu pondok pesantren yang ada di Kabupaten Bogor yaitu Pondok Pesantren Ummul Quro. Lembaga pendidikan ini merupakan lembaga pendidikan yang sudah cukup besar karena menaungi tiga unit yaitu Madrasah Tsanawiyah, Madrasah Aliyah, dan Sekolah Menengah Kejuruan yang berkonsentrasi pada Grafika.

Penulis melakukan observasi dan interview terhadap lingkungan dan beberapa stakeholders dan santri yang berada di sana. Guna mewujudkan pendidikan yang lebih kondusif dan Islami, pesantren membuat kebijakan untuk memisahkan santri putra dan santri putri baik di asrama maupun saat pembelajaran di kelas. Hal ini diwujudkan dengan menempatkan santri putri di kampus I sedangkan santri putra di kampus II. Kebijakan ini bertujuan agar para santri lebih fokus terhadap pendidikannya, menjaga pergaulan sesuai syari'at Islam dan meminimalisir pelanggaran-pelanggaran serta memudahkan pengelolaannya. Selain itu tidak dapat dipungkiri bahwa pergaulan merupakan salah satu faktor yang urgen dan sering kali menjadi pemicu konflik pada masa perkembangan remaja. Selain itu, dalam Islam sudah jelas pula dijelaskan dan diatur bagaimana etika berhubungan dengan sesama manusia terutama dengan lawan jenis.

Konseling bertujuan membantu konseli menumbuhkembangkan diri pribadi secara optimal sesuai dengan tahap perkembangan dan predisposisi yang dimilikinya (dalam hal ini potensi, kemampuan dasar dan bakat) dan berbagai latar belakang kehidupan (dalam hal ini latar belakang keluarga, pendidikan, dan status sosial ekonomi) serta sesuai dengan tuntunan positif lingkungan hidupnya. Dalam hubungan ini, konseling membantunya untuk menjadi manusia yang berdayaguna dan berhasilguna dalam kehidupannya dengan memiliki berbagai pandangan, wawasan, interpretasi, pilihan, penyesuaian serta keterampilan yang tepat berkenaan dengan diri pribadi dan lingkungan hidupnya.

Manusia seperti ini adalah manusia mandiri dengan memiliki seperangkat kemampuan untuk: memahami diri pribadi dan lingkungan hidupnya secara positif dan dinamis, mengambil keputusan secara tepat dan arif, mengarahkan diri sesuai dengan keputusan terbaiknya, dan mewujudkan diri secara optimal dalam peran kehidupan yang dilakukannya.

3. Pondok Pesantren Modern Darus-Sholihin

Pondok Pesantren Modern Darus-Sholihin adalah lembaga di bawah naungan Yayasan Darus Sholihin al-Qur'ani (YDSQ), yang bertujuan membangun generasi Qur'ani, mencetak kader ulama yang Ahlul Qur'an, dengan materi pokok pengajian adalah Tilawah, Tahfidz, dan Tafsir al-Qur'an.

Selain itu, pendidikan formal juga mendapat tempat yang sepadan dan mengutamakan kualitas hingga tercipta generasi ulama yang akademis dan akademisi yang ulama.

Darus Sholihin berarti: Tempat orang-orang yang saleh. Karena di sinilah kelak para santri akan diajari untuk menjadi orang-orang baik yang berguna bagi agama, masyarakat, nusa, dan bangsa.

Pesantren ini dipimpin oleh DR. KH. Ahmad Dimyathi Badruzzaman, MA. Lahir di Karawang, 06 Juni 1958. Beliau sudah menempuh pendidikan formal dan pendidikan non formal di beberapa pesantren diantaranya adalah Pondok Pesantren Al-Muthahhar, Plered-Purwakarta, Pondok Pesantren Al-Falah, Cicalengka-Bandung., Pondok Pesantren Al-Furqan, Leuwigoong-Garut, Pondok Pesantren Al-Huda, Tarogong-Garut, Pondok Pesantren Al-Minbar, Banyuwangi-Garut, Pondok Pesantren Al-Fadhilah, Limbangan-Garut, Pondok Pesantren Tarbiyah Islamiyah, Karangpawitan-Garut, Pondok Pesantren Cipasung, Singaperbangsa-Tasikmalaya.

Pesantren ini memiliki banyak catatan santri yang berprestasi di berbagai bidang keagamaan. Prestasi ini tak luput dari bimbingan para tenaga pendidik di pesantren ini, mereka menerapkan prinsip pendidikan yang untuk pendidikan formal, menyesuaikan dengan ketentuan yang dibuat oleh Kementerian Pendidikan Nasional (SMP) dan Kementerian Agama (Madrasah Aliyah). Kurikulum tersebut kemudian dilengkapi dengan kajian kitab kepesantrenan dan Ekstrakurikuler.

Kehidupan di dalam lingkungan pesantren sangat kental dengan nilai-nilai religius, selain itu kedisiplinan serta ketaatan terhadap aturan-aturan yang berlaku menjadi salah satu semangat yang selalu diterapkan di sebuah pondok pesantren, baik itu pesantren salafi maupun modern atau yang sering dikenal dengan istilah *Boarding School*.

Pondok pesantren merupakan salah satu lembaga pendidikan Islam yang tersebar diseluruh pelosok negeri. Penduduk Indonesia yang

mayoritas adalah muslim menjadikan salah satu lembaga pendidikan ini tidak pernah surut peminat bahkan semakin digemari dan dibutuhkan di tengah-tengah krisis moral dan akhlak di era globalisasi saat ini. Pesantren dengan pendidikan agamanya diharapkan mampu menjadi salah satu alternatif solusi mencetak para generasi yang mampu menjawab tantangan zaman namun tetap menjunjung tinggi nilai-nilai agama, sehingga mampu menjadikan generasi tersebut pribadi-pribadi yang kamil.

Mencetak generasi-generasi ideal bukanlah suatu hal yang mudah, dibutuhkan perjuangan dan pengorbanan yang sangat berat dengan proses yang tidak mudah. Itulah mengapa pondok pesantren sering diibaratkan dengan penjara suci. Disebut sebagai penjara karena semua kegiatan di pondok pesantren di desain sedemikian rupa agar dapat memberikan pengalaman yang berpengaruh pada pembentukan santri baik itu karakter, kebiasaan hingga keilmuannya.

Terkait dengan kebiasaan terlebih kebiasaan sehari-hari, dalam dunia pesantren memang menjadi hal yang sangat diperhatikan. Bisa dikatakan budaya diluar dan didalam pesantren sangatlah berbeda.

Upaya Pembinaan kesehatan Psikologis remaja milenial

Kegiatan pendidikan yang dilaksanakan oleh Pondok Pesantren Daarul Qolam, Pondok Pesantren Tarbiyatul Falah Madani, dan Pondok Pesantren Modern Darus-Sholihin menggambarkan secara jelas adanya proses pembinaan kesehatan mental santri melalui ajaran ilmu pengetahuan Islam, umum dan kurikulumnya. Hal ini dapat dimaknai sebagai jawaban positif kyai/ustadz, pimpinan, serta pengasuhan bagi perubahan sosial serta perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang terjadi disekitarnya. Pembinaan kesehatan mental yang dilakukan adalah bertujuan untuk menjadikan santri yang memiliki hati yang bersih, jiwa yang tenang, serta memiliki kecakapan bukan hanya dari segi intelektual, akan tetapi juga dari segi moral serta estetika. Oleh karena itu, seorang santri harus senantiasa memelihara kesehatan mentalnya sehingga hati yang bersih dan ketenangan jiwa itu akan terus berlangsung dalam kehidupannya.

Dalam literatur yang berkembang ada beberapa cara untuk memelihara kesehatan mental dalam Islam, salah satunya adalah pola atau metode Iman, Islam, dan Ihsan yang di dalamnya

terdapat berbagai macam karakter berdasarkan konsep Iman, Islam, dan Ihsan.

Kemajuan ilmu dan teknologi menyebabkan perhatian manusia semakin besar terhadap kesejahteraan hidup dan kesadaran masyarakat akan pentingnya dilakukan pembinaan kesejahteraan hidup bersama.⁴⁸⁷ Kesejahteraan hidup ditandai dengan kemampuan memecahkan dan menyelesaikan segenap keruwetan batin yang disebabkan oleh berbagai kesulitan hidup. Di samping itu, ia mampu membersihkan jiwanya, dalam arti tidak terganggu oleh berbagai ketegangan, ketakutan dan konflik batin. Jaya menyebutkan bahwa dalam hal ini, ia memiliki keseimbangan jiwa, dapat menegaskan kepribadian yang terintegrasi dengan baik, serta memiliki kemampuan memecahkan dan menyelesaikan segala kesulitan hidup dengan kepercayaan diri dan keberanian.

Model Penerapan Bimbingan Dan Konseling Islami Di Pesantren

Solusi penawaran model bimbingan dan konseling Islami di Pesantren Jawa Barat berangkat dari temuan peneliti pada saat penelitian terhadap ketiga Pesantren yang menjadi objek penelitian, peneliti sendiri tidak kurang dari satu tahun mengadakan penelitian di ketiga Pesantren sebagaimana dimaksud, yaitu: Pondok Pesantren Daarul Qolam, Pondok Pesantren Tarbiyatul Falah Madani, dan Pondok Pesantren Modern Darus-Sholihin. Secara khusus temuan peneliti pada ketiga Pesantren ini adalah teknik bimbingan dan konseling Islami dalam Pembinaan kesehatan mental santri di pesantren Sumatera Utara. Ketiga Pesantren ini pun kemudian menginspirasi peneliti untuk menawarkan satu solusi dalam teknik bimbingan dan konseling Islami dalam pembinaan kesehatan mental santri di Pesantren Jawa Barat.

Dalam penggunaan teknik bimbingan dan konseling Islami di ketiga Pesantren ini secara umum hampir sama, namun peneliti menemukan perbedaan yang cukup signifikan, pesantren Daarul Qolam kemudian menggunakan teknik konseling Islami secara kelompok (*group guidance*) dan teknik yang bersifat lahir (*the physical counseling technique*) dan teknik yang bersifat bathin (*the spiritual counseling technique*), lain halnya pesantren Daarul Qolam, Pondok Pesantren Tarbiyatul Falah Madani menggunakan teknik Spiritualism Method yang didalamnya terkandung tiga teknik, latihan spiritual, menjalin kasih sayang dan cerminan al-Qudwah Hasanah, sedangkan di pesantren Modern

Darus-Sholihin menggunakan teknik *Client Centered Counseling Method*. Untuk itu agaknya dipandang perlu untuk memberikan sebuah solusi yang terkait dengan model bimbingan dan konseling Islami yang dilaksanakan oleh para praktisi pendidikan di Pesantren dan terhadap semua stakeholder di Pesantren khususnya yang ada di wilayah Jawa Barat.

KESIMPULAN

Dari seluruh pembahasan pada uraian-uraian terdahulu tergambar dengan jelas bimbingan dan konseling Islami dalam pembinaan kesehatan psikologis remaja milenial, baik di Pondok Pesantren Daarul Qolam, Pondok Pesantren Tarbiyatul Falah Madani, dan Pondok Pesantren Modern Darus-Sholihin.

Adapun kesimpulan yang ditarik dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Teknik Bimbingan Dan Konseling Islami

Teknik bimbingan dan konseling Islami yang dilaksanakan di pesantren Daarul Qolam adalah Pertama, Organisasi kelompok, teknik konseling ini merupakan pendekatan secara kelompok (*group guidance*), teknik konseling yang dipraktikkan oleh pesantren Daarul Qolam ini dilakukan oleh santri senior yang biasa disebut dengan “dewan pelajar putera dan puteri” setiap kali muncul persoalan dengan santri akan terlebih dahulu ditangani oleh dewan pelajar putera/puteri.

Kedua, Teknik yang bersifat lahir, teknik ini menggunakan alat yang dapat dilihat, didengar dan dirasakan oleh santri/konseli. Teknik ini biasanya menggunakan kekuatan, power, kesungguhan yang keras, sentuhan tangan, nasehat dan membacakan doa.

Ketiga, Teknik yang bersifat batin, teknik ini hanya dilakukan dalam hati dengan do'a dan harapan namun tidak ada usaha dan upaya yang keras secara konkrit, seperti dengan potensi tangan dan lisan.

Teknik bimbingan dan konseling Islami yang dilaksanakan di pesantren Tarbiyatul Falah Madani adalah; Pertama, konseling secara langsung dan tidak langsung. Konseling langsung yaitu, konseling yang dilakukan saat klien atau santri yang berinisiatif untuk melakukan bimbingan atau mendapatkan konseling dari konselor. Sedangkan konseling tidak langsung merupakan konseling yang didasari oleh

suatu kasus, atau permasalahan yang muncul termasuk kecenderungan tingkah laku yang menyimpang, sehingga konselor merasa perlu melakukan bimbingan dan konseling terhadap klien yang bersangkutan. Kedua, teknik spiritualism method sebagai upaya untuk menyelesaikan masalah kehidupan para santri/konseli, setidaknya teknik ini dikelompokkan kepada tiga hal, latihan spiritual, menjalin kasih sayang dan cerminan Tarbiyatul Falah Madani.

Teknik bimbingan dan Konseling Islami yang dilakukan di Pesantren Modern Darus-Sholihin adalah; Pertama, teknik konseling individu dan konseling kelompok. Kedua, teknik konseling client centered method, teknik ini membekali santri dan santriwatinya dengan buku panduan yang disebut dengan handbook.

2. Aspek yang dibina dalam bimbingan dan konseling Islami.

Pondok pesantren dalam tampilannya tidak terkecuali Pondok Pesantren Daarul Qolam, Pondok Pesantren Tarbiyatul Falah Madani, dan Pondok Pesantren Modern Darus-Sholihin telah melaksanakan pendidikan keagamaan yang bersumber dari karya-karya Islam Klasik. Pondok Pesantren sebagai pusat pendalaman Ilmu-ilmu agama Islam (tafaqquh fi al-din), pondok pesantren masih tetap diakui oleh masyarakat karena beranggapan bahwa pendidikan kepribadian pesantren lebih unggul daripada pendidikan sekolah ataupun madrasah. Inilah kemudian yang mendasari bahwa aspek yang dibina dalam praktik bimbingan dan konseling Islami di ketiga pesantren ini berorientasi kepada aspek keberagamaan

3. Upaya Pembinaan Kesehatan Mental Islami.

Dalam literatur yang berkembang ada beberapa cara untuk memelihara kesehatan mental dalam Islam, salah satunya adalah pola atau metode Iman, Islam, dan Ihsan yang di dalamnya terdapat berbagai macam karakter berdasarkan konsep Iman, Islam, dan Ihsan.

Pertama, Konsep Iman, dari konsep ini pada gilirannya akan melahirkan beberapa karakter, yaitu: karakter Rabbani, karakter malaki, karakter Qurani, karakter Rasuli, karakter yawm akhiri, karakter taqdiri.

Kedua, Konsep Islam, dari konsep ini juga akan melahirkan beberapa kepribadian,

yaitu: Kepribadian syahadatain, kepribadian mushalli, kepribadian shaimi, kepribadian muzakki, dan kepribadian haji.

Ketiga, konsep Ihsan. Konsep ini akan melahirkan karakter muhsin. Muhsin sendiri mengandung arti kepribadian yang dapat memperbaiki dan mempercantik individu. Baik berhubungan dengan diri sendiri, sesamanya, alam semesta dan tuhan yang diniatkan hanya untuk mencari ridha-Nya.

Dengan demikian, secara tegas perlu dikemukakan bahwa pembinaan kesehatan psikologi bagi remaja milenial sangat bermanfaat bagi dirinya dan keberlangsungan hidupnya. Manusia bertingkah laku berdasarkan aturan dan hukum tuhan, sehingga tidak semena-mena memperturutkan hawa nafsu, membangun jiwa optimis dalam mencapai sesuatu tujuan hidup, tidak sombong ketika mendapatkan kesuksesan hidup, tidak pesimis, stress atau depresi ketika mendapatkan kegagalan, serta seluruh perilaku yang mendatangkan manfaat dan menghindarkan kemudharatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anselm Stauss, et.al; 2003. Basic of Qualitative Research: Grounded Theory Procedures and Techniques, terj. Mohammad, Sodik et.al. Dasar-dasar Penelitian Kualitatif: Tata Langkah dan Teknik-teknik Teoritisasi Data Yogyakarta: Pustaka Pelajar, h. 5
- Clifford Geertz, 1960. The Religion of Java. Chicago/London:
- Dede Oetomo, 2007. "Penelitian Kualitatif: Aliran dan Tema", dalam Bagong Suyanto, et.al., (Eds), Metode Penelitian Sosial: Berbagai Alternatif Pendekatan Jakarta: Kencana
- Deddy Mulyana, 2003. Metodologi Penelitian Kualitatif, Paradigma Baru Ilmu Komunikasi dan Ilmu Sosial Lainnya Bandung: Remaja Rosdakarya h. 201
- Hilal Nur Andi, 2018. Peranan Bimbingan Penyuluhan Islam dalam Menangani Dampak Psikologis Anak Akibat Perceraian Orang Tua di Kelurahan Bukit Harapan Kecamatan Soreang Kota Parepare. Makassar: UIN Alauddin
- Jabbar ABD, 2013. Peran Penyuluh Agama Dalam Pembinaan Jiwa Keagamaan Masyarakat di Desa Pattallassang Kecamatan Pattallassang Kabupaten Gowa. UIN Alauddin Makassar:

- Lubis Azwar M. Syukri. 2017. Pembinaan Kesehatan Mental Santri Melalui Bimbingan dan Konseling Islami di Pesantren Sumatera Utara. Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.
- Miles, B. Mathew dan Michael Huberman. 1992. Analisis Data Kualitatif Buku Sumber Tentang Metode-metode Baru. Jakarta: UIP
- Moleong, Lexy J. 2013. Metode Penelitian Kualitatif. Edisi Revisi. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Noeng Muhajir, Metode Penelitian Kualitatif (Yogyakarta: Rake Sarasin, 2003)
- Nurhidayat Muhammad Said, Dakwah Dan Efek Globalisasi Informasi. Alauddin University Press. Makassar: 2011. Halaman, 87
- Robert Bogdan, Steven J. Taylor, "Kualitatif (Dasar-Dasar Penelitian)", dalam Kualitatif, ed.
- Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D Bandung: Alfabeta, 2008
- Setiawan, B, & Muntaha, A. (2000). Metode Penelitian Komunikasi. Jakarta: Pusat Penerbitan Universitas Terbuka.
- Susanto, D. (2001). Bahan Kuliah Komunikasi Pembangunan. PPN IPB. Bogor
- Syarif, H. (1997). Membangun SDM Berkualitas, Suatu Telaah Gizi Masyarakat dan Sumberdaya Keluarga IPB