

KESEHATAN MENTAL DALAM PENDIDIKAN KELUARGA ISLAM

Oleh: Normina*

Abstrak

Kesehatan Mental adalah terhindarnya orang dari gejala-gejala gangguan jiwa (*neurose*) dan gejala-gejala penyakit jiwa (*Psychose*). Orang-orang yang mengalami gangguan jiwa dapat disebut orang normal sebab yang dideritanya adalah ketegangan pribadi akibat terjadinya konflik dalam dirinya yang tidak dapat diatasi orang tersebut. Sedangkan orang yang mengalami penyakit jiwa seluruh kepribadian yang bersangkutan terkena kelainan dan orang tersebut tidak dapat lagi hidup dan bergaul normal dengan orang-orang di sekitarnya. Pendidikan keluarga merupakan pendidikan pertama dan utama karena anak pertama sekali memperoleh pengaruh dari rumah tangga. Oleh karena itu, rumah tangga juga menjadi fondasi bagi pendidikan anak selanjutnya, baik pendidikan di sekolah maupun di masyarakat. Pendidikan keluarga atau pendidikan informal, meskipun sudah dimuat dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional (UUSPN) nomor 20 tahun 2003, belum memperoleh perhatian yang tersistem. Pendidikan keluarga menurut Islam adalah pendidikan yang diberikan sejak anak masih dalam kandungan yakni sejak setelah dituipkan ruh oleh Allah Swt kepadanya, sejak anak lahir hingga anak menjadi dewasa, terutama di berikan di rumah tangga oleh kedua orangtuanya atau oleh orang dewasa lainnya di rumah tangga tersebut. Pendidikan dapat diberikan sejak anak masih dalam kandungan, tepatnya setelah usia kandungan 120 hari (4 bulan) karena saat itulah mulai tumbuh potensi untuk melihat, mendengar, merasa dan berpikir.

Kata Kunci: Kesehatan, Mental, Pendidikan, Keluarga, Islam

A. Pendahuluan

Kesehatan Mental adalah terhindarnya orang dari gejala-gejala gangguan jiwa (*neurose*) dan gejala-gejala penyakit jiwa (*Psychose*). Orang-orang yang mengalami gangguan jiwa dapat di sebut orang normal sebab yang dideritanya adalah ketegangan pribadi akibat terjadinya konflik dalam dirinya yang tidak dapat diatasi orang tersebut. Sedangkan orang yang mengalami penyakit jiwa seluruh kepribadian yang bersangkutan terkena kelainan dan

* Penulis adalah Dosen pada STAI Al-Washliyah Barabai.

orang tersebut tidak dapat lagi hidup dan bergaul normal dengan orang-orang di sekitarnya.

Pada masa transisi sekarang, Masalah Kesehatan Mental (*Hygiene mental*) disebabkan oleh adanya faktor. Gerakan baru di dunia dipopulerkan sejak lebih kurang 50 tahun yang lalu, terutama di Negara Amereka Serikat dan negara-negara Eropah. Dalam waktu pendak, terutama disebabkan oleh adanya Perang Dunia ke I dan ke II, banyak terdapat kasus penderita-penderita mental sehingga gerakan kesehatan mental ini mengalami kemajuan yang pesat. Makin kompleknya masyarakat sebagai akibat kemajuan teknologi, mekanisasi, industrialisasi dan urbanisasi, muncul dalam zaman modern sekarang, banyak problem sosial. Sehingga tidak jarang terjadi konflik-konflik dan ketegangan batin yang menjadi sumber penyebab dan timbulnya gangguan emosional dan penyakit mental.

Pendidikan Islam merupakan salah satu upaya untuk membangun dan meningkatkan mutu sumber daya manusia, menuju era globalisasi yang penuh dengan tantangan sehingga disadari bahwa pendidikan merupakan sesuatu yang sangat fundamental bagi setiap individu. Oleh karena itu, kegiatan pendidikan tidak dapat diabaikan begitu saja, terutama dalam memasuki era persaingan yang semakin ketat, tajam, berat pada abad millenium ini. Sehingga peningkatan sumber daya manusia merupakan prasyarat mutlak untuk mencapai tujuan pembangunan. Salah satu wahana untuk meningkatkannya dengan pendidikan, sehingga kualitas pendidikan harus senantiasa ditingkatkan, dan dilaksanakan secara sistematis terarah berdasarkan kepentingan yang mengacu pada kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi (Iptek) dan dilandasi oleh keimanan dan ketaqwaan (imtak).

Pendidikan keluarga merupakan pendidikan pertama dan utama karena anak pertama sekali memperoleh pengaruh dari rumah tangga. Oleh karena itu, rumah tangga juga menjadi fondasi bagi pendidikan anak selanjutnya, baik pendidikan di sekolah maupun di masyarakat.

Pendidikan keluarga atau pendidikan informal, meskipun sudah dimuat dalam Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional (UUSPN) nomor 20 tahun 2003, belum memperoleh perhatian yang tersistem. Berbeda dengan pendidikan jalur sekolah maupun jalur masyarakat yang telah memperoleh perhatian dari pemerintah. Hal ini tentu menjadi kendala bagaimana agar pendidikan keluarga yang menjadi fondasi pendidikan anak tersebut menjadi kuat.

Keluarga merupakan unit sosial terkecil yang memberikan fondasi primer bagi perkembangan anak, juga memberikan pengaruh yang menentukan bagi pembentukan watak dan kepribadian anak, yaitu memberikan stempel yang tidak bisa dihapus bagi kepribadian anak. Maka baik-tidaknya keluarga ini memberikan dampak yang positif atau negatif pada pertumbuhan anak menuju kepada kedewasaannya.

Pendidikan keluarga dimulai ada pembinaan mental dimulai dari rumah tangga, karena si anak mulai menerima didikan dari ibu-bapaknya. Kemudian

dari anggota keluarga, masyarakat dan lingkungan sekitar yang semuanya itu ikut memberikan dasar-dasar pembentukan kepribadian dan watak anak menjadi yang lebih baik.

B. Kesehatan Mental

Kesehatan mental ditinjau dari etimologi, kata "*mental*" berasal dari kata latin, yaitu "*mens*" atau "*mentis*" artinya roh, sukma, jiwa, atau nyawa. Di dalam bahasa Yunani, kesehatan terkandung dalam kata *hygiene*, yang berarti ilmu kesehatan. Maka kesehatan mental merupakan bagian dari *hygiene mental* (ilmu kesehatan mental). (Yusak Burhanuddin, 1999; 9).

Menurut Zakiah Daradjat, Kesehatan mental adalah terhindarnya orang dari gejala-gejala gangguan dan penyakit jiwa. Dengan demikian dapat diartikan bahwa orang yang sehat mentalnya adalah orang yang terhindar dari segala gangguan dan penyakit jiwa. Dalam pengertian yang luas kesehatan mental dapat diartikan sebagai terwujudnya keserasian yang sesungguhnya antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya sendiri, dengan orang lain dan lingkungannya berlandaskan keimanan serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia di dunia dan di akhirat. (Zakiah Daradjat, 1992; 10).

Menurut Kartini Kartono, Kesehatan mental ialah terhindarnya seseorang dari gangguan/penyakit mental (jiwa) dan gangguan emosi serta bebas dari penyakit mental untuk memajukan kesehatan jiwa rakyat. Kesehatan mental berarti terhindarnya dari konflik bathin yang disebabkan oleh berbagai kesulitan hidup dan sekaligus berupaya memperoleh kebersihan jiwa dalam artian tidak terganggu oleh berbagai ketegangan, ketakutan dan konflik terbuka serta konflik bathin. (Kartini Kartono, 2000; 3).

Jasmani dikatakan sehat apabila energi yang ada mencukupi, daya tahan yang ada mencukupi, memiliki kekuatan untuk menjalankan aktivitas, dan kondisi badan terasa nyaman dan sehat. Sehingga memiliki mental yang sehat, memiliki sifat-sifat khas, antara lain mempunyai kemampuan untuk bertindak secara efisien, memiliki tujuan-tujuan hidup yang jelas, memiliki konsep diri yang sehat, memiliki koordinasi antara segenap potensi dengan usahanya, memiliki regulasi diri dan integrasi kepribadian dan memiliki bathin yang selalu tenang.

Orang yang sehat mentalnya dapat melakukan adaptasi (menyesuaikan diri) dengan lingkungan, dengan mudah dapat menempatkan diri pada perubahan social, selalu aktif berpartisipasi, dan dapat merasakan kepuasan atas terpenuhinya kebutuhannya. Sehingga dikatakan memiliki mental sehat bila ia terhindar dari gejala penyakit jiwa dengan memanfaatkan potensi yang dimilikinya untuk menyelaraskan fungsi jiwa dalam dirinya.

Kecemasan dan kegelisahan pada diri seseorang akan lenyap bila fungsi jiwa di dalam dirinya seperti pikiran, perasaan, sikap, jiwa, pandangan, dan keyakinan hidup berjalan seiring sehingga menyebabkan adanya keharmonisan

dalam dirinya. Keharmonisan antara fungsi jiwa dan tindakan dapat dicapai antara lain dengan menjalankan ajaran agama, dan berusaha menerapkan norma-norma sosial, hukum, moral, dan sebagainya. Dengan demikian akan tercipta ketenangan bathin yang menyebabkan timbulnya kebahagiaan di dalam diri seseorang.

Jadi kesehatan mental, merupakan terhindarnya seseorang dari gejala jiwa (*neurose*) dan gejala penyakit jiwa (*psychose*). Adanya kemampuan yang dimiliki oleh seseorang untuk menyesuaikan diri dengan dirinya sendiri, orang lain dan masyarakat. Terwujudnya keharmonisan dalam fungsi jiwa serta terciptanya kemampuan untuk menghadapi permasalahan sehari-hari sehingga merasakan kebahagiaan dan kepuasan dirinya.

C. Pendidikan Keluarga Dalam Islam

1. Pengertian Pendidikan keluarga

KH. Hajar Dewantara, salah seorang pemikiran cemerlang dari Pahlawan Nasional Indonesia, berpendapat bahwa keluarga adalah salah satu institusi yang dimasukkan dalam urutan pertama dari Tri Pusat Pendidikan. Pendidikan keluarga tidak dapat dipisahkan, di mana ada keluarga pasti di dalamnya ada pendidikan. Orangtua sebagai subyek didik dan anak sebagai objek didik.

Pendidikan keluarga menurut Islam adalah pendidikan yang diberikan sejak anak masih dalam kandungan yakni sejak setelah ditiupkan ruh oleh Allah Swt. kepadanya, sejak anak lahir hingga anak menjadi dewasa, terutama di berikan di rumah tangga oleh kedua orangtuanya atau oleh orang dewasa lainnya di rumah tangga tersebut. Pendidikan dapat diberikan sejak anak masih dalam kandungan, tepatnya setelah usia kandungan 120 hari (4 bulan) karena saat itulah mulai tumbuh potensi untuk melihat, mendengar, merasa dan berpikir. (Kamrani Buseri, 2010; 14).

Hal ini sesuai dengan al-Qur'an dalam surat as-Sajadah (32) ayat 9 dan al-Isra' (17) ayat 26 yang berbunyi:

ثُمَّ سَوَّاهُ وَنَفَخَ فِيهِ مِن رُّوحِهِ ۗ وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَرَ وَالْأَفْئِدَةَ ۗ قَلِيلًا

مَا تَشْكُرُونَ ﴿٩﴾

Artinya: Kemudian dia menyempurnakan dan meniupkan ke dalamnya roh (ciptaan)-Nya dan dia menjadikan bagi kamu pendengaran, penglihatan dan hati; (tetapi) kamu sedikit sekali bersyukur. (Q.S. as-Sajadah (32); 9).

وَأَاتِ ذَا الْقُرْبَىٰ حَقَّهُ وَالْمِسْكِينَ وَابْنَ السَّبِيلِ وَلَا تَبْذُرْ نَبْذِيرًا ﴿٢٦﴾

Artinya: Dan berikanlah kepada keluarga-keluarga yang dekat akan haknya, kepada orang miskin dan orang yang dalam perjalanan dan janganlah kamu menghambur-hamburkan (hartamu) secara boros. (Q.S. Al-Isra' (17); 26).

Berdasarkan ayat di atas (as-Sajadah (32); 9 dan al-Isra' (17); 26), maka ada prinsip khusus pendidikan keluarga. *Pertama*, pendidikan keluarga diberikan semenjak setelah memperoleh tiupan ruh dari Tuhan Yang Maha Kuasa, karena saat itu tumbuh kesadaran kemanusiaan seperti pendengaran, penglihatan dan rasa (*afidah*). *Kedua*, pendidikan keluarga merupakan basis bahkan fondasi bagi pendidikan selanjutnya, karena itu ia merupakan fondasi bagi pendidikan selanjutnya yakni fondasi bagi pendidikan formal maupun non formal. *Ketiga*, pendidikan keluarga harus dilaksanakan secara adil terutama keadilan terhadap anak-anak. *Keempat*, dalam pendidikan anak mengutamakan sikap lembut dan kasih sayang. Hukuman bisa di berikan atas dasar kebutuhan pendidikan bukan atas dasar nafsu kebencian. *Kelima*, pendidikan keluarga merupakan tanggung jawab bersama umat Islam. Andaikan seorang anak kehilangan orangtuanya, maka pendidikan menjadi tanggung jawab masyarakat lainnya terutama kerabat dekatnya. Begitu pula bagi anak yang berasal dari keluarga miskin, maka bantuan dari masyarakat muslim yang berkemampuan menjadi kewajiban. (Kamrani Buseri, 2010; 19-20).

Keluarga merupakan lingkungan pendidikan yang pertama dan utama bagi manusia karena manusia pertama kalinya memperoleh pendidikan di lingkungan ini sebelum mengenal lingkungan pendidikan yang lainnya. Selain itu manusia mengalami proses pendidikan sejak lahir bahkan sejak dalam kandungan. Pendidikan keluarga disebut sebagai pendidikan utama karena di dalam lingkungan ini segenap potensi yang dimiliki manusia terbentuk dan sebagian dikembangkan. Pendidikan keluarga dapat dibedakan menjadi 2 yaitu pendidikan prenatal (pendidikan dalam kandungan) dan pendidikan postnatal (pendidikan setelah lahir).

Pendidikan prenatal (Pendidikan dalam kandungan) diyakini merupakan pendidikan untuk pembentukan potensi yang akan dikembangkan dalam proses pendidikan selanjutnya. Wujud praktik pendidikan prenatal cenderung dipengaruhi oleh praktik – praktik budaya seperti do'a untuk si janin, mitoni, neloni, sirikan, dan lain-lain. Sedangkan, pendidikan postnatal (pendidikan setelah lahir) yaitu pendidikan yang diberikan kepada si anak setelah lahir dengan hal-hal yang akan bermanfaat dan berguna dalam hidupnya. Wujud praktik pendidikan postnatal yaitu cenderung pada pendidikan karakter dan perilaku dari individu tersebut.

Dalam perspektif Islam, keluarga adalah sebuah persekutuan antara ibu-bapak dengan anak-anaknya yang hidup bersama dalam sebuah institusi yang

terbentuk karena ikatan perkawinan yang sah menurut hukum, di mana di dalamnya ada interaksi (saling berhubungan dan mempengaruhi) antara satu dengan lainnya. Jadi, keluarga di sini dalam perspektif sosiologis, dapat dibagi menjadi dua, yaitu keluarga inti dan keluarga yang diperluas.

Secara psikologis, menurut Soelaeman, keluarga adalah sekumpulan orang yang hidup bersama dalam tempat tinggal bersama dan masing-masing anggota merasakan adanya pertautan bathin, sehingga terjadi saling mempengaruhi, saling memperhatikan, dan saling menyerahkan diri. Secara pedagogis, keluarga adalah satu persekutuan hidup yang dijalin oleh kasih sayang antara pasangan dua jenis manusia yang dikukuhkan dengan pernikahan. (Moh. Shohib, 1998; 17).

Jadi pendidikan keluarga merupakan orangtua (ayah dan ibu) yang secara sadar pendidikan yang berlangsung dalam keluarga bersifat kodrati, karena adanya hubungan darah antara orangtua dan anaknya. Sebagai dasar pendidikan untuk segala-galanya dalam menanamkan dasar pendidikan akhlaq, dasar pendidikan sosial, dasar pendidikan agama, membentuk keluarga *sakinah, mawaddah, warahmah*, bahagia dan sejahtera lahir dan bathin.

2. Dasar Pendidikan Keluarga

Adapun dasar pendidikan keluarga, adalah secara umum termuat dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional (UUSPN) Pasal 7 menyatakan:

- a. Orangtua berhak berperan serta dalam memilih satuan pendidikan dan memperoleh informasi tentang perkembangan pendidikan anaknya.
- b. Orangtua dari anak usia wajib belajar, berkewajiban memberikan pendidikan kepada anaknya.

Lebih lanjut, dijelaskan pula pada pasal 27, sebagai berikut :

- a. Kegiatan pendidikan informasi yang dilakukan oleh keluarga dan lingkungan berbentuk kegiatan belajar secara mandiri.
- b. Hasil pendidikan sebagaimana dimaksud pada ayat (1) diakui sama dengan pendidikan formal dan nonformal setelah peserta didik lulus sesuai dengan standar nasional pendidikan.
- c. Ketentuan mengenai pengakuan hasil pendidikan informal sebagaimana dimaksud pada ayat (2) diatur lebih lanjut dengan peraturan pemerintah.

Berkenaan dengan pendidikan anak Usia Dini, pasal 28 menegaskan:

- (a) Pendidikan anak usia dini diselenggarakan sebelum jenjang pendidikan dasar;
- (b) Pendidikan anak usia dini diselenggarakan melalui jalur pendidikan formal, nonformal dan informal;
- (c) Pendidikan anak usia dini pada jalur pendidikan formal berbentuk Taman Kanak-Kanak (TK), Raudatul Athfal (RA), atau bentuk lain yang sejenis;
- (d) Pendidikan anak usia dini pada jalur pendidikan nonformal berbentuk pendidikan Keluarga Bermain (KB), Taman Penitipan Anak (TPA), atau bentuk lain yang sederajat;
- (e) Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) pada jalur pendidikan informal berbentuk pendidikan

keluarga atau pendidikan yang diselenggarakan oleh lingkungan. (f). Ketentuan mengenai pendidikan anak usia dini sebagaimana dimaksud pada ayat 1, ayat 2, ayat 3 dan ayat 4 diatur lebih lanjut dengan peraturan pemerintah.

Adapun pendidikan keluarga dalam Islam, dasarnya sangatlah kuat, baik yang ditegaskan oleh al-Qur'an maupun Hadits, antara lain:

1. Al-Qur'an surah An-Nisa' (4); 9:

وَلِيَخْشَ الَّذِينَ لَوْ تَرَكُوا مِنْ خَلْفِهِمْ ذُرِّيَةً ضِعَفًا خَافُوا عَلَيْهِمْ فَلْيَتَّقُوا اللَّهَ
وَلْيَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا ﴿٩﴾

Artinya: Dan hendaklah takut kepada Allah orang-orang yang seandainya meninggalkan di belakang mereka anak-anak yang lemah, yang mereka khawatir terhadap (kesejahteraan) mereka. oleh sebab itu hendaklah mereka bertaqwa kepada Allah dan hendaklah mereka mengucapkan perkataan yang benar. (An-Nisa' (4); 9).

2. Al-Qur'an surah al-Tahrim (66); 6:

يَتَأَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا
مَلَائِكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ ﴿٦﴾

Artinya: Hai orang-orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu; penjaganya malaikat-malaikat yang kasar, keras, dan tidak mendurhakai Allah terhadap apa yang diperintahkan-Nya kepada mereka dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan. (al-Tahrim (66); 6).

3. Hadits berkenaan dengan kewajiban orangtua (Lihat Jalaluddin Abdurrahman Ibn Abi Bakr a-Sayuti, *Al-Jami as-Shagir Fi Ahadits al-Basyir an-Naztir*, Juz I, p.149). (Kamrani Buseri, 2010; 16-18).

3. Fungsi dan Tujuan Keluarga

Dalam Peraturan Pemerintah RI No. 21 Tahun 1994 Tentang Penyelenggaraan Pembangunan Keluarga Sejahtera, Bab I, Pasal 1 ayat 2, disebutkan bahwa: "Keluarga sejahtera adalah keluarga yang dibentuk berdasarkan atas perkawinan yang sah, mampu memenuhi kebutuhan hidup

spiritual dan material yang layak, bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, memiliki hubungan yang serasi, selaras, dan seimbang antara anggota keluarga, masyarakat dan lingkungan. Di dalam peraturan pemerintah tersebut juga disebutkan fungsi keluarga yang berkaitan langsung dengan aspek-aspek keagamaan, budaya, cinta kasih, melindungi, reproduksi, sosialisasi dan pendidikan, ekonomi, dan pembinaan lingkungan. (Dalam Pemerintah RI No. 2 Tahun 1994, tentang Penyelenggaraan Pembangunan Keluarga Sejahtera. Kantor menteri Negara Kependudukan badan Keluarga Berencana Nasional, 1994; 5).

Adapun tujuan pendidikan keluarga adalah untuk mewujudkan keluarga ideal guna terwujudnya keluarga *sakinah, mawaddah* dan *warahmah* atau menjadi keluarga yang tenteram, saling mengasihi dan saling menyayangi sehingga menjadikan keluarga yang sejahtera dan bahagia. Ciri-ciri keluarga ideal antara lain:

- a. *Learned family* sebagai basis keluarga, keluarga yang mampu melahirkan generasi terdidik.
- b. Motivasi untuk membentuk keluarga ideal, yakni kuatnya cita-cita untuk mewujudkan keluarga yang sejahtera dan bahagia.
- c. Menjadikan keluarga sebagai soko guru pendidikan anak dengan memperhatikan:
 1. Keluarga sebagai pendidikan kodrati,
 2. Keluarga sebagai awal pertumbuhan anak,
 3. Keluarga dan pengajaran prioritas.
- d. Hubungan keluarga dengan lembaga lain:
 1. Saling hubungan dengan lembaga keagamaan,
 2. Saling hubungan dengan lembaga pendidikan,
 3. Saling hubungan dengan lembaga sosial.
- e. Antisipasi keluarga terhadap masa depan anak.
- f. Orangtua menjadi tempat rujukan anak.
- g. Melaksanakan bimbingan untuk menempuh hidup mandiri.
- h. Memperhatikan hubungan antara individu, keluarga, lembaga pendidikan, mesjid (tempat ibadah) dan masyarakat. (Kamrani Buseri, 2010; 15).

Di atas sudah disinggung sedikit mengenai hubungan keluarga dengan lembaga lain, dan untuk memperluas pemahaman perlu di sini diuraikan lebih luas yang kaitan dalam pendidikan, maka perlu dihayati mengenai beberapa hal, antara lain:

- a. Hubungan antar individu dalam keluarga menghendaki pemahaman tentang status, fungsi dan tanggung jawab keluarga, meliputi:
 1. Kepemimpinan ayah terhadap keluarga.
 2. Kepemimpinan ibu di dalam rumah tangga.
 3. Pembagian tugas anak dan latihan bertanggung jawab.

- b. Keluarga dan proses sosialisasi, meliputi pengenalan dan pengembangan sikap sosial awal. Belajar memegang peran dan bimbingan awal kepribadian.
- c. Keluarga dan penumbuhan afeksi meliputi adanya tuntutan masa kanak-kanak dan keadilan dalam kasih sayang.
- d. Keluarga dan pencapaian status sosial, seperti moral status, berdiri di atas kaki sendiri dan sebagai anggota masyarakat yang berguna.

Kesemuanya bisa ditumbuhkan dengan memerankan berbagai interaksi, baik di dalam keluarga sendiri maupun ke luar seperti dengan lembaga pendidikan maupun dengan lembaga keagamaan seperti mesjid, mushalla dan sebagainya. (Kamrani Buseri, 2010; 16).

D. Peranan Pendidikan Keluarga dan Agama dalam Memupuk Kesehatan Mental

Dapat dipahami sekarang, bahwa faktor sosial paling utama yang memberikan pengaruh predisposisional baik atau buruk ialah **Keluarga**. Selanjutnya, keluarga yang memberikan pengaruh *Predisposisional psikotis* (bisa berkembang menjadi gila) kepada anak-anak, para remaja dan orang-orang muda, memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

1. Keluarga dengan ayah-ibu yang tidak mampu berfungsi sebagai pendidik, yang efisien sebagai pendidik. Anak-anak akan terganggu kondisi kejiwaannya dan tidak *hygienist* mentalnya, disebabkan oleh banyaknya kekisruhan dan kritik yang dialami oleh orang tua. Karena itu anak-anak tadi tidak bisa menjadi dewasa secara psikis, dan tidak bisa mandiri dalam kedewasaannya.
2. Tidak berfungsinya keluarga sebagai lembaga psiko-sosial. Orangtua tidak sanggup mengintegrasikan anak-anak dalam keutuhan keluarga. Masing-masing bercerai-berai. Anak-anak tidak bisa menyalurkan impuls-impuls kekanakannya lewat kanal penyalur yang wajar, atau menurut jalan-jalan formal yang susila serta penuh kasih sayang. Keluarga juga tidak mampu memberikan peranan sosial dan status sosial kepada anak-anak, sehingga hal itu memusnahkan martabat dan harga diri anak, mereka merasa sangat kecewa atau putus asa.

Di bawah ini ditulis pula bentuk keluarga yang biasanya memproduksi anak-anak yang mentalnya sakit atau *neurotik* (terganggu syaratnya) yang memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

1) Keluarga yang menuntut kepatuhan total anak

Keluarga mau menerima dan menyayangi anak, asal anak tunduk mutlak pada perintah-perintah orangtua, dan menjauhi larangan-larangan tertentu. Anak juga harus sanggup menolak atau mengingkari dorongan,

impuls, dan keinginan sendiri. Perasaan, keinginan dan kemauan sendiri harus ditekan atau dibuang. Karena ada larangan dan tekanan-tekanan orangtua, anak mengembangkan mekanisme pelarian diri guna mengalahkan impuls-impuls dan keinginan sendiri.

Anak lalu membangun satu *Uber-Ich* (aku super atau hati nurani) yang super kuat, dan bertegangan tinggi. Muncullah kemudian banyak konflik intrapsikis pada anak, sebagai pencerminan dari konflik-konflik intrapsikis dan gangguan relasional serta emosional dari orang tua itu sendiri. Jika anak mematuhi orang tua, maka dia akan diterima oleh orang tua, walaupun penerimaan itu berlangsung secara paksaan dan otoriter (yaitu dengan tujuan mendominasi anak). Oleh kondisi tersebut di atas, lama-kelamaan jiwa anak menjadi terganggu dan sakit atau anak menjadi *neurotik*.

2) Dominasi dan kekuasaan mutlak serta otoriter orang tua menimbulkan agresi pada diri anak.

Karena dominasi yang dipaksa-paksakan, anak tidak pernah mampu menemukan jalan hidupnya sendiri. Timbul kemudian agresi dan penolakan pada anak, dan berlangsunglah banyak konflik intra-psikis (antara kepatuhan total untuk merebut kasih sayang orang tua melawan keinginan untuk memberontak, bebas dan mandiri). Agresivitas ini kemudian berkembang menjadi gejala *neurotik*. Sebab, penolakan orang tua, dan sekaligus menuntut dependensi anak pada orang tua itulah yang menimbulkan banyak konflik intrapsikis pada anak, yang jelas mencerminkan banyaknya konflik intrapsikis orang tua itu sendiri.

Karena itu, gangguan-gangguan psikis pada diri anak-anak pada intinya merupakan perpanjangan dari gangguan-gangguan psikis, ilusi-ilusi, delusi-delusi dan simptom patologis orang tuanya. Maka pengaruh-pengaruh orangtua yang psikotis sifatnya, akan membuat anak-anaknya menjadi gila. Dan pengaruh orangtua yang *neurotis* akan membuat anak-anak menjadi *neurotis* pula.

3) Pengaruh ayah yang bertentangan dengan pengaruh ibu

Khususnya bila mereka berbeda pendirian, prinsip, dan pandangan hidup, juga berbeda jalan hidup yang ditempuh. Bagi anak, menganut prinsip salah seorang dari kedua orang tuanya, berarti menentang pihak lainnya. Berarti pula sebagai pemalsuan terhadap realitas yang ada, dan anak harus mereaksi secara tidak wajar. Dengan berbuat begitu, anak mengalami hambatan dalam perkembangan egonya.

Dia merasa tidak pasti dan tidak aman dalam lingkungan keluarganya, di samping tidak mampu mengembangkan *reality-testing*-nya (karena berpikir

tidak logis dan selalu memalsukan realitas lingkungan). Karena itu anak menjadi semakin *neurotik*.

4) Pola hidup orang tua yang berantakan

Jika orang tua tidak konstan dan tidak stabil dalam emosi, pikiran, kemauan dan tingkah lakunya apabila ayah dan ibu berbeda ideal, simpati dan antipatinya, berbeda pula pandangan hidupnya, dan saling tidak menaruh respek terhadap satu sama lain, juga setiap harinya saling mencaci secara terang-terangan, saling menuduh dan bertengkar terus-menerus dengan melibatkan anak-anaknya, maka pada diri anak-anak pasti akan berlangsung proses identifikasi yang menjurus pada "*keterbelahan*". Muncullah pribadi-pribadi terbelah (*splinted personality, multiple personality*) yang *neurotik* sifatnya.

Sehingga keluarga yang memberikan pengaruh-pengaruh buruk dan membuat anak-anaknya menjadi "gila" (memberi pengaruh psikotik) itu jelas tidak melatih anak-anak belajar melakukan adaptasi di tengah masyarakat, dan tidak mengajar anak mengembangkan fungsi-egonya. Ini bukan berarti bahwa orang tua atau keluarga yang bersangkutan memang dengan sengaja melakukan semua perbuatan itu. Sebab sebenarnya, bahwa mereka itu sendiri adalah *neurotik* atau psikotik, di luar pengetahuan, atau di luar kesadaran mereka.

Maka cara mengatasi perkembangan jiwa yang sehat itu hanya bisa berlangsung apabila keluarga bisa menyajikan kondisi sebagai berikut:

- a. Keluarga bisa menuntun anak untuk bertanggungjawab, dan belajar menemukan jalan hidupnya sendiri, yaitu berpikir, merasa, berkemauan, dan memecahkan semua masalah di tengah keluarganya, dan kemudian di tengah masyarakat luas, dengan cara sendiri (diberikan kepada anak untuk mandiri), dan dengan tanggung jawab sendiri.
- b. Orang tua bisa bersikap toleran terhadap impuls-impuls dan emosi-emosi anak-anaknya, dan bisa memberikan bimbingan penyuluhannya dengan cara yang sehat.
- c. Adanya identifikasi anak yang sehat terhadap orang tua, guna memperkuat kepribadian anak. Sebab tanpa identifikasi, akan banyak muncul ketakutan dan kecemasan, serta membuat anak menjadi *neurotic*. Tetapi sebaliknya, identifikasi yang total, dan fixed kaku melekat, akan menyebabkan pengingkaran terhadap individualitas anak, dan memunculkan banyak konflik bathin.
- d. Orang tua mampu membimbing anak menentukan sikap sendiri, membuat rencana hidup yang realitas, dan memilih tujuan akhirnya sendiri. Dengan berani dan bertanggung jawab sendiri anak didorong untuk meraih tujuan hidup yang diinginkan, agar dia bisa berdiri di atas kaki sendiri, dan mampu membangun diri sendiri
- e. Orang tua memberikan contoh sikap hidup dan perilaku yang baik. Berani menghadapi semua kesulitan dan tantangan dengan tekad yang besar, dan

menyingkiri mekanisme pelarian diri serta pembelaan diri yang negatif (tidak sehat).

Selanjutnya, orang-orang dewasa yang:

- 1) Semasa kanak-kanaknya tidak pernah belajar mengendalikan dan menguasai impuls serta emosi-emosinya dengan baik, dan menyalurkannya dengan cara yang wajar.
- 2) Mereka yang tidak mampu mengembangkan reality testing.
- 3) Mereka yang tidak mempunyai identitas sendiri dan selalu terombang-ambing oleh macam-macam keraguan, serta
- 4) Mereka yang tidak memiliki kepribadian yang terintegrasi dengan baik, orang-orang demikian tadi akan dengan mudah mengalami proses gangguan-gangguan mental oleh cobaan-cobaan hidup yang biasa-biasa saja. (Kartini Kartono, 2000:189)

Mereka ini mudah menjadi rapuh gampang mengalami kepatahan mental, dan cepat menjadi *neurotik*, sebabnya lemah fungsi-ego mereka. Pada akhirnya semasa perkembangan, dan dalam usaha menegakkan posisi diri (di tengah masyarakat luas), orang pasti akan terhindar dari kepedihan, duka, sakit, kekecewaan, ketegangan, frustasi, penyesalan, kecemasan dan trauma-trauma psikis lainnya.

Maka hal yang penting bagi kita semua adalah orang harus berani dan tabah memikul semua cobaannya hidup. Anak muda yang tengah tumbuh berkembang itu tidak akan pernah mencapai taraf kedewasaan, tanpa menemui rintangan dan kesulitan. Maka salah satu suksesnya dalam perjuangan individu menuju pada kedewasaan dan kematangan pribadinya dengan jalan harus mampu untuk berani dan tabah, memikul duka-derita guna mencapai tujuan hidup dan dalam kondisi jiwa dan raga yang sehat.

Sedangkan peranan agama dalam kesehatan mental ada beberapa di antaranya:

a. Dengan Agama, dapat memberikan Bimbingan dalam Hidup.

Ajaran agama yang ditanamkan sejak kecil kepada anak-anak dapat membentuk kepribadian yang Islami. Anak akan mampu mengendalikan keinginan-keinginan dan dorongan-dorongan yang timbul dalam dirinya. Apabila dalam dirinya telah terbentuk suatu kepribadian yang harmonis, maka ia mampu menghadapi dorongan yang bersifat fisik dan rohani/sosial, sehingga ia dapat bersikap wajar, tenang dan tidak melanggar hukum dan peraturan masyarakat.

Ajaran agama akan memberikan bimbingan hidup dari masa kecil sampai dewasa, baik melingkupi pribadi, keluarga, masyarakat atau hubungan dengan Allah. Maka bimbingan dan pendidikan agama akan memberikan jaminan kebahagiaan dan ketenteraman bathin dalam hidup ini.

Orang yang beragama, walaupun hidup di dalam masyarakat modern, ia tetap berusaha melaksanakan aturan-aturan agama dalam setiap kegiatannya.

Dia tidak mudah terseret oleh kebahagiaan sesaat saja, karena seluruh kehidupannya telah ia serahkan kepada Tuhan Yang Maha Kuasa.

b. Ajaran Agama sebagai Penolong dalam Kesukaran Hidup

Setiap orang pasti pernah merasakan kekecewaan, sehingga bila ia tidak berpegang teguh pada ajaran agama dia akan memiliki perasaan rendah diri, apatis, pesimis, dan merasakan kegelisahan. Bagi orang yang berpegang teguh kepada agama, bila mengalami kekecewaan, ia tidak akan merasa putus asa ia menghadapinya dengan tenang dan tabah. Ia segera mengikat Tuhan sehingga ia dapat menemukan faktor-faktor yang menyebabkan kekecewaan. Dengan demikian ia terhindar dari gangguan jiwa.

Jika kepribadian seseorang cukup sehat dan didukung oleh lingkungan yang aman, maka ia akan bersabar dalam menghadapi kesukaran tersebut. Kesukaran hidup sebesar apapun ia akan hadapi dengan cara sabar, tabah dan dengan akal sehat. Ia mempunyai perasaan, bahwa kesukaran hidup merupakan bagian dari cobaan Allah terhadap hamba-Nya yang beriman. Dia tidak mempunyai pandangan yang negatif. Justru memiliki pemikiran, bahwa di celah-celah kesukaran tersebut ada terdapat suatu harapan kehidupan.

c. Aturan Agama dapat Menenteramkan Bathin

Agama dapat memberikan jalan penenang hati bagi jiwa yang sedang gelisah. Banyak orang yang tidak menjalankan perintah agama, selalu merasa gelisah dalam hidupnya tetapi setelah menjalankan perintah agama, ia mendapat ketenangan hati. Seseorang yang telah mencapai kesuksesan terkadang melupakan agama. Ia terhanyut dalam harta yang berlimpah. Bahkan ia berusaha terus mencari harta yang dapat membuat dirinya bahagia. Namun, jauh dalam lubuk hatinya, ia merasa hampa. Hatinya gersang dan tidak pernah tenteram. Kemudian ia merenungkan diri merasa bahwa hartanya tidak dapat memberikan ketenangan bathin.

Kegelisahan itu tidak berlangsung lama karena adanya dorongan dari teman dan lingkungan yang mengajaknya mengikuti pengajian. Dalam pengajian itulah dia menyadari bahwa pendidikan agama bagi seseorang penting sekali. Kemudian dia sadar dan mulai mengerjakan ajaran agama secara aktif. Hal ini ternyata membuatnya merasa tertolong jiwanya dan tenteramlah bathinnya.

d. Ajaran Agama sebagai Pengendali Moral

Moral adalah kelakuan yang sesuai dengan ukuran-ukuran (nilai-nilai) masyarakat, yang timbul dari hati dan disertai pula oleh rasa tanggung jawab atas kelakuan (tindakan tersebut). Dasar-dasar moral masyarakat telah rusak dan mulai merosot. Mereka lebih mementingkan pribadi daripada kepentingan umum.

Kemerosotan moral mulai tampak setelah nilai-nilai kejujuran, kebenaran, keadilan dan keberanian tertutup oleh penyelewengan-penyelewengan dan memungkinkan terjadinya adu domba, fitnah, penipuan, dan perbuatan maksiat lainnya.

Banyak faktor yang menimbulkan gejala kemerosotan moral dalam masyarakat modern yang salah satunya yang paling menonjol adalah kurang tertanamnya jiwa agama dalam hati tiap-tiap orang dan kurangnya pelaksanaan kehidupan sehari-hari. Anak-anak dibesarkan tanpa diterapkan nilai-nilai agama karena sebagian besar keluarga banyak yang menumpahkan perhatiannya pada pengetahuan umum. Mereka tidak menyadari bahwa keyakinan agama merupakan bagian kepribadian mereka.

Kemajuan ilmu pengetahuan pun berperan menurunkan moral agama masyarakat. Keyakinan beragama mutlak terdesak, kepercayaan kepada Tuhan hanya merupakan symbol. Larangan dan perintah diabaikan. pengawasan moral bagi pribadi semakin lemah. Di damping itu, suasana menjadi kacau, banyak pelanggaran-pelanggaran hak, hokum dan nilai-nilai moral, dan terabaikannya pendidikan moral baik di lingkungan sekolah, rumah tangga maupun masyarakat.

Pendidikan moral perlu dimulai sejak anak masih kecil. Anak yang baru lahir belum mengerti mana yang baik dan mana yang salah. Mereka belum mengetahui batas-batas dan ketentuan-ketentuan yang menjadi pedoman di lingkungannya. Karena itulah, diperlukan penanaman sikap dengan pendidikan moral yang sesuai dengan agama. Anak-anak perlu diperkenalkan dan ditanamkan nilai-nilai moral. Hal ini ditunjukkan agar nilai-nilai moral tersebut dapat membekas dalam kepribadiannya.

Dalam keluarga, pendidikan moral yang harus diperhatikan adalah kerukunan orangtua, karena perilaku keduanya dapat menjadi contoh bagi anak-anaknya. Dengan membiasakan anak-anak dengan peraturan-peraturan dan sifat yang jujur, adil dan sifat yang jujur, adil, baik dan benar, maka anak-anak akan mendapatkan pengalaman langsung dan dapat menerapkan sebagaimana contoh perilaku dan sikap orang tua dalam kehidupan sehari-harinya. Maka pendidikan moral tidak berarti hanya memberi pengertian-pengertian tentang hal yang baik dan mana yang dipandang salah menurut nilai-nilai moral, tetapi harus membiasakan hidup secara baik dan menjauhi perbuatan yang dianggap salah. Dengan demikian, orang tua harus mengetahui cara mendidik anak yang benar serta memahami ciri-ciri dan khas dari setiap jenjang waktu (umur) anaknya.

e. Agama dapat menjadi *Therapi* Jiwa

Agama dapat membendung dan menghindarkan gangguan jiwa, sekap, perasaan, dan kelakuan yang menyebabkan kegelisahan akan dapat diatasi bila manusia menyesali perbuatannya dan memohon ampun kepada Allah SWT.

Rasulullah SAW, member nasehat dan bimbingan kepada umat manusia. Atas petunjuk itulah para pemimpin agama masa lalu mulai memperbaiki moral para pengikutnya sehingga di antara mereka terdapat hubungan silaturahmi antar sesama. Kemudian timbullah sikap saling menyayangi di antara mereka. Inilah salah satu sikap yang mendasari orang-orang menjalankan perintah agama.

Perkembangan zaman telah mempengaruhi perubahan hidup. Manusia semakin jauh dari agama dan kehidupan yang aman dan damai mulai pudar dan menghilang, menjadikan kehidupan yang penuh persaingan dan sikap individualistis. Keadaan tersebut akan membawa akibat kurang baik terhadap perkembangan jiwa manusia dan mengganggu ketenteraman jiwa dan bathinnya. Berbagai usaha untuk Upaya mengembalikan ketenteraman bathin dan kebahagiaan mulai dilakukan. Hal ini terbukti dengan munculnya teori dari para ahli yang dipelopori oleh Sigmund Freud yang terkenal dengan *Psikoanalisa* dan disusul dengan teori *Non Directive- Therapy* yang dipelopori oleh Carl Rigers, upaya yang dilakukan yang berkenaan dengan perawatan dan penanganan gangguan-gangguan mental menunjukkan hasil yang kurang memuaskan karena problem jiwa yang rusak semakin luas dan belum hilang.

Menurut Zakiah Daradjat, upaya penanganan penderita gangguan kejiwaan adalah dengan menerapkan ajaran agama untuk mempercepat penyembuhan. Agama mempunyai peranan yang sangat penting dalam perawatan jiwa. Hal ini terbukti pada masyarakat Barat yang telah meninggalkan hidup beragama banyak mengalami kesukaran-kesukaran bathin atau yang memerlukan perawatan oleh para ahli jiwa.

Menjalankan gangguan jiwa ini menuntut ahli-ahli jiwa yang cukup banyak. Apalagi dengan adanya masalah kebutuhan yang semakin meningkat dan kompleks dan semakin munculnya kebebasan seksual, homo seksual dan berbagai gangguan lainnya.

Untuk memberikan pertolongan jiwa, dapat dilakukan secara teknis ilmiah atau mendorong para penderita untuk berusaha menolong dirinya sendiri. Namun demikian, agama yang mempunyai kekuatan yang besar dalam mempercepat kesembuhan penderita gangguan jiwa. Hal ini terbukti pada seseorang yang kurang teguh pegangannya terhadap agama yang banyak menenteramkan dirinya melalui agama. Selain itu pelaksanaan agama di dalam kehidupan sehari-hari dapat membentengi dari gangguan jiwa dan mengembalikan kesehatan jiwa.

Banyaknya gangguan jiwa disebabkan perasaan gelisah yang tak ada ujung pangkalnya. Dalam suasana demikian, agama dapat menolong orang dapat menerima kekecewaan, yaitu dengan jalan memohon ridha Allah, menunaikan shalat, dan memohon ampun kepada Allah. Apabila dilakukan dengan benar dan ikhlas segala upaya tersebut dapat melapangkan hati sehingga penderita merasakan ketenangan dan ketentraman jiwa.

Hakikat ketentraman jiwa terletak sejauh mana seseorang dekat kepada Tuhan (Khaliq) serta banyaknya ibadah yang dilakukannya. Konsep inilah

yang akan memberikan kemampuan dalam menghadapi problem hidup (gangguan jiwa).

f. Peranan Agama bagi Pembinaan Mental

Unsur-unsur yang terpenting dalam menentukan corak kepribadian seseorang adalah nilai-nilai agama, moral dan sosial (lingkungan) yang diperolehnya. Jika di masa kecil mereka memperoleh pemahaman mengenai nilai-nilai agama, maka kepribadian mereka akan mempunyai unsur-unsur yang baik. Nilai agama akan tetap dan tidak berubah-ubah, sedangkan nilai-nilai social dan moral sering mengalami perubahan, sesuai dengan perubahan perkembangan masyarakat.

Pada usia perkembangan dan pertumbuhan anak, agama fungsi penting sebagai penenang jiwa. hal . mereka gelisah, kehilangan kepercayaan diri dan mulai timbul dorongan seks. Hal ini menyebabkan mereka meresahkan kebimbangan yang besar. Dalam kondisi ini, agama dan keyakinan terhadap Tuhan merupakan penolong yang sangat ampuh untuk mengembalikan ketenangan dan keseimbangan jiwa mereka.

Remaja mulai merasakan dosa, sehingga mulai mendorong dirinya untuk menjalankan agama. Dorongan seksual dalam dirinya mengancam nilai-nilai yang pernah diperolehnya. Kadang-kadang mereka tidak kuat menerima dorongan yang belum pernah mereka terima sebelumnya, untuk itulah remaja memerlukan bantuan dari luar dirinya.

Gejala lain yang dialami kadang-kadang retaknya hubungan anak dengan orangtua. Dalam keadaan yang rumit dan menghadapi kesukaran-kesukaran yang dihadapi mendorong anak untuk mencari jalan agar perkembangan dirinya tetap berjalan lancar dan baik. Mereka diharapkan tidak menyisahkan dan menggoncangkan pertumbuhan mentalnya. Di sinilah agama memegang peranan.

Zakiah Daradjat, member contoh kasus seorang pemuda yang berusia 20 tahun yang sangat mengejutkan orang tuanya. Pada suatu hari ia pulang dengan seorang gadis berumur 16 tahun, ketika orang tuanya menanyakan perihal gadis itu, si pemuda menjawab dengan tegas bahwa wanita itu adalah isterinya. Orang tuanya terpaksa menerima fakta tersebut. Sejak malam pertama orangtua dikejutkan oleh teriakan gadis itu karena dipukul oleh anaknya. Kejadian ini mengkhawatirkan nasib gadis itu. Untuk mengembalikan gadis itu kepada orang tuanya, mereka mengalami kesulitan karena tidak tahu siapa orang tuanya. Akhirnya orang tua memohon pertolongan kami di klinik jiwa.

E. Simpulan

Kesehatan Mental adalah terhindarnya orang dari gejala-gejala gangguan jiwa (*neurose*) dan gejala-gejala penyakit jiwa (*Psychose*). Orang-orang yang mengalami gangguan jiwa dapat di sebut orang normal sebab yang dideritanya adalah ketegangan pribadi akibat terjadinya konflik dalam dirinya yang tidak dapat diatasi orang tersebut. Sedangkan orang yang mengalami penyakit jiwa seluruh kepribadian yang bersangkutan terkena kelainan dan orang tersebut tidak dapat lagi hidup dan bergaul normal dengan orang-orang di sekitarnya.

Pendidikan keluarga merupakan pendidikan pertama dan utama karena anak pertama sekali memperoleh pengaruh dari rumah tangga. Oleh karena itu, rumah tangga juga menjadi fondasi bagi pendidikan anak selanjutnya, baik pendidikan di sekolah maupun di masyarakat. Pendidikan keluarga atau pendidikan informal, meskipun sudah dimuat dalam Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional (UUSPN) nomor 20 tahun 2003, belum memperoleh perhatian yang tersistem.

Pendidikan keluarga menurut Islam adalah pendidikan yang diberikan sejak anak masih dalam kandungan yakni sejak setelah ditiupkan ruh oleh Allah Swt. kepadanya, sejak anak lahir hingga anak menjadi dewasa, terutama di berikan di rumah tangga oleh kedua orangtuanya atau oleh orang dewasa lainnya di rumah tangga tersebut. Pendidikan dapat diberikan sejak anak masih dalam kandungan, tepatnya setelah usia kandungan 120 hari (4 bulan) karena saat itulah mulai tumbuh potensi untuk melihat, mendengar, merasa dan berpikir.

Pendidikan keluarga dalam Islam, dasarnya sangatlah kuat, baik yang ditegaskan oleh al-Qur'an maupun Hadits, antara lain: al-Qur'an surah An-Nisa' (4) ayat 9, al-Qur'an surah al-Tahrim (66) ayat 6. Hadits berkenaan dengan kewajiban orangtua.

Peranan Pendidikan Keluarga dan Agama dalam Memupuk Kesehatan Mental Keluarga yang menuntut kepatuhan total anak. Dominasi dan kekuasaan mutlak serta otoriter orang tua menimbulkan agresi pada diri anak. Pengaruh ayah yang bertantangan dengan pengaruh ibu.

Keluarga dengan ayah-ibu yang tidak mampu berfungsi sebagai pendidik, yang efisien sebagai pendidik. Anak-anak akan terganggu kondisi kejiwaannya dan tidak *hygienis* mentalnya, disebabkan oleh banyaknya kekisruhan dan kritik yang dialami oleh orang tua. Karena itu anak-anak tadi tidak bisa menjadi dewasa secara psikis, dan tidak bisa mandiri dalam kedewasaannya. Tidak berfungsinya keluarga sebagai lembaga psiko-sosial. Orangtua tidak sanggup mengintegrasikan anak-anak dalam keutuhan keluarga. Masing-masing bercerai-berai. Anak-anak tidak bisa menyalurkan impuls-impuls kekanakannya lewat kanal penyalur yang wajar, atau menurut jalan-jalan formal yang susila serta penuh kasih sayang. Keluarga juga tidak mampu memberikan peranan sosial dan status sosial kepada anak-anak, sehingga hal

itu memusnahkan martabat dan harga diri anak, mereka merasa sangat kecewa atau putus asa.

Peranan agama dalam kesehatan mental yaitu suatu usaha dengan jalan Agama, dapat memberikan Bimbingan dalam hidup. Ajaran Agama sebagai Penolong dalam Kesukaran hidup . Aturan Agama dapat menenteramkan Bathin. Ajaran Agama sebagai Pengendali Moral. Agama dapat menjadi Therapi Jiwa.

DAFTAR PUSTAKA

- Andari, Jenny dan Kartono, Kartini, *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam*, Mandar Maju; Bandung, 1989.
- Arifin, *Hubungan Timbal Balik Pendidikan Agama di Lingkungan Sekolah dan Keluarga*, Bulan Bintang; Jakarta, 1978
- Buseri, Kamrani, *Pendidikan Keluarga dalam Islam dan Gagasan Implementasi*, Banjarmasin, Lanting, Cet. I, 2010.
- Daradjat, Zakiah, *Kesehatan mental dalam Keluarga*, Pustaka Antara; Jakarta 1992.
- Daradjat, Zakiah. *Ketenangan dan Kebahagiaan dalam Keluarga*, Bulan Bintang; Bandung 1989.
- Hasan Langgulong, *Asas-asas Kesehatan Mental*, Pustaka Al Husna; Jakarta 1986.
- Hasan Langgulong, *Manusia dan Pendidikan Suatu Analisa Psikologi dan Pendidikan*, Pustaka Al Husna; Jakarta, 1989.
- Hasyim, Umar, *Anak Saleh seri II Cara Mendidik Anak dalam Islam*, Bina Ilmu: Jakarta 1985.
- Kartono, Kartini, *Hygiene Mental*, Mandar Maju; Bandung 2000.
- Peraturan Pemerintah RI No. 2 Tahun 1994, tentang *Penyelenggaraan Pembangunan Keluarga Sejahtera*, Kantor Menteri Negara Kependudukan Badan Keluarga Berencana Nasional.