



Peran Pendidikan Agama Islam Dalam Pembinaan Mental Perspektif Zakiah Daradjat

Raden Muliana

Universitas Muhammadiyah Pare-Pare

Andi Abd. Muis

Universitas Muhammadiyah Pare-Pare

Fatimah

Universitas Muhammadiyah Pare-Pare

Wisriani

Universitas Muhammadiyah Pare-Pare

Email : muisandiabd@gmail.com, radenmuliana92@gmail.com, kfafa857@gmail.com,
ani15071979@gmail.com

Abstrak

Sesungguhnya peranan agama sangat menentukan dalam pembangunan mental, karena agama memberikan pedoman-pedoman dan petunjuk-petunjuk yang di butuhkan oleh manusia sebagai syarat-syarat yang harus terpenuhi dalam menciptakan mental yang sehat. Dan zakiah Daradjat adalah salah satu tokoh muslimah yang berkecimpung di bidang agama dan psikoterapi serta selalu mendekati diri kepada Tuhan. Menurut Zakiah Daradjat bahwa agama merupakan kebutuhan jiwa (psykhis) manusia yang akan mengatur dan mengandalkan sikap, pandangan hidup, tingkah laku dan cara menghadapi tiap-tiap masalah. Orang tanpa keyakinan terhadap Tuhan akan sukar mendapatkan ketenangan jiwa, dan disini pentingnya orang beragama, mental tumbuh tanpa agama belum tentu akan mencapai integritas karena kurangnya ketenangan dan ketentraman dalam jiwanya. Fokus penelitian penulis adalah “bagaimana peran agama islam dalam pembinaan mental perspektif Zakiah Daradjat”, adapun jenis penelitian yang penulis gunakan adalah penelitian kepustakaan (*library research*), yaitu dimana suatu penelitian yang bertujuan untuk mengumpulkan data dan informasi dengan bantuan bermacam-macam materi yang terdapat dalam kepustakaan, seperti buku-buku, makalah-makalah, jurnal dan lain-lain. Berdasarkan hasil penelitian analisis peran pendidikan agama islam dalam pembinaan mental di temukan bahwa agama memberikan pedoman-pedoman dan petunjuk yang dibutuhkan oleh manusia sebagai syarat-syarat yang harus dipenuhi dalam menciptakan mental yang sehat. Agama sebagai penyembuh (obat) dalam segala persoalan hidup, memberikan bimbingan dalam hidup, agama adalah penolong dalam kesukaran hidup dan agama menentramkan batin. Agama sangat berperan penting dalam kehidupan manusia, orang yang beriman yang hidup menjalankan perintah agamanya, sikapnya akan selalu tenang tidak merasa gelisah atau cemas dalam menjalani persoalan hidup.

Kata Kunci: *Agama, Pembinaan Mental, Peran, Perspektif*

Pendahuluan

Agama merupakan suatu hal yang harus diketahui makna yang terkandung di dalamnya, dan agama tersebut berpijak kepada suatu kodrat kejiwaan yang berupa keyakinan, sehingga dengan demikian kuat atau rapuhnya agama bergantung kepada sejauh mana keyakinan dan ketentraman dalam jiwa. Agama adalah suatu ajaran dimana setiap pemeluknya dianjurkan untuk selalu berbuat baik. Untuk itu, semua penganut agama yang meyakini agama yang dianutnya akan senantiasa melaksanakan segala hal yang ada dalam ajaran agama tersebut. Mengenai ini manusia tidak bisa dilepaskan dengan agama, oleh karena itu agama dan manusia berhubungan sangat erat sekali. Ketika manusia jauh dari agama, maka akan ada kekosongan dalam jiwanya.

Sesungguhnya peranan agama sangat menentukan dalam pembangunan mental, karena agama memberikan pedoman-pedoman dan petunjuk-petunjuk yang di butuhkan oleh manusia sebagai syarat-syarat yang harus terpenuhi dalam menciptakan mental yang sehat. Agama merupakan kodrat kejiwaan yang berupa keyakinan, seberapa kuat dan rapuh keyakinan seseorang itulah yang menentukan kesehatan mental seseorang bisa di katakan baik atau tidaknya. Tanpa agama mustahil bisa hidup dengan damai, tentram, merasa aman. Dan zakiah Daradjat adalah salah satu tokoh muslimah yang berkecimpung di bidang agama dan psikoterapi serta selalu mendekatkan diri kepada Tuhan. Dalam hal ini, biasanya ketika mereka mendapatkan persoalan hidup mereka akan mudah putus asa dan akhirnya akan melakukan penyimpangan atau tingkah laku yang tidak sesuai dengan norma-norma mereka. Berbeda dengan seseorang yang beragama, mereka akan senantiasa melakukan segala sesuatu sesuai dengan ajaran agama dan ketika mereka lupa tidak melaksanakan rutinitas dalam beribadah, mereka akan cenderung merasa bersalah sehingga mereka akan mengembalikan segala macam permasalahan dalam kehidupannya kedalam ajaran agama.

Dalam ajaran agama Islam, Al-qur'an dapat berfungsi sebagai Al-Syifa atau obat untuk menyembuhkan penyakit fisik maupun rohani. Di dalam Al- Qur'an, tidak sedikit ayat-ayat yang menjelaskan tentang kesehatan, salah satunya mengenai ketenangan jiwa (kesehatan mental) yang dapat dicapai melalui Dzikir (mengingat) Allah, sebagaimana di jelaskan dalam surah Ar-Ra'd ayat 28 dan 29 yang berbunyi:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ (٢٨) الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ
طُوبَى لَهُمْ وَحُسْنُ مَآبٍ (٢٩)

Unsur utama dalam beragama adalah Iman atau percaya kepada keberadaan Allah dengan sifat-sifat, antara lain: Maha Pemurah, Maha Pengasih, Maha Penyayang, Maha Pengampun, Maha Pemberi, Maha Melihat, Maha Mendengar, Maha Kuasa, Maha Besar, Maha Suci serta nilai-nilai lebih atau yang lainnya. Oleh karena itu, orang yang merasa dirinya dekat dengan Allah, diharapkan akan timbul rasa tenang dan aman yang merupakan salah satu ciri sehat mental.

Menurut Culliford, seseorang dengan komitmen agama yang tinggi akan meningkatkan kualitas ketahanan mentalnya karena memiliki *selfcontrol*, *selfesteem* dan *confidence* yang tinggi juga mereka mampu mempercepat penyembuhan ketika sakit,

karena mereka mampu meningkatkan potensi diri serta mampu bersikap tabah dan ikhlas dalam menghadapi musibah.

Setiap orang hendaknya menjalankan perintah agama dengan penuh tanggung jawab dan meninggalkan larangan. Dengan melaksanakan kehidupan beragama dan menjalankan ibadah, seseorang yang memiliki kesadaran agama secara matang dan melaksanakan ibadahnya dengan penuh konsisten, stabil, mantap, penuh tanggung jawab dan dilandasi wawasan agama yang luas. Satu kenyataan yang tampak jelas yang telah modern telah maju atau yang sedang berkembang ini, ialah adanya kontradiksi-kontradiksi yang mengganggu kebahagiaan orang dalam hidup. Kesulitan-kesulitan dan bahaya-bahaya alamiah yang dahulu menyulitkan dan menghambat perhubungan, sekarang tidak menjadi soal lagi kemajuan industri telah dapat menghasilkan alat-alat yang memudahkan hidup, memberikan kesenangan dalam hidup, sehingga kebutuhan-kebutuhan jasmani tidak sukar lagi untuk memenuhinya.

Seharusnya kondisi dan hasil kemajuan untuk membawa kebahagiaan yang lebih banyak terhadap manusia dalam hidup. Tetapi suatu kenyataan yang menyedihkan ialah bahwa kebahagiaan itu ternyata semakin jauh, hidup semakin sukar dan kesukaran-kesukaran material berganti dengan kesukaran mental (*psychis*) atau beban jiwa semakin berat, kegelisahan dan ketenangan serta tekanan perasaan lebih sering terasa dan lebih menekan sehingga mengurangi kebahagiaan.

Kebutuhan-kebutuhan primer menjadi skunder tetapi kebutuhan skunder itulah yang menguasainya. Akibat meningkatnya kebutuhan-kebutuhan pada masyarakat modern itu maka dalam kehidupannya selalu mengejar waktu, mengejar benda, mengejar prestasi. Semuanya ini akan membawa hidup seperti mesin, tidak mengenal istirahat dan ketentraman, hidupnya di penuh oleh ketegangan perasaan (*tension*), karena keinginannya untuk menghindari perasaan tertekan, jika tidak tercapai semua yang tampaknya menggembirakan. Akibat lebih lanjut ialah timbulnya kegelisahan-kegelisahan (*anxiety*) itu akan menghilangkan kemampuan untuk merasa bahagia didalam hidup.

Dari sinilah orang semakin merasa semakin jauh dari kegembiraan dan kebahagiaan, karena ketegangan dan kegelisahan batin yang selalu menghinggapinya dalam kehidupannya sehari-sehari. Oleh karena itu akan timbullah pula perubahan dalam cara-cara pergaulan hidupnya selama ini. Karena meningkatnya kebutuhan-kebutuhan sekunder yang mempengaruhi jalan hidup, maka berkembanglah rasa asing dan terlepas dari ikatan sosial. Orang lebih memikirkan diri sendiri atau merasa bahwa ia perlu terlebih dahulu memikirkan kepentingan dirinya.

Hilangnya persaudaraan yang murni yang kemudian diganti dengan hubungan kepentingan pribadi, yang akan membawa orang kepada rasa kesepian di tengah-tengah orang banyak, perasaan kesepian ini akan menghilangkan rasa aman yang membawa kegelisahan dan kecurigaan didalam hidup. Inilah yang mendorong orang lebih memikirkan dirinya (*egois*). Orang yang sehat mentalnya akan dapat menunda untuk sementara pemuasan kebutuhan atau dapat menerima frustrasi itu untuk sementara, sambil menunggu adanya kesempatan yang memungkinkannya mencapai keinginan tersebut. Adapun pengertian kesehatan mental menurut Zakiah Darajat ialah

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. Betapa besarnya pengaruh agama dalam kehidupan manusia, baik bagi diri sendiri maupun dalam lingkungan keluarga, ataupun di kalangan masyarakat umum. Karena itu dapat pula dikatakan bahwa agama itu mempunyai fungsi yang amat penting dalam kehidupan manusia, tanpa agama manusia tidak mungkin merasakan kebahagiaan dan ketenangan hidup, tanpa agama mustahil dapat dibina suasana aman dan tenteram.

Zakiah Daradjat berpendapat bahwa terdapat kebutuhan pokok, beliau mengemukakan bahwa selain dari kebutuhan jasmani dan kebutuhan rohani manusia pun mempunyai suatu kebutuhan akan keseimbangannya dalam kehidupan jiwanya tidak mengalami tekanan seperti kebutuhan rasa kasih sayang, rasa aman, hargadiri, rasa bebas, rasa sukses, rasa ingin tahu, dari keenam macam tersebut menyebabkan orang memerlukan agama. Melalui agama kebutuhan-kebutuhan tersebut dapat disalurkan dengan melaksanakan ajaran agama secara baik. Adapun menurut Jalaludin menggunakan pendekatan psikologi agama, agama dapat memberi dampak yang cukup berarti dalam kehidupan manusia termasuk terhadap kesehatan mental. Dan agama tidak bisa dipisahkan dari kehidupan manusia dikarenakan faktor-faktor kepribadian, lingkungan dan manusia memiliki unsur batin.

Keistimewaan dan kelebihan dari seorang tokoh Zakiah Daradjat adalah Zakiah Daradjat memiliki keistimewaan yang memiliki banyak pengalaman, Zakiah Daradjat lebih banyak menghasilkan karya tulis tentang kesehatan mental dan ilmu psikologi agama. Penelitian ini lebih fokus pada konsep yang dibahas oleh Zakiah Daradjat tentang peran agama dalam pembinaan mental, maka penulis tertarik untuk mengkaji lebih dalam mengenai pemikiran Zakiah Daradjat. Hal ini bermaksud untuk mencari tahu lebih lanjut dan secara spesifik mengetahui peran agama dalam pembinaan mental.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan menggunakan metode deskriptif-analitis, pendekatan dan metode yang digunakan, jenis data dan sumbernya; metode pengumpulan data, dan waktu dan lokasi penelitian. (Darmalaksana, 2020). Data penelitian ini adalah kualitatif, bukan statistik. Sumber primer penelitian ini adalah literatur tentang peran agama Islam, kesehatan mental, dan Zakiah Daradjat. Sumber sekunder penelitian ini adalah rujukan ke topik utama dari artikel, buku, dan dokumen penelitian lainnya. Penelitian ini mengumpulkan data melalui studi pustaka dan kemudian menganalisisnya. (Darmalaksana, 2022). Penelitian ini bukan penelitian eksperimen, itu adalah penelitian pemikiran dengan data dari kepustakaan konseptual. Oleh karena itu, waktu dan tempat penelitian tidak ditentukan.

Biografi Zakiah Daradjat

1. Latar Belakang Pendidikan Zakiah Daradjat

Latar belakang Zakiah Daradjat yang penulis tuangkan di dalam skripsi ini terdiri dari riwayat hidup dan riwayat pendidikan dan karir. Berikut penjelasannya:

a. Riwayat Hidup

Zakiah Daradjat lahir pada tanggal 6 november di jorong kota marapak, negeri lambah, ampek angkek, agama. Alamat beliau di jalan rumah sakit fatmawati no. 6 jakarta selatan, ayahnya sendiri bernama Haji Darajat Husain aktif dalam pergerakan Muhamadiyah sementara ibunya bernama Rafiah adalah anggota sarekat Islam. Dia adalah anak tertua dari 11 saudara, termasuk lima adik lain ibu. Zakiah Daradjat telah ditempa pendidikan Agama dan dasar keimanan yang kuat.

Zakiah di usia tujuh tahun sudah mulai masuki sekolah, pagi ia belajar di Standarschool Muhamadiyah dan sorenya belajar Diniyah School. Semasa sekolah ia memperlihatkan minat yang cukup besar dalam bidang ilmu pengetahuan dan Agama. Saat dia masih duduk di bangku kelas empat SD, ia berpidato pertama kali dihadapan guru dan kak kelasnya. Setelah tamat pada tahun 1941, Zakiah masuk ke salah satu SMP di padang panjang sambil mengikuti sekolah agama di Kulliyatul Muballighat, khursus calon mubaliq. Tahun 1951, Zakiah menamatkan pendidikan SMA di bukit tinggi sebelumnya, ia pernah belajar disekolah asisten apoteker, tetapi tidak diteruskan akibat agresi militer belanda yang ditakuti pembumi hangusan bukit tinggi. Setelah itu, meninggalkan kampungnya menjalani pendidikan di Yogyakarta. Dan lulus di dua perguruan tinggi dengan fakultas yang berbeda, yaitu Fakultas Tarbiyah Perguruan Tinggi Agama Islam Negri (PTAIN) yogyakarta dan fakultas hukum Universitas Islam Indonesia (UII). Namun, setelah tahun ketiga ia meninggalkan kuliah di UII orang tuanya menyarankan untuk fokus pada satu jurusan.

b. Riwayat Pendidikan Dan Karir

1) Pendidikan

Pada tahun 1941 Standr Scool Muhamadiyah Bukit Tinggi, Tahun 1947 Kuliatul Mubalighat Muhamadiyah Padang Panjang, Tahun 1947 SMP Negeri Padang Panjang, Tahun 1951 SMA bagian BTDR, Pemuda, Bukit Tinggi, Pada tahun 1995 Doktor , Fakultas Tarbiyah, PTAIN Yogyakarta, Pada tahun 1958 Special Diploma For Education, Ein Shams Universitas Faculty Of Education, Cairo, Pada tahun 1989 Magister Pendidikan, Spisialis Dalam Mental Hygiene, EIN Shams University, Cairo, Pada tahun 1964. Doktor (PH.D.) Pendidikan Spicialisasi Psychotherapy, EIN Shams University, Cairo, Pada tahun 1976. Sekolah Staf dan pimpinan Administrasi (SESPA), Departemen Agama Republik Indonesia, Jakarta, Pada tahun 1978 Penataran calon Penatar P4 (Manggala P4 Nasional) Bogor, dan Pada tahun 1982 Penataran kewaspadaan nasional khusus, jakarta.

2) Pengalaman Kerja Zakiah Daradjat

Pada tahun 1964 sampai dengan 1967, menjadi Pegawai pada Perguruan Tinggi Agama, Departemen Agama Republik Indonesia. Pada tahun 1967 sampai dengan 1972, menjadi kepala dinas penelitian dan kurikulum pada direktor Perguruan Tinggi Agama Departemen Agama Republik Indonesia. Pada tahun 1972 sampai dengan 1977, menjadi derekrtur direktorat pendidikan agama, Departemen Agama Republik Indonesia. Pada tahun 1977 sampai dengan 1984, menjadi derekrtur direktorat pembina di perguruan tinggi agama islam, departemen agama republik indonesia. Pada tahun 1983 diangkat menjadi anggota dewan pertimbangan agung republik indonesia.

3) Kegiatan Akademik Zakiah Daradjat

Pada tahun 1965 sampai dengan 1971, menjadi dosen Kesehatan Mental, pada:

- a) IAIN Syarif Hidayatullah, Jakarta
- b) IAIN Arraniry, Banda Aceh
- c) IAIN Imam Binjol, Padang
- d) IAIN Raden Patah, Palembang
- e) Universitas Muhamadiyah, Jakarta
- f) Univrsitas Islam Sumatra Utara, Medan
- g) Pusat Pembinaan Mental, Angkatan Bersenjata Republik Indonesia
- h) Institut Teknologi Bandung (Stusium General) Bandung
- i) IAIN Syarif Hidayatullah, Jakarta
- j) IAIN Sunan Gunung Jati, Bandung
- k) Univrsitas Islam Sumatra Utara, Medan
- l) Pusat Pembinnann Mental, Angkatan Bersenjata Republik Indonesia
- m) Penerima Beasiswa Organisasi Islam Asia Afrika
- n) Pada tahun 1966 sampai dengan 1971, menjadi dosen luar biasa ilmu jiwa anak dan ilmu jiwa sosial, pada IAIN Syarif Hidayatullah, Jakarta.
- o) Pada tahun 1968, menjadi kursus Sosiawan – Sosiawati, Departemen Sosial
- p) Pada tahun 1968, menjadi kursus Sosiawan-Sosiawati, Deprtemen Sosial.
- q) Pada tahun 1968 sampai 1972, menjadi Anggota Tim Kerja sama Teknik Luar Negeri, Departemen Agama Republik Indonesia.
- r) Pada tahun 1968, menjadi anggota Tim pelaksana Survei Keagamaan, dengan Departemen Agama Republik Indonesia
- s) Pada tahun 1969, menjadi Agota TIM pelaksanaan masalah porno kejaksaan Agung, Jakarta.
- t) Pada tahun 1970 sampai dengan 1971, menjadi Dosen Luar biasa,
- u) Pendidikan Agama, pada akademik Ilmu pemasakarakaan, Departemen Kehakiman.

4) Aktifitas Sosial Dan Politik Zakiah Daradjat

Didalam Lembaga, Badan Pada Instansi Pemerintahan Dan Masyarakat:

- a) Konsultasi Kejiwaan Pada Bali Pengobatan Departemen Agama Ri. Jakarta, 1965.
- b) Anggota Tim Penilaian Buku Pelajaran, pada Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan, jakarta 1968.
- c) Anggota Tim kerja sama teknik luar negeri (TKTLN) Departemen Agama RI, Jakarta 1968-1984.
- d) Anggota Tim Pembinaan Pendidikan Agama Pada Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan, Jakarta 1969-1972.
- e) Anggota Studi Groub Majelis Pendidikan Nasional, 1968-1972.
- f) Salah Seorang Pendiri Dan Pemimpin, lembaga Pendidikan Kesehatan Jiwa, Universitas Islam Jakarta, 1969-1984.
- g) Pengurus Pusat Persatuan Wanita Departemen Agama 1966-1976
- h) Anggota Tim Penelahan Masalah Porno, Kejaksaan Agung, 1969-1970
- i) Andalan Nasional Gerakan Pramuka Ri. Masa Bakti 1970-1974

- j) Anggota Team Screening Departemen Agama. Ri. 1970-1971.
- k) Anggota Ahli Komite Nasional Kedudukan Wanita Indonesia (KNKWI), 1970-1971.
- l) Konsultasi Kejiwaan (Perorangan), 1965-1984
- m) Anggota Ahli Team Kerja Penyusunan Pola Penanggulangan Kenakalan Remaja, Departemen Sosial 1971-1972.
- n) Anggota bidang kenakaln remaja pada badan kordinasi pelaksanaan Intruksi Presiden no. 6, tahun 1971 (Bakolak Inpres 6/71) 1971-1984.
- o) Anggota team penyelesaian tahanan pusat (TEPTAPU) 1972-1973.
- p) Anggota Badan Kordinasia Nasional Untuk Kesejahteraan Keluarga dan Anak (BKN-KKA), departemen sosial 1972-1973.
- q) Anggota panitia tahun buku Internasional, departemn pendidikan dan kebudayaan, 1972-1973.
- r) Anggota pengurus (ek offcio) yayasan pendidikan islam, departemn agama 1972-1973.
- s) Anggota badan tetap penilaian ijazah luar negri, departemn pendidikn dan kebudayaan, 1972-1977.
- t) Penasehat pada Ahli pada Konsultasi Perkawinan dan Hukum, BP4 Pusat 1974-1977.
- u) Anggota Tim Penelitian Buku Bacaan Sekolah Dasar, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 1974-1976.
- v) Anggota Tim Pengecekan Guru Agama Departemen Agama (TEPEGADE), 1975-1976.
- w) Ketua Merangkap Anggota Tim Penilaian Buku Pelajaran Madrasah Ibtidaiyah Negeri, 1975-1976.
- x) Anggota Tim Seleksi Buku Bacaan Kanak-Kanak, Remaja Dan Pemuda, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 1975.
- y) Anggota Tim Seleksi Buku Pedoman Guru Agama Pada Sekolah Umum, Departemen Agam, 1976.
- z) Anggota Tim Inter Departemen atau Kopkamtib Dalam Rangka Mendukung Kegiatan Penanggulangan Bahaya dan Penyalah Gunaan Serta Korban Narkotika dan Obat-Obat Berbahaya Lainnya Di Indonesi, 1976-1977.
- aa) Angota Tim Kerja P7. 1977-1980.
- bb) Wakil Ketua Tim Seleksi dan Penilaian Karya Ilmiah Dosen IAIN.1978-1984.
- cc) Anggota komisi pembaruan pendidikan nasional, departemen pendidikan nasional, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 1978- 1980.
- dd) Ketua Tim Pelaksanaan Pemberian Biaya Penelitian bagi Peserta Program Dokter Dosen IAIN, 1978.
- ee) Wakil Ketua Kelompok Kerja (Bidang Anak Dalam Lingkungan Kluarga) pada Panitia Nasional Tahun Internasional Anak-Anak, 1979.
- ff) Anggota Tim Penelitian Hukum, Badan Pembinaan Hukum Nasional Departemen Kehakiman, 1979-1983.
- gg) Anggota Dewan Siaran Nasional, Departemen penerangan, 1979-1985.

- hh) Anggota perguruan tinggi Swasta (LPTS) Departemen Pendidikan dan Kebudayaan 1979-1984.
 - ii) Anggota pengurus KOPRI Unit Departemen Agama, 1979-1981.
 - jj) Anggota Tim Inti bagian proyek pemantapan implementasi P4, Dewan Pertahanan Keamanan Nasional 1980.
 - kk) Anggota Tim Kerja Sama Ulama dan Lingkungan Hidup. Materi PPLH-1980.
 - ll) Anggota Pengurus Majelis Ulama Indonesia, 1980-1984.
 - mm) Anggota Dewan Pembina pada lembaga Konsultasi dan Bantuan Hukum untuk wanita dan keluarga, Jakarta 1980-1984.
 - nn) Wakil ketua satuan Tugas Dewan Pimpinan GUPPI, 1982.
 - oo) Anggota Tim Pelaksanaan Pengkajian Hukum, 1982-1983.
 - pp) Staf Ahli Redaksi Atau Pengasuhan Majalah Pembimbing, 1982
 - qq) Penyelenggaraan Pendidikan Kesehatan Mental YPI Ruhma, Jakarta 1984.
- 5) Karya-Karya Zakiah Daradjat

Dalam masa aktif di departemen kementerian agama, Zakiah Daradjat mulai menulis buku disamping mengajar karya atau buku karangan Zakiah kebanyakan merupakan kumpulan tulisan yang diangkat dari kuliah-kuliah dan ceramah-ceramahnya. Selain menulis buku, Zakiah juga giat menerjemahkan pun berkisar kepada masalah-masalah psikologi.

Pertama, Pendidikan Islam Dalam Keluarga dan Sekolah, buku ini berisi gagasan orisinal Zakiah Daradjat tentang pendidikan Islam. Buku tersebut antara lain berisi tentang prinsip-prinsip pendidikan Islam dan implementasinya dalam pendidikan anak di dalam keluarga dan sekolah.

Kedua, ilmu pendidikan Islam. Didalam buku ini, Zakiah membahas tentang konsep pendidikan Islam yang didasarkan pada pandangannya tentang Manusia menurut perspektif ilmu jiwa. Menurutnya, dimensi manusia terdiri dari Fisik, Akal, Akhlak, Iman, Takwa, Estetika, dan Sosial Kemasyarakatan. *Ketiga*, metodologi pengajaran agama Islam, buku yang disusun dalam sebuah tim ini, selain membahas tentang berbagai macam metode dalam penyampaian materi pelajaran, juga membahas tentang kualifikasi guru yang ideal, yaitu guru yang memiliki kompetensi dan kepribadian yang baik. *Keempat*, Metode Khusus Pengajaran Agama Islam, buku ini disusun oleh Zakiah Daradjat bersama-sama dengan kawan-kawannya dalam sebuah tim, isi buku ini merupakan pendalaman lebih lanjut tentang metode pengajaran yang dikhususkan pada pengajaran agama Islam. Dengan buku ini Zakiah mencoba menjelaskan tentang seluk beluk metode pengajaran serta hal-hal yang terkait dengan prinsip-prinsip yang perlu dipertimbangkan dalam menggunakan metode pengajaran, yaitu individualitas, kebebasan, lingkungan, globalisasi, pusat-pusat minat, aktivitas, motivasi, serta korelasi dan konsentrasi. *Kelima*, kesehatan mental: peranannya dalam pendidikan dan pengajaran, buku ini merupakan kumpulan pidato pengukuhan sebagai guru besar tetap dalam ilmu jiwa agama IAIN Syarif Hidayatullah Jakarta, pada tanggal 27 Agustus 1984. Buku ini berisi tentang uraian tentang peranan kesehatan mental yang dikelompokkan menjadi tiga bagian, kondisi kesehatan, ilmu pengetahuan, dan lingkungan. *Keenam*, interelisasi pendidikan Islam dengan disiplin ilmu-ilmu

lainnya, buku ini merupakan kumpulan makalah yang disampaikan dalam berbagai kesempatan, antara lain pada musyawarah nasional pendidikan Islam di Ciawi, Bogor pada tahun 1993. Sebagai mana halnya pada bukunya yang pertama diatas, didalam buku ini Zakiah Daradjat mengungkapkan kembali tesisnya tentang Manusia sebagai makhluk yang memiliki tujuh dimensi, yaitu Fisik, Akal, Agama, Akhlak, Kejiwaan, Estetika, dan Sosial Kemasyarakatan.

Selain itu, buku tersebut membahas bagaimana pendidikan keislaman berhubungan dengan bidang lain. Menurutnya, hubungan ini unik karena ilmu pendidikan Islam dan ilmu jiwa dalam berbagai aspeknya sangat terkait. Ilmuwan pendidikan Islam berusaha untuk meningkatkan kemampuan manusia, dan ilmu jiwa diperlukan untuk mencapai tujuan ini. Kita dapat mengetahui bahwa Zakiah Daradjat pada dasarnya memiliki ilmu jiwa agama, seperti yang ditunjukkan oleh data yang dikumpulkan dari berbagai tulisannya. Berbagai konsep pendidikan Islam telah dibuat menggunakan kemampuan di bidang ini.

Buku Yang Dikarang Zakia Darajat Karangan Sendiri

1. "Musykilatuatul Murahqah Fi Indonesia"- Thesis untuk mencapai gelar magister (MA), pad Fakultas Pendidikan, Universitas Ein Shams Cairo 1959.
2. Dirasah tarbiyah littagayyuraati allati tatrau allatif tatrau ala syakhshi yatil atfaa al muskilin infialian fi khilafinfi khilalili fatratil „ilaj annafsi grairil muwajjah „ an thariqil la“bi” disertasi untuk mencapai gelar doktor (PH.D.) Dalam psiko-terapi, pada fakultas pendidikan, Universitas Ein Shams, Cairo, 1964.
3. Kesehatan Gunung Agung , Jakarta 1969.
4. Peran Agama Dalam Kesehatan Mental Gunung Agung, Jakarta 1970.
5. Ilmu Jiwa Agama, Bulan Bintang, Jakarta 1970.
6. Pendidikan Agama Dalam Pembinaan Mental, Bulan Bintang, Jakarta 1970.
7. Islam dan Kesehatan Mental, Gunung Agung, Jakarta 1971.
8. Membina Nilai-Nilai Moral Di Indonesia, Bulan Bintang, Jakarta, 1971.
9. Kesehatan, Jilid : i, ii, iii, Pustaka Antara, Jakarta 1971.
10. Perawatan Jiwa Untuk Anak-Anak Terjemahan Disertasi Doktor Dengan Sedikit Tambahan), Bulan Bintng, Jakarta 1973.
11. Problem Remaja Di Indonesia (Terjemahan Thesis Magister), Bulan Bintang, Jakarta 1974
12. Kesehatan (pertolongan pertama pada kecelakaan) jilid iv, pusataka antar 1974.
13. Pembinaan atau Mental, Bulan Bintang, Jakarta 1974.
14. Ketenangan dan kebahagiaan dalam keluarga, Bulan Bintang, Jakarta 1974.
15. Pendidikan orang dewasa, Bulan Bintang, Jakarta 1975.
16. Perkawinan yang bertanggung jawab, Bulan Bintang, Jakarta 1974.
17. Pembinaan remaja, Bulan Bintang, Jakarta 1975.
18. Menghadapi masa menaupouse, Bulan Bintang, Jakarta 1975.
19. Kunci kebahagiaan, Bulan Bintang, Jakarta 1977.
20. Membangun Manusia Indonesia yang Bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, Bulan Bintang, Jakarta 1978.

21. Islam Dan Peranan Wanita, Bulan Bintang, Jakarta 1978.
22. Kepribadian Guru, Bulan Bintang, Jakarta 1978.
23. Peranan IAIN dalam pelaksanaan P4, Bulan Bintang, Jakarta 1979.

Buku Karangan Yang di Terjemahkan Zakiah Darajat Sendiri

1. Pokok-pokok Kesehatan Mental Jiwa Atau Mental, (karangan prof. Dr. Abul aziz Al Quusy, Cairo), Bulan Bintang, Jakarta 1974.
2. Ilmu Jiwa, Prinsip-Prinsip dan Impelmentasinya dalam Pendidikan, (karanan prof. Dr. Abdul Azis Al Quusy, cairo) Bulan Bintang, jakarta 1976.
3. Kesehatan Jiwa dalam Kluarga, Sekolah dan Masyarakat, karangan prof. Dr. Mustofa fahmi, Cairo), bulan bintang, jakarta 1977.
4. Bimbingan Pendidikan dan Pekerjaan, (Karangan Dr. Attia Mahmud Hana, Cairo), Bulan Bintang, Jakarta 1978.
5. Anda dan Kemampuan Anda, (Karanagn Virginia Bailyard), Bulan Bintang, Jakarta 1979.
6. Pengembangan kemampuan belajar pada anak-anak, (karangan harryn. Rivilin), Bulan Bintang, Jakarta 1980.
7. Dendam Anak-Anak (Karangan Paul Witty), Bulan Bintang, jakarta 1980.
8. Anak-Anak yang Cermelang, (Karangan Paul Witty), Bulan Bintang, Jakarta 1980.
9. Mencari Bakat Anak-Anak, (karangan g. Frederic Kuder dan Blance Paulson), Bulan Bintang, Jakarta 1980.
11. Penyesuaian Diri dan Penggantian dan Peranannya dalam Kesehatan Mental, (karangan prof. Dr. Mustofa fahmi, cairo), bulan bintang, jakarta 1982
12. Marilah Kita Pahami Persoalan Remaja, (Terjemahan Buku h.h Rammers dan c.g. Hackett), Bulan Bintang, Jakarta 1984.
13. Karangan Zakiah Daradjat bersama orang lain
14. Pelajaran Tafsir Al-qur'an jilid i, ii, iii untuk Madrasah Ibtidaiyah, Bulan Bintang, jakarta 1968.
15. Agama Islam Untuk s,d(6jilid), Mutiara, Jakarta, 1973.
16. Kurikulum Madrasah Ibtidiyah Negri, Direktorat Pendidikan Agama, Departemen Agama , Jakart 1973.
17. Kurikulum Madrasah Tsanawiyah Agama Islam Negri, Direktorat Pendidikan Agama, Departemen Agama , Jaarta, 1973.
18. Kurikulum Madrasah Aliyah Agama Islam Negri, Direktorat Pendidikan Agama Departemen Agama, Jakarta, 1973.
19. Kurikulum Pendidikn Guru Agama Negri, Direktorat Pendidikn Agama , Departemen Agama, Jakarta. 1973.
20. Almanak Direktorat Pendidikan Agama, Jakarta 1974.
21. Alamanak Direktorat Pendidikan Agama, Jakarta 1975.
22. Buku Pelajaran Agama Islam Disekolah Dasar, Proyek Pengadaan Buku Pelajaran Agama di Sd, Departemen p dan k, 1977.
23. Pendidikan Agama Islam untuk SPG (3 jilid), Proyek Pengadaan Buku SPG. Departemen p dan k 1976/1977.

24. Pendidikan Agama Islam untuk SD, buku i dan ii untuk guru, buku iii sampai dengan vi untuk murid, proyek peningkatan mutu pendidikan Agama Disekolah Umum Departemen Agama, Jakarta 1978.
25. Pedoman Pelaksanaan Pendidikan Agama Islam (6 jilid), untuk guru agama s.d. Proyek Peningkatan Mutu Pendidikan Agama Islam di Sekolah umum Departemen agama, Jakarta 1978.
26. Pendidikan Agama Islam Untuk SMA (6jilid), Bintang
27. Buku Pedoman Pelaksana Pendidikan Agama Islam Untuk SMA, Bulan Bintang, Jakarta 1978.
28. Kurikulum Institut Agama Islam Negri, Ditbinperta Islam , Jakarta, 1979.
29. Kurikulum dan Silabus Pendidikan Agama Islam pada Perguruan Tinggi Umum, Ditbinperta Islam, Jakarta 1979.
30. Pola Dasar Pendidikan Agama Islam Pada Perguruan Tinggi Umum, Ditrbinperta Islam, Jakarta 1979.
31. Pedoman Pendidikan Agama Islam pada Perguruan Tinggi Umum, Ditbinperta Islam, Jakarta 1979.
32. Metodik Husus Pengajaran Agama Islam, Proyek Pembinaan Ppta/Iain di Pusat Jakarta, 1980/81
33. Naskah buku Perbandingan Agama, Proyek Ppta/Iain Di Pusat, Jkarta, 1980.
34. Pedoman Latihan Kepemimpinan Mahasiswa, Proyek Pembinaan Kemahasiswaan Departemen Agama, 1980.
35. Naskah Bimbingan Praktis Pendidikan Agama Islam Untuk Osis, Proyek Pembinaan Pendidikan Agama Pada Sekolaah Umum, Departemen Agama 1980
36. Buku Informasi Tentang Iain, Proyek PPTA/IAIN di Pusat 1981.
37. Pengantar Ilmu Fikih, Proyek PPTA/IAIN di Pusat, Jakarta 1981.
38. Perbandingan Agama, Proyek PTA/IAIN, Jakarta 1981/1982.
39. Pedoman Umum/Dasar Kerja MPKM dan BPKM, Proyek Pembinaan Kemahasiswaan Departemen Agama, Jakrta 1981.
40. Buku Stastitik IAIN tahun 1981/1982, Ditbinpeserta Islam Departemen Agama.
41. Naskah buku pedoman pelaksanaan P4 bagi Lembaga Pendidikan Agama Islam Tingkat Menengah dan Tinggi, Proyek Bimbingan Pelaksanaan P4 Bagi Umat Beragama 1981..
42. Pendidikan Ilmu Agama Islam, Ditbinperta Islam, Jakarta 1982.
43. Ilmu Fiqih, Jiid Ii Proyek Penggunaan Perguruan Tinggi Agama/ IAIN di Jakarta, Direktorat Jenderal Pembinaan Kelembagaan Agama Islam Departemen Agama, 1982/1983.

Aktivitas dalam bidang Psikologi

Dari sekian banyak aktivitasnya, kehadiran Prof. Dr. Zakiah Daradjat tampaknya lebih dikenal, dan dia tidak hanya terlibat dalam psikologi agama atau kesehatan mental. Kesehatan mental dan psikologi agama adalah bidang ilmu yang dipelajari dan diajarkan secara terus menerus melalui berbagai jenis media, seperti buku, artikel, makalah, diskusi, atau seminar, serta ceramah di berbagai forum, radio dan televisi, serta kuliah

di berbagai institusi pendidikan. Zakaiah Daradjat adalah orang pertama yang menggunakan psikologi agama di Perguruan Tinggi Islam Indonesia. Buku yang dia tulis bukan saja menjadi bacaan wajib di universitas, terutama yang berkaitan dengan pendidikan agama dan psikologi agama, tetapi juga menjadi rujukan bagi akademisi, pendidik, dan pengambil kebijakan di bidang pendidikan dan sosial keagamaan. Bahkan, buku ini sangat disukai oleh masyarakat umum. Selama karir akademik dan akademisnya, Prof. Dr. Zakiah Daradjat menjadi fenomena menarik dalam penelitian tentang hubungan antara terapi pendidikan dan prinsip agama. Ia berharap dapat mengintegrasikan metode agama dengan ilmu pengetahuan kontemporer. Dengan melihat berbagai literatur dari Barat dan Islam, ditemukan sintesa baru: agama memiliki peran yang sangat penting dalam memahami esensi kejiwaan manusia, dan karena itu agama dapat digunakan sebagai pijakan psikologis.

Sebagai seorang psikolog religi, Prof. Dr. Zakiah Daradjat meneliti bagaimana agama mempengaruhi sikap dan tingkah laku seseorang, atau mekanisme dalam diri mereka. Dia berpendapat bahwa keyakinan agama membentuk kepribadian manusia, sehingga cara mereka berpikir, bersikap, bereaksi, dan bertingkah laku tidak dapat dipisahkan dari keyakinan agama mereka. Prof. Dr. Zakiah Daradjat, seorang psikolog religi, menganggap doa sebagai terapi mental. Dia percaya bahwa doa sangat membantu untuk menenangkan diri. Kita meningkatkan optimisme dengan berdoa. Doa bahkan membantu membina dan meningkatkan semangat hidup. Doa memiliki kemampuan untuk menyembuhkan gangguan jiwa dan stres. Dengan kata lain, doa berfungsi sebagai pengobatan, pencegahan, dan bermanfaat bagi kesehatan mental. Dalam praktik konsultasinya, Prof. Dr. Zakiah Daradjat biasanya menggunakan metode psikoterapi nondirektif dengan memasukkan ajaran agama yang berkaitan dengan gangguan kejiwaan atau jenisnya. Sehingga pasien tidak merasa digurui, sisipan agama itu sendiri dilakukan melalui pendekatan dialog. Metode ini tidak memerlukan pemeriksaan menyeluruh terhadap semua pengalaman penderita.

Ahli jiwa menerima pasien sebagaimana adanya dan memulai perawatan segera, atau dapat dikatakan bahwa perawatan termasuk diagnosa. Teori mengakui bahwa setiap orang memiliki kemampuan untuk membantu dirinya jika mereka diberi kesempatan untuk melakukannya. Oleh karena itu, perawatan jiwa adalah memberikan kesempatan kepada penderita untuk mengenal dirinya sendiri dan masalah yang dihadapinya, dan kemudian menemukan cara untuk mengatasinya. Zakaiah Daradjat juga menggunakan pendekatan klien-centered therapy Carls Rogers, yang memberikan kesempatan sepenuhnya kepada pasien untuk berbicara tentang penderitaan mereka. Pasien menjadi pusat perawatan karena dia aktif mendengarkan semua pernyataan pasien dan kemudian menggunakan perasaan yang mereka katakan untuk merelaksasi. Oleh karena itu, pasien mengalami proses pencerahan, yang membuatnya menyadari masalahnya dan mampu menanganinya. Peran pribadi Dr. Zakiah Daradjat sangat penting karena dia orang yang ramah, lemah lembut, mau mendengarkan orang lain, tidak sombong atau angkuh, suka membantu orang lain, dan memiliki kepribadian yang menarik serta keahlian psikologi dan agama. Zakiah Daradjat meninggal dunia pada usia 83 tahun di Jakarta pada 15 Januari 2013 sekitar pukul 09.00 wib. Jenazahnya

disalatkan dan dimakamkan pada hari yang sama di kompleks UIN Ciputat. Dia tetap aktif mengajar hingga akhir hayatnya, memberikan ceramah, dan membuka konsultasi psikologi.

Hasil Analisis Pemikiran

1. Perspektif Zakiah Daradjat tentang kesehatan mental: Dalam pembinaan kesehatan mental, seseorang dididik untuk menjadi hamba Allah yang saleh. Untuk mencapai tingkatan yang saleh ini, penanaman nilai-nilai agama menjadi syarat utama; tanpanya, pembentukan hamba Allah yang saleh akan sangat jauh. Untuk menjadi hamba yang saleh, seseorang harus menyadari kedudukannya di dunia, yaitu sebagai khalifah Allah di bumi dan sebagai hamba yang harus beribadah kepada-Nya. Orang yang benar-benar memahami, memahami, dan menghayati ajaran agama Islam akan memiliki kesadaran ini. Pembinaan kesehatan mental manusia berarti mengarahkan, mengajarkan, melatih, dan memberi teladan kepada orang lain untuk mencapai tujuan tertentu. Pembinaan yang hanya memberikan instruksi, latihan, dan instruksi saja akan membuat orang tidak berjiwa luhur. Sebaliknya, pembinaan yang hanya memberikan pengawasan dan contoh saja akan membuat orang kurang kreatif. Akibatnya, pembinaan yang diinginkan dapat mencakup semua upaya yang disebutkan di atas. Pendidikan Islam memiliki tujuan yang jelas. Menurut Zakiah, tujuan Islam adalah untuk membuat manusia menjadi hamba Allah yang saleh dalam setiap aspek kehidupan mereka, termasuk tindakan, pikiran, dan perasaan.
2. Menurut Zakiah Daradjat, kesehatan mental yang sehat adalah orang-orang yang dapat merasakan kebahagiaan dalam hidup mereka karena mereka merasa bahwa mereka berguna dan berharga, dan mereka mampu menggunakan segala potensi dan bakatnya sebaik mungkin untuk membawa kebahagiaan bagi diri mereka sendiri dan orang lain. Selain itu, ia memiliki kemampuan menyesuaikan diri yang luas—dengan dirinya sendiri, orang lain, dan lingkungan. Orang-orang inilah yang menjaga moralnya dan menghindari kegelisahan dan gangguan jiwa.
3. Upaya pembinaan kesehatan mental yang sehat menurut perspektif Zakiah Daradjat Menurut Zakiah Daradjat secara garis besar ada dua peran yang sangat penting dalam peran agama, pendidikan, dan pembinaan kesehatan mental. Mengambil peran ini menunjukkan bahwa seseorang telah melakukan upaya untuk mempromosikan kesehatan mental yang sehat.

Kesimpulan

Dari penelitian ini perspektif Zakiah Daradjat menunjukkan bahwa agama Islam memiliki efek yang signifikan terhadap kesehatan mental. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tujuan kesehatan mental adalah untuk mengembangkan dan menggunakan semaksimal mungkin semua potensi, kemampuan, dan kualitas yang ada untuk menciptakan kebahagiaan bagi diri sendiri dan orang lain, serta menghindari gangguan dan penyakit jiwa. Menurut Zakiah Daradjat, salah satu cita rasa agama adalah terapi (penyembuhan) gangguan jiwa. Mempraktikkan agama setiap hari dapat

melindungi orang dari gangguan mental dan juga dapat membantu orang terhindar dari anxiety. Secara teoritis, penelitian ini diharapkan memiliki manfaat dan kegunaan sebagai kajian awal tentang peran agama Islam terhadap kesehatan mental menurut Zakiah Daradjat. Secara praktis, penelitian ini diharapkan memiliki manfaat dan kegunaan sebagai pengembangan secara lebih serius dalam kajian tentang peran agama Islam terhadap kesehatan mental menurut Zakiah Daradjat. Penelitian ini memiliki keterbatasan karena tidak melakukan studi lapangan melalui wawancara. Akibatnya, ini merupakan kesempatan penelitian tambahan untuk kajian empiris yang lebih terukur. Penelitian ini menemukan bahwa agama membantu menangani kesehatan mental.

DAFTAR BACAAN

- Joeseff Sou'yb, *Agama-Agama Besar Di Dunia*, (Jakarta, Pustaka Al-Husna, 1983),
- Jalaludin Ramayulis , *Pengantar Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta, Pt, Radar Jaya, 1989),
- Jalaludin, *Pesikologi Agama, Op,Cit*,
- Jalaludin Ramayulis , *pengantar ilmu jiwa agama*, (jakarta, Pt, Radar Jaya, 1989),
- M.Mawangir, *Zakiah Daradjat dan pemikirannya tentang peran pendidikan islam dalam kesehatan mental*.
- Munardji, *Ilmu Pendidikan Islam*, (Jakarata Pusat: Bins Ilmu, 2004),
- Nata, Abuddin, *Metode Studi Islam*, cetakan 18, Jakarta: Raja Grafindo, 2011
- Pujiati yatim, *fungsi agama terhadap kesehatan mental* skripsi universitas islam lampung. 2018,
- Tim Penyusun KPPB Departemen P & K, 1991:767
- Yusak Burhanudin, *Kesehatan Mental* (Bandung,Cv, Pustaka Setia, 1999), h. 23
- Zakiah Daradjat, *Pendidikan Agama Dalam Pembinaan Mental*, cetakan ketiga, N.V. Jakarta 1982
- Zakiah Daradjat, *Peranan Agama Dalam Kesehatan Mental*,(Cet, 10 Jakarta: Haji Masagung, 1990),
- Assyifa Noor Izzah Tanjung, Cucu Setiwan (2022). *Peran Agama Islam terhadap Kesehatan Mental menurut Zakiah Daradjat*. Gunung Djati Conference Series, Volume 8 (2022) The 2nd Conference on Ushuluddin Studies. <https://conferences.uinsgd.ac.id/gdcs>
- Saiful Akhyar Lubis, Khadijah, Muchsalmina. (2017). PEMBINAAN KESEHATAN MENTAL DALAM PENDIDIKAN ISLAM (Studi tentang Perspektif Zakiah Daradjat). vol. 1 No. 1. Hal. 11