

## **The Application of Mental Hygiene Concept of Zakiah Daradjat for Adolescence in Educational Institutions (An Experience of Ruhama Islamic Foundation of Prof. Dr. Zakiah Daradjat)**

**Muhammad Nurrosyid Huda Setiawan**  
Universitas Darussalam Gontor  
[nurrosyidhudasetiawan@unida.gontor.ac.id](mailto:nurrosyidhudasetiawan@unida.gontor.ac.id)

**Asep Awaludin**  
Universitas Darussalam Gontor  
[asep@unida.gontor.ac.id](mailto:asep@unida.gontor.ac.id)

**Received September 17, 2020/Accepted December 06, 2020**

### **Abstract**

Mental Hygiene is a branch of psychology that talks about the treatment of human mental health. One of the scientists who focuses on this field is Zakiah Daradjat. He succeeded in reformulating his mental hygiene concept so that it has its own characteristics. Not only speaking in theory, but he has also applied his concept in fostering community mental health in his home clinic and also formal educational institutions through the foundation he founded, namely the Islamic Foundation Ruhama. In his thesis, he is interested in researching the problems of adolescents in Indonesia. This is because adolescence is a transitional age from children to adults who need more attention in dealing with life problems. Formal education institutions become one of the mediators to play a big role in dealing with their problems. This research is interesting because the mental hygiene of zakiah daradjat is able to be a solution in dealing with adolescent problems that are applied through his formal education. This is grounded research by making the main research objects of Islamic Junior High School and Islamic Vocational High School Ruhama, South Tangerang. Data collection by interview and studying the curriculum in both schools. After conducting the research, it was found that the application of Zakiah Daradjat's mental hygiene concepts at the two high school institutions was successful and exemplary. This success is driven by three factors. First, there are mental hygiene values of zakiah daradjat which are in line with Pancasila. Second, attractive and innovative application methods. Third, holistic and integrative application techniques in the three education centers.

**Keywords:** *mental hygiene, experience, SMP Islam Ruhama, SMK Islam Ruhama*

## **Penerapan Konsep Mental Hygiene Zakiah Daradjat Pada Remaja Dalam Institusi Pendidikan (Pengalaman Yayasan Islam Ruhama Prof. Dr. Zakiah Daradjat)**

### **A. Pendahuluan**

*Mental hygiene* atau yang disebut juga dengan kesehatan mental. adalah salah satu cabang ilmu psikologi yang mempelajari tentang bagaimana usaha agar seseorang memiliki mental yang sehat dan tidak terserang oleh gangguan kejiwaan<sup>1</sup>. Dengan kata lain, ia adalah ilmu yang memperhatikan perawatan mental/jiwa dengan objek kajian kondisi mental manusia yang dipandang sebagai totalitas psikosofik yang kompleks. Salah satu ilmuwan wanita Indonesia yang mempelajari bidang ilmu ini adalah Zakiah Daradjat. Pada tahun 1959 ia berhasil menyelesaikan studi masternya di Mesir dengan konsentrasi bidang ilmu ini.

Secara paradigmatik, konsep ini memang diformulasikan di barat. Bangunan epistemologi yang berlandaskan atas rasio-empirik, menjadikan konsep ini nir-spiritualitas. Jiwa yang tidak lagi dianggap sebagai sebuah entitas namun merupakan perilaku hormon dan sistem kerja saraf tertentu menjadikan fokus kajiannya bersifat materialistis. Artinya, segala sesuatu diluar materi -immateri- tidak dapat dikatakan sebagai sebuah elemen pengetahuan. Dalam tataran ontologis, hal ini berarti apa yang dulu dikenal sebagai jiwa tidak lagi mendapat ruang khusus dalam sains barat, namun lebih kepada hal-hal yang dapat dirasiokan sekaligus dapat dibuktikan secara empirik. Lain kata, tidak ada jiwa, melainkan mental yang terkait erat dengan organ tubuh dan fisiologisnya.

Hal menarik dari Zakiah adalah, bahwa seorang psikolog muslim ini berhasil mereformulasikan konsep *mental hygiene* tersebut. Zakiah berhasil merekonseptualisasikan konsep mental hygiene dengan karakteristik yang berbeda, yaitu, spiritualitas justru yang menjadi pijakan dasar dari kesehatan jiwa. Spiritualitas yang dimaksud merupakan akselerasi dari kemampuan jiwa dalam menangkal serangan terhadapnya selaras dengan nilai-nilai dan ajaran agama. Zakiah meyakini bahwa kesehatan jiwa tidak akan pernah terbentuk jika tidak diisi dengan pengetahuan keagamaan. Maka nilai spiritualitas keagamaan merupakan sebuah pondasi dari kesehatan jiwa setiap individu.<sup>2</sup> Dalam perkembangannya, Zakiah sendiri mengistilahkan konsep tersebut dengan kesehatan mental, mental hygiene, bukan karena menegaskan keberadaan jiwa kemudian menggantinya dengan terma mental, namun agar konsep tersebut dapat dengan segera diterima oleh masyarakat psikolog secara luas.

Dari keunikan karakteristik konsepnya inilah, ia gigih mempopulerkannya kepada masyarakat Indonesia sepulang dari Mesir. Secara pesan literasi dan teoritis, beliau telah banyak menulis buku tentang kesehatan mental dan psikologi Islam. Secara praktik, ia juga diberi kesempatan untuk menangani perawatan kesehatan mental di lingkungan kementerian agama. Bahkan ia sendiri juga mendirikan klinik pembinaan kesehatan mental di rumahnya. Untuk melestarikan dan melanjutkan nilai-nilai dan konsep kesehatan mentalnya secara legal formal, ia pun mendirikan Yayasan Islam Ruhama pada tahun 1987<sup>3</sup>. Dalam praktiknya yayasan ini kemudian mendirikan sekolah formal dari tingkat sekolah dasar hingga atas. Ia mendirikan SD Islam Ruhama, SMP Islam Ruhama dan SMK Islam Ruhama.

Sebagaimana disampaikan di atas bahwa ia mendirikan tiga tingkatan sekolah tersebut tentu sebagai piloting project untuk menerapkan konsep mental hygiene miliknya

---

<sup>1</sup> Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: PT Gunung Agung, 1985) hal 13

<sup>2</sup> Zakiah Daradjat, *Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta: Penerbit Bulan Bintang, 1976) hal 13

<sup>3</sup> <https://www.ruhama-uhamka.sch.id/> diakses: 29 Oktober 2020 (08:32)

dalam institusi pendidikan formal. Maka berdasarkan penjelasan di atas, menjadi menarik untuk diteliti disini adalah apakah sebenarnya nilai-nilai dan karakteristik yang berbeda dalam konsep mental hygiene zakiah daradjat ini yang hingga saat ini masih exist. Karena fokus penelitian ini adalah anak remaja, dimana mereka sedang menghadapi problem yang variatif<sup>4</sup>, maka peneliti akan lebih fokus kepada pengalaman penerapan konsep mental hygiene pada SMP dan SMK Islam Ruhama sebagai objek penelitiannya.

## B. Metode

Sebelum menjelaskan objek kajian penelitian ini, peneliti akan menyampaikan biografi singkat Zakiah Daradjat. Ia adalah Prof.Dr.Zakiah Daradjat, lahir tanggal 6 November 1929. Lahir di Jorong Koto Marapak, Nagari Lambah, Ampek Angkek, Agam, Sumatera Barat. Ayahnya adalah Haji Daradjat Husain seorang aktivis Organisasi Muhammadiyah, sedangkan ibunya adalah Rafi'ah yang juga seorang aktivis Sarekat Islam. Ayahnya memiliki dua istri, Zakiah Daradjat dari istri pertama yaitu Rafi'ah. Dia memiliki 6 saudara kandung dan dia adalah yang tertua. Sedangkan dari istri keduanya yaitu Rasunah, Zakiah memiliki 5 orang saudara. Secara keseluruhan, dia memiliki 11 saudara kandung di keluarganya<sup>5</sup>.

Ia mulai menimba ilmu di Sekolah Standar Muhammadiyah Bukittinggi, kemudian melanjutkan ke Kulliyatul Muballighot Muhammadiyah di Padang Panjang dan menyelesaikan studinya pada tahun 1947. Ia melanjutkan sekolahnya ke Sekolah Menengah Atas di Bukittinggi dan lulus pada tahun 1951<sup>6</sup>. Lambat laun, ia melanjutkan studinya ke Yogyakarta di Universitas Islam Negeri Yogyakarta di Fakultas Pendidikan. Selanjutnya, dia ditawarkan oleh Universitas ini untuk melanjutkan studinya di Ain Shams Mesir untuk mengambil gelar masternya. Dia mengambil "diploma khusus untuk pendidikan" di fakultas pendidikan Mesir dan selesai pada tahun 1959. Ia memperoleh gelar Doktor pada tanggal 23 Juli 1964 tentang pendidikan spesialisasi Psiko-terapi di universitas yang sama dengan judul "Mental care for Children"<sup>7</sup>.

Selanjutnya, seperti yang sudah dijelaskan dalam latar belakang di atas bahwa objek kajian penelitian ini adalah pengalaman dua institusi pendidikan formal di bawah naungan yayasan Islam Ruhama yaitu SMP dan SMK Islam Ruhama, Tangerang Selatan. Maka akan diungkapkan dahulu apa yang dimaksud mental hygiene zakiah daradjat dengan karakteristik yan melekat padanya. Hal ini akan menjadi alasan kuat tetap dijalankannya penerapan konsep mental hygiene zakiah daradjat hingga saat ini. Selanjutnya akan diungkapkan pengalaman penerapan konsep mental hygiene dalam dua sekolah formal tersebut.

Ini adalah penelitian kualitatif dengan metode grounded research. Metode pengumpulan data adalah dengan cara dokumentasi<sup>8</sup> dan wawancara<sup>9</sup>. Agar supaya data yang didapatkan menjadi objektif, maka pendekatan yang digunakan dalam mengumpulkan data adalah pendekatan filosofis dan normatif. Pendekatan filosofis digunakan untuk mendapatkan landasan dasar konsep mental hygiene dan alasan kuat tetap dilestarikannya

<sup>4</sup> Zakiah Daradjat, *Problema Remaja di Indonesia*, (Jakarta: Penerbit Bulan Bintang, 1974) hal 36

<sup>5</sup> Juragan Kecil, "Biografi Prof. Dr. Zakiah Daradjat", dwcorp, 8th of April 2015, via dwcorp, <http://dwcorp.blogspot.my/> diakses pada tanggal 17 November 2020

<sup>6</sup> Muh Mawangir, Zakiah Daradjat dan Pemikirannya tentang Peran Pendidikan Islam dalam Kesehatan Mental, An Article published in Intizar, Faculty of Ushuluddin and Islamic Thought Islamic State University of Raden Fatah Palembang, Vol. 21, No.1, 2015

<sup>7</sup> Zakiah Daradjat, *Problema Remaja di Indonesia...*hal 24

<sup>8</sup> Beverley Hancock, *An Introduction to Qualitative Research*, (Trent Focus Group: Nottingham, 2002) hal 17

<sup>9</sup> Muh. Fitrah & Luthfiyah, *Metodologi penelitian: penelitian kualitatif, tindakan kelas & studi kasus*, (Sukabumi: CV Jejak Publisher, 2018) hal.68

penerapan konsep kesehatan mental tersebut. Sementara pendekatan normatif digunakan untuk menarik garis lurus dari apa yang ditetapkan dalam aturan norma-norma sekolah dengan fakta penerapan yang ada di lapangan. Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah dengan tiga tahap yaitu; reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan<sup>10</sup>.

Untuk menghindari adanya plagiasi dalam penelitian ini, maka penulis menyebutkan beberapa penelitian sebelumnya sebagai kajian pustaka.

Pertama, Penelitian yang ditulis oleh Achmad Syahid dalam Ta'dib: Journal of Islamic Education pada tahun 2016 dengan judul *Being More Psychologically Healthy: The Concept of Mental Health According to Zakiah Daradjat and its Application in Islamic Educational Institutions*.<sup>11</sup> Dengan menggunakan analisis deskriptif pada buku-buku dan karya-karya terjemahan sebagai sumber primer, dan menerapkan teknik wawancara dengan guru serta teknik observasi pada kasus yang ada di Lembaga Pendidikan Islam Ruhama, penelitian ini mendapatkan temuan bahwa Secara ilmiah, tidak ada seorangpun sebelumnya memahami kesehatan mental dan psikologi agama sebelum Zakiah. Kemudian kedua disiplin itu diterapkan di Sekolah Tinggi Studi Keagamaan dan berkembang menjadi pembinaan dan pelatihan.

Kedua, Penelitian yang ditulis oleh Muchsalmina, dkk dalam At-Tazakki: Jurnal Kajian Ilmu Pendidikan Islam dan Humaniora pada tahun 2017 dengan judul: *Pembinaan Kesehatan Mental dalam Pendidikan Islam (Studi tentang perspektif Zakiah Daradjat)*<sup>12</sup>. Hasil dari penelitian ini adalah bahwa konsep kesehatan mental menurut Zakiah Daradjat pengetahuan dan perbuatan yang bertujuan untuk mengembangkan dan memanfaatkan segala potensi, bakat dan pembawaan yang ada semaksimal mungkin, sehingga membawa kepada kebahagiaan diri dan orang lain serta terhindar dari gangguan jiwa. Upaya yang harus dilakukan dalam pembinaan kesehatan mental adalah dengan menerapkan peranan yang sangat mendukung dalam pembinaan kesehatan mental yaitu menerapkan peran agama dan peran pendidikan.

Ketiga, Penelitian yang ditulis oleh Dumilah Ayuningtyas, Misnaniarti dan Marisa Rayhani dalam Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat pada tahun 2018 dengan judul *Analisis Situasi Kesehatan Mental pada Masyarakat di Indonesia dan Strategi Penanggulangannya*.<sup>13</sup> Hasil penelitian ini adalah bahwa berdasarkan kajian data Riskesdas 2013 diketahui prevalensi gangguan mental berat pada penduduk Indonesia 1,7%, terbanyak di Yogyakarta, Aceh, Sulawesi Selatan. Hal ini mengingatkan kita bahwa dahulu Zakiah juga mengambil sample kota Jogjakarta. Masih terdapat stigma dan diskriminasi terhadap orang dengan gangguan mental di Indonesia, sehingga mengalami penanganan serta perlakuan salah seperti pemasangan.

Keempat, Penelitian yang ditulis oleh Nur Heni dalam skripsinya dengan judul *Kesehatan Mental Perspektif Zakiah Daradjat pada tahun 2017 di Institut Agama Islam Negeri Salatiga jurusan Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan*.<sup>14</sup> Dalam penelitian ini ditemukan bahwa konsep kesehatan mental Zakiah Daradjat terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya dan lingkungannya, berlandaskan keimanan dan ketakwaan serta bertujuan untuk mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat. Terkait dengan peran agama dalam pembinaan kesehatan mental menurut Zakiah Daradjat agama berfungsi sebagai terapi bagi jiwa yang gelisah dan terganggu, berperan sebagai alat pencegah (preventif) terhadap kemungkinan gangguan

<sup>10</sup> Albi Anggito, Johan Setiawan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Sukabumi: CV Jejak, 2018) hal 243

<sup>11</sup> <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/48667>

<sup>12</sup> <http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/attazakki/article/view/852>

<sup>13</sup> <http://www.jikm.unsri.ac.id/index.php/jikm/article/download/716/pdf>

<sup>14</sup> [e-repository.perpus.iainsalatiga.ac.id/id/eprint/1959](http://e-repository.perpus.iainsalatiga.ac.id/id/eprint/1959)

kejiwaan dan merupakan faktor pembinaan (konstruktif) bagi kesehatan mental pada umumnya.

Kelima, Penelitian yang ditulis oleh Susilwati dalam skripsinya dengan judul Kesehatan Mental menurut Zakiah Daradjat.<sup>15</sup> Pada tahun 2017 di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi. Dalam penelitian ini ditemukan bahwa secara garis besar yang dibahas Zakiah Daradjat dalam mengenai kesehatan mental adalah mencangkup prinsip kesehatan mental, kaitan agama dan kesehatan mental, kesehatan mental dan ketenangan hidup dan peranan agama dalam kesehatan mental.

Keenam, Penelitian yang ditulis oleh Zakiyatul Fitri dalam skripsinya dengan judul Pemikiran Zakiah Daradjat tentang Pendidikan Moral (Analisis Buku Membina Nilai-Nilai Moral di Indonesia) pada tahun 2016 di Institut Agama Islam Negeri Salatiga Jurusan Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan<sup>16</sup>. Dalam penelitian ini ditemukan bahwa Pendidikan moral Zakiah Daradjat ialah pendidikan yang berlandaskan pada Pancasila yang menjadikan sila pertamanya yaitu Ketuhanan yang Maha Esa menjadi jiwa atau ruh bagi butir sila yang lain dalam menjalankan pendidikan moral yang ada. Sehingga dalam melaksanakan pendidikan moral Zakiah Daradjat memberikan penekanan kepada semua pilar-pilar pendidikan moral dalam hal ini keluarga, sekolah dan masyarakat maupun pemerintah untuk bersama-sama menjadikan Pancasila menjadi pegangan hidup, tidak cukup hanya menghafalkan teks tapi menyelaraskan antara perbuatan dan ucapan dengan nilai-nilai yang terkandung didalamnya

Dari sebagian besar kajian pustaka diatas, penulis menemukan bahwa penelitian yang berfokus pada pengalaman SMP dan SMK Islam Ruhama dalam menerapkan konsep mental Hygiene bu Zakiah Daradjat belum ada. Maka berikut adalah diskusi analisa dan hasil yang ditemukan penulis.

### **C. Hasil dan Pembahasan**

Dalam menjelaskan pengalaman penerapan konsep mental hygiene dalam institusi pendidikan formal bagi remaja ini akan dibagi dalam tiga pokok pembahasan. Pertama, Definisi Mental Hygiene Zakiah Daradjat dan Nilai-nilai moral yang terkandung di dalamnya. Kedua, Metode yang atraktif dan inovatif dalam menerapkan konsep mental hygiene ini. Ketiga, Penerapan konsep Mental Hygiene yang holistik dan integratif dalam tri pusat pendidikan. Berikut adalah keterangannya.

#### **1. Definisi Mental Hygiene Zakiah Daradjat dan Nilai-nilai Moral di dalamnya**

Secara etymologis mental hygiene berasal dari kata: mental dan hygiea. Sedangkan hygiea adalah nam dewi kesehatan yunani. Sementara hygiene berarti ilmu kesehatan. Sedang mental dari kata latin mens/mentis yang berarti jiwa. Mental Hygiene disebut juga psycho-Hygiene. Psyche dari kata yunani psuche yang berarti nafas, asas kehidupan, hidup, jiwa, roh, sukma, semangat<sup>17</sup>. Secara garis besar, prinsip pokok kesehatan mental ada tiga, yaitu; pemenuhan kebutuhan pokok, kepuasan, dan posisi atau status sosial<sup>18</sup>

Sebelum menjelaskan definisi mental hygiene milik zakiah daradjat, penulis akan memaparkan sedikit sejarah kemunculan ilmu kesehatan mental ini. Hal ini karena berhubungan dengan karakteristik konsep mental hygiene milik zakiah daradjat. Mental

---

<sup>15</sup> <http://repository.radenintan.ac.id/1298/>

<sup>16</sup> <http://e-repository.perpus.iainsalatiga.ac.id/1413/>

<sup>17</sup> Dr. Kartini Kartono, dr. Jenny Andari, *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam* (Bandung:: CV Mandar Maju, 1989) Hal 3

<sup>18</sup> *Ibid*, hal 29

Hygiene dapat diambil dari sejarah perkembangan abnormal psikologi dan psikiatri di Amerika Serikat pada tahun 1783. Adalah seorang dokter, Benjamin Rush (1745-1813) yang ditugaskan untuk merawat 24 pasien yang dianggap gila. Rush, berbeda dengan metode irasional yang dipraktekkan oleh usia-usia sebelumnya, memperlakukan pasiennya dengan cara yang rasional. Metodenya meliputi dan dorongan serta motivasi lahir sehingga berdampak pada kebersihan mental<sup>19</sup>. Funkhouser pernah menegaskan bahwa kebersihan mental harus seimbang dengan kebersihan fisik untuk menjaga kondisi umat manusia<sup>20</sup>.

Kesehatan mental sebagai suatu ilmu mempelajari perilaku seseorang yang mengalami gangguan kejiwaan untuk diberi penanganan agar supaya sembuh. Ini sebagai respon terhadap sikap orang yang mengalami gangguan kejiwaan pada masa pra sejarah yang dinyatakan karena terkena sihir atau gangguan sehat. Pada ujungnya mereka yang membahayakan akan dibiarkan saja dan bahkan bisa dibunuh. Berangkat dari sini ilmu kesehatan barat mengembangkan ilmu kesehatan mental dengan wajah baru dalam menangani mereka yang terkena gangguan jiwa agar kembali memiliki mental yang sehat.

Pada abad ke-19 muncullah gerakan mental hygiene sebagai respon penolakan terhadap penanganan pasien gangguan jiwa yang diobati dengan cara konvensional yang tidak manusiawi. National Committee for Mental Hygiene di Amerika memiliki 4 tujuan utama gerakan ini, yaitu; 1. Perbaikan dlm metode pemeliharaan & penyembuhan pasien, 2. Membantu mengurangi faktor penyebab penyakit mental, 3. Meberi perawatan ilmiah sebaik mungkin, 4. Meningkatkan daya tahan mental semua pria, wanita & anak<sup>21</sup>.

Di dalam model holistik bahwa konsep kesehatan mental dibangun berdasarkan integrasi dari berbagai aspek pengetahuan : antropologi, sosiologi, pendidikan, psikologi, agama, dan kedokteran. Namun Zakiah memiliki pandangan lain bahwa agama yang menjadi pondasi dasar dari bangunan kesehatan mental. Artinya agama bukan hanya menjadi bagian dari bangunan kesehatan mental, melainkan justru agama adalah pondasi dasar dalam membangun kesehatan mental<sup>22</sup>. Ciri khusus ini adalah penekanan pada ilmu agama dan hubungannya dalam membangun kesehatan jiwa<sup>23</sup>. Ia mengatakan bahwa agama merupakan kebutuhan dasar yang dibutuhkan oleh jiwa setiap manusia<sup>24</sup>. Dengan demikian, menjadi religius dalam konteks psikologi berarti memiliki kesadaran dan pengalaman religius sekaligus<sup>25</sup>. Dari sini, tampak jelas sekali karakteristik konsep mental hygiene zakiah daradjat dibandingkan dengan yang dari barat.

Selanjutnya, konsep mental hygiene ini sendiri secara filosofis memiliki hubungan yang erat dengan nilai-nilai pancasila negara Indonesia. Beliau mengatakan bahwa pancasila sudah seharusnya menjadi landasan hidup bangsa Indonesia yang mana di dalamnya mengandung nilai-nilai moral yang luhur. Berikut adalah pemaparan tentangnya:

---

<sup>19</sup> Y. Syamsu, *Mental Hygiene Perkembangan Kesehatan Mental dalam Kajian Psikologi dan Agama*. (Bandung: Pustaka Banu Quraisy, 2004) Hal 5

<sup>20</sup> W. L. Funkhouser, "Mental Hygiene," *The Journal of Nervous and Mental Disease*, vol. 55, no. 5, 1922, [Online]. Available: [https://journals.lww.com/jonmd/Fulltext/1922/05000/Mental\\_Hygiene.45.aspx](https://journals.lww.com/jonmd/Fulltext/1922/05000/Mental_Hygiene.45.aspx)

<sup>21</sup> <https://www.mhanational.org/staying-mentally-healthy>

<sup>22</sup> Zakiah Daradjat, *Ilmu Jiwa Agama* (Jakarta: Penerbit Bulan Bintang, 1976) hal 13

<sup>23</sup> Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental* (Jakarta: PT Gunung Agung, 1985) Hal 10

<sup>24</sup> Zakiah Daradjat, *Pendidikan Agama Dalam Pembinaan Mental* (Jakarta: Penerbit Bulan Bintang,, 1982) Hal 20

<sup>25</sup> Zakiah Daradjat, *Ilmu Jiwa Agama...hal 13.*

*Pertama*, Ketuhanan Yang Maha Esa. Pada sila pertama ini mengandung sebuah konsekuensi pengakuan. Pengakuan tersebut adalah pengakuan atas nilai moral yang ditentukan oleh Tuhan, yang tentunya hanya ada dalam ajaran agama. Dalam arti yang lain bahwa nilai moral tidak boleh berlawanan atau bertentangan dengan agama yang dianutnya. Apabila seorang mengaku beragama akan tetapi ia tidak mengakui nilai moral yang diajarkan agamanya berarti dia tidak mengakui sila pertama dari Pancasila.

*Kedua*, Kemanusiaan yang adil dan beradab. Beliau menekankan bahwa dalam menentukan moral bangsa tidak boleh bertentangan antara satu sila dengan sila yang lainnya. Begitupun dengan sila kedua ini yang menekankan moral adab di dalamnya. Maka sila kedua ini harus dihubungkan dengan sila pertama yang merupakan jiwa dan semen perekat antara sila itu semua. Yang dimaksud dengan kemanusiaan adalah peri kemanusiaan yang diajarkan oleh agama dan keadilan adalah yang ditentukan oleh ajaran agama dan sopan santun atau adab tidak akan pernah bertentangan dengan agama.

*Ketiga*, Persatuan Indonesia. Nilai moral untuk bersatu dan tidak terpecah belah adalah pesan yang dibawa dalam sila ketiga ini. Nilai moral sila ketiga ini harus dijelaskan kaitannya dengan sila yang lainnya terutama sila pertama. Hal ini jika bangsa Indonesia tidak memiliki jiwa ketuhanan maka akan sangat bisa dibuat tafsiran yang mencari keuntungan untuk dirinya saja.

*Keempat*, Kerakyatan yang dipimpin oleh hikmat kebijaksanaan dalam permusyawaratan perwakilan. Lagi-lagi zakiah memberikan penjelasan yang menarik tentang sila keempat ini yaitu bahwasanya sila keempat ini juga harus dijiwai dengan sila yang pertama sehingga tidak akan terjadi bias tafsir. Nilai moral yang harus dianut dari sila keempat ini adalah rasa kerakyatan yang dipimpin oleh hikmah kebijaksanaan dalam permusyawaratan perwakilan. Dalam arti lain, seseorang tidak boleh merasa bahwa ia lebih berhak dan orang lain tidak. Segala hak dan kewajiban ditentukan dengan hukum dan aturan yang sama secara adil jujur dan benar sesuai dengan ketentuan Tuhan.

*Kelima*, Keadilan sosial bagi seluruh rakyat Indonesia. Sila kelima sebagai sila akhir dari Pancasila juga harus dijiwai dengan sila pertama. Hal ini akan memunculkan keadilan sosial yang benar-benar untuk seluruh rakyat Indonesia. Hal ini akan terwujud dengan cara yang tidak berlawanan dengan maksud ketuhanan Yang Maha Esa<sup>26</sup>.

Dari pemaparan ini, sangat jelas kita mengetahui alasan kuat masih terus berlangsungnya penerapan konsep mental hygiene zakiah daradjat dalam institusi pendidikan ini. Yang pertama adalah karakteristik konsep ini sendiri yang memberikan penekanan terhadap agama sangat erat dengan kondisi bangsa Indonesia yang religius. Kedua, bahwa konsep mental hygiene ini mengandung nilai-nilai moral yang luhur dan memiliki hubungan yang erat dengan Pancasila sebagai asas dasar negara Indonesia.

## **2. Metode yang inovatif dalam menerapkan konsep mental hygiene zakiah daradjat**

Inovasi yang dihadirkan oleh yayasan Islam Ruhama dalam penerapan konsep mental hygiene Zakiah Daradjat menuai hasil yang sangat positif. Hasil tersebut dapat diketahui dari hasil wawancara dengan bapak Juhdi pada tingkat SMP, dan dengan bapak Ridwan di tingkat menengah-atas, yaitu SMK. Inovasi ini tidak lepas dari usaha para dewan guru agar para siswa tidak merasa bahwa mereka berada dalam sebuah mekanisme mental hygiene. Fakta demikian tentu saja menarik untuk diteliti. Secara

---

<sup>26</sup> Zakiah Daradjat, *Membina Nilai-Nilai Moral di Indonesia*.(Jakarta: Bulan Bintang., cetakan ke-4, 1985) Hal 29

garis besar inovasi ini diterapkan dalam 3 hal besar, yaitu; inovasi dalam membangun kualitas guru, kurikulum dan wali murid. Berikut adalah penjelasannya.

a. Inovasi dalam membangun kepribadian guru

Ada tiga langkah strategis yayasan ini dalam berinovasi terhadap guru-guru di sekolah ini. Pertama, pemilihan guru yang berdasarkan pada kesiapan menjadi guru pendidik dan bukan karena status tingginya pendidikan yang diraih. Kedua, membangun ikatan emosi yang kuat dengan mendahulukan guru yang alumni dari sekolah atau murid zakiah daradjat. Ketiga, menjadikan guru figur bagi anak didik dan siap untuk dibina. Perasaan dan emosi guru yang mempunyai kepribadian terpadu tampak stabil, optimis dan menyenangkan<sup>27</sup>. Ini yang digencarkan dalam pengalaman yayasan ini. Berangkat dari hal ini menurut pak Juhdi dalam keterangannya ia menyampaikan bahwa ibu (red:zakiah) pernah berpesan untuk memilih guru bukan hanya berdasarkan kualifikasi tingkat pendidikannya yang tinggi, namun justru lebih memperhatikan kesiapan dirinya untuk menjadi pribadi pendidik<sup>28</sup>.

Langkah pertama dalam membuat inovasi terhadap guru ini diterapkan pada saat menerima guru. Pada saat menerima calon guru di SMP maupun SMK tidaklah ketat dengan melihat kepada lembaran-lembaran sertifikat kependidikan yang ia miliki melainkan interview kepada persiapan untuk mau dan mampu menjadi guru yang ikhlas mendidik dan memiliki rasa kepemilikan terhadap kemajuan sekolah. Selanjutnya langkah kedua dalam inovasi terhadap guru ini adalah ternyata sebagian besar guru di SMP dan SMK ini adalah alumni sekolah tersebut dan anak murid dari ibu zakiah saat mengajar di perguruan tinggi. Bahkan menurut pengakuan pak Juhdi ada alumni sekolah ini yang menjadi kepala tingkat TK dan SD. Artinya ternyata ada ikatan emosional yang kuat telah dibangun antara pendiri yayasan, guru dan keluarga besar sekolah. Dalam beberapa pertemuan guru sering sekali diajak untuk selalu memiliki sense of belonging yang tinggi terhadap kemajuan sekolah<sup>29</sup>.

Zakiah juga menegaskan dalam bukunya bahwa seorang guru hendaknya mengetahui bagaimana cara murid belajar dengan baik dan berhasil<sup>30</sup>. Setidaknya ada 6 unsur pokok yang harus diperhatikan guru terhadap anak didiknya. Pertama, kegairahan dan kesediaan untuk belajar. Kedua, membangkitkan minat murid. Ketiga, menumbuhkan sikap dan bakat yang baik. Keempat, mengatur proses belajar mengajar dan pengalaman belajar serta berbagai kegiatan yang berhubungan dengannya. Kelima, berpindahnya pengaruh belajar dan pelaksanaannya ke dalam kehidupan nyata. Keenam, hubungan manusiawi dalam proses belajar<sup>31</sup>.

Hal yang penting lainnya lagi sebagai langkah ketiga adalah sekolah ini berhasil membuat inovasi agar guru dan seluruh staffnya menjadi figur bagi anak didik. Sebagai contoh yang ditemukan dari hasil wawancara adalah, bahwa pihak sekolah selalu menjaga konsistensi mereka dalam menerapkan nilai-nilai syariat yang bersifat praktis bagi semua civitas akademiknya. Solat tepat waktu misalnya, pihak sekolah selalu menjaga agar semua elemen baik dewan guru maupun siswa untuk menunaikan solat fardlu, khususnya yang waktunya bertepatan dengan kegiatan pendidikan dan pengajaran, di lingkungan sekolah. Kepala sekolah tidak

<sup>27</sup> Zakiah Daradjat, *Kepribadian Guru* (Jakarta: Bulan Bintang, 2005) Hal 10

<sup>28</sup> Wawancara dengan Bp. Drs. Juhdi Assidi secara online pada tanggal 6 Agustus 2020 pukul 09.00-10.00 WIB

<sup>29</sup> Wawancara dengan Bp. Drs. Juhdi Assidi secara online pada tanggal 6 Agustus 2020 pukul 09.00-10.00 WIB

<sup>30</sup> Zakiah Daradjat, *Kepribadian Guru...* hal 14

<sup>31</sup> Zakiah Daradjat, *Kepribadian Guru...* hal 16

akan segan menegur siapapun yang terlihat kurang mengindahkan kebiasaan baik ini. Teguran dilakukan dengan tidak bersifat merendahkan namun menimbulkan kesadaran yang memotivasi pihak yang ditegur agar memperbaiki sikapnya. Hal ini demi menjaga keberlangsungan disiplin sekaligus memelihara kesehatan mental semua pihak<sup>32</sup>.

b. Inovasi dalam membangun kurikulum yang proporsional

Berawal dari sebuah kurikulum yang disusun sedemikian rupa agar ilmu agama dan sains terintegrasi secara baik. Penerapan baik secara formal di kelas maupun informal diluar kelas menjadi keunikan tersendiri dari metode ini. Kesenambungan transformasi ilmu sekaligus keteladanan yang diterapkan intra maupun ekstra sekolah oleh para guru menjadi sebuah kebiasaan yang lumrah. Maka dari itu, dalam skala formalitas, lembaga pendidikan sudah menerapkan dua kategori pendidikan, yaitu intelektual dan mentalitas. Setidaknya, ada tiga langkah utama dalam membangun kurikulum yang proporsional di sekolah ini. Pertama, berinovasi dalam menyesuaikan keadaan perubahan sosial. Kedua, berinovasi dalam menyesuaikan kebutuhan anak didik. Ketiga, berinovasi dalam menyampaikan nilai pendidikan secara adil dan menyeluruh.

Dalam mengembangkan kurikulum, sekolah ini memiliki 14 prinsip utama sebagaimana tertera dalam dokumen kurikulum mereka, yaitu; 1. Berpusat pada potensi, perkembangan, kebutuhan, dan kepentingan Peserta Didik dan Lingkungannya. 2. Beragam dan Terpadu, 3. Tanggap Terhadap Perkembangan Ilmu Pengetahuan, Teknologi dan Seni, 4. Relevan dengan Kebutuhan Kehidupan (Dunia Kerja dan Masa Depan), 5. Menyeluruh dan Berkesinambungan, 6. Belajar Sepanjang Hayat, 7. Seimbang Antara Kepentingan Nasional dan Kepentingan Daerah, 8. Karakteristik Satuan Pendidikan, 9. Peningkatan Iman dan Takwa serta Akhlak Mulia, 10. Mengembangkan Toleransi terhadap Perbedaan, 11. Dinamika Perkembangan Global, 12. Persatuan Nasional dan Nilai-nilai Kebangsaan, 13. Kondisi Sosial Budaya Masyarakat, 14. Kesetaraan Jender<sup>33</sup>.

Berlandaskan prinsip-prinsip di atas, sekolah ini terus berinovasi. Dalam langkah pertamanya, sekolah ini terus berinovasi dalam membangun kurikulum yang sesuai dengan perubahan keadaan sosial. Sebagaimana pada masa pandemi yang melanda dunia saat ini, mereka membuat suplemen kurikulum darurat. Suplemen darurat ini dibangun di atas tiga landasan utama, yaitu landasan filosofis, landasan sosiologis dan landasan psiko-pedagogis. Sebagai contoh dalam landasan sosiologis, telah jelas dinyatakan bahwa kurikulum darurat dikembangkan atas dasar kebutuhan merespon perubahan rancangan dan proses pendidikan dalam rangka memenuhi dinamika kehidupan keberagamaan, bermasyarakat, berbangsa, dan bernegara, membangun masyarakat yang sejahtera dan berkeadilan terutama pada masa darurat covid 19<sup>34</sup>.

Tidak berhenti pada penyesuaian keadaan perubahan sosial, sekolah ini juga berinovasi dalam menyesuaikan kebutuhan anak didik. Sebagai contoh apa yang disampaikan oleh pak Ridwan kepala SMK Islam Ruhama bahwa jurusan yang dipilih sekolah ini adalah perkantoran dan penjualan. Hal ini karena yang paling memungkinkan bagi mereka untuk mendapatkan pekerjaan setelah sekolah. Namun bukan saja sekedar menyesuaikan kebutuhan anak didik, sekolah juga tetap teguh dengan prinsip awal pendirian yayasan ini yaitu membantu meningkatkan kondisi

---

<sup>32</sup> Wawancara dengan Bp. Drs. Juhdi Assidi secara online pada tanggal 6 Agustus 2020 pukul 09.00-10.00 WIB

<sup>33</sup> Dokumen Kurikulum SMP Islam Ruhama

<sup>34</sup> Dokumen Suplemen Kurikulum Darurat SMP Islam Ruhama

ekonomi dan agamis daerah sekitar. Maka dari itu program keagamaan juga tetap menjadi nomor satu<sup>35</sup>.

Selanjutnya yang menjadi inovasi langkah ketiga adalah bahwa sekolah ini tidak membedakan antara anak yang normal dan yang berkebutuhan khusus. Sekolah ini tetap menerima menerima anak didik yang bahkan memiliki keterbatasan mental. Di dalam praktiknya, mereka tetap menjadi satu kelas dengan anak-anak biasa. Tentu hal ini menjadi sulit bagi guru untuk mampu menguasai kelas dengan baik. Kunci rahasianya adalah, kembali kepada kepribadian guru dan batas capaian keberhasilan yang diperuntukkan bagi anak berkebutuhan khusus tidak sama dengan anak normal umumnya. Khusus anak yang luar biasa cukup bagi mereka mampu bersosial dengan baik itu menjadi prestasi yang tepat. Namun di dalam mendidik mereka tidak perlu harus dipisahkan dengan anak-anak biasa yang lainnya<sup>36</sup>.

c. Berkomunikasi dengan wali murid.

Membangun komunikasi yang baik adalah langkah inovatif yang diambil oleh yayasan dalam sekolah ini. Hal ini guna menghindari kesalahfahaman antara sekolah dan juga wali murid. Setidaknya ada tiga langkah utama dalam menjalankan inovasi ini. Pertama, komunikasi interview saat pertama orang tua memasukkan anaknya. Kedua, pengawalan perkembangan anak selama dididik hingga akhir masa studi. Ketiga, sekolah selalu terbuka untuk mendapatkan ide dan kreatifitas dari wali murid.

Pertama, berdasarkan hasil wawancara dengan bapak Juhdi yaitu bahwa sejak calon siswa melakukan pendaftaran, maka sang wali murid secara intensif mendapatkan juga wawancara mengenai kondisi lingkungan tempat calon siswa tinggal, baik rumah, maupun luar rumah. Darinya, tidak jarang didapatkan problema keluarga yang menjadi milih calon siswa memberikan pengaruh yang kurang baik terhadap kesehatan jiwa calon siswa terkait. Dari sini, sekolah akan membuat langkah yang bijak untuk mendidik setiap murid di sekolah ke depannya<sup>37</sup>.

Penanganan berdasarkan problematika terkait calon siswa pun tidak jarang menjadi bahan pertimbangan yang krusial dalam menentukan bagaimana mereka akan dididik di lembaga ini. Hal tersebut sesuai dengan konsep mental hygiene sang pendiri yaitu Zakiah Daradjat yang meyakini bahwa integrasi pendidikan di rumah dan di sekolah menjadi salah satu media keberhasilan pembentukan mental siswa yang baik. Bahkan dalam penerapannya, pihak sekolah secara rutin mengadakan perkumpulan dengan para siswa sekaligus para wali siswa tersebut sebagai mediasi intensif bagi mereka untuk berkomunikasi antar mereka sendiri, terkait apapun yang menjadi fokus perhatian para siswa selama menempuh pendidikan dan pengajaran di SMP Islam Ruhama.

Kedua, saat masa pendidikan berlangsung sekolah terus mengajak wali murid untuk bersama mengawal perkembangan pendidikan anak mereka. Bahkan dari keterangan hasil wawancara dengan bapak Juhdi tidak jarang ditemukan para wali siswa menangis setelah mendengar dan memperhatikan dengan seksama apa yang selama ini para putra maupun putri mereka alami sebagai pengalaman baik positif maupun sebaliknya baik di sekolah maupun di lingkungan luar sekolah. Kegiatan ini merupakan inovasi dan terapi unik yang diterapkan oleh pihak sekolah

---

<sup>35</sup> Wawancara dengan Bp. Ridwanudin secara online pada tanggal 27 Agustus 2020 pukul 09.00-10.00 WIB

<sup>36</sup> Wawancara dengan Bp. Drs. Juhdi Assidi secara online pada tanggal 6 Agustus 2020 pukul 09.00-10.00 WIB

<sup>37</sup> Wawancara dengan Bp. Drs. Juhdi Assidi secara online pada tanggal 6 Agustus 2020 pukul 09.00-10.00 WIB

agar para wali siswa merasa bahwa mereka juga merupakan elemen yang sangat penting bagi perkembangan mental yang baik bagi putra-putrinya.

Ketiga, pihak sekolah juga dengan senang hati menampung kreatifitas dan inovasi dari semua pihak yang bertendensi memajukan sistem sekolah, termasuk juga dari wali murid. Ide yang berasal dari niat baik dipercaya oleh pihak sekolah dapat membantu kelestarian ide, sistem dan kinerja dari pihak-pihak yang terkait langsung dengan kegiatan pengajaran dan pendidikan di sekolah. Peneliti sangat mengapresiasi transparansi dan keterbukaan yang terintegrasi di yayasan ini.

Dari keterangan di atas peneliti melihat bahwa pedirinya, Zakiah yang telah mewakafkan sebagian besar kepemilikannya telah berhasil membangun sebuah sistem kesehatan mental bagi seluruh elemen terkait. Dari para pengurus, dewan guru, siswa, bahkan para wali siswa dapat merasakan buah dari keikhlasan ini. Segala hal dan kebijakan tersebut sedemikian rupa diterapkan guna menjamin keberlangsungan ide sang pendiri yayasan sekaligus sebagai usaha dalam pemeliharaan kesehatan mental para siswanya

### **3. Penerapan konsep Mental Hygiene yang holistik dan integratif di dalam tri pusat pendidikan**

Secara konseptual, seperti yang telah tersebut diatas bahwa mental hygiene Zakiah Daradjat berasal dari penelitiannya sendiri. Mental hygiene yang diterapkan kepada para remaja ini melingkupi sekolah, keluarga dan masyarakat. Maka tidak jarang pihak sekolah selain menerapkan serangkaian aktifitas di lingkungan sekolah, juga secara simultan dan kreatif di dwi pusat pendidikan lainnya. Stimultanitas dan kreatifitas tersebut tidak terlepas dari ide pokok dari konsep mental hygiene yaitu menjaga kesehatan mental remaja. Ini berarti semua pihak: sekolah, rumah, dan lingkungan yang dimaknai sebagai masyarakat, selain sebagai agen juga merupakan objek dari konsep itu sendiri. Sinergi dari tri pusat pendidikan ini lazim dilakukan guna menjamin pemeliharaan secara intensif dari mental para siswa sebagai objek utama konsep ini.

Sebagai jaminan atas linieritas ide dari sekolah hingga masyarakat, pihak sekolah disini secara rutin membina para wali murid sebagai pihak keluarga dan secara aktif mendatangi lingkungan dimana para siswa tinggal. Pembinaan secara rutin ini menghasilkan pola yang holistik sekaligus integratif dari ide pokok mental hygiene Zakiah Daradjat. Bahkan sejak semula yayasan Ruhama didirikan, lingkungan sekitar yang pada awalnya pesimis dengan ide Zakiah dalam penanaman konsep mental hygiene ini, dalam jangka waktu yang relatif singkat mengintegrasikan sistem sosialnya dengan yayasan tersebut.

Darinya dapat dipahami bahwa guna menjamin keberlangsungan dan tumbuh-kembang yang baik dari suatu ide dibutuhkan pembinaan terhadap siapapun yang hidup disekitar ide tersebut. Dalam hal ini Zakiah menanamkan pola yang cukup matang agar siapapun setelahnya dapat tetap menjalankan ide tersebut secara holistik dan integratif.

Usaha-usaha yang dilakukan oleh para penerus ide yang telah menjelma menjadi konsep bahkan lembaga pendidikan ini selalu menjamin keberlangsungannya pula dengan sistem kaderisasi. Hal ini dapat dilihat dari fakta bahwa beberapa dewan pengajar di sekolah tersebut merupakan alumnus dari almamaternya sendiri. Dengan menjalankan rutinitas kehidupan di luar sekolah, secara tidak langsung para dewan pengajar ini juga menjadi teladan bagi sekitarnya. Maka tidak heran lingkungan dimana para wali siswa juga tinggal di sekolah ini berdiri, mayoritas mendukung penuh segala aktifitas yang dilakukan sekolah dalam menjalankan konsep mental hygiene. Bahkan

masyarakat pun tidak segan menghubungi pihak sekolah jika mendapatkan siswa sekolah tersebut yang melakukan pelanggaran disiplin.

#### **D. Penutup**

Meneliti pengalaman suatu institusi pendidikan dengan jerih payah dan keberhasilannya sangatlah penting. Hal ini karena akan memberikan refleksi bagi masyarakat pada umumnya dan akademisi secara khusus di dalam mengembangkan studi yang telah dipelajarinya. Yayasan Islam Ruhama dengan dua institusi pendidikan sekolah menengah yaitu SMP dan SMK Islam Ruhama patut menjadi contoh untuk negeri ini. Ada dua alasan utama yang mendasari hal tersebut bagi peneliti. Pertama keunikan karakteristik konsep mental hygiene yang mendasarkan agama sebagai tolak ukur kesehatan mental patut diapresiasi dan dikembangkan. Kedua, sistem yang diterapkan oleh dua institusi sekolah ini berhasil membuat kaderisasi yang baik sehingga nilai-nilai moral dari konsep mental hygiene zakiah daradjat ini masih exsist hingga saat ini.

Secara filosofis bahwa negara Indonesia dikenal dengan sistem pendidikan pesantrennya, ini sangat sesuai dengan karakter konsep mental hygiene zakiah daradjat yang mengedepankan agama sebagai pondasi utama. Terlebih secara statistik bahwa Indonesia adalah negara dengan populasi muslim terbanyak di dunia, akan sangat tepat jika konsep mental hygiene ini diterapkan pada setiap institusi pendidikan, khususnya institusi pendidikan Islam. Secara praktis yayasan ini juga mampu membuahkan hasil yang baik dalam sistem kaderisasinya. Hal ini ditandai dengan sukarela para alumninya untuk mengembangkan sekolah dan memajukannya. Harapan peneliti, agar supaya ke depannya masih banyak lagi yang akan mempelajari konsep kesehatan mental islami yang serupa dan bisa juga dengan tokoh yang berbeda. Dengan demikian, bangsa Indonesia secara masif akan memiliki mental yang sehat dan sesuai dengan asas dasar negara yaitu Pancasila dan UUD 1945.

#### **E. Ucapan Terimakasih**

Sebagai bagian dari Penelitian Dosen Pemula, proyek ini didanai oleh Direktorat Riset dan Pengabdian Masyarakat, Direktorat Jenderal Penguatan Riset dan Pengembangan Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi (KEMENRISTEKDIKTI).

## F. Daftar Pustaka

- Albi Anggito, Johan Setiawan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Sukabumi: CV Jejak, 2018) hal 243
- Beverley Hancock, *An Introduction to Qualitative Research*, (Trent Focus Group: Nottingham, 2002) hal 17
- Juragan Kecil, "Biografi Prof. Dr. Zakiah Daradjat", dwcorp, 8th of April 2015, via dwcorp, <http://dwcorp.blogspot.my/> diakses pada tanggal 17 November 2020
- Kartini Kartono, dr. Jenny Andari, *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam* (Bandung:: CV Mandar Maju,1989) Hal 3
- Muh Mawangir, Zakiah Daradjat dan Pemikirannya tentang Peran Pendidikan Islam dalam Kesehatan Mental, An Article published in Intizar, Faculty of Ushuluddin and Islamic Thought Islamic State University of Raden Fatah Palembang, Vol. 21, No.1, 2015
- Muh. Fitrah & Luthfiyah, *Metodologi penelitian: penelitian kualitatif, tindakan kelas & studi kasus*, (Sukabumi: CV Jejak Publisher, 2018) hal.68
- W. L. Funkhouser, "Mental Hygiene," *The Journal of Nervous and Mental Disease*, vol. 55, no. 5, 1922, [Online]. Available: [https://journals.lww.com/jonmd/Fulltext/1922/05000/Mental\\_Hygiene.45.aspx](https://journals.lww.com/jonmd/Fulltext/1922/05000/Mental_Hygiene.45.aspx)
- Y. Syamsu, *Mental Hygiene Perkembangan Kesehatan Mental dalam Kajian Psikologi dan Agama*. (Bandung:: Pustaka Banu Quraisy, 2004) Hal 5
- Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: PT Gunung Agung, 1985) hal 13
- Zakiah Daradjat, *Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta: Penerbit Bulan Bintang, 1976) hal 13
- Zakiah Daradjat, *Problema Remaja di Indonesia*, (Jakarta: Penerbit Bulan Bintang, 1974) hal 36
- Zakiah Daradjat, *Problema Remaja di Indonesia...hal 24*
- Zakiah Daradjat, *Ilmu Jiwa Agama* (Jakarta: Penerbit Bulan Bintang, 1976) hal 13
- Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental* (Jakarta: PT Gunung Agung, 1985) Hal 10
- Zakiah Daradjat, *Pendidikan Agama Dalam Pembinaan Mental* (Jakarta: Penerbit Bulan Bintang., 1982) Hal 20
- Zakiah Daradjat, *Ilmu Jiwa Agama...hal 13*.
- Zakiah Daradjat, *Membina Nilai-Nilai Moral di Indonesia*.(Jakarta: Bulan Bintang., cetakan ke-4, 1985) Hal 29
- Zakiah Daradjat, *Kepribadian Guru* (Jakarta: Bulan Bintang, 2005) Hal 10
- Zakiah Daradjat, *Kepribadian Guru... hal 14*
- Non Buku
- Dokumen Kurikulum SMP Islam Ruhama
- Dokumen Suplemen Kurikulum Darurat SMP Islam Ruhama
- [e-repository.perpus.iainsalatiga.ac.id/id/eprint/1959](http://e-repository.perpus.iainsalatiga.ac.id/id/eprint/1959)
- <https://www.ruhama-uhamka.sch.id/> diakses: 29 Oktober 2020 (08:32)
- <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/48667>
- <http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/attazakki/article/view/852>
- <http://www.jikm.unsri.ac.id/index.php/jikm/article/download/716/pdf>
- <http://repository.radenintan.ac.id/1298/>
- <http://e-repository.perpus.iainsalatiga.ac.id/1413/>
- Wawancara dengan Bp. Drs. Juhdi Assidi secara online pada tanggal 6 Agustus 2020 pukul 09.00-10.00 WIB
- Wawancara dengan Bp. Ridwanudin secara online pada tanggal 27 Agustus 2020 pukul 09.00-10.00 WIB