

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa yang sangat mudah terkena gangguan mental, karena secara psikologis masa remaja merupakan sebuah fase peralihan dari anak-anak menuju dewasa (Muslimahayati, 2021). Selama fase ini, proses pendampingan sangatlah diperlukan demi untuk menjaga kesehatan mentalnya hingga untuk membantu kematangan proses berfikirnya. Fase remaja ini biasanya dialami oleh para peserta didik yang duduk di tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP) hingga Sekolah Menengah Atas (SMA). Banyak fenomena penyimpangan sosial yang beredar saat ini terjadi pada remaja diantaranya adalah kasus narkoba, pelecehan seksual, geng motor, tawuran, hingga depresi yang menyebabkan melukai diri sendiri (Muhyani, 2022).

Ketidak mampuan remaja dalam menghadapi masalahnya dapat dianalisis dengan menggunakan *theory of personality* yang dikemukakan oleh Sigmund Freud. Salah satu dari ketiga konstruksi utama yang membentuk kepribadian individu, yaitu ego bertanggung jawab atas kemampuan berpikir logis yang seringkali digunakan dalam menyelesaikan masalah sehari-hari (Thesalonika, 2021). Jika remaja tidak memiliki strategi atau tidak bisa mengatasi masalah kemudian memiliki (keinginan atau kesenangan) yang tidak terpenuhi dapat dimediasi melalui ego dengan perilaku yang merugikan diri sendiri dan dalam kasus yang serius, beberapa sampai melakukan percobaan melukai diri sendiri dan salah satu penyebabnya adalah terganggunya kesehatan mental (Bryana, 2014).

Salah satu gangguan mental adalah *Self-Injury* atau lebih dikenal dengan istilah *Self-Harm*, yaitu tindakan melukai diri sendiri dengan sengaja oleh dirinya sendiri. Tindakan ini dilakukan tidak dengan bertujuan bunuh diri, namun sebagai cara untuk melampiaskan emosi yang dirasakan individu sangat menyakitkan karena ia tidak mampu meluapkan emosi negatifnya dengan kata-kata (Romas, 2010). Definisi lain menyatakan bahwa *Non-Suicidal Self-Injury* (NSSI) didefinisikan sebagai perilaku melukai diri sendiri yang disengaja, yang dapat menyebabkan pendarahan, memar, dan rasa sakit yang ditujukan untuk menyebabkan kerusakan tubuh yang ringan tanpa disertai niat untuk bunuh diri (Thesalonika, 2021).

*Nabila Naimina Muwahhida, 2024*

**UPAYA GURU PAI DALAM MENANGGULANGI SELF-INJURY SISWA MELALUI PENDEKATAN SPIRITUAL DI SEKOLAH**

*Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu*

Dalam penelitian Hooley dan Klonsky ditemukan bahwa perilaku NSSI paling sering dilakukan oleh remaja dengan usia rata-rata onset perilaku NSSI dimulai dari 12-16 tahun (Klonsky, 2011). Kemudian dalam penelitian Swannell pada tahun 2014 mengenai prevalensi perilaku NSSI pada berbagai usia secara global menunjukkan bahwa remaja memiliki prevalensi tertinggi 17,2% dibandingkan dewasa awal 13,4% dan dewasa akhir 5,5%. Di Indonesia, pada studi mengenai prevalensi perilaku NSSI yang ditemukan oleh Tresno pada tahun 2012 sebanyak 38% mahasiswa berusia 16-27 tahun pernah melakukan perilaku NSSI satu kali selama hidupnya. Selain itu, pada penelitian Kaligis tahun 2021 data survei mengenai permasalahan kesehatan mental pada individu di usia transisi menunjukkan 75,3% remaja berusia 16-24 tahun melakukan *Self-Harm*. Data survei lain pada penelitian Liem pada tahun 2022 mengenai perilaku *Self-Harm* dan *suicide ideation* pada individu berusia 18-24 tahun di Indonesia menunjukkan bahwa 39,3% remaja melaporkan telah melakukan *Self-Harm* selama pandemi COVID-19. Survei lain dalam lingkup nasional penelitian dari You Gov menemukan sebanyak 36% orang Indonesia di segala usia pernah melakukan perilaku melukai diri sendiri selama hidupnya dan sebanyak 7% anak muda Indonesia melaporkan sering melukai diri sendiri. Data-data tersebut menunjukkan bahwa banyak remaja yang melakukan perilaku melukai diri sehingga riset mengenai NSSI perlu dilakukan secara lebih dalam (Afiatin, 2023).

Gangguan mental siswa merupakan salah satu tantangan serius dalam dunia pendidikan, dan menjadi tanggung jawab utama bagi komponen sekolah untuk mengatasinya. Sejauh ini, telah banyak upaya yang dilakukan oleh berbagai pihak untuk mengatasi masalah ini. Beberapa pendekatan yang umum digunakan termasuk pendekatan psikologis yang melibatkan konseling, terapi, dan intervensi psikologis lainnya (Sihotang, 2023). Namun demikian, ada juga pendekatan yang mengandalkan dimensi spiritual dalam mengatasi gangguan mental siswa sebagaimana yang terlihat dalam penerapan program keagamaan di sekolah. Selain itu salah satu elemen yang bertanggung jawab dalam menjaga kesehatan mental siswa melalui pendekatan spiritual adalah Pendidikan Agama Islam (PAI). Melalui pendekatan spiritual, Pendidikan Agama Islam tidak hanya membantu siswa memperoleh pemahaman tentang nilai-nilai spiritual, tetapi juga memberikan

dukungan dalam hal memperkuat koneksi mereka dengan diri mereka sendiri, orang lain, dan alam semesta. Dengan demikian, pendekatan spiritual seperti PAI dapat menjadi strategi yang efektif dalam membantu siswa mengatasi gangguan mental dan meningkatkan kesejahteraan mereka secara menyeluruh (Yusuf, 2022).

Menurut Narayananmy dalam penelitian (Maulana, 2019) spiritualitas sebagai sumber yang kuat untuk beradaptasi dengan masalah yang berhubungan dengan kesehatan, termasuk penyakit kronis. Praktik keagamaan juga berperan sebagai sumber dukungan yang penting bagi pasien. Pemenuhan kebutuhan spiritualitas dapat menjadi kunci strategi koping bagi pasien dalam menghadapi berbagai macam tekanan yang berhubungan dengan ancaman akibat sakit dan efek samping akibat penyakit serta perawatannya (Maulana, 2019) Adapun hasil dari penelitian Uzlah Maulana dalam penafsiran ayat-ayat spiritual oleh mufasir modern dan para peneliti kajian keislaman menjelaskan bahwa dengan pengamalan Al-Qur'an dapat berimplikasi terhadap kesehatan mental, secara umum tesis ini menjelaskan implikasi positif melalui kegiatan spiritual berdasarkan perspektif Al-Qur'an yang diterapkan di Madani *Mental Health Care*, kegiatan kegiatan spiritual yang diterapkan di Madani *Mental Health Care* yaitu dengan terapi salat lima waktu, salat taubat, pemaknaan dan pengamalan asmaul-husna, berzikir, dan membaca serta memahami ayat-ayat Al-Qur'an sebagai syifa (Maulana, 2019).

Pendidikan sejatinya merupakan usaha yang dilakukan secara terus menerus untuk memperoleh hasil yang optimal dari pendidikan itu sendiri. Hasil yang optimal tentunya dapat diperoleh dengan aplikasi pendidikan yang tepat sesuai dengan berpegang pada prinsip-prinsip Pendidikan (Sulkipani, 2014). Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) pendidikan berasal dari kata dasar didik (mendidik), yaitu memelihara dan memberi latihan mengenai akhlak dan kecerdasan pikiran (Nurkholis, 2013). Namun, pendidikan juga bukanlah sebuah hal yang selalu bersih akan dari sebuah penyebab akibat yang buruk, namun siapa yang menyangka bahwa pendidikan juga salah satu faktor yang menyebabkan kesehatan mental terganggu. Hal ini dikarenakan salah satu keunikan manusia jika dibandingkan dengan kehidupan makhluk lain, tidak pernah sepi dari nilai-nilai luhur yang dicita-citakan dan tentunya banyak faktor yang dapat mempengaruhi itu semua, bukan berarti pendidikanlah yang bersalah (Ifdil, 2018).

*Nabila Naimina Muwahhida, 2024*

**UPAYA GURU PAI DALAM MENANGGULANGI SELF-INJURY SISWA MELALUI PENDEKATAN SPIRITUAL DI SEKOLAH**

*Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu*

Dalam konteks Pendidikan, spiritualitas erat kaitannya dengan Pendidikan agama, salah satunya Pendidikan Agama Islam. Secara konseptual, Pendidikan Agama Islam memiliki dua konsep inti, yaitu "pendidikan" dan "agama Islam". Dalam pandangan Plato, pendidikan adalah proses untuk mengembangkan potensi siswa, sehingga mereka dapat mengalami perkembangan moral dan intelektual yang signifikan, serta menemukan kebenaran yang sejati. Guru memiliki peran penting dalam menciptakan motivasi yang kuat di lingkungan belajar siswa. Dalam konteks ini, guru Pendidikan Agama Islam memiliki tanggung jawab yang besar dalam memberikan pengajaran yang tepat dan membimbing siswa agar mereka dapat menginternalisasi nilai-nilai agama Islam dalam kehidupan sehari-hari (Fathoni, 2010).

Islam merupakan agama yang menempatkan pendidikan dalam posisi yang sangat penting. Sebagaimana yang pernah dikatakan oleh Malik Fajar, bahwa hubungan antara Islam dan pendidikan bagaikan dua keping mata sisi uang, artinya Islam dan pendidikan mempunyai hubungan filosofis yang sangat mendasar (Fajar, 2005). Islam dan pendidikan, sesuai dengan fungsinya sebagai sarana terbaik untuk mengajarkan hal-hal yang baik, yang menguntungkan banyak pihak sesuai dengan perintah dan larangannya (Anggraini, 2019). Terlepas dari teori yang banyak ditemukan dari berbagai literatur, nyatanya agama Islam pun membahas bagaimana kesehatan mental. Al-Qur'an dan Sunnah memberikan dorongan yang kuat bagi pemeluknya untuk memelihara kesehatan fisik dan mentalnya, dan dalam berbagai ayatnya. Kesehatan mental dalam Islam ialah suatu kajian yang bersifat teoretik dan praktik mengenai kesehatan mental manusia dengan mendasarkan konsep teoritiknya kepada al-Qur'an. Kesehatan mental dalam perspektif Islam juga yang menjadikan al-Qur'an al-karim sebagai landasan teoritiknya menekankan arti dan hakekat kesehatan mental manusia untuk mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat (Siddik, 2018).

Zakiah Daradjat dalam penelitian Masjkur mengungkapkan bahwa Guru Agama yang bijaksana dan mengerti perkembangan perasaan remaja yang tidak menentu, dapat menggugahnya dengan petunjuk agama tentang pertumbuhan dan perkembangan seseorang yang sedang memasuki masa baligh (puber). Salah satu ketentuan, misalnya dengan memberikan pengertian tentang berbagai ibadah yang

dulu telah dilakukan remaja, misalnya salat, puasa dan sebagainya, sekarang diberikan hikmah dan makna psikologis bagi ibadahnya tersebut, misalnya makna salat bagi kesehatan mentalnya. Ia dapat mengungkapkan perasaan yang galau kepada Allah Swt. dan ia dapat berdoa memohon ampun atas kekeliruannya, ia boleh minta dan mengajukan berbagai harapan dan keinginan kepada Allah Swt. yang Maha Mengerti dan Maha Penyayang kepada hamba-Nya (Masjkur, 2018).

Banyak penelitian telah dilakukan untuk mengeksplorasi peran atau upaya guru Pendidikan Agama Islam (PAI) dalam menangani masalah kesehatan mental. Salah satunya adalah penelitian oleh Muhyani, Ainiyah Hidayanti Yusup, dan Yono pada tahun 2022 yang berjudul "Hubungan Peran Guru PAI dengan Kesehatan Mental Siswa di SMK Negeri 1 Cibinong Selama Covid-19". Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa kesehatan mental siswa menunjukkan perbaikan yang positif, meskipun hubungan antara peran guru dan kesehatan mental siswa cenderung lemah. Oleh karena itu, peran guru PAI dianggap sangat penting dalam memperhatikan kesehatan mental siswa (Muhyani, 2022).

Penelitian lain yang dilakukan oleh Ummu Habibah Rahmah, Siti Roudhotul Jannah, Jaenullah, dan Dedi Setiawan pada tahun 2022 dalam sebuah jurnal berjudul "Pembinaan Kesehatan Mental Peserta Didik Melalui Kegiatan Keagamaan" menunjukkan bahwa kegiatan keagamaan di SD NU Metro memiliki peran penting dalam membentuk kesehatan mental peserta didik. Faktor pendukung dalam pelaksanaan pembinaan kesehatan mental termasuk ketersediaan sarana dan prasarana yang memadai serta mendukung. Namun, faktor penghambatnya adalah kurangnya kehadiran guru yang memiliki latar belakang dalam bidang psikologi atau bimbingan dan konseling (Rahmah, 2022).

Penelitian terakhir, yang dilakukan oleh (Sudirman, 2020) dalam skripsi berjudul "Upaya Guru Pendidikan Agama Islam dalam Membina Mental Peserta Didik di SMP Negeri 2 Bua Ponrang Kec. Ponrang Kab. Luwu", menyimpulkan bahwa pembinaan kesehatan mental hanya dilakukan melalui program keagamaan dan selama proses pembelajaran oleh guru PAI, dan hal ini cukup memberikan dampak positif terhadap kesehatan mental siswa. Namun, hambatan dalam proses pembelajaran PAI adalah kurangnya efektivitas dalam pelaksanaan kurikulum.

Dengan melihat latar belakang yang disajikan sebelumnya, ditemukan bahwa peran guru Pendidikan Agama Islam (PAI) di sekolah jauh lebih luas daripada hanya menjadi pengajar. Hal ini menunjukkan bahwa guru PAI tidak hanya bertanggung jawab atas penyampaian materi pelajaran agama, tetapi juga memiliki peran yang signifikan dalam membimbing siswa untuk menjaga keseimbangan mental dan spiritual mereka. Melalui nilai-nilai spiritual yang ditanamkan, guru PAI berperan dalam menciptakan lingkungan belajar yang mendukung pertumbuhan holistik siswa, baik dari segi akademik maupun kesejahteraan mental. Mengingat pentingnya peran guru Pendidikan Agama Islam dalam membentuk kepribadian siswa, maka dalam temuan ini penulis tertarik untuk mengindikasikan bahwa peran guru Pendidikan Agama Islam (PAI) memiliki signifikansi besar dalam menjaga kesejahteraan mental, terutama dalam kasus *Self-Injury* siswa, dengan menerapkan nilai-nilai spiritual baik secara personal maupun melalui program keagamaan di sekolah SMA Al-Masoem Bandung.

## 1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan berkenaan dengan Upaya Guru Pai Dalam Menanggulangi *Self-Injury* Siswa Melalui Pendekatan Spiritual Di Sekolah:

1. Stabilitas emosi pada remaja masih dalam proses perkembangan yang belum sepenuhnya stabil.
2. Siswa mengalami kurangnya dukungan sosial dan emosional dari keluarga, teman sebaya, atau lingkungan sekolah.
3. Keterbatasan dalam pemahaman dan penyerapan nilai-nilai spiritual yang memperkuat kepercayaan siswa.

Merujuk hasil identifikasi permasalahan, peneliti melakukan penelitian tentang Upaya Guru Pai Dalam Menanggulangi *Self-Injury* Siswa: Pendekatan Spiritual Dan Program Keagamaan Di Sekolah. Secara umum rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana Upaya guru PAI dalam menanggulangi *Self-Injury* melalui pendekatan spiritual?”. Rumusan masalah umum ini kemudian dikembangkan menjadi rumusan masalah secara khusus sebagai berikut:

1. Bagaimana cara guru PAI memahami *Self-Injury* siswa?
2. Bagaimana proses pendekatan spiritual guru PAI dalam menanggulangi *Self-Injury* siswa?
3. Bagaimana hasil pendekatan spiritual guru PAI dalam menanggulangi *Self-Injury* siswa?
4. Faktor apa saja yang mendukung dan menghambat dalam membina *Mental Health (Self-Injury)* pada siswa?

### 1.3 Tujuan Penelitian

Dalam konteks penelitian ini, Tujuan penelitian diklasifikasikan menjadi dua yaitu tujuan penelitian secara umum dan secara khusus. Secara umum bertujuan untuk mengetahui bagaimana Upaya guru PAI dalam menanggulangi *Self-Injury* melalui pendekatan spiritual dan program keagamaan. Sedangkan secara khusus, tujuan penelitian ini adalah:

1. Mengetahui Bagaimana cara guru PAI memahami *Self-Injury* siswa.
2. Mengetahui Bagaimana proses pendekatan spiritual guru PAI dalam menanggulangi *Self-Injury* siswa.
3. Mengetahui hasil pendekatan spiritual guru PAI dalam menanggulangi *Self-Injury* siswa.
4. Mengetahui Faktor apa saja yang mendukung dan menghambat dalam membina *Mental Health (Self-Injury)* pada siswa.

### 1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian dengan judul ‘Upaya Guru Pai Dalam Menanggulangi *Self-Injury* Siswa Melalui Pendekatan Spiritual Di Sekolah’ ini memiliki manfaat yang dapat diuraikan baik dari segi teoritis maupun praktis.

Manfaat teoritis atau akademis dalam penelitian adalah kontribusi penelitian terhadap pengembangan ilmu pengetahuan. Dengan demikian, manfaat teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat memperdalam bagaimana upaya Guru PAI dalam menanggulangi *Mental Health (Self-Injury)*, yang mana Guru PAI memiliki tanggung jawab untuk berperan aktif dalam memperkuat nilai-nilai spiritual guna memperkuat keimanan siswa.

Adapun manfaat praktis yang dihasilkan dari penelitian ini, yaitu: (1) bagi peneliti, Peneliti dapat mendapatkan pemahaman yang lebih dalam tentang mengatasi *Self-Injury* pada siswa, sehingga bisa diterapkan pada saat peneliti menghadapi kasus seperti ini. (2) bagi pihak universitas, Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar untuk pengembangan program pendidikan atau pelatihan bagi calon guru PAI di universitas. Universitas dapat menggunakan temuan penelitian untuk menyusun kurikulum atau kursus tambahan yang mengintegrasikan pendekatan spiritual dan program keagamaan dalam penanganan masalah kesehatan mental siswa, termasuk *Self-Injury*. (3) bagi pihak instansi atau sekolah, Temuan dari penelitian ini dapat peningkatan program keagamaan di sekolah, yang dapat membantu siswa dalam memperoleh dukungan spiritual dan moral dalam menghadapi masalah kesehatan mental serta selain guru Bimbingan Konseling bahwa betapa pentingnya Guru PAI dalam mendukung kesehatan mental siswa, khususnya dalam meningkatkan nilai-nilai spiritual untuk penanganan *Self-Injury*.

### **1.5 Struktur Organisasi Skripsi**

Dalam penulisan skripsi ini, penulis menggunakan sistematik kepenulisan yang terorganisir. Secara garis besar, skripsi ini terdiri dari 5 bab yang berisi kandungan konten yang berbeda, diantaranya ialah:

Bab I, pendahuluan. Bab pendahuluan berisi tentang permasalahan yang terjadi, kemudian identifikasi rumusan masalah, tujuan penelitian dan manfaat, dan ini telah dipaparkan pada bagian sebelumnya. Bab II, kajian pustaka. Dalam hal ini peneliti mencantumkan teori-teori yang kiranya relevan dengan judul penelitian yakni berupa teori-teori yang berkaitan dengan judul. Bab III, metode penelitian. Peneliti memaparkan desain penelitian yang dipilih, lalu proses pengumpulan data, dan berakhir pada pembahasan jenis analisis data yang diterapkan. Bab IV, temuan dan pembahasan. Peneliti akan memaparkan seluruh jawaban yang telah dicantumkan pada rumusan masalah, sehingga dalam bab ini tergambar pula tujuan yang hendak dicapai sebagai mana yang telah dibahas sebelumnya. Bab V, simpulan, implikasi dan rekomendasi. Bab ini terdiri dari poin-poin singkat yang bisa menggambarkan seluruh hasil riset,

dan saran/masukan-masukan/kritik berupa langkah-langkah yang perlu ditempuh oleh berbagai pihak berkaitan dengan judul riset.