

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Penelitian

Dewasa ini, isu seputar kesehatan mental ramai menjadi perbincangan, salah satunya di dunia pendidikan (Susanti, 2018). Masalah seputar kesehatan mental tersebut terjadi pada berbagai kalangan usia, termasuk kaum muda. Hal tersebut dibuktikan oleh data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2019 yang melaporkan 800 ribu orang telah melakukan bunuh diri setiap tahun, dengan sebagian besar kasus terjadi pada kalangan kaum muda (World Health Organization, 2022). Tentu saja isu ini sangat memprihatinkan dan harus segera dibenahi dari akar permasalahannya.

Faktanya, negara maju seperti Amerika Serikat telah menunjukkan data terkait tingkat bunuh diri di kalangan remaja berusia 10-24 tahun yang telah meningkat secara signifikan. Selain itu, angka bunuh diri yang terjadi di Korea Selatan telah membuat negara tersebut berada di urutan ke-10 angka bunuh diri secara global. Terkait dengan hal itu, tuntutan akademik merupakan penyebab dari sebagian besar kasus bunuh diri peserta didik di Korea Selatan. Hal tersebut terjadi karena budaya sebagian besar keluarga yang memberikan tekanan pada anak untuk berprestasi (World Population Review, 2019).

Menurut Rachmawati dalam (Nurhaeni et al., 2022), Indonesia yang merupakan salah satu negara dengan populasi terbanyak di dunia ternyata memiliki pemahaman tentang kesehatan mental yang rendah, hal tersebut didasarkan pada fakta bahwa 91% orang yang mengalami gangguan mental tidak ditangani dengan baik dan hanya 9% yang dapat ditangani. Selain itu, seseorang dengan gangguan mental sering dianggap sebagai aib dan masyarakat pada umumnya tidak menyadari tanda-tanda gangguan mental tersebut. Hal tersebut menyebabkan seseorang dengan gangguan kesehatan mental lebih sulit untuk berbicara kepada orang lain

Sebanyak 6,9% mahasiswa mengatakan mereka berniat bunuh diri, dan 3% lainnya pernah melakukannya. Faktor-faktor seperti tekanan akademik, perundungan, masalah keluarga, dan masalah ekonomi adalah beberapa penyebab depresi pada diri kaum muda (Fitri, 2023).

Selain itu, data menunjukkan bahwa pada tahun 2022 terdapat satu dari tiga remaja Indonesia mengalami gangguan mental, hal tersebut didasarkan pada Indonesia *National Adolescent Mental Health Survey* (1-NAMHS) yang dikutip dari penelitian Khairunnisa dkk., (2023) bahwa pada remaja berumur 10-17 tahun di Indonesia menunjukkan bahwa satu dari tiga remaja Indonesia memiliki masalah kesehatan mentalsementara satu dari dua puluh remaja Indonesia memiliki gangguan mental sesuai dengan panduan *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* Edisi Kelima (DSM-5) yang menjadi panduan penegakan diagnosis gangguan mental di Indonesia.

Terkait dengan penjelasan di atas, agama Islām sebenarnya telah menyediakan banyak solusi untuk menyelesaikan seluruh permasalahan yang ada di dunia ini. Tentu saja dalam konteks remaja di Indonesia, sekolah memiliki mata pelajaran wajib bagi penganut agama Islām yaitu Pendidikan Agama Islām yang seharusnya mampu menekankan nilai-nilainya agar dapat dimanfaatkan oleh peserta didik pada kehidupan sehari-hari termasuk dalam memperbaiki kebiasaan sehari-hari dan kesehatan mental remaja. Terkait dengan hal itu, kebiasaan pada dasarnya memiliki peran besar dalam membentuk karakter dan moral peserta didik. Oleh karena itu, pembelajaran yang efektif memerlukan seluruh pihak untuk berupaya aktif menanamkan pembiasaan baik sehingga hal tersebut dapat menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari peserta didik. Selain itu, pendidikan agama Islām seharusnya tidak hanya mengajarkan tentang ritual agama saja, tetapi juga mengajarkan tentang cara seseorang untuk hidup dengan baik dan benar. Oleh karena itu, di era modern ini, pendidikan agama Islām harus terus berinovasi agar proses pembelajaran tidak hanya ditujukan untuk menyampaikan ajaran agama secara teoritis, namun juga memberikan pedoman praktis untuk membentuk karakter peserta didik agar mampu menjalani kehidupan sehari-hari sesuai dengan

tuntunan Islām. Sayangnya, pendidikan agama Islām masih memiliki berbagai problematika di dalamnya sehingga harus terus melakukan pengembangan di berbagai aspek agar tujuan pembelajaran bisa tercapai dengan maksimal (Tolchah, 2020). Pendidikan Agama Islām menurut Azyumardi Azra merupakan upaya sadar dan terencana untuk mempersiapkan peserta didik untuk memahami, menghayati, dan mengamalkan ajaran agama Islām dari sumber utamanya, yaitu Al-Qur’ān dan Hadis, melalui kegiatan bimbingan, pengajaran, dan latihan (Musthafa & Bakar, 2023).

Selaras dengan penjelasan sebelumnya, tujuan pendidikan nasional berdasarkan UU SISDIKNAS No 20 tahun 2003, yaitu untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya dan masyarakat. Berdasarkan hal tersebut, membentuk peserta didik agar memiliki pengendalian diri dan kepribadian yang baik merupakan salah satu tujuan pendidikan nasional yang dapat dicapai lewat pelaksanaan mata pelajaran pendidikan agama Islām di sekolah. Selain itu, pendidikan agama Islām harus mengajarkan peserta didik tentang dasar keimanan Islām yang dikenal dengan istilah rukun iman. Hal tersebut meliputi keimanan kepada Allāh, iman kepada nabi dan rasul, iman kepada malaikat, iman kepada manusiaab Allāh, iman kepada hari kiamat, serta iman kepada *qada* dan *qadar*.

قَالَ: صَدَقْتَ فَعَجِبْنَا لَهُ يَسْأَلُهُ وَيُصَدِّقُهُ قَالَ : فَأَخْبِرْنِي عَنِ الْإِيمَانِ قَالَ أَنْ تُؤْمِنَ

بِاللَّهِ وَمَلَائِكَتِهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُلِهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَتُؤْمِنَ بِالْقَدَرِ حَيْرِهِ وَشَرِّهِ

*“Orang itu berkata, “Engkau benar.” Kami pun heran, ia bertanya lalu membenarkannya. Orang itu berkata lagi, “Beritahukan kepadaku tentang Iman.” Rasulullah menjawab, “Engkau beriman kepada Allāh, kepada para Malaikat-Nya, Manusia-manusia-Nya, kepada para rasul-Nya, kepada hari Kiamat dan kepada*

*takdir yang baik maupun yang buruk.*” Orang tadi berkata, “Engkau benar.” (HR. Muslim, no. 8)

Dalam hal ini, takdir merupakan salah satu topik menarik yang berkaitan dengan rukun iman yang keenam yaitu iman kepada *Qada* dan *Qadar*. Sebagai seorang muslim sangat penting untuk mempelajari konsep takdir yang tepat sedini mungkin agar mampu bersikap bijak dalam menghadapi segala persoalan hidupnya. Terkait dengan iman pada *Qada* dan *Qadar* tersebut, Allāh SWT telah berfirman di dalam Al-Qur’ān surat al-Ahzab ayat 38, yaitu:

...وَكَانَ أَمْرُ اللَّهِ قَدَرًا مَعْدُومًا

*"Dan adalah ketetapan Allāh itu suatu ketetapan yang pasti berlaku"*. Selain itu, Rasulullāh SAW pun telah bersabda melalui Hadiṣt yaitu:

إِنَّ أَوَّلَ مَا خَلَقَ اللَّهُ الْقَلَمَ فَقَالَ اكْتُبْ. فَقَالَ مَا أَكْتُبُ قَالَ أَكْتُبِ الْقَدَرَ مَا كَانَ وَمَا هُوَ

كَائِنٌ إِلَى الْأَبَدِ

*"Sesungguhnya awal yang Allāh SWT ciptakan (setelah 'arsy, air dan angin) adalah qalam (pena), kemudian Allāh SWT berfirman, "Tulislah". Pena berkata, "Apa yang harus aku tulis". Allāh SWT berfirman, "Tulislah takdir berbagai kejadian dan yang terjadi selamanya."* (HR. Tirmidzi no. 2155)

Berdasarkan ayat dan Hadiṣt di atas, disebutkan bahwa Allāh telah menentukan ketetapan atau takdir manusia. Namun pada dasarnya pemahaman tentang hal tersebut sangat kompleks, salah satunya ditandai dengan adanya tiga kelompok yang berbeda yang memahami konsep takdir, yaitu golongan Jabāriyah yang meyakini bahwa takdir ditetapkan oleh Allāh dan Allāh adalah pihak yang benar-benar bertanggungjawab atas tindakan yang dilakukan oleh manusia. Kedua, Qadāriyah yang meyakini bahwa takdir sepenuhnya adalah usaha manusia dan kelompok ekstrim Qadāriyah golongan ini menentang kehendak dan kekuasaan Allāh yang universal. Terakhir golongan ketiga yaitu Ahlussunnah yang meyakini

bahwa ketentuan telah ditetapkan oleh Allāh, namun manusia tetap dituntut untuk berikhtiar dengan sungguh-sungguh (Saputra et al., 2022). Namun sayangnya, generasi muda seringkali gagal memaknai berbagai permasalahan dalam hidupnya dangagal memahami konsep takdir. Padahal dengan sangat jelas Allāh menjelaskan bahwa tidak akan mengubah keadaan manusia apabila manusia tersebut tidak berupaya untuk mengubah keadaannya sendiri, sesuai dengan ayat Quran surat Ar-Rad:11 yaitu:

إِنَّ اللَّهَ لَا يُعَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُعَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ۗ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ ۗ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ

*“Sesungguhnya Allāh tidak mengubah keadaan suatu kaum hingga mereka mengubah apa yang ada pada diri mereka. Apabila Allāh menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, tidak ada yang dapat menolaknya, dan sekali-kali tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia”.*

Terkait dengan hal itu, terdapat permasalahan salah satunya terkait cara manusia memaknai takdir yang menyebabkan banyak kesalahpahaman dalam mengimaninya. Pemahaman yang keliru tentang takdir akan membawa pada praktik keagamaan yang keliru pula (Saragih, 2016). Tidak jarang manusia menganggap bahwa apapun yang terjadi hal tersebut sudah menjadi kehendak Allāh, sehingga tidak ada keinginan untuk berusaha keras. Ini adalah salah satu alasan mengapa manusia salah mengimani *qada* dan *qadar*. Disinilah pendidikan perlu menekankan konsep sebenarnya terkait makna takdir. Pemahaman ini akan menjadi dasar untuk mengamalkan dan menerapkan banyak hal dalam berbagai aspek kehidupan manusia (Abdullah, 2020). Menanggapi hal tersebut, kegagalan dalam memahami konsep takdir tersebut mampu membuat peserta didik merasa cemas terhadap masa depan yang penuh ketidakpastian. Terkait dengan hal tersebut, Pendidikan Agama Islām harus memiliki perencanaan yang matang agar tujuan pendidikan dapat tercapai dengan maksimal.

Selanjutnya, terkait dengan permasalahan kesehatan mental dalam perspektif Islām, Al-Ghāzalī menyatakan bahwa kesehatan mental terdiri dari kestabilan aqidah, pembebasan dari penyakit hati, pengembangan akhlak yang mulia, moralitas yang baik yang dibangun dalam hubungan sosial, dan pencapaian kebahagiaan dunia dan akhirat. Kesehatan mental mengacu pada cara berpikir, merasa, dan bertindak sesuai dengan aturan masing masing untuk menghadapi perjalanan hidup secara lebih efisien dan efektif (Reza, 2023). Dalam konteks kehidupan sehari-hari, peserta didik dengan latar belakang yang beragam cenderung tumbuh dengan pola pikir yang beragam pula. Hal tersebut dikarenakan pola pikir yang terbentuk sejak dini sudah tertanam di alam bawah sadar peserta didik dan akan mempengaruhi keyakinan peserta didik terhadap berbagai konsep usaha dalam hidupnya. Oleh sebab itu, pemahaman terhadap hakikat usaha lewat pembiasaan serta pengaruhnya pada takdir diharapkan dapat mendorong peserta didik untuk menumbuhkan motivasi dan semangat di dalam kehidupannya sehari-hari terutama pada proses pembelajaran.

Namun sangat disayangkan, masih banyak peserta didik yang belum mampu menerapkan perilaku yang mencerminkan nilai-nilai semangat meyakini konsep takdir dengan ikhtiar pembiasaan. Hal itu ditunjukkan dengan tingginya angka stress pada pelajar. Padahal, dengan memahami bahwa takdir tertentu dapat diraih beriringan dengan kuatnya usaha seharusnya mampu mendorong manusia untuk bersikap optimis, tidak prasangka buruk, bersyukur, sabar dan tawakal dalam menjalani hidup. Hal ini juga sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa akal mampu mengelola stres dengan dukungan aspek spiritual. Oleh karena itu, bersandar pada ikhtiar dengan keyakinan tinggi kepada Allāh akan mendorong untuk dapat menenangkan diri dan berhasil mengelola stres secara efisien (Rahman et al., 2020). Selain itu teori *Atomic Habit* menyatakan bahwa yaitu "*Tiny changes, remarkable results*" yang berarti perubahan-perubahan kecil, hasil luar biasa (Clear, 2019).

Terkait dengan hal tersebut, Muhammad Syafi'i Saragih dengan pemikirannya terkait konsep mengubah takdir menekankan pentingnya sebuah

upaya pembiasaan untuk mengubah takdir manusia. Pandangan Saragih ini memberikan perspektif baru tentang bagaimana kebiasaan dapat berdampak pada takdir seorang manusia. Peneliti tertarik meneliti topik ini karena pada dasarnya kebiasaan dapat berdampak pada banyak hal penting seperti minat dan kreativitas, bagi manusia (Roschelle & Burke, 2019). Penulis berharap penelitian ini dapat menghasilkan analisis konsep yang baik sehingga dapat berkontribusi nantinya untuk mengarahkan manusia dalam hal ini peserta didik di sekola agar memiliki kemampuan pengelolaan kesehatan mental yang lebih baik. Selanjutnya, fokus analisis ini juga berimplikasi pada komponen Pendidikan Agama Islām.

Banyak penelitian yang telah meneliti tentang makna takdir menurut ahli. Namun sayangnya, penulis belum menemukan penelitian yang secara jelas berfokus pada upaya mengubah takdir dengan memfokuskan ikhtiar pada proses pembiasaan. Dalam hal ini, peneliti tertarik untuk meneliti pemikiran Muhammad Syafi'i Saragih di dalam buku Mengubah Takdir. Sehingga diharapkan konsep mengubah takdir dapat berkontribusi dalam pengembangan teori takdir serta dapat dimplikasikan di dalam dunia pendidikan terutama pada mata pelajarn PAI. Selain itu, diharapkan penelitian ini dapat memberi sumbangan pemikiran yang signifikan dalam upaya meningkatkan kualitas generasi penerus bangsa. Terkait pemaparan di atas, penulis akan melakukan penelitian dengan judul "Konsep Mengubah Takdir Menurut Muhammad Syafi'i Saragih dan Implikasinya Terhadap Pembelajaran PAI".

## 1.2 Rumusan Masalah penelitian

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan di atas, dapat diidentifikasi bahwa rumusan masalah pada penelitian skripsi ini adalah:

- 1.2.1 Bagaimana konsep mengubah takdir menurut Muhammad Syafi'i Saragih?
- 1.2.2 Bagaimana implikasi konsep mengubah takdir menurut Muhammad Syafi'i Saragih terhadap Pembelajaran PAI?

### 1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah penelitian di atas, maka yang menjadi tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1.3.1 Mengetahui konsep mengubah takdir menurut Muhammad Syafi'i Saragih

1.3.2 Mengetahui Implikasi konsep mengubah takdir menurut Muhammad Syafi'i Saragih terhadap Pembelajaran PAI

### 1.4 Manfaat Penelitian

Secara teoritis penelitian ini diharapkan menambah wawasan penulis dan pembaca terkait pemikiran Saragih terkait konsep mengubah takdir serta implikasinya terhadap pembelajaran PAI. Selain itu, penelitian ini diharapkan mampu membahas dengan baik pemikiran Saragih di dalam buku "Mengubah Takdir" dengan baik serta dapat memberikan sumbangan pemikiran yang signifikan dalam upaya meningkatkan kualitas PAI dan peserta didik sebagai generasi penerus bangsa.

### 1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Struktur organisasi skripsi merupakan sebuah kerangka yang berisi keseluruhan pemaparan skripsi serta bagian pokok pembahasan dari bab I hingga bab V. Hal tersebut merujuk pada pedoman penulisan skripsi di Universitas Pendidikan Indonesia.

Bab I merupakan uraian terkait pendahuluan. Bab ini menjelaskan latar belakang peneliti dalam melakukan penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi penelitian.

Bab II berisi uraian mengenai kajian pustaka. Bab ini menjelaskan tentang konsep dan teori yang akan dilakukan peneliti berdasarkan bidang ilmu yang dikaji.

Bab III membahas tentang metode penelitian. Pada bab ini peneliti memaparkan alur rancangan yang akan dilakukan dalam penelitian ini sebagai prosedur operasional yang harus dilakukan.

Bab IV membahas hasil penelitian dan pembahasannya. Pada bagian ini, peneliti menjelaskan hasil dari analisis data dan memberika jawaban terkait

masalah umum dan masalah khusus secara tematik.

Bab V merupakan bagian penutup yang didalamnya terdiri dari simpulan, implikasi, dan rekomendasi. Simpulan berisi inti jawaban berdasarkan rumusan masalah penelitian sehingga mampu menggambarkan seluruh isi penelitian, sedangkan implikasi dan rekomendasi berisi tawaran gagasan peneliti dan tindak lanjutnya.