

KONSEP PENDIDIKAN MENTAL ANAK USIA DINI
(Studi Pemikiran Abdullah Nashih Ulwan dalam Kitab *Tarbiyah al-Aulad fi al-Islam*)

Sirri Afifah

Institut Agama Islam Darussalam (IAID) Ciamis, Jawa Barat

Iis Rodiah

Institut Agama Islam Darussalam (IAID) Ciamis, Jawa Barat

Fanny Fauzi Hanifunni'am

Institut Agama Islam Darussalam (IAID) Ciamis, Jawa Barat

Abstract

The aims of this study are (1) to determine the concept of mental education according to Abdullah Nashih Ulwan in the book *Tarbiyah Aulad Fii Islam*; (2) to determine the socio-emotional development of early childhood; and (3) to determine the mental relevance of early childhood social development. This study uses an approach, the method used is literature study, with data collection techniques with book analysis, documentation. What will then be discovered and understood is the concept of mental education in early childhood according to Abdullah Nashih Ulwan in the book *Tarbiyah Al Aulad Fii Al Islam*. The results of this study, the concept of Early Childhood Mental Education according to Abdullah Nashih Ulwan are 1) Efforts or processes that can be carried out by parents and educators by freeing children from inferiority, cowardice, lack of feeling, jealousy, and anger. By educating children since they are able to think to be brave, honest, strong, feel perfect, enjoy doing good to others, able to control emotions, and have all the virtues of soul and character, with the aim of shaping the child's personality, perfecting it, and balancing it.) Someone with high emotional intelligence tends to be a socially competent person. So it can be seen that emotional development has a major influence on children's social development 3) If Abdullah Nashih Ulwan's theory in the concept of children's education is applied and used today, the social emotional development of children will develop according to the stages. In addition, the relevance between the concept of mental education according to Abdulloh Nashih Ulwan and the social emotional development of children for the achievement of these developments depends on the factors that influence the development of children.

Keywords: Mentally, social. Emotional, early childhood education

Pendahuluan

Pada masa anak-anak, pertumbuhan yang sehat tidak hanya ditandai perubahan fisik namun juga disertai dengan perkembangan mental, kesehatan tersebut diperlukan anak untuk menjalani kehidupan remaja hingga dewasa. Kesehatan mental anak tidak hanya diartikan sebagai kondisi mental anak yang tidak mengalami penyakit mental namun juga mencakup kemampuan anak untuk berpikir secara jernih, berani dan terus terang, tidak takut, mandiri, suka menolong orang lain, mengendalikan emosi, dan menghiasi diri dengan segala bentuk kemuliaan diri baik secara kejiwaan dan akhlak secara mutlak.

Kesehatan mental sama pentingnya dengan kesehatan fisik, mental yang sehat dan positif memungkinkan tubuh berfungsi dengan baik dan membantu untuk memiliki koneksi sosial dengan orang lain. Kesehatan mental mencakup kesejahteraan emosional, psikologis, dan sosial kita, hal tersebut memengaruhi cara berpikir, merasakan, dan bertindak. Kesehatan mental yang baik juga membantu menentukan cara mengelola stres, berhubungan dengan orang lain, dan membuat sebuah pilihan.

Dewasa ini dengan terjadinya perkembangan global disegala bidang kehidupan, selain mengindikasikan kemajuan umat manusia disatu pihak, juga mengindikasikan kemunduran akhlak dipihak lain. Kemajuan kebudayaan melalui perkembangan IPTEK oleh manusia yang tidak seimbang dengan kemajuan moral, telah memunculkan gejala baru berupa degradasi mental.

Banyak orangtua zaman sekarang yang mendidik anak mengikuti tren yang sedang berkembang di masyarakat tentang bagaimana merawat dan mendidik anak melalui menonton acara televisi dan video mengakibatkan kurangnya interaksi anak dengan orang lain. Selain itu, ada beberapa orangtua yang sibuk dengan urusannya sendiri sehingga menelantarkan anaknya dan terkesan tidak peduli dengan urusan anaknya. Kurangnya perhatian orang tua menyebabkan banyak anak yang mengalami masalah psikologis seperti anak yang bersikap nakal, mencari perhatian orang, murung, tidak percaya diri, mengganggu teman dan sebagainya.

Sejalan dengan pendapat Made Pidarta dikutip oleh Faizah Aulia Nurdin (2011:2) Orang tua terkadang lebih mementingkan dan mencurahkan perhatiannya pada aspek pertumbuhan jasmani dan memenuhi kebutuhan material anak saja tanpa memperhatikan perkembangan jiwa anak. Hal ini

dapat dilihat dalam kenyataan sosial bahwa semakin banyak anak-anak yang cerdas tapi masih banyak juga yang nakal dan membuat kerusakan bahkan dirusak oleh teknologi yang canggih.

Pada kenyataannya tidak sedikit orangtua yang menginginkan agar anaknya menjadi seperti mereka. Seolah-olah mereka ingin memindahkan isi otaknya ke otak anaknya. Misalnya seorang guru, didalam mendidik dan membesarkan anaknya mereka berorientasi untuk menjadikannya sebagai guru juga, seorang dokter ingin menjadikan anaknya dokter, seorang pengusaha ingin menjadikan anaknya pengusaha. Maka tidak heran jika seorang anak merasa sedih, sering mengeluh, tidak bersemangat, gelisah, cemas, dan tidak puas dalam menjalani kehidupannya sehari-hari. karena mereka tidak berjalan di atas jalan yang benar..

Tahun 2018 data dari Komisi Nasional Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mengungkapkan ada dua orang anak di bawah umur di daerah Bondowoso Jawa Timur mengalami kecanduan akut dalam penggunaan gawai, tragisnya mereka bisa marah besar sampai membanting-banting benda atau menyakiti diri sendiri jika diminta melepaskan ponsel cerdas dari tangannya. Contoh lain pada tahun 2017 publik dihadapkan pada kasus bullying terhadap seorang siswa SD Negeri 16 Pekayon, Pasar Rebo, Jakarta Timur berinisial JS sebagai korban bullying karena wajahnya mirip dengan mantan Gubernur DKI Jakarta Basuki Thaja Purnama alias Ahok, bahkan terjadi kekerasan fisik terhadap anak tersebut, akibatnya JS mengalami trauma dan tidak mau sekolah. Komisi Nasional Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mencatat dalam kurun waktu 9 tahun, dari 2011 sampai 2019, ada 37.381 pengaduan kekerasan terhadap anak untuk bullying baik di pendidikan maupun sosial media, angkanya mencapai 2.473 laporan dan trennya terus meningkat.

Sejalan dengan itu, Abdullah Nashih Ulwan, tokoh muslim yang juga sebagai pemerhati masalah pendidikan anak, memperhatikan tentang masalah mental anak ini. Dalam kitab karangannya, yaitu *Tarbiyah Aulad Fii Islam* terdapat satu bab yang secara khusus menjelaskan tentang pendidikan mental anak. Bab tersebut beliau beri judul *Tanggung Jawab Pendidikan Mental/Psikis*, beliau menjelaskan secara jelas faktor-faktor yang dapat menurunkan kemuliaan dan martabat anak serta menghancurkan kepribadian dan eksistensinya. Juga yang menjadikannya memandang kehidupan dengan pandangan dengki, dendam, benci, dan pesimis.

Kajian Teori

Konsep Pendidikan Mental

Pendidikan merupakan usaha untuk mendewasakan manusia dari berbagai aspek yakni aspek sikap, pengetahuan maupun keterampilan, melalui pendidikan kita bisa mengetahui bagaimana bersikap dan menyikapi sesuatu, pengalaman juga mempunyai peran dalam mendewasakan, karena dalam pengalaman tersebut terdapat proses pendidikan. Hal tersebut akan menimbulkan kesan tersendiri dalam menerima pendidikan karena yang diperoleh bukan hanya ilmu yang berbentuk materi, namun juga sebuah pelajaran dalam perjalanan hidup. Sejalan dengan pendapat Doni Koesoema (2011:53) Pendidikan merupakan sebuah proses yang membantu menumbuhkan, mengembangkan, mendewasakan, membuat yang tidak tertata atau liar menjadi semakin tertata; semacam proses penciptaan sebuah kultur dan tata keteraturan dalam diri sendiri maupun diri orang lain.

Pada dasarnya setiap manusia mempunyai mental yang sehat, dengan mental yang sehat menjadi dasar bagi manusia untuk berpikir, berkembang, berekspresi, berinteraksi, mencari nafkah, serta menikmati hidup. Secara terminologi para ahli kejiwaan maupun ahli psikologi ada perbedaan dalam mendefinisikan “mental”. Salah satunya sebagaimana dikemukakan oleh Hasan Langgulung (1992:30) mendefinisikan mental adalah paduan secara menyeluruh antara berbagai fungsi-fungsi psikologis dengan kemampuan menghadapi krisis-krisis psikologis yang menimpa manusia yang dapat berpengaruh terhadap emosi dan dari emosi ini akan mempengaruhi pada kondisi mental.

Mentalitas merupakan kondisi stabilitas jiwa yang melekat dalam diri dan menjadi dasar bagi perbuatan manusia, pendidikan mental dibutuhkan dalam rangka membangun adab atau akhlak yang baik. Wajib hukumnya untuk mendidik anak-anak dengan pendidikan mental agar menjadi anak-anak yang berakhlak karimah.

Ach Dhofir Zuhry (2013:89) menjelaskan Kata Pendidikan berasal dari Bahasa Yunani kuno yaitu dari kata “Pedagogi” kata dasarnya “Paid” yang berartikan “Anak” dan juga “kata Oagogos” artinya “membimbing”. dari beberapa kata tersebut maka kita simpulkan kata pedagogos dalam bahasa Yunani adalah Ilmu yang mempelajari tentang seni mendidik Anak. Sedangkan kata mental dalam bahasa Latin disebut dengan mens atau mentis yang berarti jiwa, nyawa, sukma, roh, semangat (Kartini Kartono dan Jenny Andari,1989:3). Jadi secara singkat dapat dikatakan bahwa pendidikan mental adalah membimbing jiwa, nyawa, sukma, dan roh.

Pendidikan mental dalam penelitian ini, secara spesifik yaitu usaha atau proses yang dilakukan untuk membebaskan anak dari beberapa hal yang tidak di harapkan,yaitu:

a) Pribadi Minder

Rasa rendah diri sering terjadi tanpa disadari dan bisa membuat orang yang merasakannya melakukan kompensasi yang berlebihan untuk mengimbangnya, berupa prestasi yang spektakuler, atau perilaku antisosial yang ekstrem, atau keduanya sekaligus. Tidak seperti rasa rendah diri yang normal, yang dapat mendorong pencapaian prestasi, kompleks rasa rendah diri berupa keadaan putus asa parah, yang mengakibatkan orang yang mengalaminya melarikan diri saat mengalami kesulitan.

b) Penakut

Rasa takut membuat seseorang seolah-olah tidak mampu melindungi diri dari ancaman yang ada dihadapinya. Takut dalam KBBI adalah merasa gentar, tidak berani, gelisah. Menurut Seto Mulyadi (2006:18) Perasaan takut merupakan salah satu bentuk emosi yang harus dihadapi anak dalam kehidupan sehari-hari. Perasaan takut yang berlarut-larut dapat membuat hidup anak menjadi sulit. Tidak jarang anak menjadi sulit tidur, tidak mau makan, susah berkonsentrasi, mengompol, atau tidak dapat menikmati waktunya dengan bermain dan besenang-senang bersama teman. Bahkan, perasaan takut terkadang membuat anak merasa kesepian.

Anak yang penakut juga cenderung menjadi tidak mandiri, rasa takut sebenarnya merupakan hal yang normal. Rasa takut berguna membuat orang menjadi waspada dan berusaha melindungi diri dari hal-hal yang membahayakan dirinya, hanya saja, ketakutan yang berlebihan tentu berbeda masalahnya. Ketakutan yang berlebihan, di samping akan menghambat proses perkembangan anak, juga berpotensi membuat anak tumbuh menjadi pribadi yang selalu cemas, labil, lemah, dan tidak berani mencoba, Padahal, keberanian sangat diperlukan untuk sukses menjalani kehidupan yang penuh tantangan dan masalah ini. Oleh karena itu, anak penakut harus mendapatkan bantuan untuk melawan ketakutan-ketakutan berlebihan yang mengganggu jiwanya.

c) Rendah Diri

Setiap orang berharap anak percaya diri akan kemampuannya. Siapa sangka hal-hal yang dilakukan orangtua membuatnya rendah diri alias minder. Rasa rendah diri pada anak akan meningkat secara drastis ketika orangtua bersikap semena-mena dan banyak menyalahkan anak. Padahal, orangtua adalah pihak pertama yang berperan penting dalam membentuk

mental anak ke depannya. Percaya diri atau tidaknya anak, ini tergantung besar pada pola asuh dan sikap orangtuanya.

Menurut Keen Achroni (2012:10) Rendah diri merupakan emosi negatif yang berdampak sangat buruk bagi kehidupan anak, bahkan juga pada orang dewasa. Anak yang merasa rendah diri akan sangat mudah merasa tersinggung, sedih, tidak mau bergaul, ditolak kehadirannya, tidak dihargai, merasa tidak berguna, dan menghambat anak untuk meraih berbagai prestasi. Penghargaan terhadap diri sendiri yang rendah ini jika tidak segera diatasi dapat terbawa hingga anak kelak dewasa. Rendah diri akan membuat orang tidak merasa bahagia, selalu murung, merasa ada yang kurang dalam dirinya, dan senantiasa merasa tertekan.

d) Iri Hati

Rasa iri hati dan kecemburuan sering muncul saat emosi bergejolak, kecemburuan dan rasa iri seringkali merupakan emosi impulsif. Kecemburuan dan rasa iri datang tiba-tiba dan kita sering tidak menyadari kehadirannya

Iri hati merupakan salah satu penyakit hati yang harus dihindari. Karena iri hati merujuk kepada kebencian dan kemarahan yang timbul akibat perasaan cemburu yang sangat besar. Iri hati amat dekat dan berhubungan dengan unsur jahat, benci, fitnah dan perasaan dendam yang terpendam.

Adapun dasar minder, penakut, rendah diri, dan iri hati termasuk dalam pembahasan mental juga diungkapkan oleh pernyataan Kartini Kartono dan Jenny Andari (1989:5) bahwa “penyakit mental juga ditandai dengan fenomena ketakutan, pahit hati, hambar hati, apatis, cemburu, iri hati, dengki, kemarahan-kemarahan yang eksplosif, ketegangan batin yang kronis, dan lain-lain.

Dari penjelasan di atas dapat di simpulkan bahwa pendidikan mental ialah hal-hal yang berada dalam diri seseorang atau individu yang terkait dengan psikis atau kejiwaan yang dapat mendorong terjadinya tingkah laku dan membentuk kepribadian, yang bertujuan untuk membebaskan anak dari pribadi minder, penakut, rendah diri, dan iri hati.

Tujuan Pendidikan Mental

Tujuan pendidikan mental menurut Zakiah Darajat (1983:11) adalah terhindarnya orang dari gejala gangguan jiwa (neurose) dan dari gejala-gejala penyakit jiwa (psychose). Definisi inibanyak dianut di kalangan psikiatri (kedokteran jiwa) yang memandang manusia dari sudut sehat atau sakitnya. Untuk menyesuaikan diri dengan dirinya sendiri, dengan orang lain dan masyarakat serta lingkungan tempat ia hidup. Definisi ini tampaknya

lebih luas dan lebih umum daripada definisi yang pertama, karena dihubungkan dengan kehidupan sosial secara menyeluruh. Kemampuan menyesuaikan diri diharapkan akan menimbulkan ketenteraman dan kebahagiaan hidup.

Agar terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi jiwa, serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problema-problema yang biasa terjadi, serta terhindar dari kegelisahan dan pertentangan batin (konflik). Definisi ini menunjukkan bahwa fungsi-fungsi jiwa seperti pikiran, perasaan, sikap, pandangan dan keyakinan harus saling menunjang dan bekerja sama sehingga menciptakan keharmonisan hidup, yang menjauhkan orang dari sifat ragu-ragu dan bimbang, serta terhindar dari rasa gelisah dan konflik batin.

Untuk mengembangkan dan memanfaatkan potensi, bakat dan pembawaan yang ada semaksimal mungkin, sehingga membawa kepada kebahagiaan diri dan orang lain, serta terhindar dari gangguan dan penyakit jiwa.

Kesehatan mental adalah terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya dan lingkungannya, berlandaskan keimanan dan ketaqwaan, serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia di dunia dan bahagia di akhirat.

Hubungan Pendidikan Mental dengan Aspek Sosial dan Karakter

Pendidikan mental emosional merupakan salah satu pendidikan mental yang harus dibentuk sejak anak masih berusia dini saat anak memilih sendiri melakukan aktifitas tertentu, saat itu anak telah mengembangkan kemauannya sendiri dan energinya diarahkan melakukan sesuatu yang konstruktif dalam mengembangkan kompetensi sosial. Apabila kebutuhan emosi dapat dipenuhi maka akan meningkatkan kemampuan anak dalam mengelola emosi terutama yang bersifat negatif, mengantarkan anak untuk dapat mengembangkan kemampuan imajinasi, intelektual dan lain sebagainya.

Mental emosional pada anak pra sekolah merupakan hubungan dengan proses tumbuh kembang anak. Sebagaimana dengan pendapat Soetjiningsih dalam Ihda Mauliyah mengungkapkan (2017:49) Perkembangan kepribadian anak pada prasekolah sangat tergantung pada interaksi antar anak dan orang tua, agar dapat berinteraksi secara intensif, orang tua harus memperhatikan faktor lingkungan, pemberian pengarahan, menentukan pilihan, melakukannya sendiri, kebebasan berinisiatif dan melatih tanggung jawab. Sikap orang tua dalam mengasuh anaknya juga merupakan factor yang mempengaruhi tingkat mental emosional pada anak

Orang tua memiliki peran penting dalam optimalisasi perkembangan seorang anak. Orang tua harus memberi rangsangan atau stimulasi dalam aspek mental emosional kepada anaknya, stimulasi harus diberikan secara rutin dan berkesinambungan dengan kasih sayang. Sehingga perkembangan anak akan berjalan optimal. Hidayat dalam Ihda Mauliyah mengungkapkan (2017:49) pengasuhan orang tua terhadap anak akan terus berlangsung tidak hanya pada masa kanak-kanak tetapi berlangsung terus menerus, pengalaman seperti trauma, membahayakan dan sebagainya. Akan terus berdampak pada fase perkembangan berikutnya. Pengalaman tersebut akan terus dibawa dan disimpan dalam bawah sadar dan dapat muncul berupa tingkah laku yang aneh yang seringkali tidak mengerti oleh anak.

Zakiah Dradjat (1983:16) mengungkapkan bahwa Mental sehat akan menentukan tanggapan individual atas dirinya terhadap setiap persoalan, dan kemampuan untuk beradaptasi, dan mental yang sehat pulalah yang menentukan apakah seseorang atau individu memiliki gairah hidup atau justru mereka pasif dan tidak bersemangat bahkan memiliki ketakutan untuk hidup. Kesehatan mental merupakan cabang ilmu yang membahas dan mengupayakan jiwa sehat. Jiwa sehat, dalam kajian ini, ditengarai dengan ketenangan jiwa (tuma'ninah). Ketenangan dalam jiwa manusia inilah yang akan mampu melahirkan karakter (khuluq) positif.

Metode Penelitian

Berdasarkan konsep judul dan rumusan masalah yang telah dikemukakan diatas, maka penelitian ini tergolong ke dalam penelitian kualitatif. Adapun berdasarkan jenisnya, penulis bertumpu pada studi pustaka (library research) yaitu berusaha untuk mengumpulkan dan menyusun data, kemudian terdapat analisa dan interpretasi atau pengisian terhadap data tersebut. Pembahasan ini merupakan pembahasan naskah, yang mana datanya diperoleh melalui sumber literatur, yaitu melalui penelitian kepustakaan.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif, dengan penelitian kualitatif, perlu dilakukan analisis deskriptif. Metode analisis deskriptif memberikan gambaran dan keterangan yang secara jelas, objektif, sistematis, analitis dan kritis mengenai pendidikan mental anak usia dini yang terdapat dalam kitab *Tarbiyatul Aulad Fil Islam* Terjemahan Arif Rahman Hakim. Pendekatan kualitatif yang didasarkan pada langkah awal yang ditempuh dengan mengumpulkan data-data yang dibutuhkan, kemudian dilakukan klasifikasi dan deskripsi.

Sumber data dalam penelitian ini terbagi atas dua yaitu, sumber data primer dan sumber data sekunder

Data primer dalam penelitian ini adalah Kitab Tarbiyah Al-Aulad Fi Al-Islam Terjemahan Arif Rahman Hakim, kitab ini dipilih mengingat isi dalam buku tentang pendidikan anak menurut pandangan islam secara luas.

Data sekunder penelitian ini diambil dari berbagai macam literatur seperti dokumen-dokumen, data-data, dan buku-buku yang relevan dengan judul diatas, diantaranya yaitu buku Kesehatan Mental karya Zakiah Drajat, buku Ilmun Pendidikan Islam Zakiah Drajat, buku Developmental Psychology karya Elizabeth B Hurlock, serta beberapa jurnal, media elektronik, dan majalah yang terkait.

Teknik pengumpulan data yang relevan dengan tujuan penelitian yaitu dokumentasi. Metode dokumentasi, peneliti menyelidiki benda-benda tertulis, buku, majalah, peraturan, notulen rapat, dan sebagainya (Arikunto, 2006:158). Dalam menggunakan berbagai cara tersebut diharapkan dapat memperoleh data yang representatif. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah dokumentasi yang dilakukan dengan cara mengumpulkan buku-buku yang relevan.

Untuk menetapkan keabsahan data atau trustwothiness diperlukan teknik pemeriksaan, pelaksanaan teknik pemeriksaan didasarkan atas sejumlah kriteria tertentu, yaitu kriteria kriteria kepercayaan, keteralihan, kebergantungan, dan kepastian data pada Kitab Tarbiyatul Aulad Fii Islam Terjemahan Arifin Rahman.

Dengan memanfaatkan metode ini, berarti penulis harus mampu menganalisis data yang telah terhimpun, menelaah dan menganalisa teks dan dokumen pendukung secara keabsahannya dengan melihat pada tujuan penelitian itu sendiri, atau dengan dengan pendekatan teks yang memiliki kesamaan tujuan dan misi penelitian, sehingga sampai pada kesimpulan yang sesuai dengan isi dalam Kitab Tarbiyah Al-Aulad Fi Al-Islam Terjemahan Arif Rahman Hakim.

Analisa kajian isi dalam Kitab Tarbiyah Al-Aulad Fi Al-Islam Terjemahan Arif Rahman Hakim tentang konsep pendidikan mental anak dalam kitab karangannya, Tarbiyah Aulad Fill Islām, yaitu dengan terlebih dahulu membaca dan mengamati teks, kemudian diklarifikasi berdasarkan teori yang dirancang dan selanjutnya menelaah atau menganalisis kandungan pendidikan mental dalam kehidupan kemudian dideskripsikan.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Abdullah Nashih Ulwan merupakan seorang tokoh muslim yang aktif dalam bidang pendidikan dan dakwah Islam. Beliau lahir di Halb (Aleppo), Suriah, pada tahun 1928 M. Beliau dibesarkan di dalam sebuah keluarga yang

alim, yang dihormati masyarakat sekitarnya, yang berpegang teguh pada agama dan mementingkan akhlak Islam dalam pergaulan dan muamalat sesama manusia.

Sebagai pemerhati masalah pendidikan, Abdullah Nashih Ulwan senantiasa berusaha menuntut ilmu dengan sungguh-sungguh demi masa depan generasi bangsa yang menjadi cita-citanya. Abdullah Nashih Ulwan menempuh pendidikan dasar (setara dengan SD/MI), menengah (setara dengan SMP/MTS), dan atas (setara dengan MA/SMA) di kota kelahirannya, yaitu Halb. Beliau sudah hafal al-Quran dan menguasai ilmu bahasa Arab dengan baik di usia 15 tahun atau dapat dikatakan pada saat beliau masih menempuh pendidikan menengah.

Konsep Pendidikan Mental Anak Usia Dini menurut Abdullah Nashih Ulwan

Pendidikan mental yang dijelaskan oleh Abdullah Nashih Ulwan dalam kitab *Tarbiyah Aulad Fii Islam* adalah mengenai penanaman dasar-dasar kesehatan mental sejak si anak mulai membuka mata yang memungkinkan ia dapat menjadi seorang manusia yang berpikiran dewasa, berpikiran sehat, berperilaku seimbang, berkemauan tinggi dan membebaskan anak dari setiap faktor yang menurunkan kemuliaan dan martabatnya, menghancurkan kepribadian dan eksistensinya, dan yang menjadikannya memandang kehidupan dengan pandangan kedengkian, kebencian, dan pesimistik.

Sejalan dengan pendapat Abdullah Nashih Ulwan dalam Arif Rahman (2016:239) Mendidik anak sejak ia mampu berpikir untuk berwatak berani, berterus terang, perkasa, merasa sempurna, senang berbuat baik pada orang lain, mampu mengontrol emosi, serta memiliki semua keutamaan jiwa dan akhlak, dengan tujuan membentuk kepribadian anak, menyempurnakannya, dan menyeimbangkannya sehingga ketika menginjak usia taklif ia dapat melaksanakan kewajiban-kewajiban yang dibebankan pada dirinya dengan baik dan mulia. Usaha atau proses yang dapat dilakukan oleh pendidik adalah membebaskan anak dari minder, penakut, rendah diri, iri hati, dan pemaarah.

a) Membebaskan Anak dari Pribadi Minder

Telah diketahui bersama bahwa fenomena rasa minder atau kurang percaya diri adalah tabiat anak kecil, biasanya tanda-tandanya di mulai sejak anak berusia empat bulan. Ketika usia anak sudah genap setahun, rasa minder dan kurang percaya dirinya semakin menjadi jelas pada diri mereka. Minder merupakan satu hal yang harus disingkirkan dari anak, karena minder dapat membuat kreativitas, produktivitas, dan juga image positif akan sirna hanya dalam sekejap mata. Faktor keturunan mempunyai pengaruh yang besar terhadap munculnya rasa minder pada diri anak, begitu

juga pengaruh lingkungan tidak kalah besarnya dalam menumbuhkan rasa minder anak atau perubahannya. Sesungguhnya anak yang gemar bergaul dengan orang lain dan berkumpul dengan mereka menjadi lebih kecil rasa mindernya daripada anak-anak yang tidak mau bergaul atau berkumpul dengan mereka.

Minder menurut Abdullah Nashih ulwan terdiri dari sikap positif dan negatif. Diantara sikap positif yaitu anak terlahir mempunyai pribadi yang percaya diri, keterusterangan yang sempurna, dan keberanian yang sempurna, keterusterangan dan keberanian yang sempurna maksudnya adalah keterusterangan dan keberanian yang memandang batas-batas kesopanan, kehormatan, menjaga perasaan orang lain, dan menempatkan orang pada tempatnya. Sedangkan pada sikap negatif bahwa yang tidak diinginkan Abdullah Nashih Ulwan adalah terlahirnya anak yang pengecut dan bergantung kepada orang lain. Bergantung kepada orang lain yang dimaksud adalah ikut-ikutan orang lain tanpa diketahui alasannya.

Menurut Abdullah Nashih Ulwan dalam Arifin Rahman (2016:240) Usaha atau proses untuk membebaskan anak dari pribadi minder, adalah dengan membiasakan anak untuk bergaul dengan orang lain. Langkah-langkah yang dapat ditempuh misalnya mengajak anak untuk berkunjung ke rumah teman, saudara, kerabat, tetangga, atau bisa juga sebaliknya, yaitu dengan mengundang mereka ke rumah. Bisa juga dengan mengajak anak dalam acara-acara umum (yang diperbolehkan membawa anak), atau mengajaknya bermusyawarah untuk memecahkan suatu masalah (sesuai dengan kondisi umurnya). Dengan mengajaknya ke acara-acara umum dan bermusyawarah secara tidak langsung melatih anak untuk berinteraksi dengan orang-orang dewasa dan menjadikan anak merasa dianggap, sehingga anak akan terdorong untuk berani dan percaya diri.

Solusi Abdullah Nashih Ulwan ini jika diterapkan pada saat ini bisa berupa pengontrolan bermain gadget bagi anak-anak, karena anak yang asik bermain gadget dapat mengakibatkan anak menjadi tertutup dan tidak bersosialisasi. Dengan demikian anak dapat terjangkit penyakit minder.

Selanjutnya, sikap atau perbuatan positif (percaya diri, berbicara benar tanpa takut celaan orang, keterusterangan yang sempurna, keberanian yang sempurna) hal tersebut mengisyarat bahwa pada saat ini tidak boleh lagi ada fenomena-fenomena minder seperti tidak berterus terang siswa terhadap paham atau tidaknya penjelasan yang disampaikan oleh pengajar, jantung berdebar-debar dan bolak balik ke kamar mandi saat mau pentas, tidak ada lagi mahasiswa yang bingung saat akan berkomunikasi dengan dosen, bingung saat ingin bertemu dengan dosen, bingung atau tidak terus terang saat ditanya masalah pekerjaan, tidak ada lagi orang yang pekewuh untuk mengingatkan orang lain yang salah, dan lain-lain.

b) Membebaskan Anak dari Pribadi Penakut

Semua orang, anak-anak maupun orang dewasa, pasti pernah mengalami kecemasan atau rasa takut. Merasa cemas dalam sebuah situasi adalah kondisi yang sangat tidak menyenangkan. Namun, pada anak-anak, merasa cemas adalah sesuatu yang wajar. Abdullah Nashih Ulwan dalam Arif Rahman (2016:245) Fenomena rasa takut merupakan gangguan psikologis yang menghinggapai anak kecil dan dewasa, laki-laki atau perempuan, terkadang fenomena ini dianjurkan manakala sesuai dengan batasan-batasan tabiatnya selaku anak kecil, Karena rasa takut adalah sarana yang bisa menjaga anak dari berbagai macam peristiwa dan menghindarkan dari berbagai macam bahaya, namun jika rasa takut itu berlebihan dan melampaui batas kewajaran, maka akan menyebabkan gangguan psikologis pada anak. Usaha atau proses yang dapat dilakukan untuk membebaskan anak dari pribadi penakut, menurut Abdullah Nashih Ulwan dalam arif Rahman (2016:246) adalah: (1) Menubuhkan keimanan kepada Allah dalam diri anak sejak dini ; (2) Memberikan kebebasan bertindak kepada anak; (3) Tidak menakut-nakuti anak; (4) Memberikan keleluasaan kepada anak; (5) Mengajarkan kepada anak peristiwa peperangan Rasulullah saw.

Selain itu untuk membantu anak mengelola rasa takut adalah menumbuhkan keyakinan anak akan Tuhan, membantu anak memisahkan kenyataan dengan imajinasi, membantu anak menghadapi masalah nyata dalam skala aman, menekankan pada anak bahwa mengekspresikan perasaan bukanlah sesuatu yang salah, mendorong anak untuk menuliskan atau menggambarkan perasaannya, menyiapkan benda yang dapat membantu anak mengurangi ketakutannya, membantu anak melawan ketakutannya dengan memberinya pengetahuan, meminta anak untuk menarik nafas dalam-dalam saat takut atau gugup, membantu anak berpikir positif, memberi pujian, menjadi teladan, memperhatikan apa yang anak lihat dan baca, meminta bantuan ahli jika takutnya sudah parah.

c) Membebaskan Anak dari Perasaan Memiliki Kekurangan

Sejatinya manusia merupakan makhluk ciptaan Allah yang paling sempurna di antara ciptaan Allah yang lainnya, manusia dengan otaknya dapat berpikir, membedakan mana yang baik dan mana yang buruk, dengan otaknya pula manusia dapat berinovasi dalam menciptakan sesuatu yang baru, dan manusia juga merupakan makhluk sosial yang saling melengkapi. Tapi dalam kesempurnaan manusia ternyata Allah tidak menciptakan semua manusia di dunia ini dengan sangat sempurna, setiap manusia memiliki kekurangan dan kelebihan masing-masing, dan Allah telah menentukan takdir setiap manusia yang hidup di dunia ini.

Secara jelas, Abdullah Nashih Ulwan menyebutkan faktor-faktor tersebut, yaitu karena penghinaan atau celaan, dimanja secara berlebihan, membeda-bedakan anak, cacat jasmani, yatim, dan miskin, karena ketika anak dimarahi di hadapan orang lain akan merasa malu dan rendah diri, dengan demikian anak akan tertekan dan bertindak pasif serta banyak mendiamkan diri. Selanjutnya faktor yang menyebabkan anak menjadi pribadi rendah diri menurut Abdullah Nashih Ulwan dalam arif Rahman (2016:252) adalah: (1) Penghinaan dan Cercaan; (2) Memanjakan secara berlebihan ; (3) Membeda-bedakan anak (pilih kasih) ; (4) Cacat Fisik; (5) Ketiadaan orang tua ; (6) Faktor Ekonomi.

d) Membebaskan Anak dari Pribadi Iri Hati

Iri hati akan mengubah seseorang menjadi terobeses dengan harta benda dan kehidupan saat ini saja. Gambaran iri hati menurut Abdullah Nashih Ulwan, dapat dilihat dari sikap atau perbuatan yang ditampilkan dalam pembahasan fenomena minder, baik sikap yang positif maupun negatif. Menurut Abdullah Nashih Ulwan, faktor-faktor yang menyebabkan iri hati adalah: (1) Perasaan adanya saingan dalam hidup; (2) Adanya perbandingan ; (3) Adanya faktor-faktor yang menyebabkan Hasad ; (4) Marah

Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini

Dalam konteks sosial emosi, emosi cenderung mendorong aktivitas sosial seseorang. Kompetensi sosial ditentukan oleh kompetensi emosi seseorang. Seseorang dengan kecerdasan emosional yang tinggi cenderung menjadi pribadi yang kompeten secara sosial. Goleman dalam Nurmalitasari Femmi (2005:110) menyatakan bahwa kematangan emosi seorang anak merupakan kunci keberhasilan dalam menjalin hubungan sosialnya.

Kecakapan tersebut merupakan faktor utama dalam menunjang keberhasilan dalam pergaulan. Goleman dalam Nurmalitasari Femmi (2005:110) juga menyebutkan bahwa salah satu kunci kecakapan sosial adalah seberapa baik atau buruk seseorang mengungkapkan perasaannya. Sehingga dapat diketahui bahwa perkembangan emosi sangat berpengaruh besar terhadap perkembangan sosial anak. Interaksi sosial membutuhkan keterampilan khusus yang didorong oleh kondisi emosi anak seperti motivasi, empati dan menyelesaikan konflik. Anak yang dapat mengendalikan diri dan mudah menunjukkan empati dan kasih sayang akan mudah bersosialisasi dengan orang disekitarnya.

Relevansi Pendidikan Mental terhadap Pengembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini

Sebagai orang tua, tentunya selalu mempunyai harapan bahwa anak akan tumbuh menjadi pribadi yang mantap dan mandiri tanpa menghilangkan sisi baik dari karakternya. Pembentukan pribadi yang baik

akan berguna sebagai bekal anak untuk menghadapi lingkungan sosialnya sendiri, serta juga menentukan kemampuannya berjuang dalam menghadapi masalahnya sendiri.

Konsep pendidikan mental menurut Abdullah Nashih Ulwan dalam kitab *Tarbiyah Aulad Fii Islam* Terjemahan Arif Rahman menyebutkan bahwa orang tua harus bertanggung jawab dalam pendidikan mental anak dengan cara membebaskan anak dari pribadi minder, takut, perasaan memiliki kekurangan, dan membebaskan anak dari perilaku iri hati.

Manusia adalah makhluk sosial. Berinteraksi dengan orang lain menjadi salah satu hal yang paling mendasar untuk dilakukan oleh setiap manusia. Namun, pada sebagian orang, rasa takut dan cemas berlebihan dialami saat seseorang harus berinteraksi atau berada di tengah keramaian. Secara jelas bersosialisasi dan berinteraksi dengan orang lain baik dengan teman sebaya maupun orang dewasa akan menumbuhkan rasa percaya diri, kepercayaan diri pada seorang anak sangatlah penting. Apabila tingkat kepercayaan diri pada anak tersebut rendah maka anak akan merasa dirinya seperti terasingkan dalam lingkungannya. Dengan demikian, anak tidak mempunyai kepercayaan diri yang baik untuk menempatkan dirinya sama seperti orang lain.

Sifat minder pada anak mampu membuat kreativitas dan produktifitas anak tidak berkembang, anak akan merasa ragu untuk melakukan sesuatu. Faktor keturunan menjadi salah satu pengaruh anak memiliki sifat minder, dengan demikian orang tua harus membiasakan anak sejak kecil untuk berinteraksi dengan orang lain. Selanjutnya rasa takut anak muncul ketika orang tua atau orang lain sering menakut-nakutinya. Menanamkan keimanan sejak dini merupakan salah satu faktor untuk menghilangkan rasa takut pada anak, seperti memberi tahu keagungan Allah SWT, mengajak anak untuk beribadah, berdo'a dan selalu bersyukur. Selain itu Memberikan kebebasan bertindak kepada anak sejak dini mampu menumbuhkan keberanian dan rasa percaya diri, sehingga anak tidak senggana lagi untuk bergaul, bermain bersama orang lain.

Untuk menumbuhkan social self (pribadi dalam masyarakat) dapat dilakukan membiasakan untuk bersosialisasi dan tidak memanjakan anak secara berlebihan sehingga anak tumbuh rasa percaya diri. Sudah menjadi kewajiban orang tua untuk memperhatikan anak dalam segi fisik, sosial, ekonomi maupun lainnya. Akan tetapi berperilaku adil terhadap anak terkadang sering terlupakan sehingga muncul perasaan cemburu pada anak hingga menjadi pemicu timbulnya marah

Banyak teori yang ditulis didalamnya berdasarkan hasil studi ilmiah dan penelitian ilmiah lainnya. Artinya teori yang dikembangkan Abdullah

Nashih Ulwan dengan perkembangan sosial emosional dalam Permendikbud 137 tahun 2014 dan pendapat para ahli lainnya sudah ada relevansi. Kerelvasian ini dapat dibuktikan dengan membandingkan dua konsep tersebut pada point yang diambil sebagai analisis dan peneliti dilihat dari dari perbandingan antara dua konsep tersebut.

Jika teori Abdullah Nashih ulwan dalam konsep pendidikan anak diterapkan dan digunakan pada zaman sekarang maka perkembangan sosial emosioal anak akan berkembang sesuai dengan tahapannya. Misal untuk menghindarkan rasa minder pada anak orang tua harus membiasakan anak untuk bergaul dengan orang lain tertulis pada Abdullah Nashih Ulwan dan tercantum dalam teori Hurlock untuk menjadi orang yang mampu bersosialisai memerlukan tiga proses diantaranya anak belajar berperilaku yang dapat diterima secara sosial,memainkan peran sosial yang dapat diterima,dan mampu bersosialisasi dengan baik.

Anak mampu mengekspresikan berbagai reaksi emosi seperti senang, marah,takut,dan kecewa apabaila ia merasa terganggu yang tercantum dalam permendikbud 137 tahun 2014, sedangkan dalam Abdullah Nashih Ulwan salah satu pemicu marah pada anak dengan ejekan,dan seruan dengan julukan jelek yang mengganggu dirinya.

Dengan adanya kerelvasian antara konsep pendidikan mental menurut Abdulloh Nashih Ulwan dengan perkembangan sosial emosional anak untuk pencapaian perkembangan tersebut tergantung pada faktor yang memperngaruhi perkembangan anak baik internal mauapun eksternal yaitu meliputi faktor keturunan, pola asuh orang tua, dan faktor lingkungan.

Implementasi Pendidikan Mental pada Anak Usia Dini

Dalam hal mengetahui implementasi konsep pendidikan mental Abdullah Nashih Ulwan menitik beratkan pembinaan kejiwaan dalam hal mencegah dan mengatasi empat gangguan psikologis atau penyakit mental yang kerap menjangkiti pribadi peserta didik. Empat gangguan tersebut adalah sifat minder, rasa takut, rendah diri, dan sifat hasad.

Menghindari sifat minder anak dapat dihilangkan dengan membiasakannya bergaul atau berkomunikasi dengan orang lain, anak dibiasakan hidup dalam lingkup yang begitu luas. Metode bermain merupakan salah satu cara alternatif yang bisa dilakukan oleh guru di sekolah, dengan cara seperti itu anak akan melakukan interaksi sesama temanya,melatih komunikasi, menyambung ukhuwah, serta saling menghargai yang diharapkan akan berdampak positif dalam menghilangkan rasa minder yang ada pada diri anak

Dalam konsep Abdullah Nashih Ulwan, untuk mengatasi rasa takut anak dapat melakukan lima cara. Yaitu, menanamkan keimanan dalam diri anak, memberikan kebebasan dalam bertindak, tidak menakut-nakuti anak, memperbolehkan anak berinteraksi dengan orang lain, serta mengajarkan seni perang Rasulullah SAW.

implementasi kelima cara ini diselipkan dalam berbagai kegiatan. Dalam hal menanamkan keimanan bisa dilakukan melalui praktik sholat, membiasakan anak berdo'a sebelum dan sesudah kegiatan, dan mengajarkan anak untuk selalu bersyukur. Sedangkan untuk memberi kebebasan dalam bertindak, tidak menakut-nakuti anak, dalam hal ini orang tua atau guru tidak terlalu mendikte, mengatur dan melarang anak untuk melakukan kegiatan yang yang anak inginkan selama kegiatan tersebut tidak berbahaya.

Penyakit psikologis berikutnya ialah perasaan memiliki kekurangan. Membiasakan anak untuk saling bekerjasama merupakan hal yang dapat dilakukan dalam menghindari perasaan rendah diri, dengan cara seperti ini anak akan melakukan kegiatan bersama untuk memperoleh satu tujuan yang sama, sehingga tidak ada perbedaan anatara anak satu dengan yang lainnya. Selain itu orang tua atau guru harus terbiasa memberi pujian ketika anak melakukan sesuatu, dengan apresiasi dan pujian, anak akan merasa lebih percaya diri karena merasa mampu dan berhasil melakukan sesuatu.

Selanjutnya konsep Abdullah Nashih Ulwan, untuk mengatasi rasa iri hati pada anak dengan cara: mencurahkan cinta kasih kepada anak, dengan memperhatikan kebutuhan pemeliharaan anak seperti makan, pakaian dan memperbayak waktu, selalau menghargai kegiatan dan hasil karya anak merupakan hal yang dapat dilakukan orang tua untuk mencurahkan cinta kasih kepada anak, karena sejatinya anak memerlukan perhatian dari orangtua.

Berperilaku adil terhadap anak membuat anak merasakan diakui keberadaanya, orang tua harus sebisa mungkin untuk berperilaku adil terhadap anak, dengan demikian rasa iri hati tidak akan mudah tumbuh pada diri anak. Selain itu menghilangkan sikap marah pada anak, orang tua atau guru harus mengetahui penyebab timbulnya marah pada anak, memberikannya kesempatan untuk menenangkan diri dan memikirkan kembali perbuatan yang dilakukannya, membujuk dan menjelaskan bahwa marah tidak baik, serta menasehati untuk selalu bersikap yang baik terhadap teman-temannya, menghibur anak hingga melupakan kemarahan pada anak.

Kesimpulan

Pendidikan mental anak merupakan salah satu bentuk pendidikan yang menekankan kepada jiwa anak. jiwa adalah ruh. Ruh agar manusia dapat bersemangat, ruh agar manusia selalu bahagia, ruh agar manusia dapat menjalankan tanggungjawab dan kewajiban sebagai seorang hamba Allah swt. sehingga pendidikan ini sangat penting untuk dilakukan oleh para pendidik, baik orangtua, guru, maupun masyarakat. Konsep Pendidikan Mental Anak Usia Dini menurut Abdullah Nashih Ulwan adalah Usaha atau proses yang dapat dilakukan oleh orang tua dan pendidik dengan membebaskan anak dari minder, penakut, memiliki rasa kekurangan, iri hati, dan pemaarah. Dengan cara Mendidik anak sejak ia mampu berpikir untuk berwatak berani, berterus terang, perkasa, merasa sempurna, senang berbuat baik pada orang lain, mampu mengontrol emosi, serta memiliki semua keutamaan jiwa dan akhlak, dengan tujuan membentuk kepribadian anak, menyempurnakannya, dan menyeimbangkannya sehingga ketika menginjak usia taklif ia dapat melaksanakan kewajiban-kewajiban yang dibebankan pada dirinya dengan baik dan mulia.

Perkembangan sosial emosional anak sangat tergantung pada individu anak, peran orang tua, dewasa lingkungan masyarakat dan termasuk lingkungan sekolah. Dalam konteks sosial emosi, emosi cenderung mendorong aktivitas sosial seseorang. Kompetensi sosial ditentukan oleh kompetensi emosi seseorang. Seseorang dengan kecerdasan emosional yang tinggi cenderung menjadi pribadi yang kompeten secara sosial. Kematangan emosi seorang anak merupakan kunci keberhasilan dalam menjalin hubungan sosialnya.

Kecakapan tersebut merupakan faktor utama dalam menunjang keberhasilan dalam pergaulan. Kunci kecakapan sosial adalah seberapa baik atau buruk seseorang mengungkapkan perasaannya. Sehingga dapat diketahui bahwa perkembangan emosi sangat berpengaruh besar terhadap perkembangan sosial anak. Interaksi sosial membutuhkan keterampilan khusus yang didorong oleh kondisi emosi anak seperti motivasi, empati dan menyelesaikan konflik. Anak yang dapat mengendalikan diri dan mudah menunjukkan empati dan kasih sayang sehingga akan mudah bersosialisasi dengan orang disekitarnya

Jika teori Abdullah Nashih ulwan dalam konsep pendidikan anak diterapkan dan digunakan pada zaman sekarang maka perkembangan sosial emosioal anak akan berkembang sesuai dengan tahapanya. Selain itu kerelevansian antara konsep pendidikam mental menurut Abdulloh Nashih Ulwan dengan perkembangan sosial emosional anak untuk pencapaian perkembangan tersebut tergantung pada faktor yang memperngaruhi

perkembangan anak baik internal maupun eksternal yaitu meliputi faktor keturunan, pola asuh orang tua, dan faktor lingkungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2006). Metode Penelitian Kualitatif. Jakarta: Bumi Aksara
- Daradjat, Zakiah. (1983). Kesehatan Mental. Jakarta: Gunung Agung
- Femmi, Nurmalitasari. (2005). Perkembangan Sosial Emosional Pada Anak Usia Pra Sekolah. Buletin psikolog,23(2),103-111.
- Kartono, Kartini.(1990). Psikologi Anak Psikologi Perkembangan. Bandung: Morang Tuar maju.
- Koesoema, Doni. (2011). Pendidikan Karakter: Strategi Mendidik Anak di Zaman Global. Jakarta: Grasindo.
- Langgulung, Hasan. (1992). Teori-teori Kesehatan Mental, Cet. 2. Jakarta: Pustaka Al-Husna
- Mauliyah Ihdah (2017). Perkembangan Mental Emosional Anak Umur 3-5 Tahun Ditinjau Dari Sikap Orang Tua. Diambil dari <http://www.ejournal-aipkema.or.id> › jrki › article //
- Mulyadi Seto (2006). Membantu Anak Balita Mengelola Ketakutan. Jakarta: Erlangga
- Nurdin, Aulia Faizah (2011). Pembentukan Akhlak anak melalui kesehatan mental keluarga preseptik Al-Qur'an . Jakarta :UIN Syarif Hidayatulloh
- Ulwan, Abdullah Nasih. 1994. Pendidikan Anak dalam Islam. Terjemahan oleh. Hakim Arif Rahman. (2016). Sukoharjo: Insan Kamil Solo
- Zuhry, Ach Dhofir. (2013). Filsafat Timur Sebuah Pergulatan Menuju Manusia Paripurna. Malang :Madani.
- <https://www.kpai.go.id/berita/baru-dibuka-2-hari-kpai-sudah-terima-10-laporan-anak-kecanduan-gadget> diunduh pada 20 Juli 2020
- <https://www.kpai.go.id/berita/kpai-ini-perkara-serius-tak-boleh-dibiarkan-anak-sd-dibully-karena-mirip-ahok> diunduh pada 20 Juli 2020