

## UPAYA MEMBANGUN KESEHATAN MENTAL ANAK DALAM PERSPEKTIF AL-QUR'AN

Muhammad Fitri Al Muzakki, Miftarah Ainul Mufid, Ahmad Zainuddin, M. Mukhid Mashuri

Ilmu Al-Qur'an dan tafsir, Universitas Yudharta Pasuruan, Indonesia  
fitrialmuzakki@gmail.com

### Abstarct

*Children's mental health is very important for children's ability to socialize at school and in social environments. Protecting children's mental health will also have an impact on children's life satisfaction and attitudes. Youth is the next phase of mental development after the critical periods that often occur during childhood. There are several types of children's mental health disorders, including: anxiety, depression, restlessness, Attention Deficit and Hyperactivity Disorders and conduct disorders. from various forms of problems that arise in family life, such as children who experience a broken home can be the seed that grows the child's character to become anxious, to the point that the child becomes depressed and what is even worse will cause a breakdown in the family structure. Early toddlerhood is a time when a child can improve various skills, one of which is preparing his mental health in the future and developing a pleasant character. Therefore, children's mental health consists of several aspects, 1) a child's feelings for himself (can accept himself as he is), 2) a child's feelings for others (can accept others as they are), 3) how the child's ability to deal with everyday life problems. -day. 4) Family care for children. 5) Choose good friends. 6) Healthy environment.*

**Keywords:** Development efforts, health, children's mental health

### Abstrak

Mental health atau kesehatan mental anak sangat perlu di perhatikan guna mengontrol tingkat kemampuan anak dalam melangsungkan sosialisasi di sekolah dan di area sosial. Menjaga kesehatan mental anak pula hendak berakibat pada kepuasan hidup serta sikap anak. Masa anak muda ialah fase pertumbuhan mental berikutnya sehabis masa- masa kritis yang kerap terjalin pada masa anak- anak. Penyakit kesehatan mental anak datang dalam berbagai bentuk, seperti gangguan perilaku, kecemasan, kesedihan, dan gangguan defisit perhatian serta hiperaktif. Dari bermacam kasus yang timbul dalam kehidupan keluarga, seperti halnya anak yang mengalami broken home dapat menjadi benih dan menumbukan sifat anak menjadi cemas, sampai-sampai anak menjadi depresi dan yang yang lebih parah lagi akan menyebabkan retaknya struktur keluarga. Masa anak- anak dini merupakan masa dimana seorang anak dapat meningkatkan bermacam kemampuan, salah satunya mempersiapkan kesehatan mentalnya di masa depan serta meningkatkan karakter yang menyenangkan. Oleh sebab itu, kesehatan mental seseorang anak mencakup 3 aspek: 1) bagaimana perasaannya terhadap dirinya sendiri( ialah apakah dia bisa menerima dirinya apa adanya), 2) bagaimana perasaannya terhadap orang lain ( ialah apakah dia bisa menerima orang lain apa adanya), 3) seberapa baik anak dapat menghadapi tantangan dalam

### Article History

Received: Agustus 2024

Reviewed: Agustus 2024

Published: Agustus 2024

Plagirism Checker No 234

Prefix DOI : Prefix DOI :

10.8734/Tashdiq.v1i2.365

**Copyright : Author**

**Publish by : Tashdiq**



This work is licensed

under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

kehidupan tiap hari. Hari. 4) Pengasuhan keluarga pada anak. 5) Memilih teman yang baik. 6) Lingkungan yang sehat.  
**Kata Kunci:** Upaya Membangun, Kesehatan, Mental Anak

## A. PENDAHULUAN

Salah satu teks suci yang diturunkan setelah Taurat dan Injil keduanya masih ada sampai saat ini ialah Al- Quran. Ajarannya sangat berbeda dari yang lain-lainnya, memerintahkan supaya beriman kepada satu tuhan, Allah. Agama islam menyakini sesungguhnya seluruh Al-Qur'an merupakan kalam Allah dan itu telah di telah dimulai lebih dimulai 1400 tahun yang lalu (permulaan islam). Sekarang ini, menurut statistic, Islam menyebar lebih cepat dibandingkan agama-agama lain di seluruh dunia.<sup>1</sup>

Al- Quran diturunkan dalam berbagai keadaan. Ia membahas masalah- masalah sosial yang timbul, khususnya di masyarakat Arab di mana ia diturunkan jabatannya. Kitab suci ini membahas bermacam berbagai permasalahan yang muncul dalam peradaban Arab. Ia sesungguhnya melaksanakan lebih dari hanya mendiskusikannya; dia membagikan opini, ilham, serta penilaian terhadap isu tersebut, baik yang menguntungkan ataupun yang tidak. Komunitas Muslim mempunyai ajaran yang wajib dijunjung besar dalam pendapat ataupun penilaian ini.<sup>2</sup>

Jutaan orang memilih Al-Qur'an sebagai rujukan dalam kehidupan. Kitab yang sudah berumur lama ini membahas ratusan pokok masalah mengenai semua aspek kehidupan termasuk ilmu pengetahuan, akhlaq,keadilan,Sejarah tatanan Masyarakat,keimanan dan kehidupan Masyarakat,keimanan dan kehidupan akhirat. Bersama dengan ajaran-ajaran Nabi Muhammad, Al-Qur'an memberikan semua permasalahan serta memberikan jawabannya dan penting untuk diketahui oleh seorang muslim mengenai agama islam. Tidak disangkal Al-Qur'an memang berasal di masa lalu, tetapi kitab suci ini dengan jelas menyatakan bahwa ia diturunkan selaku hudan (petunujuk) untuk segala umat insan sampai hari akhir.<sup>3</sup>

oleh karena itu, Al- Quran merupakan kitab suci yang bisa dijadikan panduan dalam kehidupan dan as- Syifa. Terdapat sebagian ketentuan dalam Al- Quran yang butuh disertai. Tetapi demikian, syarat yang telah terdapat bisa jadi tidak selalu bisa diterapkan; ketentuan tersebut bisa diganti ataupun ditukar dengan syarat lain buat membagikan ruang untuk lebih banyak orang.<sup>4</sup>

Al-Qur'an mencantumkan sejumlah tujuan kehadiran manusia, termasuk hudan (petunjuk). Hada berasal dari kata hudan. Istilah ini juga membentuk kata al-hadi yang merupakan salah satu dari asmaul husna dan hidayah. Arti harfiahnya adalah menceritakan, menjelaskan, dan mendemonstrasikan. Al-hadi juga mengacu pada orang yang menunjukkan dan berbagi dengan hamba-hambanya bagaimana mengenal-Nya agar mereka mengakui rububibiyahnya. "indikator barang yang dapat digunakan untuk mengkomunikasikan seseorang kepada penerima yang akan dituju"begitulah pengertian bimbingan.<sup>5</sup>

Oleh karena itu, fungsi Al- Quran selaku hudan, ataupun petunjuk, berarti Al- Quran memaparkan serta memberi informasi kepada manusia tentang metode menggapai tujuan akhir hidup mereka, ialah kebahagiaan di dunia serta kelak di akhirat.<sup>6</sup>

Kegunaan lain dari Al-Qur'an adalah sebagai Syifa (obat). Al-Qur'an menyebut dirinya sebagai "obat" atau syifa. Keterangan tersebut tertuang dalam firman Allah SWT (QS.yunus / 10: 57) :

يَأَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ<sup>7</sup>

<sup>1</sup> Duaa Anwar, *Memahami Segalanya Tentang Al-Qur'an* (Batam: Karisma Publishing Group, 2007), 7.

<sup>2</sup> KADAR M. YUSUF, *STUDI ALQURAN* (Jakarta: AMZAH, 2010), 77.

<sup>3</sup> Anwar, *Memahami Segalanya Tentang Al-Qur'an*, 9.

<sup>4</sup> YUSUF, *STUDI ALQURAN*, 77.

<sup>5</sup> Luis Ma'luf, *Al-Munjid*, Beirut: Dar Al-Masyriq, 1986, hlm.859.

<sup>6</sup> YUSUF, *STUDI ALQURAN*. Hlm.180.

<sup>7</sup> <https://tafsirweb.com/3331-surat-yunus-ayat-57.htm>

Wahai manusia, sesungguhnya Tuhanmu telah menurunkan kepadamu pelajaran, obat bagi penyakit-penyakit yang berada di dadamu, dan rahmat serta petunjuk bagi orang-orang yang beriman.<sup>8</sup>

Ayat ini membuktikan nilai terapi Al-Qur'an sebagai penyembuh penyakit-penyakit yang ada di dalam dada. Kata dada menunjukkan arti "hati" disebutkan, menunjukkan bahwa penyakit spiritual seperti keraguan, iri hati, kesombongan, dan sejenisnya dapat disembuhkan dengan memanfaatkan ayat Alquran serta izin Allah SWT.<sup>9</sup>

Dan di dalam (Al-Qur'an surah Al-isra' / 17:82)

وَنُنَزِّلُ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً هُوَ شِفَاءٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا<sup>10</sup>

Dan bagi orang-orang yang beriman, Kami turunkan dari Al-Qur'an sesuatu yang menjadi obat serta rahmat; Al-Qur'an tidak menambahkan apa-apa lagi kepada orang-orang yang zalim kecuali kerugian..<sup>11</sup>

Di sinilah istilah "Syifa" biasanya dipahami sebagai "obat" atau "penyembuhan", namun bisa juga berarti "kebebasan dari kekurangan" atau "tidak adanya gangguan untuk memperoleh manfaat". Menurut penuturan Abu Ash-Syekh dan ucapan dari sufi ternama Muhammad Sayyid al-Thantawi, Imam al-Hasan al-Basri, menyatakan: "Allah menciptakan Al-Qur'an sebagai obat penyakit jasmani dan juga penyakit rahani."<sup>12</sup>

Syifa' secara harfiah berarti pengobatan. Dengan demikian, Al-Quran sebagai syifa adalah obat manusia. Artinya, penyakit-penyakit yang terjadi di masyarakat dapat diobati dengan menggunakan ayat Al-Qur'an. Hal semacam ini hanya berlaku bagi seseorang yang ingin berobat harus sesuai dengan ajaran islam dan Al-Quran. Al-Qur'an dapat dimanfaatkan untuk menyembuhkan penyakit mental seperti stres, kekhawatiran, dan kebingungan. Demikian pula, penyakit masyarakat mencakup penyalahgunaan narkoba, hedonisme, kurangnya moral, mengambil hak yak bukan milik-nya.<sup>13</sup>

Kekuatan penyembuhan Al-Qur'an terletak pada penghayatan dengan hati dan jiwa manusia. Dia berusaha memasukkan sifat-sifat luhur ini ke dalam realitas yang disebutkan di atas. Jika hati telah sembuh, maka sikap jiwa akan berubah yang awalnya membenci beralih ke sifat hasud, dari cinta dunia yang berlebih-lebihan berubah menjadi tawadhu, sehingga bisa menjadi jujur serta mengasihi keadilan, kebenaran, serta kesucian. ketika seseorang memiliki sifat-sifat terpuji ini di pada hatinya, maka perilaku mulia termasuk sikap bijaksana, serta penuh kasih sayang, dan sifat suportif mulai muncul.<sup>14</sup>

Ada berbagai macam istilah atau pendapat mengenai apa yang dimaksud dengan kesehatan mental. Ada yang menggambarkan sebagai tidak adanya penyakit atau kelainan mental, ada pula yang mendefinisikannya sebagai kemampuan untuk mengatasi tantangan dan kemunduran di dalam kehidupan.<sup>15</sup>

Di zaman globalisasi saat ini, keluarga, dunia luar, dan lingkungan sosial semuanya berdampak pada kesehatan mental anak dalam hal-hal seperti ketidakdewasaan, pengendalian emosi, agresi, depresi yang disebabkan oleh tantangan hidup, rasa tidak aman yang semakin meningkat, dan kurangnya kreativitas, tenaga kerja. Kesejahteraan mental adalah keadaan di mana jiwa berfungsi secara harmonis, yang dapat meumungkinkan menghadapi tantangan serta dapat merasakan kepuasan dalam kehidupan. Namun, karena mengasuh anak sangat penting bagi perkembangan anak, yang dapat menjadikan seorang anak menghadapi banyak tantangan. Banyak anak saat ini mengalami perlakuan kasar dari orang tuanya; bahkan, perilaku ini mungkin dianggap ilegal.

Mental health atau kesehatan mental adalah kondisi psikologis individu yang dipengaruhi oleh peristiwa dan pengalaman hidup. Kesehatan mental yang baik akan menumbuhkan seseorang dapat menghadapi hambatan di dalam hidup kesehariannya dan

<sup>8</sup> <https://tafsirweb.com/3331-surat-yunus-ayat-57.html>

<sup>9</sup> M.Quraish Shihab, *Tafsir Al Mishbah: Pesan, Kesan Dan Keserasian Al Qur'an*, vol. 5 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 438.

<sup>10</sup> : <https://tafsirweb.com/4686-surat-al-isra-ayat-82.html>

<sup>11</sup> <https://tafsirweb.com/4686-surat-al-isra-ayat-82.h>

<sup>12</sup> Shihab, 5:175.

<sup>13</sup> YUSUF, *STUDI ALQURAN*, 179.

<sup>14</sup> [YUSUF, 180.](#)

<sup>15</sup> Zakiah Daradjat, *Islam dan Kesehatan Mental*, (Jakarta: PT.Gunung Agung, 1982), 9.

dapat beraktifitas secara aktif, dan bisa bermanfaat pada semua orang. Dan juga sebaliknya, apabila seseorang mempunyai kepribadian Kesehatan mental yang buruk dapat menyebabkan gangguan jiwa, perubahan perilaku, menurunnya kreativitas dan pemikiran negatif. Kesehatan mental adalah kesehatan yang meliputi fisik, mental, dan sosial.

Kapasitas anak-anak untuk berinteraksi secara sosial di lingkungan sosial seperti di sekolah sangatlah bergantung pada kesehatan mental mereka. Menjaga kesehatan mental anak juga akan berdampak pada kepuasan hidup dan perilaku anak. Masa remaja merupakan tahap perkembangan mental selanjutnya setelah masa-masa kritis yang sering terjadi pada masa kanak-kanak.

Seorang anak dapat dikatakan patuh dan mempunyai moral yang tinggi apabila ia dapat menunjukkan dan juga dapat menjadi terbiasa bertindak menggunakan cara yang sesuai menggunakan adat, nilai, dan peraturan sosial, keluarga, atau lingkungan sosial. Seorang anak dapat dianggap melakukan perilaku tidak bermoral jika ia terus menunjukkan atau bertindak bertentangan dengan standar, hukum, dan moralitas yang dijunjung tinggi dalam keluarga atau masyarakat, maupun di lingkungan sosial (Reza, I.F., 2013).

Kesehatan jiwa pada usai kanak-kanak merupakan aspek penting untuk menentukan kualitas anak tersebut kepada fase selanjutnya. yang akan tumbuh dalam lingkungan keluarga maupun sosial dan dapat mejadikan nilai tersendiri bagi bangsa yang berharga (Indarjo, S., 2009) Dalam realita akhir-akhir ini, Prilaku anak banyak yang melanggar norma-norma dan sampai melakukan hal-hal negatif. Biasanya kenakalan seperti itu dimulai dengan tindakan-tindakan melanggar aturan serta norma-norma yang ada di keluarga. Boleh jadi, penyebab kurangnya keluasaan untuk mengutarakan hal-hal yang dialami anak tersebut, serta penekanaan yang berlebihan dan kurangnya perhatian pada orang tua. Dampak dari kurangnya keluasaan dan perhataian pada orang tua, yang menyebabkan anak-anak menjadi gelisah dan memerlukan arahan serta bimbingan. Hala yang sedemikian itulah yang sangat di perlukan, agar mereka ketika pergi ke dunia luar yang jauh dari pengontrolan orang dewasa tidak mudah di pengaruhi oleh remaja yang kurang baik. Pada akhirnya, dapat melahirkan model-model kelakuan atau perilaku yang menyalahi norma-norma Agama dan Negara (Subur, S., 2016).

Anak-anak dapat menderita serta mengalami berbagai kondisi kesehatan mental, seperti gangguan perilaku, kecemasan, kesedihan, kegelisahan, dan ADHD (Lawrence D, Johnson S, Hafekost J, Boterhoven DHK, dkk, 2015).

Tiga penyakit jiwa seorang anak yang paling sering dialami adalah kehilangan fokus, gangguan kecemasan, dan depresi. Knopf, Park, dan Mulye (2008) menyatakan bahwa berbagai masalah yang berhubungan dengan keluarga, seperti seorang anak yang terlahir dan berkembang dalam keluarga yang berantakan (broken home), dapat menanamkan benih-benih kecemasan pada anak-anak dan pada akhirnya menyebabkan mereka menjadi depresi dan lebih buruk lagi dapat menyebabkan stress, hingga dapat mengakibatkan struktur keluarga menjadi berantakan. Seperti yang dikemukakan oleh (Hasan, 2012).

Broken home adalah situasi ketika struktur keluarga hancur akibat salah satu atau lebih anggota keluarganya tidak memenuhi tanggung jawabnya serta menyalahi norma-norma dan aturan yang di keluarga. Rusaknya struktur keluarga yang dikarenakan adanya berbagai macam faktor, seperti contoh: perceraian, penelantaran, pindah rumah, konflik, atau kurangnya kasih sayang dalam keluarga. Seperti halnya yang dikemukakan oleh (Goode, 2007)<sup>16</sup> Seseorang anak yang terlahir dari keluarga yang mengalami Broken Home tentu tidak akan merasakan kemudahan karena mereka hidup dalam situasi yang sulit serta berantakan, dimana mereka harus beradaptasi dengan perubahan yang terjadi di lingkungannya dan dalam kehidupannya sendiri (Aziz, 2019). (Syahniar, Karnali, dan Pratama, 2016) Selain itu, Santrock (2003) menemukan bahwa anak-anak dari keluarga yang berantakan atau keluarga tidak lengkap dalam struktur keluarganya itu mengalami penyesuaian dalam dirinya yang lebih buruk dibandingkan dengan seorang anak yang tumbuh dari keluarga yang utuh. Kesulitan akademis, perilaku yang melebihi kenormalan pada umumnya, kecemasan, kesedihan, serta kurangnya tanggung jawab

<sup>16</sup> ifdil ifdil, "Psychological Weel-Being Remaja Dari Keluarga Broken Home," *Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang*, 2020, <https://doi.org/10.23916/08591011>.

sosial, ketidak mampuan dalam menghadapi situasi sosial, dan kecenderungan dalam bergaul dengan orang lain yang antisosial merupakan ciri-cirinya. Tentu saja, rumah tangga yang rusak merupakan akibat dari rusaknya hubungan orang tua, dan rumah tangga yang rusak akan berdampak pada kesehatan psikologis remaja, terutama mereka yang lahir dari keluarga broken home.<sup>17</sup>

Potensi masalah kesehatan mental pada anak-anak selama pandemi ini muncul karena kegagalan beradaptasi terhadap perubahan yang sedang dialami di lingkungan mereka. Ketika Saat menggunakan ponsel misalnya, masalah ini mungkin terjadi. Saat melakukan pembelajaran daring melalui handphone (HP) seorang anak yang sudah terbiasa menggunakannya hanya sekedar buat main, Hal semacam itu secara tidak langsung mereka mengalami kesulitan saat di gunakan untuk belajar melalui daring.<sup>18</sup> (Psikolog dari Unika Semarang), Akibat adanya interaksi antara lingkungan dengan individu anak itu sendiri, anak akan merasakan tekanan baik berasal dari sumber internal (dalam) maupun eksternal (luar). Hal semacam ini akan menyebabkan mereka menderita stres. (Smith dan Sarafino, 2014)

Namun, sebaliknya seorang anak yang sudah terbiasa menggunakan handphone (hp) hanya untuk keperluan Pendidikan akan terasa lebih mudah menyesuaikan diri. Penyakit stres sendiri dapat dipicu oleh setiap perubahan yang terjadi dalam siklus hidup seseorang (Christin Wibhowo). Ketika seseorang memasuki posisi baru setelah meninggalkan posisi yang lama serta merasakan kenyamanan, stres akan selalu terjadi dalam siklus perubahan. Masalah stres akan muncul jika tidak ada kemampuan beradaptasi dalam individu masing-masing. Namun jika seseorang dapat menyesuaikan diri dengan baik, mereka akan kembali ke tempat yang mereka rasa nyaman.<sup>19</sup>

Dukungan keluarga diabaikan. Salah satu kebutuhan yang harus dipenuhi bagi keluarga adalah uang. Rezeki yang berupa materi seperti halnya pakaian, pangan, serta papan, dan kebutuhan non-fisik lain-nya seperti pendidikan, kebutuhan spiritual, kesehatan, keselamatan, dan kasih sayang, merupakan kebutuhan utama.<sup>20</sup> Memberikan dukungan yang buruk kepada anak berarti ketika anak meminta sesuatu, Anda harus memastikan dia mendapatkannya dengan memintanya terlebih dahulu dan dengan ingin memenuhi tuntutannya dengan mengorbankan orang lain. Disebutkan dalam surat al-Baqarah ayat 233 bahwa pemeliharaan hendaknya diberikan secara adil. Ma'ruf (kebaikan) sebagian besar adalah menjaga agar orang-orang yang mempunyai hak atas sesuatu tidak memintanya dan memberikannya secara sukarela, bukan dengan memaksa mereka memintanya atau dengan memenuhi kebutuhannya sambil bertindak dengan cara yang mengkhianati permusuhan. klaim Asy-Syafi'i (w. 204 H). Siapapun yang menyerah, berarti dia telah menunda pemenuhannya dan berperilaku tidak adil.<sup>21</sup>

Dalam kondisi seperti ini, anak secara perlahan akan mengalami kegelisahan serta kecemasan, apabila masalah itu terus menerus akan mengakibatkan anak secara tidak langsung mengalami deperesi di karenakan kurangnya perhatian pada keluarga dan pengabaian hak anak di dalam keluarga.

Masa kanak-kanak dini merupakan masa dimana seorang anak dapat mengembangkan berbagai keterampilan, salah satunya mempersiapkan kesehatan mentalnya di masa depan dan mengembangkan kepribadian yang menyenangkan. karena gaya pengasuhan dini mempunyai dampak yang signifikan terhadap kesehatan mental seseorang. Perkembangan watak dan kepribadian serta terciptanya lingkungan yang sehat dipengaruhi oleh pola asuh pada anak

<sup>17</sup> ifdil, 37.

<sup>18</sup> Kompas Cyber Media, "Kasus Gangguan Kesehatan Mental Anak Naik Selama Pandemi, Ini Kata Psikolog," KOMPAS.com, February 21, 2022, <https://www.kompas.com/tren/read/2022/02/21/163000765/kasus-gangguan-kesehatan-mental-anak-naik-selama-pandemi-ini-kata-psikolog>.

<sup>19</sup> Media.

<sup>20</sup> Lajnah Pentashian Mushaf Al-Qur'an Badan litbang dan Diklat Kementrian Agama Ri, *Membangun KELUARGA HARMONIS*, 4 (Jakarta: Badan Litbang dan Diklat kementrian Agama RI, 2011), 168.

<sup>21</sup> asy=Syafi'i Abu 'Abdillah Muhammad bin Idris, *Al-Umm*, vol. V (h), 107.

tersebut. ketika anak tersebut berkembang menjadi orang dewasa yang sehat mental atau menunjukkan tanda-tanda penyakit mental.<sup>22</sup>

Oleh karena itu, kesehatan mental seorang anak mencakup 6 aspek: 1) Pengajaran jiwa dan mental anak terhadap dirinya sendiri, 2) Pengajaran jiwa dan mental anak terhadap orang lain dan 3) Perlindungan anak dalam kondisi khusus. 4) Memilih teman yang baik. 5) Pengajaran anak dalam Lingkungan yang sehat 6) Pengembangan kesehatan mental anak melalui ibadah. penting bagi anak untuk tumbuh dalam peran intrapersonal dan interpersonal ini agar bisa melanjutkan ke tahap-tahap berikut.<sup>23</sup>

Berdasarkan temuan permasalahan penelitian di atas, terjadi sejumlah permasalahan, seperti perpecahan rumah tangga atau perpecahan struktur keluarga karena satu atau lebih anggota keluarga gagal memenuhi tanggung jawabnya, akan hal semacam itu yang menyebabkan dampak negatif pada kesehatan mental anak sendiri. Anak-anak yang berasal dari keluarga dengan keluarga yang berantakan tentu tidak akan mudah karena mereka berada dalam keadaan sulit dimana mereka harus menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar dan menghadapi gejolak kehidupan. Salah satu faktor yang mengganggu kesehatan mental anak dalam situasi ini adalah tidak adanya pengasuhan dan perhatian.

Ketidakmampuan anak-anak untuk menyesuaikan diri selama pandemi juga merupakan kejadian lain. Saat menggunakan ponsel misalnya, masalah ini terjadi. Anak-anak muda yang terbiasa bermain ponsel biasanya kesulitan ketika harus menyelesaikan tugas kuliah online. Ketika seorang anak memasuki lingkungan baru dalam siklus perubahan dan meninggalkan lingkungan yang nyaman, stres akan berkembang.

Fenomena selanjutnya, pengabaian pada nafkah keluarga, nafkah harus di berikan dengan cara yang baik, tidak menyuruh memperlakukan dengan meminta secara memaksa, bukan juga dengan memenuhi keperluannya sampai membenci. Dalam kondisi seperti ini, anak secara perlahan akan mengalami kegelisahan serta kecemasan.

## B. Tinjauan pustaka

### 1. Pengertian Kesehatan Mental Anak

Kesehatan mental anak merujuk pada kesejahteraan emosional, psikologis, dan sosial anak yang mempengaruhi cara mereka berpikir, merasakan, dan berperilaku. Kesehatan mental yang baik memungkinkan anak untuk mengatasi tantangan, belajar dengan efektif, dan berinteraksi dengan baik dengan orang lain. Dalam konteks Al-Qur'an, kesehatan mental dapat dihubungkan dengan konsep ketenangan jiwa dan keseimbangan emosional yang diperoleh melalui hubungan dengan Tuhan dan pengamalan nilai-nilai spiritual.

### 2. Konsep Kesehatan Mental dalam Al-Qur'an

Al-Qur'an memberikan panduan komprehensif tentang kesejahteraan jiwa dan kesehatan mental. Beberapa ayat dan konsep yang relevan antara lain:

- **Ketenangan Hati dan Jiwa:** Al-Qur'an menyebutkan pentingnya ketenangan hati sebagai bentuk kesejahteraan jiwa. Misalnya, dalam Surah Ar-Ra'd (13:28), Allah berfirman: "Ketahuilah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram." Ayat ini menunjukkan bahwa hubungan yang kuat dengan Allah dapat membawa ketenangan dan mengatasi stres.
- **Pengendalian Emosi:** Pengendalian emosi juga merupakan bagian penting dari kesehatan mental. Dalam Surah Al-Furqan (25:63), Allah menggambarkan hamba-Nya yang memiliki sifat sabar dan rendah hati, yang merupakan indikasi pengendalian diri yang baik.
- **Perlunya Dukungan Sosial:** Al-Qur'an mengajarkan pentingnya dukungan sosial dan hubungan yang harmonis. Dalam Surah Al-Hujurat (49:10), disebutkan bahwa

<sup>22</sup> Dewi Retno Suminar Hamidah, "Membangun Kesehatan Mental Anak Usia Dini Dengan Pengasuhan Positif," *Indonesia Berdaya*, 2020, 13.

<sup>23</sup> Bahril hidayat Laras sati, "PENINGKATAN KESEHATAN MENTAL ANAK DAN REMAJA MELALUI IBADAH KEISLAMAN" 16 (2019): 123.

"Sesungguhnya orang-orang mukmin itu bersaudara." Dukungan dari komunitas dan keluarga dapat berperan penting dalam menjaga kesehatan mental anak.

### 3. Strategi Pendidikan dan Pembentukan Karakter dalam Al-Qur'an

Al-Qur'an juga memberikan panduan tentang pendidikan dan pembentukan karakter anak yang berkaitan dengan kesehatan mental:

- **Pendidikan Moral dan Spiritual:** Pendidikan yang menekankan nilai-nilai moral dan spiritual sangat penting dalam pembentukan karakter anak. Dalam Surah Luqman (31:13-19), Luqman al-Hakim memberikan nasihat moral kepada anaknya, yang meliputi pengenalan terhadap tauhid, etika, dan sikap positif. Pendidikan semacam ini berkontribusi pada kesehatan mental yang baik.
- **Pentingnya Kasih Sayang dan Perhatian:** Al-Qur'an menekankan pentingnya kasih sayang dan perhatian dalam hubungan antara orang tua dan anak. Dalam Surah Al-Isra (17:23), Allah memerintahkan untuk menghormati kedua orang tua, yang mencerminkan pentingnya menciptakan lingkungan keluarga yang penuh kasih dan perhatian.

### 4. Pengaruh Lingkungan Terhadap Kesehatan Mental Anak

Lingkungan tempat anak tumbuh dan berkembang memainkan peran krusial dalam kesehatan mental mereka. Al-Qur'an mengajarkan tentang pentingnya menciptakan lingkungan yang baik:

- **Lingkungan yang Positif:** Dalam Surah Al-Ankabut (29:69), Allah berfirman: "Dan orang-orang yang berjihad untuk (mencari keridhaan) Kami, benar-benar Kami akan menunjukkan kepada mereka jalan-jalan Kami." Lingkungan yang mendukung pertumbuhan spiritual dan intelektual anak dapat membangun ketahanan mental yang kuat.
- **Perlindungan dari Dampak Negatif:** Al-Qur'an juga mengajarkan tentang perlindungan terhadap hal-hal yang dapat merugikan kesehatan mental. Dalam Surah Al-Baqarah (2:261), disebutkan bahwa "Perumpamaan orang-orang yang membelanjakan hartanya di jalan Allah adalah seperti sebutir biji yang menumbuhkan tujuh tangkai," menunjukkan pentingnya pengelolaan sumber daya dengan bijaksana dan melindungi anak dari dampak negatif.

### 5. Praktik Terbaik dan Implikasi untuk Pendidikan

Penerapan prinsip-prinsip Al-Qur'an dalam pendidikan dan pengasuhan anak dapat membantu membangun kesehatan mental yang baik. Praktik terbaik meliputi:

- **Integrasi Nilai-Nilai Qur'ani dalam Kurikulum:** Mengintegrasikan nilai-nilai Qur'ani dalam kurikulum pendidikan untuk mendukung perkembangan karakter dan kesehatan mental anak.
- **Pelatihan untuk Orang Tua dan Pendidik:** Memberikan pelatihan kepada orang tua dan pendidik tentang cara menerapkan ajaran Al-Qur'an dalam mendukung kesehatan mental anak.
- **Penciptaan Lingkungan yang Mendukung:** Menciptakan lingkungan pendidikan dan keluarga yang penuh kasih sayang, dukungan, dan perhatian sesuai dengan ajaran Al-Qur'an.

### Kesimpulan

Upaya membangun kesehatan mental anak dalam perspektif Al-Qur'an melibatkan penerapan prinsip-prinsip spiritual dan moral yang menekankan ketenangan jiwa, pengendalian emosi, dukungan sosial, dan pendidikan karakter. Dengan mengikuti panduan Al-Qur'an, diharapkan dapat menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental anak dan mempromosikan kesejahteraan mereka secara holistik.

Tinjauan pustaka ini memberikan gambaran tentang bagaimana perspektif Al-Qur'an dapat diterapkan dalam membangun kesehatan mental anak, dengan mengaitkan ajaran-ajaran Qur'ani dengan praktik-praktik pendidikan dan pengasuhan yang mendukung kesejahteraan jiwa.

Penelitian ini termasuk dalam kategori penelitian kepustakaan karena permasalahan yang ingin diselidiki dan informasi yang dikumpulkan. Khususnya, studi yang berkonsentrasi pada pemeriksaan isi literatur dari sumber data primer dan sekunder.<sup>24</sup> Informasi yang digunakan dalam penelitian kepustakaan ini dikumpulkan dari sumber tertulis seperti buku, jurnal, artikel, dokumen, film, dan lain sebagainya. Penelitian semacam ini kebanyakan terfokus pada teori, konseptual, konseptual, gagasan, dan lain sebagainya.

Tahap penyajian data merupakan salah satu dari dua tahap yang masuk dalam penelitian. Oleh karena itu, agar data yang dikumpulkan dapat menjelaskan objek penelitian, diperlukan metode dan uraiannya serta pendekatan tertentu.<sup>25</sup>

Metode sima digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Peneliti menggunakan teknik penyadapan selain pendekatan mendengarkan. Saat mempelajari bahasa tulis, seperti teks naratif, naskah kuno, dan materi lainnya, akademisi menggunakan teknik sadap. Ada beberapa persyaratan untuk metode mendengarkan, seperti membuat catatan, merekam, dan pendekatan mendengarkan dengan keterlibatan dan non-keterlibatan. Karena peneliti hanya mengamati penggunaan bahasa dengan metodologi ini, kali ini peneliti memutuskan untuk menggunakan metode mendengarkan bebas terlibat.

#### D. HASIL DAN PEMBAHASAN

Menurut temuan penelitian, anak-anak akan merasakan tekanan dari berbagai bagian internal dan eksternal diri mereka selama pandemi, karena adanya keterkaitan antara lingkungan dan individu. Menurut Sarafino dan Smith (2014), stres dapat disebabkan oleh adanya pergeseran yang terjadi dalam siklus hidup seseorang. (Christin Wibhowo).

Menurut studi penelitian, rumah tangga yang rusak adalah situasi di mana satu atau lebih anggota keluarga mengabaikan tanggung jawab dan peran mereka, sehingga menyebabkan rusaknya struktur keluarga. Rusaknya struktur keluarga dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti perceraian, penelantaran, pindah rumah, konflik, atau kurangnya kasih sayang dalam keluarga. Anak-anak dari keluarga Broken Home tentu tidak akan mendapatkan kemudahan karena mereka berada dalam situasi stres dimana mereka harus menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar dan mengalami perubahan dalam hidupnya. Hal ini menurut Goode (2007). (Pratama, Syahniar, & Karneli, 2016)

Dukungan keluarga diabaikan. Salah satu kebutuhan yang harus dipenuhi bagi keluarga adalah uang. Rezeki fisik seperti sandang, pangan, dan papan, serta kebutuhan non-fisik seperti pendidikan, kebutuhan spiritual, kesehatan, keamanan, dan kasih sayang, semuanya dianggap sebagai bentuk subsistensi. Ketika memberikan dukungan negatif kepada anak-anak, kebutuhan dan persyaratan mereka harus dipenuhi terlebih dahulu; Hal ini dapat dilakukan dengan membuat anak memintanya, atau dengan berusaha memenuhi kebutuhannya dengan mengorbankan perasaan tidak sukanya. Anak-anak dalam keadaan seperti itu lambat laun akan menjadi gelisah dan cemas; Jika hal ini terus berlanjut maka secara tidak langsung anak akan merasakan depresi akibat dari pengabaian dan kurangnya perhatian keluarga terhadap hak-hak anak.

Hasil analisis data kualitatif di atas menunjukkan adanya kecenderungan pengaruh positif dalam memenuhi kriteria kesehatan jiwa, khususnya yang berkaitan dengan prinsip kesehatan jiwa dalam interaksi anak dengan keluarga serta lingkungan sekitarnya. Untuk mendukung kesehatan mental anak-anak, gaya pengasuhan di rumah dan di masyarakat harus ditingkatkan dan diubah. Mendidik orang tua tentang cara membesarkan anak-anak mereka dalam suasana yang sehat dan membantu mereka berkembang menjadi orang dewasa yang kuat dan sehat secara mental dapat menjadi langkah awal dalam mewujudkan transformasi ini. Jika penyesuaian menyeluruh diterapkan sejak usia dini, dimulai di rumah dan sekolah, maka.<sup>26</sup>

Menjaga kesehatan mental yang baik sangat penting untuk produktivitas dan kesejahteraan fisik. Gangguan yang berhubungan dengan pikiran atau jiwa bisa menyerang siapa saja. Data Riskesdas (Studi Fundamental Kesehatan) tahun 2018. Ketika kesehatan mental anak

<sup>24</sup> Sutrisno Hadi, Metodologi Research (Yogyakarta: Andi offset, 1994) hal: 3

<sup>25</sup> Mahsun, Metode penelitian Bahasa: Tahapan strategi, metode dan tekniknya, cet. 9 (Depok: Rajawali pers,2017),hal: 86

<sup>26</sup> Hamidah, "Membangun Kesehatan Mental Anak Usia Dini Dengan Pengasuhan Positif," 14.

sejalan dengan keadaan orang lain, maka ia dapat berkembang secara maksimal baik dari kebutuhan fisik, intelektual, dan emosionalnya. Federasi Kesehatan Mental Dunia (dalam Rozali, Sitasari dan Lenggogeni, 2021).

Semaksimal mungkin kesehatan mental anak perlu dijaga dan dirawat guna mencegah timbulnya permasalahan mental. Kondisi mental yang tidak teratur akan membuat hidup menjadi tidak nyaman dan menimbulkan gejala seperti mudah gelisah, lelah, cemas, atau bosan.<sup>27</sup> Jika anak terhindar atau tidak menunjukkan indikasi penyakit jiwa, psikosis, atau neurosis, maka anak tersebut dapat dianggap sehat jiwa (Talitha, 2021).

Allah memberikan penjelasannya. "Ketahuilah, bahwa di dunia ini tidak ada yang lain selain hidup kecuali bermain-main, bercanda, perhiasan, dan bermegah-megah di antara kamu, serta banyak harta dan anak."

(Awal ayat 20, surah Al-hadid).

اعْلَمُوا أَنَّمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا لَعِبٌ وَلَهُمْ زِينَةٌ وَتَفَاخُرٌ بَيْنَكُمْ وَتَكَاثُرٌ فِي الْأَمْوَالِ وَالْأَوْلَادِ<sup>28</sup>  
Ketahuilah, bahwa sesungguhnya kehidupan dunia ini hanyalah permainan dan suatu yang melalaikan, perhiasan dan bermegah-megah antara kamu serta berbangga-banggaan tentang banyaknya harta dan anak<sup>29</sup>

Sadarilah bahwa kehidupan di dunia ini memiliki kebijaksanaan dan kebenaran. Hal ini disebabkan oleh pernyataan Allah bahwa Dia lebih berilmu daripada manusia. Fakhruddin ar-Razi, al-Imam Dengan demikian kita dapat menyimpulkan bahwa kehidupan di dunia ini tidak perlu diragukan lagi berdasarkan semua yang telah kami tunjukkan. Namun, mengutuk kehidupan mengacu pada menggunakannya sebagai sarana untuk meniru iblis dan menyerah pada dorongan hati pribadi. Sungguh kehidupan yang menjijikkan. Tuhan menjelaskan keberadaan seperti itu sebagai cacat. Pertama-tama, hidup seperti itu disebut la'ibun, atau sekedar bermain-main; itu adalah perilaku seorang anak yang tubuhnya lemah dan tidak berguna. Yang kedua adalah lahwun atau bercanda yang merupakan tingkah laku anak muda. Biasanya mengikutimu.<sup>30</sup>

Di dalam pembahasan ini penulis akan menjelaskan Cara atau Upaya membangun Kesehatan mental anak dalam perspektif Al-Qur'an menurut sosial maupun agama:

## 1. PENGAJARAN MENTAL DAN JIWA ANAK TERHADAP DIRINYA SENDIRI

Menurut tradisi Islam, Pendidikan pada masa kanak-kanak dimulai dengan mengumandangkan azan di telinga kiri dan iqamat di telinga kanan. Menurut sebuah hadits yang terdapat dalam sanad riwayat Abu Rafi tentang Abu Dawud dan at-Tirmizi, "Aku pernah melihat Rasulullah mengumandangkan adzan di telinga Hasan bin Ali ketika ia dilahirkan dari Fathimah." Dari Husain bin Ali, Al Baihaqi dan Ibnu Sunni pun meriwayatkan sabda Rasulullah SAW:

"Riwayat Ibnu Sunni dari Husain bin Ali bin Abi Thalib dalam Marfu' menyebutkan bahwa barangsiapa yang dikaruniai anak tidak akan diganggu setan jika ia mengumandangkan azan di telinga tangannya dan iqamat di telinga kirinya."

Pengenalan awal lain dari orang tua kepada anak untuk menaati Allah, mengamalkan Islam, dan menolak ajakan setan adalah dengan mengumandangkan azan di telinga bayi. Hal ini sesuai dengan penciptaan alam oleh Allah yang menjadi model penciptaan manusia. Dibutuhkan upaya seperti ini untuk mengetahui upaya Setan untuk membelokkan manusia dari jalan yang sejalan dengan sifat mereka.<sup>31</sup>

<sup>27</sup> Ribka Barto Mansyah, fatty, "FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KESEHATAN MENTAL PADA REMAJA," n.d., 277.

<sup>28</sup> <https://tafsirweb.com/10716-surat-al-hadid-ayat-20.html>

<sup>29</sup> <https://tafsirweb.com/10716-surat-al-hadid-ayat-20.html>

<sup>30</sup> PROF. DR HAMKA, *Tafsir Al-Azhar*, vol. 9 (Singapura, n.d.), 7185.

<sup>31</sup> Huzaemah Tahido Yango, Fikih Anak, h. 50-51

Selain mengumandangkan azan dan iqamat di telinga bayi yang baru lahir, Islam juga menganjurkan para ayah untuk menggosokkan kurma yang telah mereka konsumsi dengan lembut ke langit-langit mulut bayi mereka, sebuah praktik yang dikenal dengan istilah tahmik.<sup>32</sup> Tidak harus menggunakan kurma, makanan manis lainnya, termasuk gula yang dipadukan dengan air bunga, dapat digunakan sebagai penggantinya. Sunnah Nabi Muhammad SAW adalah sumber dari semua hikmah indah ini. Kesepakatan para ulama tersebut bahkan membuat Imam Nawawi menekankan sunnah Tahmik.<sup>33</sup>

Tahun-tahun yang paling rentan bagi seorang anak adalah ketika ia masih balita. Ia harus mengonsumsi makanan yang kaya nutrisi, termasuk protein hewani, terutama dari ASI, karena penting untuk perkembangannya baik secara fisik maupun mental.<sup>34</sup>

Allah berfirman dalam QS: al Baqarah/2: 233

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُبْرِئَ الرِّضَاعَةَ وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ لَا تُكَلَّفُ نَفْسٌ إِلَّا وُسْعَهَا لَا تُضَارَّ وُلْدَةٌ بِوُلْدِهَا وَلَا مَوْلُودٌ لَهُ بِوَالِدِهِ وَعَلَى الْوَارِثِ مِثْلُ ذَلِكَ فَإِنْ أَرَادَا فِصَالًا عَنْ تَرَاضٍ مِنْهُمَا وَتَشَاوُرٍ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا وَإِنْ أَرَدْتُمْ أَنْ تَسْتَرْضِعُوا أَوْلَادَكُمْ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ إِذَا سَلَّمْتُمْ مَا آتَيْتُم بِالْمَعْرُوفِ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ<sup>35</sup>

Bagi yang ingin menyelesaikan masa menyusui, sebaiknya ibu menyusui anaknya selama dua tahun penuh. Dan merupakan tanggung jawab ayah untuk memberi ibu makanan dan pakaian yang baik. Seseorang yang tidak terbebani secara berlebihan namun sesuai dengan kapasitasnya. Janganlah seorang ayah menderita karena anaknya, dan seorang ibu tidak menderita karena anaknya; ahli waris juga wajib melakukan hal ini. Tidak ada salahnya keduanya jika keduanya memilih menyapih (sebelum berumur dua tahun) dengan persetujuan dan pertimbangan masing-masing. Selanjutnya, jika Anda membayar sewajarnya dan Anda ingin orang lain menyusui anak Anda, maka Anda tidak bersalah. Kenalilah dan bertakwalah kepada Allah.<sup>36</sup>

Ayat ini menjelaskan bahwa, bagi mereka yang memilih untuk menyelesaikan masa menyusunya, maka kewajiban seorang ibu untuk menyusui anaknya selama dua tahun penuh. Adapun Ayah mempunyai tanggung jawab untuk menyediakan pakaian dan kebutuhan sehari-hari secara memadai. Kecuali tanggung jawab tersebut sesuai dengan bakat seseorang, maka mereka tidak akan dibebani. Seorang ayah tidak boleh didiskriminasi karena anaknya, begitu pula perempuan. Ibarat seorang ayah, seorang ahli waris hanya berkewajiban. Tidak masalah bagi kedua pasangan untuk menyapih dengan persetujuan dan negosiasi bersama. Terlebih lagi, selama Anda memberinya sesuatu yang sesuai, Anda bebas membiarkan orang lain menyusui. takut kepada Allah. Sadarilah bahwa Allah memperhatikan semua yang Anda lakukan.<sup>37</sup>

Ilmu kedokteran mengakui bahwa ASI merupakan sumber nutrisi optimal bagi bayi. ASI telah terbukti memiliki kandungan nutrisi yang sangat tinggi, melindungi bayi dari penyakit, dan mengandung bahan kimia yang dapat mengobati penyakit.<sup>38</sup>

Jika tumbuh kembang bayi berjalan sesuai rencana, maka anak sudah mempunyai landasan kesehatan yang kuat, sehingga memudahkan keluarga terutama ibu dan ayah untuk membentuk manusia yang berkualitas di kemudian hari.<sup>39</sup>

## 2. PENGAJARAN MENTAL DAN JIWA ANAK TERHADAP ORANG LAIN

<sup>32</sup> Badan litbang dan Diklat Kementerian Agama Ri, *Pendidikan Pembangunan Karakter Dan Pengembangan Sumber Daya Manusia*, 184.

<sup>33</sup> An-Nawawi, al-Majmu', (Kairo: Matba'ah al-Imam,t.th), juz 8, h.351

<sup>34</sup> MUI dan UNICEF, *Ajaran islam dan penanggulangan perkawinan Usia Muda*, (Jakarta: MUI, 1991) h. 35.

<sup>35</sup> <https://tafsirweb.com/924-surat-al-baqarah-ayat-233.html>

<sup>36</sup> <https://tafsirweb.com/924-surat-al-baqarah-ayat-233.html>

<sup>37</sup> Ahmad Bahaudin Noersalim al Hafidz, *Qur'an Karim Dan Terjemahan Artinya*, vol. 1 (Yogyakarta: UII Press, 1999), 65.

<sup>38</sup> Badan litbang dan Diklat Kementerian Agama Ri, *Pendidikan Pembangunan Karakter Dan Pengembangan Sumber Daya Manusia*, 187.

<sup>39</sup> Badan litbang dan Diklat Kementerian Agama Ri, 188.

Karena pola asuh dan pendidikan anak dalam keluarga akan sangat mempengaruhi masa depan mereka, sangatlah penting bagi kita untuk mempertimbangkan kebutuhan mereka dengan cermat. Al-Qur'an menawarkan pedoman tentang praktik pengasuhan anak yang tepat yang dapat diikuti seluruh keluarga dalam bentuk pola yang kekal.

Allah SWT berfirman dalam Al-Qur'an surat At-Tahrim / 66: 6:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا قُوا أَنفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ<sup>40</sup>

*"Hai orang-orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu. Para malaikat yang menjadi pelindungmu adalah makhluk yang kuat dan tangguh yang menaati perintah Allah tanpa ragu."<sup>41</sup>*

Ayat ini adalah arahan Allah kepada kita orang beriman untuk melindungi orang yang kita cintai dan diri kita sendiri dari api neraka yang membakar manusia dan batu. Mengikuti ajaran agama dan menanamkannya pada istri dan anak-anak Anda adalah cara terbaik untuk melindungi keluarga Anda dari kengerian api neraka.<sup>42</sup> Ibnu Abbas memahami kewajiban menjaga diri dan keluarga dalam ayat ini dengan mengenkannya pada ibadah dan amal shaleh, sedangkan Ali Bin Abi Thalib memahaminya dengan mendidik dan mengajar mereka. Oleh karena itu, keluarga berperan penting dalam membesarkan anak-anak yang bermoral dan siap menghadapi masa depan.

Dalam surah al-Baqarah ayat 132 Allah Berfirman:

وَوَصَّىٰ بِهَا إِبْرَاهِيمَ بَنِيهِ وَيَعْقُوبَ يٰبَنِيَّ إِنَّ اللَّهَ اصْطَفَىٰ لَكُمْ الدِّينَ فَلَا تَمُوتُنَّ إِلَّا وَأَنْتُمْ مُسْلِمُونَ<sup>43</sup>

*Dan seperti yang dilakukan Yakub, Ibrahim juga menyampaikan kata-kata ini kepada keturunannya. Sebagaimana yang disampaikan oleh Ibrahim: "Wahai anak-anakku! Sesungguhnya Allah telah memilihkan agama ini untukmu, oleh karena itu memeluklah Islam jika kamu ingin bertahan hidup."<sup>44</sup>*

Nabi Ibrahim pun mengirimkan pesan ini kepada Yakub, salah satu anaknya. "Ya, Allah telah memilih agamamu, jika kamu belum bersujud kepada-Nya, maka janganlah kamu binasa."<sup>45</sup>

Pada ayat tersebut Allah menjelaskan bahwa Nabi Ibrahim serta juga Nabi Yakub telah membentuk wasiat pada semua putranya. serta pesan pada akhir ayat tersebut adalah, Jangan meninggal tanpa menjadi Muslim. Jadi agama Islam bukan hanya agama yg dibawa sang Nabi Muhammad SAW, tetapi pula agama yang dibawa sang para Nabi Allah terdahulu, yg pada prinsipnya beriman pada Allah dan berserah diri kepada-Nya.<sup>46</sup>

Tentu saja, selain memenuhi kebutuhan dasar anak, orang tua juga membantu memenuhi kebutuhan pendidikan serta perkembangannya sesuai keadaan dan keterampilan keturunannya.

<sup>40</sup> <https://tafsirweb.com/11010-surat-at-tahrim-ayat-6.html>

<sup>41</sup> "Surat At-Tahrim Ayat 6 Arab, Latin, Terjemah Dan Tafsir | Baca Di TafsirWeb," accessed November 12, 2023, <https://tafsirweb.com/11010-surat-at-tahrim-ayat-6.html>.

<sup>42</sup> KEMENTERIAN Agama RI, *Al-Qur'an Dan Tafsirnya* (Jakarta: Widya Cahaya, 2011), 204.

<sup>43</sup> <https://tafsirweb.com/574-surat-al-baqarah-ayat-132.html>

<sup>44</sup> "Surat Al-Baqarah Ayat 132 Arab, Latin, Terjemah Dan Tafsir | Baca Di TafsirWeb," accessed November 12, 2023, <https://tafsirweb.com/574-surat-al-baqarah-ayat-132.html>.

<sup>45</sup> Noersalim al Hafidz, *Qur'an Karim Dan Terjemahan Artinya*, 1:35.

<sup>46</sup> Lajnah pentashian Mushaf Al-Qur'an, *Pembangunan Generasi Muda*, 4 (Jakarta: Badan Litbang dan Diklat kementerian Agama RI, 2011), 134.

Kenyataannya, seperti yang disampaikan oleh nasehat Luqman, orang tua wajib mendampingi anaknya ke sekolah untuk memastikan proses belajar berjalan lancar serta menyampaikan hasil yang bermakna.<sup>47</sup>

### 3. PERLINDUNGAN ANAK DALAM KONDISI KHUSUS

Meskipun mereka tidak setuju mengenai jenis anak mana yang memerlukan perlindungan khusus, baik Islam juga aturan norma mengakui pentingnya memberikan perhatian pada anak-anak yang berada dalam kondisi yang tidak biasa. Pasal 1 UU PA Tahun 2002 menyatakan bahwa "Anak dalam keadaan darurat, anak yang berhadapan menggunakan hukum, anak berasal kelompok minoritas serta terisolasi, anak korban kekerasan fisik dan/atau mental, anak penyandang disabilitas, serta anak korban kekerasan serta kekerasan. pengabaian semuanya ditetapkan menjadi mendapatkan perlindungan khusus."<sup>48</sup>

#### a. Anak Penyandang Cacat

Melalui petunjuk Al-Qur'an dan hadis kita dapat berkata, bahwa islam sangat memperhatikan dan memberi perlindungan terhadap anak-anak cacat, baik fisik maupun mental.<sup>49</sup> Dalam surah an-Nisa' /4: 5, Al-Qur'an memberi perlindungan bagi kelompok cacat mental, yaitu berupa perlakuan baik, dan perintah menghidupinya.

Allah berfirman dalam Al-Qur'an surah an-Nisa' /4: 5):

وَلَا تُؤْتُوا السُّفَهَاءَ أَمْوَالَكُمُ الَّتِي جَعَلَ اللَّهُ لَكُمْ قِيَمًا وَارْزُقُوهُمْ فِيهَا وَاكْسُوهُمْ وَقُولُوا لَهُمْ قَوْلًا مَعْرُوفًا<sup>50</sup>

"dan janganlah kamu serahkan kepada orang yang belum tepat akalnya, harta (mereka yg terdapat dalam kekuasaan) kamu yang dijadikan Allah menjadi pokok kehidupan. Berilah mereka belanja dan pakaian (berasal hasil harta itu) dan ucapkanlah kepada mereka perkataan yang baik."

Karena berkesan semata-mata bagi anak kecil, maka istilah Alaihi Salam-sufaha' pada ayat pada atas mempunyai konotasi yang lebih luas dalam bahasa Arab dibandingkan sekedar mereka yang belum tuntas akalnya, sebagaimana terjemahan Kementerian agama di atas. Setiap orang yang kecerdasannya belum sempurna, yang pikirannya kacau, serta yang bertindak bertentangan menggunakan akal sehat dianggap sebagai "sufaha".<sup>51</sup>

Ayat ini menjadi peringatan bagi Anda untuk tidak menyampaikan akses kepada orang-orang lemah terhadap kekayaan yang sudah Allah berikan kepada Anda. tetapi, berikanlah mereka pakaian serta makanan dari orang kaya, dan berbicaralah dengan mereka dengan cara yang sopan.<sup>52</sup>

Allah SWT juga berfirman dalam Al-Qur'an surah (Abasa /80:1-10):

عَبَسَ وَتَوَلَّى أَنْ جَاءَهُ الْأَعْمَى وَمَا يُدْرِيكَ لَعَلَّهُ يَزْغَى أَوْ يَذْغَى فَمَنْعَهُ الذِّكْرَى أَمَا مِنْ أَصْتَعَى فَأَنْتَ لَهُ تَصَدَّى وَمَا عَلَيْكَ إِلَّا يَرْغَى وَأَمَا مِنْ جَاءَكَ يَسْعَى وَهُوَ يَخْشَى فَأَنْتَ عَنْهُ تَلَهَى كَلَّا إِنَّهَا تَذْكِرَةٌ<sup>53</sup>

1. karena Abdullah bin Ummi Maktum, seseorang buta, telah mendekatinya, 2. karena Muhammad mempunyai ekspresi wajah yang tidak menyenangkan dan berbalik. 3. dan Tahukah Anda (Muhammad) bahwa mungkin dia ingin menebus dosa-dosanya? 4. Atau apakah beliau ingin mempelajari hal-hal yang dapat membantunya? tentang orang yg beriman dirinya cukup (para pemimpin Quraisy), 6. maka engkau (Muhammad) dengarkanlah beliau, 7. padahal kamu tidak rugi apa-apa Jika dia tidak beriman (menyucikan diri). tentang orang yang bergegas kepadamu meminta petunjuk, 9. beliau melakukannya karena takut (pada Allah), dan 10. engkau, Muhammad, menentukan untuk mengabaikannya.

Ayat (1-2), tidak mungkin mengubah perasaan kita terhadap seseorang dengan menjelaskan tentang cacat atau kelainan fisik pada dirinya. Rasulullah SAW tidak memerhatikan agar seseorang buta dari kalangan sahabatnya yang datang untuk menayakan sesuatu, karena itu rasa rasa bersiakp seperti itu karena sedang menghadapi para tokoh kafir mekah yg sangat

<sup>47</sup> Mushaf Al-Qur'an, 138.

<sup>48</sup> Pentashian mushaf Al-Qur'an Badan litbang dan Diklat Kementrian Agama Ri, *PEMBERDAYAAN KAUM DUAFANA*, 4 (Jakarta: Badan Litbang, 2011), 139.

<sup>49</sup> Badan litbang dan Diklat Kementrian Agama Ri, 144.

<sup>50</sup> <https://tafsirweb.com/1537-surat-an-nisa-ayat-5.html>

<sup>51</sup> Ibnu 'Asyur, 4/234

<sup>52</sup> Noersalim al Hafidz, *Qur'an Karim Dan Terjemahan Artinya*, 1:137.

<sup>53</sup> <https://tafsirweb.com/37336-surat-abasa-lengkap.html>

dinantikan keislaman merekasional. yg menanyakan pertanyaan ini adalah Abdullah bin Umi maktum, seorang buta yang ingin bertanya kepada Nabi. pada serta merendahkan orang yang disapa, yaitu Abdullah bin Ummi maktum, pada sisi Allah. Nabi harus menjadi teladan yang baik serta menjadi prioritas utama bagi setiap mukmin (hashashanah), Bila tidak bagi seluruh orang.

(3-4) Allah menghukum rasul-Nya dalam ayat-ayat ini, sambil bertanya, "Apa yg kamu ketahui tentang situasi orang buta ini? Meskipun ajaran yang kamu ajarkan mungkin tidak berguna bagi orang-orang kafir Quraisy yang kamu hadapi, hal itu mungkin saja terjadi. bahwa dia ingin menyucikan dirinya menggunakan pelajaran yang Anda ajarkan kepadanya atau bahwa dia ingin memberi manfaat bagi dirinya sendiri dan mendapatkan keridhaan Allah."

(5-7) Allah melanjutkan peringatannya dalam ayat ini: "Mengapa engkau terlalu condong kepada mereka dan berhasrat supaya mereka ikut serta? Adapun orang-orang kafir di Mekkah yang merasa cukup serta mampu, mereka tidak tertarik untuk beriman. pada agama.Islam."

(8-10) Allah mengingatkan Nabi Muhammad SAW dalam ayat ini sebab dialah yang mengusir orang buta yang datang dengan ikhlas dan lapang dada mencari petunjuk.<sup>54</sup>

Dari penjelasan penafsiran di atas bahwa dalam memberikan peringatan maupun perhatian dengan tidak memandang kedudukan sebagai seorang anak yang mengalami kondisi cacat dengan seorang yang mempunyai kedudukan tinggi dalam Masyarakat.

## b. Anak Yatim

Yatim merupakan anak yang kehilangan ayah waktu belum mencapai usia balig yang di tandai dengan mencapai usia 15 tahun atau "mimpi basah" bagi laki-laki, serta haid (datang bulan) bagi perempuan.<sup>55</sup> Anak-anak dalam situasi seperti ini memerlukan perawatan yang serius. Islam memberikan perlindungan karena hal tersebut, yaitu memperlakukan orang dengan hormat.

Islam memandang anak yatim piatu menjadi manusia yang kehilangan sumber cinta, kehangatan, dan rasa aman ayah mereka serta bukan sekedar hewan yang kebutuhan dasarnya harus dipenuhi. oleh sebab itu Islam menggugah hati para pemeluknya buat bersikap sebagai orang tua yang penuh kasih sayang, pengasuhan, dan pengasahan, yakni dengan menunaikan islah bagi mereka.<sup>56</sup>

Segala amal yang mengedepankan kebaikan serta kemajuan termasuk dalam istilah islah. Ibnu Assyur menyatakan bahwa perbaikan yang dibicarakan tidak hanya sekedar materi tetapi juga mencakup seluruh perbaikan keimanan dan akhlak seseorang melalui pendidikan yang berkualitas, pelajaran hidup, perlindungan dari penyakit, pemenuhan kebutuhan dasar (sandang, pangan, dan papan), pemeliharaan dan pemeliharaan. perkembangan harta seseorang, dan lain sebagainya..<sup>57</sup>

Di sisi lain agama islam melarang secara jelas, seseorang yang melakukan Tindakan merendahkan anak yatim dan menghardiknya.

Allah SWT berfirman dalam Al-Qur'an surah (ad-Duha/93: 9)

فَأَمَّا الْيَتِيمَ فَلَا تَقْهَرْ<sup>58</sup>

"Jadi, jangan kejam pada anak yatim piatu."

Dalam ayat ini, Allah memohon kepada Nabi-Nya untuk mensyukuri nikmat-Nya serta menahan diri dari menganiaya dan melanggar hak-hak anak yatim.

Kebalikannya, Nabi Muhammad SAW didesak untuk mengajari mereka etika dan menanamkan prinsip-prinsip luhur dalam jiwa mereka, sehingga memungkinkan mereka

<sup>54</sup> Agama RI, *Al-Qur'an Dan Tafsirnya*, 548.

<sup>55</sup> Badan litbang dan Diklat Kementrian Agama Ri, *PEMBERDAYAAN KAUM DUAFA*, 139.

<sup>56</sup> Badan litbang dan Diklat Kementrian Agama Ri, 140.

<sup>57</sup> Ibnu 'Asyur, 2/356.

<sup>58</sup> <https://tafsirweb.com/12819-surat-ad-dhuha-ayat-9.html>

menjadi anggota masyarakat yang berkontribusi dan menghindari menjadi benih-benih jahat yang merusak kehidupan orang-orang yang bergaul dengan mereka..<sup>59</sup>

Sebaliknya jika seseorang tidak memperlakukan anak yatim dengan baik dan hormat maka dikaitkan dengan penolakan terhadap agama.<sup>60</sup>

Allah swt berfirman dalam QS.al-Maun/ 107: 1-2:

أَرَأَيْتَ الَّذِي يُكَذِّبُ بِالَّذِينَ فَذَّلَكَ الَّذِي يَدْعُ الْيَتِيمَ<sup>61</sup>

*Apakah Anda mengenal seseorang yang mendustakan agama? Orang itu adalah orang yang menzalimi anak yatim,*

“Tahukah Anda orang yang mengingkari agama dan apa yang dimaksud dengan orang yang mengingkari agama?” merupakan pertanyaan yang Allah ajukan kepada Nabi Muhammad dalam ayat ini. Ayat-ayat berikutnya memberikan jawaban atas pertanyaan ini.<sup>62</sup>

Selanjutnya Allah berfirman bahwa menolak serta membangkang terhadap anak yatim yang meminta ampun kepada-Nya untuk memenuhi kebutuhan pokoknya adalah salah satu karakteristik orang yang mengingkari Islam. Penolakannya terhadap anak-anak yatim piatu ini artinya sebuah penghinaan serta pertanda kesombongan.

Dari penjelasan sebelumnya terlihat jelas betapa pentingnya menyampaikan pengasuhan yang baik kepada anak yatim piatu. Nabi mencontohkan bagaimana memperlakukan anak yatim pada sebuah hadis, beliau bersabda: “Barangsiapa menepuk kepala anak yatim menggunakan lembut karena hanya mengharap keridhaan Allah, maka beliau akan dibalas menggunakan karunia kebaikan, serta siapa yg menjaga/merawatnya. seseorang yatim piatu akan ditempatkan pada sisiku di surga seperti jari telunjuk dan jari tengah.”.<sup>63</sup> Agar anak yatim piatu tetap merasakan cinta dan ketaqwaan, Rasulullah menganjurkan para pengikutnya untuk merawatnya secara menyeluruh melalui pengertian kafalah dalam hadis ini.

#### 4. MEMILIH TEMAN YANG BAIK

Teman yang berbudi luhur akan menumbuhkan Kesehatan mental anak menjadi baik dan sehat serta menjadikan anak menjadi pribadi yang kuat dan Tangguh di fase-fase selanjutnya.

Salah satunya di dalam Q.S Al-kahfi ayat 28:

وَتَحْسَبُهُمْ آيْقَاتًا وَهُمْ رُفُودٌ<sup>64</sup> وَنُقَلِّبُهُمْ ذَاتَ الْيَمِينِ وَذَاتَ الشِّمَالِ<sup>65</sup> وَكَلْبُهُمْ بَاسِطٌ ذِرَاعَيْهِ بِالْوَصِيدِ<sup>66</sup> لَوِ اطَّلَعْتَ عَلَيْهِمْ لَوَلَّيْتَ مِنْهُمْ فِرَارًا وَلَلَّيْتُ مِنْهُمْ رُجْعًا<sup>64</sup>

*dan bersabarlah bersama orang-orang yang berdoa kepada Tuhannya di pagi dan sore hari, mencari keridhaan-Nya; serta janganlah engkau mengalihkan pandanganmu dari mereka (karena) mereka mendambakan perhiasan duniawi; dan janganlah engkau mengikuti orang-orang yg hatinya lupa Kami ingat, atau keadaan mereka yang sudah melewati bata.*

Dapat dikatakan, bahwa ayat di atas meletakkan pandangan Al-Qur'an tentang nilai-nilai yang harus di junjung tinggi dan di pertahankan serta menjadi dasar dalam interaksi manusia. Nilai hakiki bukanlah pada harta, kedudukan, atau kekuasaan. Bukan juga pada kenyamanan hidup duniawi dan hiasannya, tetapi ia adalah nilai ketuhanan yang maha Esa, yang menghiasi jiwa dan mewarnai aktivitas manusia.<sup>65</sup>

Dalam Bahasa Arab,teman di sebut shadiq, atau disebut pula Khalil.Shadiq berasal dari kata shadaqa yang berarti jujur;kejujuran.semua itu menandakan bahwa pertemanan harus dilandasi kejujuran,kesetian,cinta dan kasih sayang yang mampu menembus hati,menembus batas,tanpa pamrih.<sup>66</sup>

<sup>59</sup> Agama RI, *Al-Qur'an Dan Tafsirnya*, 697.

<sup>60</sup> Badan litbang dan Diklat Kementrian Agama Ri, *PEMBERDAYAAN KAUM DUAFA*, 141.

<sup>61</sup> <https://tafsirweb.com/37394-surat-al-maun-lengkap.html>

<sup>62</sup> Agama RI, *Al-Qur'an Dan Tafsirnya*, 788.

<sup>63</sup> Ahmad bin Hanbal, *al-musnad*,5/250.

<sup>64</sup> <https://tafsirweb.com/4844-surat-al-kahfi-ayat-18.html>

<sup>65</sup> Shihab, *Tafsir Al Mishbah: Pesan, Kesan Dan Keserasian Al Qur'an*, 5:284.

<sup>66</sup> Ahmad Humaedi, *Cerdas Emosi Dengan Al Quran: Tafsir Ayat-Ayat Pilihan* (Bandung: Khazanah Intelektual, 2007), 49.

Pertemanan yang kuat dan baik adalah pertemanan yang di dasarkan pada cinta yang kuat dan peduli sesama serta Ikhlas karena Allah.<sup>67</sup> Inilah cinta dalam pertemanan. Selain itu, teman sangat menentukan kehidupan karena baik buruknya diri adalah cerminan teman. Teman dapat memberikan pengaruh pada diri. Rasulullah saw. Bersabda: “Orang itu mengikuti agama temanya. Maka, setiap orang dari kamu hendaklah melihat temanya.” (H.R.Abu Daud dan Tirmidzi). Teman yang bertakwa akan memberikan pengaruh takwanya kepada diri. Sebaliknya, teman yang jahat, munafik, senatiasa melakukan maksiat maka dampaknya akan dirasakan diri, jika tidak terbawa jelek, minimal nama baik tercoreng.<sup>68</sup>

Itulah pentingnya memilih teman yang baik, bila mana anak tidak pandai-pandai memilih teman yang baik, akan menjadi dampak tersendiri di kehidupan fase-fase selanjutnya.

## 5. PEMBELAJARAN NILAI-NILAI AGAMA, SOSIAL DAN BUDAYA DALAM KELUARGA

Nilai-nilai agama, sosial, dan budaya, serta kualitas alam dan lingkungan, harus ditanamkan kepada anak-anak oleh keluarga mereka, yang merupakan sumber utama pendidikan dan media. Surah al-Hujurat/49: 13 mempunyai beberapa ayat Al-Qur'an yang memberikan petunjuk tentang hal ini.

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا ۗ إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتَقْوَاهُ ۗ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ<sup>69</sup>

“Ya, Kami memang menciptakan kamu dari seorang laki-laki serta seorang perempuan, dan Kami bagi kamu menjadi beberapa negara dan suku agar engkau saling mengenal satu sama lain, wahai insan. Sesungguhnya orang yang paling bertakwa pada antara kamu juga merupakan orang yang paling mulia di sisi Allah. mata. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui.<sup>70</sup>

Ayat ini menjelaskan bahwa Allah menciptakan Adam, serta Hawa, perempuan, asal seluruh umat manusia. Tuhan menciptakan banyak individu pada berbagai bangsa serta suku, dengan warna kulit serta bahasa, dan bukan untuk merendahkan satu sama lain namun untuk saling mengenal serta mendukung. Karena yang paling mulia di mata Allah hanyalah orang yang paling bertaqwa pada-Nya, maka beliau tidak menyukai orang-orang yang menyombongkan harta, pangkat, atau silsilahnya.<sup>71</sup>

Adat-istiadat atau nilai-nilai kepercayaan, sosial, serta budaya yang harus dipelajari anak-anak dari keluarga mereka artinya norma-norma sosial yang bertahan lama. Ada yang menyebut aturan tersebut menjadi hukum alam karena bersumber dari aturan agama, namun ada juga yang bersifat sunnatullah, atau perintah dan hukum Tuhan yang mengatur alam. Untuk hidup aman pada dunia dan di akhirat, serta untuk menumbuhkan keharmonisan pada masyarakat dan lingkungan, setiap orang harus memahami dan mematuhi aturan-aturan ini. Untuk membina hubungan antarmanusia yang positif, penting untuk memahami sifat alam. Masyarakat tidak suka merusak alam, baik alam (anorganik) maupun tumbuhan serta hewan.<sup>72</sup>

Semua anak harus diindoktrinasi terhadap semua aturan ini sejak awal kehidupan rumah tangga mereka untuk menghindari banyak tantangan ketika mereka pada akhirnya harus menjalani komunitas yang lebih besar.<sup>73</sup>

Selain memberikan bimbingan, orang tua juga ingin putra/remajanya melakukan percakapan atau debat mengenai keadaan lingkungan mereka serta kehidupan tetangga dekat

<sup>67</sup> Humaedi, 49.

<sup>68</sup> Humaedi, 50.

<sup>69</sup> <https://tafsirweb.com/9783-surat-al-hujurat-ayat-13.html>

<sup>70</sup> “Surat Al-Hujurat Ayat 13 Arab, Latin, Terjemah Dan Tafsir | Baca Di TafsirWeb,” accessed November 12, 2023 surat-al-hujurat-ayat-13.

<sup>71</sup> Mushaf Al-Qur'an, *Pembangunan Generasi Muda*, 148.

<sup>72</sup> Mushaf Al-Qur'an, 150.

<sup>73</sup> Mushaf Al-Qur'an, 152.

dan jauh. menyampaikan situasi pertanian, menanam buah-buahan dan sayur-sayuran, serta topik terkait lainnya juga bermanfaat.

Insya Allah, Jika sosialisasi berbasis keluarga ini berhasil, anak-anak serta remaja pada umumnya akan memiliki masa depan yang lebih cerah dan lebih siap dalam menghadapi berbagai permasalahan.<sup>74</sup>

## 6. PENGEMBANGAN KESEHATAN MENTAL ANAK MELALUI IBADAH

Melaksanakan ibadah dalam kerangka Islam, antara lain membaca Al-Qur'an, berdzikir, dan salat berjamaah. Anak serta remaja yg menganut agama Islam memiliki kesehatan mental yang lebih baik, khususnya dalam mengembangkan kecerdasan sosial dengan lingkungan sekitarnya. Anak dan remaja yang menganut kepercayaan Islam memiliki kesehatan mental yang lebih baik, khususnya dalam mengembangkan kecerdasan sosial dengan lingkungan sekitarnya. prinsip universal moralitas, etika, serta sikap baik yang meningkatkan kesejahteraan mental dan fisik.<sup>75</sup>

Ibadah Islami yang menumbuhkan tumbuhnya kecerdasan emosional di anak dan remaja serta meningkatkan kesehatan jiwa, akhlak, dan perilaku. karena orang tua merupakan pihak yang paling dapat mendukung dan membina kecerdasan anak-anak mereka, partisipasi mereka pada perkembangan emosi anak-anak sangat penting untuk efisiensi pengoperasian insentif serta pemantauan. Perkembangan emosi anak tercapai dengan baik serta utuh, khususnya pada usia remaja (Tambak, S., & Helman, H., 2017).

Anak-anak serta remaja hendaknya meningkatkan kualitas ibadahnya serta mendekatkan diri kepada Allah SWT, sebab menjadi remaja yang mudah dipengaruhi, mereka masih terpengaruh oleh lingkungan sekitar dan masih lebih memilih menjalani kehidupan orang lain.<sup>76</sup>

Dari penjelasan sebelumnya terlihat jelas betapa pentingnya memberikan pengasuhan yang baik kepada anak yatim piatu. Nabi mencontohkan bagaimana memperlakukan anak yatim dalam sebuah hadis, beliau bersabda: "Barangsiapa menepuk kepala anak yatim dengan lembut karena hanya mengharap keridhaan Allah, maka dia akan dibalas dengan karunia kebaikan, dan siapa yang menjaga / merawatnya. seseorang yatim piatu akan ditempatkan pada sisiku di surga seperti jari telunjuk dan jari tengah."<sup>77</sup> Agar anak yatim piatu tetap merasakan cinta dan kasih sayang, Rasulullah menganjurkan para pengikutnya untuk merawatnya secara menyeluruh melalui pengertian kafalah dalam hadis ini.

## E. KESIMPULAN

Berdasarkan temuan tinjauan pustaka, artikel ini menunjukkan bahwa anak dapat mengikuti aturan dan adat adat sosial dan kekeluargaan, mengamalkan shalat Islami, mengatasi rintangan dalam kehidupan, bersikap apresiatif serta produktif, dan menjunjung tinggi korelasi dengan keluarga, tuhan, serta lingkungan. oleh sebab itu, mereka biasanya memiliki kriteria kesehatan mental yang tinggi. Pendidikan anak pada masa balita, pengasuhan anak yang berkualitas, proteksi anak yang khusus, pemilihan teman yang baik, dan sosialisasi nilai-nilai kepercayaan, sosial, dan budaya merupakan beberapa cara atau upaya untuk meningkatkan kesehatan mental anak sesuai dengan komponen sosial dan agama. khususnya dalam hal memanfaatkan ibadah untuk meningkatkan kesehatan mental anak-anak. Teknik atau inisiatif ini bertujuan buat mendorong perkembangan kesehatan mental dan fisik anak.

Menurut Allah SWT, manusia sangat bangga dengan kemampuannya mempunyai banyak anak serta harta benda, bisa bermain-main, bercanda, berhias, serta bangga dengan status dan kedudukannya. dan kegembiraan dan ampunan Allah. serta yang menarik hati bukanlah kehidupan duniawi ini melainkan kesenangan. dan siapa yang mampu menjadikan

<sup>74</sup> Mushaf Al-Qur'an, 153.

<sup>75</sup> Laras sati, "PENINGKATAN KESEHATAN MENTAL ANAK DAN REMAJA MELALUI IBADAH KEISLAMAN," 126.

<sup>76</sup> Laras sati, 127.

<sup>77</sup> Ahmad bin Hanbal, al-musnad,5/250.

kehidupannya untuk ditanam pada dunia dan dituainya pada akhirat. Percaya dan berbuat baik itulah makna kehidupan di dunia ini; kamu akan diberi pahala di akhirat.

## F. DAFTAR PUSTKA

- Abu 'Abdillah Muhammad bin Idris, asy=Syafi'i. *Al-Umm*. Vol. V. (t.t: t.pt.th), n.d. Agama RI, KEMENTRIAN. *Al-Qur'an Dan Tafsirnya*. Jakarta: Widya Cahaya, 2011.
- Anwar, Duaa. *Memahami Segalanya Tentang Al-Qur'an*. Batam: Karisma Publishing Group, 2007.
- Badan litbang dan Diklat Kementerian Agama RI, Lajnah Pentashian Mushaf Al-Qur'an. *Membangun KELUARGA HARMONIS*. 4. Jakarta: Badan Litbang dan Diklat kementerian Agama RI, 2011.
- . *Pendidikan Pembangunan Karakter Dan Pengembangan Sumber Daya Manusia*. 4. Jakarta: Badan Litbang, 2011.
- Badan litbang dan Diklat Kementerian Agama RI, Pentashian mushaf Al-Qur'an. *PEMBERDAYAAN KAUM DUAFA*. 4. Jakarta: Badan Litbang, 2011.
- Hamidah, Dewi Retno Suminar. "Membangun Kesehatan Mental Anak Usia Dini Dengan Pengasuhan Positif." *Indonesia Berdaya*, 2020.
- HAMKA, PROF. DR. *Tafsir Al-Azhar*. Vol. 9. Singapura, n.d.
- Humaedi, Ahmad. *Cerdas Emosi Dengan Al Quran: Tafsir Ayat-Ayat Pilihan*. Bandung: Khazanah Intelektual, 2007.
- Ibnu kasir, al-Imam Abul Fida'. *Tafsir Al-Qur'an al-Azim*. Vol. IV. Beirut: Darul-fikr lil Matba'ah wan Nasyr, 1986.
- ifdil, ifdil. "Psychological Weel-Being Remaja Dari Keluarga Broken Home." *Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang*, 2020. <https://doi.org/10.23916/08591011>.
- Laras sati, Bahril hidayat. "PENINGKATAN KESEHATAN MENTAL ANAK DAN REMAJA MELALUI IBADAH KEISLAMAN" 16 (2019).
- Media, Kompas Cyber. "Kasus Gangguan Kesehatan Mental Anak Naik Selama Pandemi, Ini Kata Psikolog." *KOMPAS.com*, February 21, 2022. <https://www.kompas.com/tren/read/2022/02/21/163000765/kasus-gangguan-kesehatan-mental-anak-naik-selama-pandemi-ini-kata-psikolog>.
- Mushaf Al-Qur'an, Lajnah pentashian. *Pembangunan Generasi Muda*. 4. Jakarta: Badan Litbang dan Diklat kementerian Agama RI, 2011.
- Noersalim al Hafidz, Ahmad Bahauddin. *Qur'an Karim Dan Terjemahan Artinya*. Vol. 1. Yogyakarta: UII Press, 1999.
- Ribka Barto Mansyah,fetty. "FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KESEHATAN MENTAL PADA REMAJA," n.d.
- Shihab, M.Quraish. *Tafsir Al Mishbah: Pesan, Kesan Dan Keserasian Al Qur'an*. Vol. 5. Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- "Surat Al-Baqarah Ayat 132 Arab, Latin, Terjemah Dan Tafsir | Baca Di TafsirWeb." Accessed November 12, 2023. <https://tafsirweb.com/574-surat-al-baqarah-ayat-132.html>.
- "Surat Al-Hujurat Ayat 13 Arab, Latin, Terjemah Dan Tafsir | Baca Di TafsirWeb." Accessed November 12, 2023. <https://tafsirweb.com/9783-surat-al-hujurat-ayat-13.html>.
- "Surat At-Tahrim Ayat 6 Arab, Latin, Terjemah Dan Tafsir | Baca Di TafsirWeb." Accessed November 12, 2023. <https://tafsirweb.com/11010-surat-at-tahrim-ayat-6.html>.
- YUSUF, KADAR M. *STUDI ALQURAN*. Jakarta: AMZAH, 2010.