

## **PEMBINAAN MENTAL AGAMA DI SEKOLAH**

Oleh : FAHMI RIFALDI, S.Pd

### **A. PENGERTIAN PEMBINAAN MENTAL AGAMA**

**Pembinaan** adalah suatu usaha atau tindakan perbaikan atau bimbingan yang dilakukan dan bertujuan untuk memperoleh hasil yang lebih baik.

**Mental** adalah suatu kepribadian yang dimiliki oleh seseorang yang tercermin melalui sikap dan perbuatan.

**Agama** adalah perintah Tuhan yang berisikan tentang ajaran, perbuatan dan akhlak yang dijadikan sebagai pedoman oleh umat beragama.

Dari beberapa pengertian diatas maka dapat diambil kesimpulan bahwa:

**Pembinaan Mental Agama** adalah suatu usaha perbaikan atau bimbingan tentang nasihat ajaran agama kepada seseorang maupun kelompok untuk mampu mengamalkan semua ajaran dan kewajiban dari agama yang dianut, sehingga akan memperoleh keselamatan baik di dunia maupun di akhirat.

### **B. JENIS MENTAL**

Mental bisa dibedakan menjadi dua yaitu: Mental yang sehat, dan Mental yang kurang sehat.

1. Ciri-ciri orang dengan mental yang sehat
  - a. Perasaannya selalu senang dan gembira
  - b. Mampu menyelesaikan masalah yang dihadapi
  - c. Perbuatannya seringkali mengarah pada hal-hal yang baik/positif, misalnya adalah suka menolong, jujur, pedul kepada orang lain, dll.
  - d. Selalu percaya diri dan pantang menyerah
  - e. Rajin beribadah
  - f. Merasa selalu dekat dengan Tuhan
2. Ciri-ciri orang dengan mental yang kurang sehat
  - a. Perasaannya selalu gelisah dan kecawa
  - b. Sulit menyelesaikan masalah yang dihadapi
  - c. Perbuatannya seringkali mengarah pada hal-hal yang buruk/negatif, misalnya adalah suka berbohong, suka mencuri, dll.
  - d. Selalu Putus asa dan gampang menyerah
  - e. Malas beribadah
  - f. Merasa jauh dengan Tuhan

### C. PENTINGNYA PEMBINAAN MENTAL AGAMA

Tidak sedikit generasi muda yang terjerumus pada kenakalan remaja yang bahkan tidak jarang berujung pada tindakan kriminal. Hal tersebut dikarenakan masih sangat kurangnya pondasi agama yang dimiliki, sehingga sangat memudahkan mereka untuk terpengaruh oleh pengaruh luar yang negatif.

Maka dari itu, sangat perlu adanya pembinaan mental sejak dini kepada para generasi muda, terutama pembinaan mental agama, hal tersebut dimaksudkan supaya mereka dapat terhindar dan lebih matang untuk memilah-milah antara yang baik dan yang buruk, sehingga kelak nanti mereka mampu pula untuk menyelesaikan semua masalah yang muncul di kehidupan mereka sendiri.

Dengan adanya pembinaan mental agama diharapkan generasi muda benar-benar memiliki kepribadian yang selalu menggunakan dasar agama sebagai pedoman dan sekaligus pengendali diri dalam menjalankan kehidupannya sehari-hari.

Dengan adanya pembinaan mental agama maka generasi muda mampu menjauhkan dirinya dari perilaku buruk yang nantinya akan merugikan dirinya sendiri dan orang lain.

### D. LANGKAH PEMBINAAN MENTAL AGAMA

- Selalu beribadah dan ingat kepada Tuhan Yang Maha Esa.
- Biasakan berfikir dan melakukan hal-hal yang bernilai positif, sepertigiatan belajar dan suka membantu orang lain.
- Hindari perilaku yang bernilai negatif yang bisa merugikan orang lain, seperti iri, dengki dan memfitnah orang lain.
- Selalu berusaha dan bersabar ketika menghadapi masalah.
- Bersungguh-sungguh dalam belajar dan memperbanyak memperdalam ilmu agama sebagai bekal kepribadian moral
- Perbanyak beramal shaleh dalam kehidupan sehari-hari
- Selalu berbakti dan menghormati kepada orang tua dan guru
- Selalu berusaha dalam kebaikan, percaya diri dan tidak mudah menyerah

### E. PEMBINAAN MENTAL AGAMA DI SEKOLAH

Pada saat di sekolah nanti kita akan diberikan beberapa pembiasaan-pembiasaan yang bisa melatih pembinaan mental agama. dianataranya yaitu:

- Di sekolah nanti kita akan selalu dibiasakan berperilaku positif, sopan dan santun.
- Di sekolah nanti kita akan dibiasakan melaksanakan Ibadah shalat Dzuhur berjamaah.
- Di sekolah nanti kita akan ada pembiasaan infaq peserta didik yang nantinya bisa bertujuan untuk melatih rasa kepedulian peserta didik kepada orang lain yang membutuhkan.

- Di sekolah nanti kita akan diajarkan pendidikan agama dan moralitas yang nantinya bisa menambah wawasan dan mematangkan mental agama kita.
- Di sekolah nanti kita akan diharuskan menjadi warga sekolah yang patuh dan taat dengan tata tertib yang diberlakukan.

### **WAJIB DIPAHAMI**

#### **RENUNGAN**

Pembinaan mental pada umumnya adalah bertujuan untuk menjadikan kita menjadi manusia yang baik dan bermoral. Manusia yang mentalnya sehat cenderung memiliki perilaku yang baik dan tidak bertentangan dengan aturan-aturan agama. Jika kita rajin menjalankan semua perintah agama dan menjauhi semua larangan agama, bisa dipastikan kita akan mampu termasuk ke dalam manusia dengan mental yang sehat. Maka dari itu sangat pentingnya kita untuk selalu mempelajari ilmu agama dengan sungguh-sungguh, dan juga mengamalkan semua perintah agama dengan baik, supaya kita bisa menjadi manusia yang bermoral dan mampu terhindar dari segala perilaku buruk yang bisa merugikan diri sendiri dan orang lain.

Jadi intinya adalah perdalam ilmu agama, laksanakan segala perintah agama, dan jauhi segala larangan agama. Supaya kita bisa tergolong dalam manusia yang memiliki mental sehat, yang akan bisa menyelamatkan kehidupan kita baik di dunia maupun di akhirat.

**JANGAN LUPA BERDOA, RAJINLAH BERIBADAH,  
SELALU BERBAKTI KEPADA ORANG TUA DAN GURU  
SEMOGA KITA MENJADI GOLONGAN MANUSIA YANG BERHASIL**