

PSIKOLOGI ABNORMAL DALAM PENDIDIKAN ISLAM: IDENTIFIKASI PERILAKU DAN STRATEGI PENANGANAN HOLISTIK

Dede Rubai Mishbahul Alam¹, Indah Puji Rahayu², Miaul Hilwah³, Ruston Nawawi⁴

^{1,2,3,4}UNISMA 45 BEKASI

Email: dede.rubai@unisma.ac.id¹, rindah32@yahoo.co.id², miaulhilwah17@gmail.com³, nawawiruston10@gmail.com⁴

Abstract: Islamic education aims to form insan kamil who are physically and spiritually healthy. However, digital era challenges and academic pressure have triggered an increase in abnormal psychology cases among students, such as bullying and emotional disorders. This study aims to examine the concept of abnormal psychology in the perspective of Islamic education, identify forms of abnormal behavior in educational environments, and analyze the role of Islamic education in handling them. The method used is a qualitative descriptive literature study by integrating modern psychological theories and Islamic spiritual values. The results show that abnormal psychology is viewed not only from biological and social aspects but also as a manifestation of "diseases of the heart" or weak spirituality. Identified forms of abnormal behavior include anxiety disorders, aggressive behavior, adjustment disorders, and emotional disorders. Islamic education offers a holistic approach through preventive functions (instilling tauhid and morals), curative-rehabilitative (Qur'anic therapy and tazkiyatun nafs), and role modeling in the pesantren environment. In conclusion, the integration of clinical psychological approaches and Islamic spiritual values proves to be an effective comprehensive strategy in preventing and recovering the psychological conditions of students experiencing abnormal disorders.

Keywords: Abnormal Psychology, Islamic Education, Mental Health, Bullying, Tazkiyatun Nafs.

Abstrak: Pendidikan Islam bertujuan membentuk insan kamil yang sehat secara jasmani dan rohani. Namun, tantangan era digital dan tekanan akademik memicu meningkatnya kasus psikologi abnormal di kalangan peserta didik, seperti perundungan (bullying) dan gangguan emosional. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji konsep psikologi abnormal dalam perspektif pendidikan Islam, mengidentifikasi bentuk-bentuk perilaku abnormal di lingkungan pendidikan, serta menganalisis peran pendidikan Islam dalam penanganannya. Metode yang digunakan adalah studi literatur kualitatif deskriptif dengan mengintegrasikan teori psikologi modern dan nilai-nilai spiritual Islam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa psikologi abnormal tidak hanya dipandang dari aspek biologis dan sosial, tetapi juga sebagai manifestasi dari "penyakit hati" atau lemahnya spiritualitas. Bentuk perilaku abnormal yang teridentifikasi meliputi gangguan kecemasan, perilaku agresif, gangguan penyesuaian diri, hingga gangguan emosi. Pendidikan Islam menawarkan pendekatan holistik melalui fungsi preventif (penanaman tauhid dan akhlak), kuratif-rehabilitatif (terapi Qur'ani dan tazkiyatun nafs), serta keteladanan dalam lingkungan pesantren. Kesimpulannya, integrasi antara pendekatan klinis psikologi dan nilai-nilai spiritual Islam terbukti efektif sebagai strategi

komprehensif dalam mencegah dan memulihkan kondisi psikologis peserta didik yang mengalami gangguan abnormal.

Kata Kunci: Psikologi Abnormal, Pendidikan Islam, Kesehatan Mental, Bullying, Tazkiyatun Nafs.

PENDAHULUAN

Pendidikan islam tidak hanya berorientasi pada aspek kognitif saja, tetapi juga mencakup pembinaan kepribadian secara menyeluruh mencakup aspek intelektual, aspek emosional, sosial dan spiritual. Namun pendidikan islam juga mencakup aspek psikologi. Pendidikan islam memiliki pengaruh yang signifikan terhadap psikologi individu, terutama dalam bentuk karakter, akhlak mulia, serta kesehatan mental yang stabil melalui nilai – nilai spiritual seperti sabar, bersyukur serta bertawakal. Tujuan daripada pendidikan islam bukan hanya menghasilkan individu yang cerdas secara intelektual saja tetapi juga memiliki kepribadian yang seimbang (insan kamil) yaitu manusia yang sehat baik secara jasmani dan rohani serta mampu menjalankan tugas sebagai hamba Allah SWT serta menjadi khalifah di muka bumi.¹

Namun, dalam realitas pendidikan saat ini, terutama di era globalisasi dan juga digitalisasi, manusia dihadapkan pada berbagai tantangan psikologi yang semakin kompleks. Baik tekanan akademik, perubahan sosial yang cepat, pengaruh media digital, serta dinamika keluarga, menjadi faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan mental peserta didik. Kondisi ini menyebabkan meningkatnya berbagai bentuk gangguan psikologis, seperti kecemasan, depresi, gangguan perilaku hingga kesulitan penyesuaian diri.²

Dalam kajian modern ataupun dalam kehidupan sehari – hari, kondisi ini sering kita dengar dengan istilah “ *Abnormal*” namun istilah tersebut, kita belum tentu memahami maknanya dengan tepat dalam konteks ilmu psikologi. Psikologi Abnormal adalah salah satu cabang ilmu psikologi yang meneliti perilaku manusia yang dianggap menyimpang dari norma sosial atau budaya. Istilah lain yang juga digunakan adalah *psikopatologi*. Psikologi Abnormal tidak hanya berfokus pada diagnosis gangguan mental, tetapi juga pada upaya pemahaman, pencegahan, dan intervensi terhadap bentuk *perilaku mal adaptif*.³

Menurut Singgih Dirgagunasa (1999 : 140) mendefinisikan bahwa psikologi abnormal atau *psikopatologi* sebagai lapangan psikologi yang berhubungan dengan kelainan atau hambatan pribadi yang menyangkut proses dan isi kejiwaan.

Di sisi lain, islam memiliki pandangan yang komprehensif tentang hakikat manusia dan kesehatan jiwa. Dalam perspektif islam, gangguan psikologi tidak semata – mata dipandang sebagai fenomena biologis atau sosial, tetapi juga berkaitan erat dengan kondisi spiritual seseorang. Al Qur’an menggunakan istilah “penyakit hati” adalah kondisi batin yang menjauhkan manusia dari kebenaran, ketenangan, dan petunjuk Allah. Hati yang sakit tidak selalu terlihat secara fisik, tetapi tampak melalui perilaku, ucapan, dan sikap seseorang. Hal ini menggambarkan kondisi jiwa yang tidak

¹ Ramayulis, *Ilmu Pendidikan Islam* (Jakarta: Kalam Mulia, 2015), hlm. 32

² Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2017), hlm. 221.

³ V. Mark Durand dan David H. Barlow, *Psikologi Abnormal: Pendekatan Integratif* (Boston: Cengage Learning, 2016), hlm. 5.

sehat, yang dapat berdampak pada perilaku individu.

Allah berfirman dalam surat Al Baqoroh :

10

فِي قُلُوبِهِمْ مَّرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ
بِمَا كَانُوا يَكْذِبُونَ

"Dalam hati mereka ada penyakit, lalu Allah menambah penyakitnya itu; dan mereka mendapat azab yang pedih, karena mereka berdusta"

Berdasarkan uraian tersebut, kajian tentang psikologi abnormal dalam pendidikan Islam menjadi sangat relevan dan penting. Kajian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai kondisi psikologis serta menawarkan pendekatan yang integratif antara psikologi modern dan nilai-nilai Islam dalam upaya menciptakan proses pendidikan yang lebih humanis, inklusif, dan efektif.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian keperpustakaan (library research). Data diperoleh dari berbagai sumber literatur yang membahas psikologi abnormal dalam pendidikan Islam, berupa karya asli dan penelitian ilmiah yang relevan. Meliputi pengumpulan data dari buku, jurnal dan sumber ilmiah yang membahas psikologi abnormal. Metode ini digunakan untuk memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai bentuk, faktor penyebab, serta penanganan perilaku abnormal peserta didik dalam perspektif psikologi abnormal yang diintegrasikan dengan nilai-nilai pendidikan Islam.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pengertian Psikologi

Psikologi adalah ilmu yang mempelajari perilaku dan proses mental manusia secara ilmiah. Dalam bahasa Yunani, kata “psikologi” berasal dari *psyche* yang berarti jiwa, dan *logos* yang berarti ilmu, jadi secara harfiah berarti “ilmu tentang jiwa.” Namun, karena jiwa bersifat abstrak, psikologi modern lebih menekankan pada perilaku yang dapat diamati dan proses mental seperti berpikir, merasa, dan mengingat.

Apa yang pertama kali terlintas di pikiran anda saat mendengar kata “abnormal”? Pasti diantara kita akan berpikir sesuatu yang tidak wajar, tidak pada umumnya dan tidak seperti orang biasanya. Jika dikaitkan dengan psikologi, psikologi abnormal adalah perilaku yang tidak wajar, tidak semestinya, tidak seperti individu pada umumnya. Mengingat psikologi berasal dari kata “*psyche*” dan “*logos*” yaitu ilmu yang mempelajari perilaku.

Psikologi abnormal merupakan cabang ilmu psikologi yang mempelajari perilaku, pola pikir, emosi, dan kepribadian yang dianggap menyimpang dari norma umum serta mengganggu fungsi kehidupan individu.⁴ Perilaku abnormal biasanya ditandai dengan adanya ketidakmampuan seseorang dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan sosial, munculnya tekanan psikologis, serta terganggunya aktivitas sehari-hari.

Menurut Durand dan Barlow, psikologi abnormal adalah kajian ilmiah mengenai gangguan psikologis yang memengaruhi emosi, perilaku, dan proses berpikir individu sehingga menyebabkan *distress* dan disfungsi sosial.⁵ Sementara itu, Nevid menjelaskan bahwa

⁴ Jalaluddin, *Psikologi Agama* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2016), hlm. 125.

⁵ V. Mark Durand dan David H. Barlow, *Abnormal Psychology* (Boston: Cengage Learning, 2016), hlm. 3.

perilaku abnormal adalah perilaku yang menyimpang dari norma sosial dan menyebabkan penderitaan bagi individu maupun lingkungannya.⁶

Dalam psikologi modern, perilaku abnormal tidak selalu diartikan sebagai “gila”, tetapi mencakup berbagai gangguan seperti kecemasan, depresi, trauma, gangguan kepribadian, kesulitan belajar, dan perilaku agresif.

2. Konsep Psikologi Abnormal dalam Pendidikan Islam

Konsep psikologi abnormal dalam pendidikan Islam merupakan kajian tentang perilaku, kondisi mental, dan gangguan kejiwaan manusia yang dipandang tidak sejalan dengan nilai-nilai keseimbangan fitrah manusia menurut ajaran Islam. Dalam pendidikan Islam, manusia dipandang sebagai makhluk yang memiliki unsur jasmani, akal, hati, dan ruh yang harus berkembang secara seimbang.⁷ Ketidakseimbangan pada salah satu unsur tersebut dapat menyebabkan munculnya perilaku abnormal atau penyimpangan psikologis.

Berbeda dengan psikologi Barat yang umumnya menitikberatkan pada aspek biologis, perilaku, dan lingkungan, pendidikan Islam memandang gangguan psikologis tidak hanya berasal dari faktor fisik dan sosial, tetapi juga dari lemahnya kondisi spiritual seseorang.⁸

Tokoh pemikir Islam seperti Al Ghazali menjelaskan bahwa kesehatan mental manusia sangat dipengaruhi oleh keseimbangan antara akal, hati, dan nafsu.⁹ Jika nafsu mendominasi dan akal serta hati tidak berfungsi dengan baik, maka individu cenderung melakukan perilaku

menyimpang. Oleh sebab itu, pendidikan Islam memiliki peran penting dalam membimbing manusia agar mampu mengendalikan diri melalui pendidikan akhlak dan spiritual.

3. Identifikasi bentuk – bentuk perilaku abnormal dalam pendidikan

Beberapa bentuk perilaku abnormal dalam pendidikan yang sering ditemukan pada peserta didik antara lain: *pertama, gangguan kecemasan*. Peserta didik mengalami rasa takut, cemas, atau khawatir secara berlebihan yang dapat mengganggu proses belajar, seperti takut berbicara di pan kelas atau cemas menghadapi ujian. *Kedua, Perilaku Agresif*. Bentuk perilaku seperti mudah marah, berkelahi, membully teman, atau melakukan tindakan kekerasan verbal maupun fisik. *Ketiga, gangguan perifer dan gangguan hiperaktivitas (ADHD)* Dapat menyebabkan gejala yang parah, berat, impulsif, dan berat. *Keempat, gangguan penyesuaian diri* Beradaptasi dengan lingkungan sekolah, aturan, teman sebaya, maupun perubahan sosial tertentu. *Kelima, menyimpang perilaku sosial*. Seperti Berbohong, mencuri, melanggar tata tertib sekolah, membolos, hingga mencakup media digital secara berlebihan. *Keenam, gangguan belajar* Membaca, menulis, atau berhitung yang tidak sesuai dengan tingkat perkembangan usia peserta didik. *Ketujuh, gangguan emosi*. Peserta didik menunjukkan emosi yang tidak stabil, mudah menangis, mudah macet, atau sulit mengendalikan diri. *Kedelapan, Anti Sosial*. Perilaku menarik sosial diri dari lingkungan, tidak mau beraksi, dan cenderung menghindari kegiatan sosial di sekolah.

⁶ Jeffrey S. Nevid, *Abnormal Psychology in a Changing World* (New York: Pearson, 2018), hlm. 5

⁷ Ramayulis, *Ilmu Pendidikan Islam* (Jakarta: Kalam Mulia, 2015), hlm. 32.

⁸ Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental* (Jakarta: Gunung Agung, 2017), hlm. 51.

⁹ Al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin*, Juz III (Beirut: Dar al-Fikr, t.th), hlm. 58

Dalam dunia pendidikan khususnya di Indonesia, kita ambil studi kasus perundungan (*bullying*) di Indonesia sebagai sample atau contoh psikologi abnormal yakni perilaku agresif pada penulisan makalah ini, Pada akhir 2025 hingga awal 2026 kasus perundungan (*bullying*) menunjukkan tren yang sangat mengkhawatirkan, dengan peningkatan signifikan kasus fisik dan mental di lingkungan pendidikan. Berbagai insiden, mulai dari perundungan fisik di sekolah hingga kekerasan berbasis siber, telah memakan korban jiwa dan menyebabkan trauma berat, dengan data menunjukkan lonjakan kasus yang merujuk pada situasi darurat perundungan.

Data menunjukkan peningkatan drastis, dengan 519 kasus pada Agustus 2025 meningkat menjadi 586 pada September 2025, di mana 86% korban adalah perempuan. Tercatat serangkaian kasus berujung kematian (dugaan bunuh diri atau kekerasan) di berbagai daerah, termasuk Jawa Timur dan Bali.¹⁰

Kasus SMPN 3 Doko, Blitar (18 Juli 2025): Video viral pengeroyokan siswa baru oleh puluhan teman saat MPLS. Aksi kekerasan ini dipicu oleh dugaan bahwa korban pernah mengolok - olok kakak kelasnya. Ejekan ini memicu rasa dendam yang berujung pada pengeroyokan massal. Kasus Timoti Anugerah Saputra (Oktober 2025): Mahasiswa Universitas Udayana yang melompat dari gedung kampus akibat dirundung, bahkan tetap diolok-olok teman di grup pesan setelah kejadian. Kasus Siswa MTs di Sukabumi Kecamatan Cikembar, Kabupaten Sukabumi, Jawa Barat (28 Oktober 2025): Seorang siswi berprestasi (inisial AK) meninggal diduga akibat perundungan kronis. Kasus SMPN 19 Tangerang Selatan (16 November 2025): Siswa berinisial MH

meninggal dunia akibat tindakan *bullying*. diduga telah terjadi secara berulang sejak masa Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah (MPLS). Kasus SMAN 1 Bengkulu (Februari 2026): Perundungan siswi sekolah menengah yang videonya viral di media sosial. Terjadi perselisihan antar siswi yang bermula dari saling ejek di media sosial (Instagram), kemudian berlanjut hingga ke lingkungan sekolah.

Faktor - faktor yang diduga menjadi penyebab meningkatnya kasus tersebut antara lain:

- (1). Tekanan akademik yang tinggi.
- (2). Bullying atau perundungan di sekolah.
- (3). Pengaruh media sosial.
- (4). Lemahnya pendidikan spiritual dan moral

Pendidikan Islam memandang fenomena ini sebagai masalah yang diselesaikan secara menyeluruh, baik dari aspek psikologis maupun spiritual. Islam mengajarkan bahwa kehidupan merupakan amanah dari Allah SWT yang harus dijaga.

Allah SWT. berfirman:

وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ ۚ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا

“Dan janganlah kamu membunuh dirimu sendiri. Sesungguhnya Allah Maha Penyayang kamu.”
(QS. An-Nisa': 29).

Ayat tersebut menegaskan bahwa Islam melarang tindakan yang merusak diri sendiri, termasuk bunuh diri dan juga bahwa kehidupan manusia adalah amanah dari Allah yang harus dijaga. Larangan “janganlah kamu membunuh dirimu sendiri” tidak hanya dipahami sebagai larangan bunuh diri, tetapi juga larangan melakukan tindakan yang merusak fisik, mental, maupun spiritual manusia. Islam hadir sebagai

¹⁰ Komisi Perlindungan Anak Indonesia, “KPAI Dorong Penerapan Sistem Peringatan Dini dan Dukungan

Psikologis Awal Untuk Cegah Kasus Bunuh Diri di Kalangan Pelajar,” 31 Oktober 2025

agama yang membawa rahmat, keamanan, dan keseimbangan hidup

Sebagai upaya pencegahan, beberapa langkah yang dapat dilakukan antara lain:

- (a) Menyediakan layanan konseling Islami
- (b). Meningkatkan perhatian guru terhadap kondisi mental siswa
- (c). Menciptakan lingkungan sekolah yang aman dari bullying

4. Peran Pendidikan Islam dalam psikologi Abnormal

Adapun peran pendidikan Islam dalam psikologi abnormal antara lain sebagai berikut:

a. Fungsi Preventif (Pencegahan)

Pendidikan Islam bertujuan membentuk kepribadian yang kokoh dan sehat secara mental melalui penanaman nilai-nilai akidah dan syariah. *Pendidikan Iman dan Tauhid*: Membangun keyakinan yang kuat kepada Allah, yang membantu individu memiliki ketahanan mental, dalam menghadapi cobaan hidup, sehingga mengurangi risiko depresi atau kecemasan. *Pendidikan Akhlak*: Membentuk karakter dan perilaku moral yang sehat, yang mencegah penyimpangan perilaku sosial. *Pembiasaan Ibadah*: Ibadah seperti shalat, zikir, dan doa berfungsi sebagai sarana ketenangan jiwa dan terapi untuk mencegah gangguan kejiwaan.

b. Fungsi Kuratif dan Rehabilitatif (Penyembuhan)

Bagi mereka yang mengalami gangguan perilaku atau kejiwaan, pendidikan Islam menawarkan metode intervensi berbasis spiritual. Pendekatan Dakwah: Memberikan nasihat, bimbingan, dan motivasi spiritual untuk membantu individu menyadari dan memperbaiki perilaku abnormalnya. Terapi Qur'ani

(Ruqyah): Menggunakan ayat - ayat Al Qur'an sebagai sarana penyembuhan gangguan psikologis dan spiritual. Penyucian Jiwa (*Tazkiyatun Nafs*): Proses membersihkan hati dari penyakit - penyakit kejiwaan seperti iri, sombong, dan dendam yang dapat memicu perilaku abnormal.

5. Pendekatan Holistik (Manusia Seutuhnya)

Pendidikan Islam memandang manusia tidak hanya fisik, tetapi juga ruhani (jiwa). Pendidikan Islam dalam psikologi abnormal: (1) Mengintegrasikan pendekatan klinis psikologi dengan pendekatan religius spiritualitas. (2) Menekankan pentingnya keseimbangan antara kehidupan dunia dan akhirat untuk mencapai ketenangan batin.

6. Pola Pendidikan di Pesantren/Lembaga Islam

Pesantren sering menjadi tempat penanganan perilaku abnormal melalui pendekatan kedisiplinan dan kasih sayang: Sistem Pendidikan: Menerapkan sistem sorogan, bandongan, dan klasikal yang membentuk mental yang disiplin, mandiri, dan hormat. Keteladanan: Guru/Kiai menjadi contoh perilaku yang baik dalam mengatasi masalah emosional santri.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan pembahasan sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa pendidikan islam dapat menangani psikologi abnormal yakni kondisi mental atau kejiwaan manusia yang dianggap menyimpang dari norma – norma umum, Dalam penanganan psikologi abnormal, pendidikan islam memperhatikan aspek spiritual selain psikologis, sosial, dan emosional individu. Mereka yang mengalami kelainan luar biasa

dapat menemukan ketenangan pikiran dan pemahaman yang lebih dalam tentang makna hidup dan kedamaian dengan Penciptanya melalui pendidikan islam.

Pendidikan Islam juga sangat penting dalam pengobatan psikologi abnormal karena membantu orang memulihkan fondasi mental dan spiritual mereka. Mereka yang mengidap kelainan abnormal dapat dibantu untuk mengembangkan mekanisme penanggulangan yang positif, memperkuat keyakinan agama mereka, dan membangun hubungan sosial yang lebih sehat dengan bantuan pendekatan yang terstruktur dan berkelanjutan. Hal ini menunjukkan bahwa kombinasi pendidikan dan pengobatan psikologi abnormal dapat menjadi strategi yang efektif untuk pemulihan perilaku dan kondisi psikologis seseorang yang menderita gangguan.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin*, Juz III (Beirut: Dar al-Fikr, t.th), hlm. 58
- Al Qur'an, Surat Al Baqoroh : 10 dan surat An Nisa : 29
- Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2017), hlm. 221.
- Drs. Kuntjojo, M.Pd *Psikologi Abnormal* : 2009
- Hema Dayita, M.Psi., Psikolog. dkk *Psikologi Abnormal Dan Psikopatologi* Eureka Media Aksara, Juli 2025
- Jalaluddin, *Psikologi Agama* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2016), hlm. 125.
- Jeffrey S. Nevid, *Abnormal Psychology in a Changing World* (New York: Pearson, 2018), hlm. 5
- Komisi Perlindungan Anak Indonesia , “KPAI Dorong Penerapan Sistem Peringatan Dini dan Dukungan Psikologis Awal Untuk Cegah Kasus Bunuh Diri di Kalangan Pelajar,” 31 Oktober 2025
- Ramayulis, *Ilmu Pendidikan Islam* (Jakarta: Kalam Mulia, 2015), hlm. 32.
- V. Mark Durand dan David H. Barlow, *Abnormal Psychology* (Boston: Cengage Learning, 2016), hlm. 3.
- V. Mark Durand dan David H. Barlow, *Psikologi Abnormal: Pendekatan Integratif* (Boston: Cengage Learning, 2016), hlm. 5.
- Yuki Fahmi Hafidz dkk.
<https://ejournals.com/ojs/index.php/jtpb>
Jurnal Transformasi Pendidikan Berkelanjutan, Vol. 6, No. 3 Agustus 2025
- Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental* (Jakarta: Gunung Agung, 2017), hlm. 51.