

Peran musyrif/ah dalam penanganan masalah kesehatan mental mahasantri : studi kasus di ma'had uin malang

Nabil Muzakki Septiano

program studi Psikologi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
e-mail: 220401110198@student.uin-malang.ac.id

Kata Kunci:

Musyrif/ah Ma'had, Kesehatan mental, Mahasantri, studi kasus, Dukungan Emosional

Keywords:

Musyrif/ah Ma'had, Mental Health, Student, Case Study, Emotional Support

ABSTRAK

Dalam dunia pendidikan tinggi, khususnya di pesantren kampus atau Ma'had, fenomena meningkatnya masalah kesehatan mental di kalangan mahasiswa menjadi perhatian serius. Mahasantri menghadapi banyak tantangan akademik, kewajiban religius, dan kehidupan sosial di lingkungan tertutup. Sebagai pendamping utama mahasantri dalam kehidupan sehari-hari, musyrif/ah mungkin memainkan peran penting dalam pendampingan psikologis. Dengan menggunakan metode studi kasus kualitatif, penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan peran musyrif dalam menangani masalah kesehatan mental mahasantri. Metode pengumpulan data yang menggunakan observasi non-partisipatif

Hasil penelitian menunjukkan bahwa musyrif bukan hanya pengawas; mereka juga berfungsi sebagai konselor tidak resmi, mediator konflik, dan penyedia dukungan emosi. Hasil ini meningkatkan pemahaman tentang peran non-profesional dalam sistem dukungan psikologis berbasis komunitas dan mendorong musyrif/ah untuk mendapatkan pelatihan dasar konseling.

ABSTRACT

In the world of higher education, especially in campus pesantren or Ma'had, the phenomenon of increasing mental health problems among students is a serious concern. Students face many challenges of academics, religious obligations, and social life in a closed environment. As the main companion of the mahasantri in daily life, musyrif/ah may play an important role in psychological assistance. Using a qualitative case study method, this research aims to explain the role of musyrif in addressing mahasantri mental health issues. The results showed that musyribs are not just supervisors; they also function as unofficial counselors, conflict mediators, and emotional support providers. These results increase understanding of the role of non-professionals in community-based psychological support systems and encourage musyrif/ah to get basic counseling training.

Pendahuluan

Kesehatan mental merupakan sebuah aspek yang penting dalam kehidupan mahasiswa, khususnya di lingkungan Ma'had Sunan Ampel Al Aly, yang dimana menuntut mahasantrinya untuk kedisiplinan yang tinggi dan komitmen spiritual. Mahasantri juga dihadapkan dengan tekanan akademik, kemudian kewajiban ibadah, serta kehidupan yang mereka jalani di asrama dengan padatnya aktifitas wajibnya. Tidak jarang karena hal ini dapat memicu terjadinya stress, kecemasan akademik, bahkan bisa jadi perasaan yang terisolasi. Ma'had Sunan Ampel Al-Aly adalah sistem pendidikan pesantren yang berkembang di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Tujuan dari sistem ini adalah untuk mencapai visi dan misi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, yaitu untuk menghasilkan ulama dan



This is an open access article under the [CC BY-NC-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/) license.

Copyright © 2023 by Author. Published by Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

ulama intelek yang profesional dengan kedalaman spiritual, kekuatan akidah, keluasan ilmu pengetahuan, dan kematangan pribadi.

Menurut Prof. Dr. Subandi, M.A., Ph.D., seorang pakar psikiatri, gangguan dan masalah kesehatan mental atau jiwa memiliki banyak aspek yang sangat kompleks. Ini tidak hanya masalah kesehatan atau psikologis; itu mencakup aspek sosial dan budaya serta aspek spiritual dan religius. Matta (2016). Ditengah adanya kondisi tersebut, Musyrif sebagai pendamping yang tinggal bersama dengan mahasantri memiliki peran yang strategis guna menjaga stabilitas psikologis mereka. Tugas seorang musyrif bukan hanya sebagai seorang petugas yang mengawasi mereka, namun juga menjadi teman, sahabat, pembimbing, dan pionir utama dalam menjaga nama baik almamater ma'had. Akan tetapi, peranan seorang musyrif dalam konteks kesehatan mental ini masih sangat jarang dikaji secara ilmiah. Sehingga, dalam penelitian ini, peneliti mencoba menjawab pertanyaan "Bagaimana peran musyrif Ma'had dalam menangani masalah Kesehatan mental pada mahasantri"

Pembahasan

Kesehatan mental didefinisikan sebagai kesejahteraan (well-being) seseorang yang menyadari kemampuannya sendiri, dapat mengatasi tekanan kehidupan biasa, dapat bekerja secara produktif, dan mampu memberikan kontribusi kepada komunitasnya (WHO, 2013). Menurut pakar lainnya yaitu Daradjat (1996) juga menjelaskan bahwa ada lima definisi kesehatan mental menurut beliau, yaitu sebagai berikut :

1. Kesehatan mental adalah ketika seseorang tidak memiliki gejala penyakit jiwa (neurose) atau psikose. Psikiatri, yang melihat seseorang dari sudut pandang kesehatan atau sakitnya, banyak menggunakan definisi ini.
2. Kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan dirinya sendiri, orang lain, masyarakat, dan lingkungan adalah ciri kesehatan mental. Karena ia mencakup semua aspek kehidupan sosial, definisi ini lebih luas dan digunakan lebih banyak dari yang pertama. Diharapkan kemampuan ini akan meningkatkan ketenangan dan kebahagiaan hidupnya.
3. Kesehatan mental adalah ketika fungsi-fungsi jiwa bekerja sama dengan baik, dan Anda memiliki kemampuan untuk mengatasi masalah yang sering terjadi dan menghindari kegelisahan dan konflik batin. Menurut definisi ini, fungsi-fungsi lain, seperti pikiran, perasaan, sikap, pandangan, dan keyakinan, harus saling mendukung dan bekerja sama untuk menciptakan keharmonisan hidup, yang menghindari orang dari sifat ragu-ragu dan bimbang, serta menghindari kegelisahan dan konflik batin.
4. Kesehatan mental didefinisikan sebagai pengetahuan dan tindakan yang bertujuan untuk mengembangkan dan memanfaatkan sepenuhnya bakat, potensi, dan pembawaan kita sehingga kita dapat menjadi orang yang bahagia baik untuk diri kita sendiri maupun orang lain, dan menghindari gangguan dan penyakit jiwa.
5. Kesehatan mental adalah adanya keserasian yang nyata antara fungsi kejiwaan dan penyesuaian diri manusia dengan lingkungannya, didasarkan pada keamanan dan ketaatan, serta keinginan untuk menjalani hidup yang begitu bermakna dan bahagia di akhirat.

Teori Cohen dan Wills (1985) menyatakan bahwa dukungan emosional dari lingkungan sekitar dapat membantu mencegah stres. Taylor (2011) juga mengatakan bahwa relasi yang aman dan empati akan mempercepat pemulihan seseorang dari tekanan psikologis. Dalam situasi ini, musyrif memainkan peran penting dan bahkan dapat menawarkan dukungan. Seorang musyrif tidak hanya dianggap sebagai orang yang bertanggung jawab mengajar mahasantri, tetapi juga dianggap sebagai teman dekat mereka. Nasution (2018) mendefinisikan Musyrif sebagai pembina ruhiyah dan akhlaq mahasantri. Mereka tidak hanya melakukan tugas dan fungsi kontrol, tetapi mereka juga menjadi contoh dan pendamping dalam banyak hal selama kehidupan sehari-hari di ma'had. Selain itu, dalam konteks psikologisnya, mereka bertindak sebagai konselor informal yang selalu mengawasi perkembangan emosional mahasantri.

Peran Musyrif dalam Penanganan Kesehatan Mental

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mempelajari lebih lanjut tentang peran musyrif di dalam lembaga ma'had. Penelitian ini menggunakan metode observasi deskriptif non-partisipasi. Kasus pertama, ada seorang mahasantri putra yang mengalami konflik sosial dengan teman sekamarnya. Ia merasa tidak adanya rangkulan dari pendampingnya mengenai apa yang ia keluhkan. Hal ini menyebabkan ketidaknyamanannya dia berada di lingkungan kamarnya. Dan setelah diamati juga, ia sering duduk sendiri pada saat malam di halaqoh mabna lantai satu. Suatu waktu ia memberanikan diri untuk bercerita terkait apa yang ia alami selama ini kepada salah satu musyrif yang bukan pendamping kamarnya secara langsung. Sehingga dalam posisinya Musyrif ini berperan sebagai pendengar, pembentuk suasana aman dan nyaman. Ketika bercerita, serta bersikap netral tanpa membandingkan dengan musyrif dirinya dengan yang lain. Setelah ia bercerita, mahasantri ini merasa lega dan sudah mulai membiasakan lagi dekat dengan teman sekamarnya walaupun memang belum terlalu intens.

Kasus kedua, ada juga mahasantri putri yang mengalami gejala stress atau depresi akibat tugas kuliah yang belum selesai, ditambah perannya dia juga bertambah sebagai artis Paduan suara muawadaah ma'had. Ia merasa keberatannya dengan apa yang ia alami, hingga sempat membuat keputusan untuk mengundurkan diri karena dia khawatir dengan kondisinya. Dalam hal ini, musyrif/ah yang ia datang pada saat itu, berperan sebagai konselor dan juga mendengarkan apa yang menjadi keluhannya, dan bersikap netral. Disisi lain, mahasantri ini ingin ikut muwadaah juga, disisi yang lain ia merasa kelelahan dan tidak yakin dengan kondisinya saat itu. Akhirnya, kedua musyrif/ah nya membangun komunikasi empatik dan juga memberikan afirmasi agar bagaimana apa yang ia inginkan ini tetap berjalan tanpa harus ada yang dikorbankan dengan menyesuaikan kondisi yang ada pada dirinya. Selain itu, musyrif/ah juga menghubungkan dengan musyrif/ah pendampingnya agar selalu mendapatkan dorongan yang positif untuk bisa membantu pemulihannya.

Tanggung Jawab Musyrif/ah

Musyrif/ah di Ma'had Sunan Al-Aly UIN Malang, memiliki tanggung jawab untuk mendampingi mahasantri pada bidang akhlaq dan moralnya sesuai dengan 4 pilar ulul albab. Dalam hal ini tidak hanya pendampingan biasa, namun juga pendampingan dalam semua hal, baik ibadahnya atau spiritual, keilmuannya, akidah, dan keprofesionalitasnya yang nantinya mahasantri akan mengalami itu setelah selesai di ma'hadnya. Selain itu

mereka juga menerima tugas tambahan dalam meningkatkan pelayanan kepada mahasantri khususnya di bidang Kesehatan seperti pelayanan Ambulance 24 jam, dan bidang kesenian. Artinya mereka juga berperan untuk memberikan perlindungan dari tekanan psikologis akibat munculnya stres, ataupun kecemasan yang muncul selama mereka berada di Ma'had. Secara profesional mereka telah menjalankan semua tugas dan peranan utama dalam hal mendampingi mahasantri di ma'had dan juga berperan sebagai konselor informal dan berkontribusi terhadap pemeliharaan Kesehatan mental mahasantri.

Studi Penelitian Terdahulu

Berdasarkan pengamatan yang telah dilakukan oleh penulis, penelitian seperti ini belum pernah ditemukan dalam konteks Kesehatan mental. Namun dalam konteks pendampingan ada beberapa yang relevan. Perbedaan dan persamaan antara penelitian ini dengan terdahulu adalah objeknya sama sama mahasantri, namun perbedaannya terletak pada focus sasaran yang dituju, yaitu jika penelitian ini berfokus pada penanganan Kesehatan mental, sedangkan penelitian terdahulu adalah penanaman akhlaq karimah. Ila Waladatun (2024) melakukan penelitian tentang peran Musyrifah dalam Penanaman Akhlaq Al-Karimah Mahasantri. Penelitian tersebut menemukan bahwa selain berkonsentrasi pada pendampingan akhlaq, Musyrifah juga berfungsi sebagai motivator. Artinya, Musyrifah mendorong mahasantri untuk meningkatkan kemampuan mereka dan memberi mereka inspirasi dan petunjuk tentang cara belajar yang efektif di tengah kegiatan Ma'had dan tugas kuliah yang padat. Hal ini penting karena dapat membantu mahasantri pulih dari stres atau kecemasan.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Aprizal Harahap pada tahun 2019 tentang Peran Musyrif dalam Meningkatkan Bimbingan Akhlak Mahasantri menemukan bahwa bimbingan ini berarti menunjukkan jalan, memimpin, mengatur, mengarahkan, dan memberi nasehat. Konseling adalah salah satu dari beberapa layanan yang diberikan kepada mahasantri dalam konteks bimbingan. Ini juga sesuai dengan penelitian saat ini karena musyrif dan ah memainkan peran penting dalam membantu mahasantri menjaga kesehatan mental mereka selama mereka menjadi mahasiswa dan mahasantri di ma'had.

Sub Dari Sub Pembahasan

Studi kasus penanganan kesehatan mental di Ma'had Sunan Ampel Al-Aly menunjukkan bahwa musyrif/ah harus dilatih dalam bimbingan konseling. Hal ini merupakan satu-satunya cara seorang musyrif atau ahli kesehatan mental dapat berinteraksi dengan mahasantrinya. Meskipun beberapa dari mereka adalah mahasiswa psikologi, penting bagi mereka semua untuk dapat mengidentifikasi gangguan kesehatan mental yang dialami mahasantrinya. Dalam proses penanganannya, musyrif/ah harus bisa memilih menggunakan pendekatan yang humanistik, yaitu dengan menekankan empati, genuineness, dan penerimaan tanpa syarat. Bisa dimulai dengan mendengarkan tanpa menghakimi, menyampaikan afirmasi positif, memberi ruang aman bagi mereka untuk mengeskpresikan perasaan. Pendekatan yang lainnya juga bisa dengan Relasional, lebih berfokus pada koneksi emosional dan komunikasi dua arah. Sehingga dalam hal ini tidak hanya hubungan yang hierarki, tapi juga persaudaraan. Hal

ini untuk mengurangi jarak psikologis antara musyrif/ah dengan para mahasantri. Meskipun demikian, ada banyak faktor-faktor pendukung yang memperkuat peranan musyrif/ah dalam menangani kasus Kesehatan mental mahasantrinya, salah satunya adalah nilai-nilai keislaman atau religius yang menjadi dasar selama proses pendidikan berlangsung di Ma'had dan juga kampus ini.

Salah satunya dengan shalat berjamaah, dzikir, dan menghafal Al Quran. Meskipun begitu, agar masalah Kesehatan mental ini tidak ditanggung sendiri, maka musyrif/ah bisa menggunakan pendekatan kolaboratif yang mana melibatkan pihak lain seperti murobbi/ah, pengasuh, bahkan bisa bekerja sama dengan seseorang psikolog yang ada di kampusnya. Studi Ila Waladatulun (2024) dan Aprizal (2019) menemukan bahwa peran musyrif/ah sangat penting untuk membimbing akhlak karimahnya. Selain pendampingan akhlak karimah, peran musyrif/ah juga sangat penting dalam menangani masalah kesehatan mental. Hal-hal ini dapat digunakan bersama-sama untuk menumbuhkan kesehatan mental yang baik selain kesehatan fisik dan rohani. Secara spiritual, hal ini juga dapat meningkatkan dan menjaga kesehatan mental mahasantri.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa Musyrif/ah memiliki peran yang signifikan dalam menjaga dan menangani kondisi kesehatan mental mahasantri di lingkungan Ma'had. Mereka tidak hanya berfungsi sebagai pengawas kedisiplinan, tetapi juga sebagai konselor informal, pendengar aktif, mediator konflik, dan pemberi dukungan spiritual yang mampu menciptakan suasana aman dan nyaman bagi mahasantri. Peranan ini menjadi sangat penting karena musyrif/ah ini sebagai figure terdekat dengan para mahasantri dalam kehidupannya sehari-hari selama di Ma'had. Dukungan emosional yang diberikan oleh musyrif/ah terbukti mampu meredakan gejala stress, kecemasan, serta konflik interpersonal. Mereka menggunakan pendekatan yang mencerminkan prinsip-prinsip psikologis seperti pendekatan humanistic, relasional, preventif-edukatif, kolaboratif, serta spiritual islami yang memberikan ruang penyembuhan melalui penguatan iman dan spiritualitas. Hasil temuan ini juga menunjukkan bahwa pendekatan informal yang telah dilakukan oleh musyrif/ah memberikan kontribusi yang nyata terhadap keberfungsian psikologis mahasantri, serta mendukung keberhasilan program Pendidikan berbasis karakter di Mahad.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat beberapa saran yang dapat diberikan agar meningkatkan kualitas Peran dan kinerja Musyrif/ah dalam penanganan kesehatan mental ini adalah sebagai berikut :

1. Pelatihan Dasar Psikologi dan Konseling : Hal ini diperlukan pelatihan formal bagi seluruh musyrif/ah mengenai dasar-dasar konseling, komunikasi empatik, dan manajemen stress agar mampu menangani kasus kesehatan mental secara ringan secara tepat dan bijak

2. Kolaborasi dengan Profesional : Musyrif/ah sebagian perlu mendapatkan dorongan untuk membangun sinergi dengan pihak Bimbingan Konseling kampus, dosen pembina dan tenaga psikolog, agar penanganan kasus yang lebih kompleks dapat dilakukan secara terpadu dan profesional.
3. Progra Preventif Kesehatan Mental : Ma'had juga perlu mengembangkan program-program preventif seperti kelas pengelolaan emosi, kelompok dukungan sebaya, serta program pebiasaan aktifitas spiritual yang menenangkan seperti dzikir Bersama dan tahajud rutin.
4. Peningkatan Sistem Monitoring : Perlunya sistem monitoring psikologis yang terstruktur dan terdokumentasi, sehingga musyrif/ah dapat melaporkan kondisi mahasantri secara berkala kepada pihak ma'had untuk memberikan intervensi yang lebih awal
5. Evaluasi dan Penguatan Peran Musyrif/ah : Diperlukan adanya evaluasi secara berkala terhadap peranan dan kinerja musyrif/ah agar mereka mendapatkan pendampingan. Penghargaan, dan peningkatan kapasitas yang berkelanjutan.

Dengan adanya Langkah-langkah tersebut, musyrif/ah diharapkan tidak hanya menjalankan tugas administrative, tetapi juga menjadi mitra strategis dalam menciptakan lingkungan Ma'had yang sehat secara mental, spiritual, dan juga sosialnya.

Daftar Pustaka

- Abdillah, D. F. (2025). Peran musyrif untuk meningkatkan kesadaran beribadah mahasantri Mabna Al-Khawarizmi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim). (n.d.).
- Aprizal Harahap. (2019). *Peran Musyrif Dalam Meningkatkan Bimbingan Akhlak Mahasantri Di Ma'had Al Jami'ah*, IAIN Padangsidipuan (p. 109).
- Chen, G., Wang, J., Huang, Q., Sang, L., Yan, J., Chen, R., Cheng, J., Wang, L., Zhang, D., & Ding, H. (2024). Social support, psychological capital, multidimensional job burnout, and turnover intention of primary medical staff: a path analysis drawing on conservation of resources theory. *Human Resources for Health*, 22(1), 1–14. <https://doi.org/10.1186/s12960-024-00915-y>
- MEGANTARA, A. L. (2019). Pola Asuh Musyrif dalam Menumbuhkan dan Rasa Tanggung Jawab Mahasantri di Ma'had Ulil Abshar IAIN Ponorogo. *Skripsi Di Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah Dan Ilmu Keguruan (FTIK) Di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Ponorogo*.
- Radiani, W. A. (2019). Kesehatan Mental Masa Kini Dan Penanganan Gangguannya Secara Islam. *Journal of Islamic and Law Studies*, 3(1), 1–27. <http://jurnal.uin-antasari.ac.id/index.php/jils/article/view/2659>
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. Wiley.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>

- Taylor, S. E. (2011). Social support. In *The Oxford Handbook of Health Psychology*.
<https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195342819.013.0009>
- Nasution, H. (2018). *Pendidikan Islam dan Karakter Mahasiswa di Asrama Perguruan Tinggi Islam*. Kencana.
- Egan, G. (2014). *The Skilled Helper: A Problem-Management and Opportunity-Development Approach to Helping*. Cengage Learning.
- WHO. (2020). *Mental Health and COVID-19*. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>