

Psikopatologi hati santri: Membaca penyakit batin dalam tradisi pendidikan pesantren

Kharisto Ahadist Rizky¹, Maratun Nahdliin², Radhia Islamadina Zen³

¹²³ Program Studi Farmasi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
e-mail: itokharisto7@gmail.com, 250703110030@student.uin-malang.ac.id, 250703110203@student.uin-malang.ac.id

Kata Kunci:

Psikopatologi hati, kesehatan mental, santri, akhlak, pendidikan pesantren.

Keywords:

Psychopathology of the heart, mental health, santri, moral character, Islamic boarding school education.

ABSTRAK

Psikopatologi hati merupakan konsep yang memadukan gangguan spiritual dan psikologis dalam kondisi batin individu, khususnya dalam konteks pendidikan pesantren. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengertian psikopatologi hati, dampaknya terhadap akhlak dan proses menimba ilmu santri, serta strategi pendidikan pesantren dalam mencegah dan menyembuhkannya di tengah tantangan pendidikan modern. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan (library research), melalui telaah jurnal ilmiah, literatur psikologi, serta sumber-sumber keislaman

seperti Al-Qur'an, hadis, dan pemikiran ulama. Hasil kajian menunjukkan bahwa gangguan batin seperti riya', hasad, ujub, kecemasan, stres akademik, dan depresi berdampak pada menurunnya motivasi belajar, konsentrasi, kestabilan emosi, serta terhambatnya internalisasi nilai akhlak. Faktor internal dan eksternal, termasuk tekanan akademik dan pengaruh media sosial, turut memperparah kondisi tersebut. Oleh karena itu, diperlukan strategi pembinaan yang integratif melalui pendekatan psikologi Islam, terapi Islami, pemberdayaan konselor sebaya, serta penguatan literasi kesehatan mental di lingkungan pesantren. Penelitian ini menegaskan bahwa kesehatan hati menjadi fondasi utama keberhasilan pembentukan akhlak dan proses menuntut ilmu dalam pendidikan Islam.

ABSTRACT

Psychopathology of the heart is a concept that integrates spiritual and psychological disorders within an individual's inner condition, particularly in the context of Islamic boarding school (pesantren) education. This study aims to analyze the concept of psychopathology of the heart, its impact on students' moral character (akhlak) and learning processes, and the educational strategies implemented by pesantren to prevent and address such conditions amid contemporary educational challenges. This research employs a qualitative approach using a library research method by examining scientific journals, psychological literature, and Islamic sources such as the Qur'an, Hadith, and classical scholars' works. The findings indicate that inner disturbances such as ostentation (riya'), envy (hasad), self-admiration (ujub), anxiety, academic stress, and depression negatively affect learning motivation, concentration, emotional stability, and the internalization of moral values. Both internal and external factors, including academic pressure and social media influence, contribute to the worsening of these conditions. Therefore, integrative educational strategies are required, including Islamic psychological approaches, Islamic-based therapy, peer counselor empowerment, and the strengthening of mental health literacy within pesantren environments. This study emphasizes that spiritual well-being of the heart serves as a fundamental foundation for moral development and successful learning in Islamic education.



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.

Pendahuluan

Pendidikan pesantren merupakan sistem pendidikan Islam yang tidak hanya berfokus pada transfer ilmu agama, tetapi juga pada pembentukan karakter, moral, serta kesehatan psikologis santri. Lingkungan pesantren yang menekankan kedisiplinan, kehidupan berasma, dan praktik keagamaan yang intens menjadikan pesantren sebagai ruang pembinaan spiritual sekaligus pembentukan kepribadian. Namun, dinamika kehidupan tersebut juga dapat menghadirkan berbagai tantangan yang berpengaruh terhadap kondisi mental santri.

Tuntutan akademik, rutinitas yang padat, serta proses adaptasi terhadap lingkungan sosial di pesantren berpotensi menimbulkan tekanan psikologis. Kondisi ini dapat memicu munculnya gejala seperti stres, kecemasan, hingga distress psikologis yang lebih kompleks. Di sisi lain, dimensi spiritual memiliki peran penting sebagai penyangga dalam menjaga keseimbangan mental santri, karena pengalaman religius dapat meningkatkan resiliensi dan kesejahteraan psikologis mereka.

Seiring dengan perkembangan zaman dan dinamika era modern, santri juga dihadapkan pada tantangan baru yang memerlukan penyesuaian antara nilai-nilai tradisional pesantren dengan tuntutan kehidupan kontemporer. Oleh karena itu, diperlukan kajian yang komprehensif mengenai psikopatologi hati dengan mengintegrasikan pendekatan religius dan psikologi modern, sehingga dapat memberikan pemahaman yang lebih utuh serta solusi dalam menjaga kesehatan mental santri di lingkungan pesantren.

Peran Pesantren

Pondok pesantren memiliki peran strategis dalam membentuk pendidikan karakter santri melalui sistem pembinaan yang terintegrasi antara nilai-nilai religius, kedisiplinan, dan kehidupan sosial berasma. Strategi yang diterapkan tidak hanya berfokus pada aspek kognitif, tetapi juga menekankan pembentukan akhlak melalui pembiasaan ibadah, keteladanan kiai, serta interaksi sosial yang sarat nilai moral. Lingkungan pesantren yang terstruktur mampu menciptakan kontrol sosial yang kuat sehingga santri terbiasa menjalani kehidupan yang disiplin dan bertanggung jawab. Namun demikian, proses pembentukan karakter ini juga menuntut adanya keseimbangan antara pendekatan spiritual dan psikologis agar perkembangan mental santri tetap terjaga secara optimal. Oleh karena itu, strategi pendidikan karakter di pesantren menjadi penting untuk dikaji dalam kaitannya dengan kesehatan batin dan psikologis santri (Hasyim, 2025).

Kesejahteraan psikologis dan spiritual santri juga dipengaruhi secara signifikan oleh kualitas pengalaman religius mereka, di mana spiritualitas berperan sebagai salah satu penyangga terhadap tekanan batin yang dialami. Studi empiris menemukan hubungan kuat antara spiritualitas santri dan subjective well-being, menunjukkan bahwa pengalaman spiritual dapat memperkuat resiliensi psikologis dalam menghadapi tantangan pesantren. Dengan demikian, fenomena penyakit batin tidak dapat dipisahkan dari dimensi spiritual yang melekat dalam praktik pendidikan pesantren (Hasanah & Haris, 2023).

mengalami gangguan, maka muncul apa yang dapat disebut sebagai psikopatologi hati (Khairunnisa dkk, 2024)

Rasulullah ﷺ juga menegaskan sentralitas hati dalam hadis:

“(أَلَا وَإِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضْغَةً إِذَا صَلَحَتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ ، وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ . أَلَا وَهِيَ الْقَلْبُ)” (HR. Bukhari dan Muslim)

dalam Shahih Bukhari. Hadis ini menegaskan bahwa gangguan batin tidak hanya berdampak spiritual, tetapi juga perilaku dan psikologis. Dalam konteks santri, hati yang tidak sehat dapat memengaruhi proses belajar, relasi sosial, dan kualitas ibadah. Oleh karena itu, psikopatologi hati merupakan konsep integratif antara gangguan spiritual dan psikologis (Khairunnisa dkk, 2024).

Imam Al-Ghazali menjelaskan bahwa penyakit hati lebih berbahaya dibanding penyakit fisik karena dapat menghalangi manusia dari Allah SWT. Dalam *Ihya' Ulum al-Din*, ia menyebut penyakit hati sebagai *amrāḍ al-qulūb* yang merusak amal dan niat. Konsep ini relevan untuk membaca kondisi batin santri yang mengalami tekanan spiritual dan psikologis selama pendidikan pesantren. Dengan demikian, psikopatologi hati menjadi kerangka penting dalam pendidikan Islam (Khairunnisa dkk, 2024).

Salah satu penyakit batin yang sering muncul pada santri adalah *riya'*, yaitu melakukan amal untuk dilihat manusia. Rasulullah ﷺ bersabda: “Sesungguhnya yang paling aku takutkan atas kalian adalah syirik kecil, yaitu *riya'*” (HR. Ahmad). Dalam lingkungan pesantren yang menekankan ibadah berjamaah dan prestasi keagamaan, *riya'* dapat muncul secara tidak disadari. Kondisi ini menimbulkan kecemasan batin karena santri menggantungkan nilai dirinya pada penilaian orang lain (Hasyim, 2025).

Penyakit batin lain adalah *hasad* (iri hati), yang oleh Nabi ﷺ diperingatkan: “Jauhilah *hasad*, karena *hasad* memakan kebaikan sebagaimana api memakan kayu bakar” (HR. Abu Dawud). Dalam relasi sosial pesantren, *hasad* dapat muncul akibat persaingan akademik atau kedekatan dengan kiai. *Hasad* yang berlarut-larut dapat menimbulkan konflik emosional dan gangguan psikologis. Penyakit ini merusak ukhuwah dan ketenangan batin santri (Elfattah, 2025).

Selain itu, *ujub* dan *takabbur* sering muncul pada santri yang merasa unggul dalam ilmu atau ibadah. Imam Al-Ghazali menyebut *ujub* sebagai penyakit hati yang menutup pintu *tazkiyatun nafs* karena seseorang merasa tidak lagi membutuhkan perbaikan diri. Kondisi ini bertentangan dengan nilai *tawadhu'* yang menjadi inti pendidikan pesantren. Akibatnya, proses pembentukan akhlak menjadi terhambat (Elfattah, 2025).

Santri juga rentan mengalami *putus asa* (*ya's*) dan kecemasan spiritual. Allah SWT berfirman: “Janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah” (QS. Az-Zumar: 53) dalam Al-Qur'an. Tekanan untuk menjadi santri ideal dapat memicu rasa bersalah berlebihan dan ketakutan akan kegagalan. Jika tidak dikelola dengan baik, kondisi ini dapat berkembang menjadi gangguan mental yang lebih serius (Elfattah, 2025).

Faktor internal meliputi lemahnya pemahaman tentang keseimbangan antara rahmat dan tuntutan agama. Santri yang memahami agama secara normatif tanpa pendalaman spiritual cenderung terjebak dalam formalitas ibadah. Imam Al-Ghazali

menekankan bahwa ilmu tanpa penyucian hati dapat melahirkan kesombongan. Hal ini menjadi akar munculnya penyakit batin di kalangan santri (Farhan & Shobahiya, 2024)

Faktor eksternal mencakup sistem pendidikan pesantren yang menekankan disiplin tinggi dan kepatuhan. Meskipun bernilai positif, sistem ini dapat menekan ekspresi emosional santri jika tidak diimbangi dengan pendampingan batin. Budaya diam dan ta'zim berlebihan dapat membuat santri memendam konflik psikologisnya. Akumulasi tekanan ini berkontribusi pada munculnya psikopatologi hati (Asih dkk, 2025).

Selain itu, pengaruh modernitas dan media digital juga memicu konflik batin santri. Santri berada di persimpangan antara nilai tradisional pesantren dan realitas dunia modern. Ketegangan ini dapat menimbulkan kebingungan identitas dan kegelisahan spiritual. Oleh karena itu, pendekatan pendidikan pesantren perlu memperhatikan kesehatan hati santri secara menyeluruh (Farhan & Shobahiya, 2024)

Strategi Pendidikan dan Pembinaan Pesantren dalam Mencegah serta Menyembuhkan Psikopatologi Hati Santri Ditengah Tantangan Pendidikan

Kesehatan mental dalam perspektif Islam menekankan keseimbangan antara aspek spiritual, emosional, dan sosial sebagai fondasi pembentukan akhlak. Ketika terjadi gangguan psikologis seperti kecemasan, stres, atau depresi, maka keseimbangan tersebut terganggu sehingga memengaruhi kualitas ibadah, pengendalian diri, dan interaksi sosial santri. Kondisi batin yang tidak stabil dapat menurunkan keikhlasan dan semangat dalam menuntut ilmu, karena proses belajar dalam Islam sangat berkaitan dengan kebersihan hati dan niat yang lurus. Dengan demikian, psikopatologi berdampak langsung pada kemunduran moral serta melemahnya daya juang akademik santri (Munjaji, 2024).

Pendampingan psikologi Islam moderat di komunitas pesantren menunjukkan bahwa gangguan mental yang tidak ditangani dapat memicu perubahan perilaku seperti menarik diri, mudah tersinggung, dan kurang disiplin. Dampak ini berpengaruh pada pembentukan akhlak karena santri kesulitan menginternalisasi nilai kesabaran, tawadhu', dan tanggung jawab. Selain itu, ketidakstabilan emosi juga menghambat proses belajar karena konsentrasi dan motivasi menjadi menurun. Oleh sebab itu, pendekatan psikologi Islam yang moderat menjadi penting untuk menjaga kesinambungan antara kesehatan mental dan keberhasilan pendidikan pesantren (Marliani dkk, 2025).

Kecemasan akademik pada santri terbukti memengaruhi kemampuan fokus, daya ingat, serta keberanian dalam mengikuti evaluasi pembelajaran. Ketika kecemasan tidak dikelola, santri cenderung mengalami ketegangan emosional yang berdampak pada penurunan prestasi dan munculnya sikap pesimis. Dalam konteks akhlak, kondisi ini dapat mengurangi rasa percaya diri dan ketekunan dalam berusaha, yang seharusnya menjadi karakter utama penuntut ilmu. Integrasi terapi Islami dengan pendekatan psikologi klinis menjadi solusi untuk memulihkan keseimbangan batin dan meningkatkan kualitas proses belajar (Pasaribu, 2025).

Stres akademik yang dialami santri akibat tuntutan hafalan, jadwal padat, dan ekspektasi tinggi dapat berkembang menjadi gangguan psikologis jika tidak ditangani

dengan baik. Dampaknya terlihat pada menurunnya motivasi belajar, kelelahan emosional, serta munculnya perilaku apatis terhadap kegiatan pendidikan. Kondisi tersebut juga memengaruhi pembentukan akhlak karena santri menjadi kurang sabar dan mudah frustrasi dalam menghadapi tantangan. Dengan demikian, stres akademik yang berlarut-larut berpotensi menghambat perkembangan intelektual dan spiritual secara bersamaa(Renata et al., 2023).

Penggunaan media sosial yang berlebihan pada remaja berdampak pada perubahan perilaku sosial seperti menurunnya interaksi langsung, meningkatnya perbandingan sosial, dan munculnya kecemasan. Dalam konteks santri, kondisi ini dapat mengganggu fokus belajar serta memengaruhi sikap disiplin dan pengendalian diri yang menjadi bagian dari akhlak pesantren. Paparan konten yang tidak terkontrol juga berpotensi menimbulkan konflik batin yang berdampak pada stabilitas emosional. Oleh karena itu, pengaruh media sosial menjadi salah satu faktor eksternal yang memperparah psikopatologi dan menghambat proses menimba ilmu (Ginting et al., 2024)

Pemberdayaan konselor sebaya di pesantren terbukti efektif dalam membantu santri yang mengalami gangguan psikologis agar tidak terjebak dalam tekanan emosional yang berkepanjangan. Dukungan sosial dari teman sebaya mampu mengurangi dampak negatif psikopatologi terhadap perilaku dan semangat belajar. Ketika santri merasa didengar dan didukung, mereka lebih mampu menjaga kestabilan emosi serta mempertahankan komitmen dalam menuntut ilmu. Dengan demikian, sistem dukungan internal pesantren berperan penting dalam meminimalkan dampak gangguan mental terhadap akhlak dan prestasi akademik (Kadarisman dkk, 2026).

Dampak dari Psikopatologi terhadap Akhlak dan Proses Menimba Ilmu dari Santri

Kesehatan mental remaja menunjukkan adanya perbedaan kondisi psikologis antara siswa pondok pesantren dan sekolah umum, di mana tekanan sosial dan akademik berpengaruh terhadap stabilitas emosi dan perilaku. Gangguan seperti kecemasan dan stres berdampak pada perubahan sikap, menurunnya motivasi belajar, serta kesulitan dalam menjaga konsistensi ibadah dan kedisiplinan. Pada santri, kondisi psikologis yang tidak stabil dapat memengaruhi proses internalisasi nilai akhlak karena pembentukan karakter sangat bergantung pada keseimbangan emosi dan kontrol diri. Ketika kesehatan mental terganggu, proses menimba ilmu menjadi kurang optimal karena konsentrasi dan daya serap materi ikut menurun (Nurina & Hermatasyah, 2022).

Upaya penyuluhan dan deteksi dini gangguan jiwa pada siswa pesantren menunjukkan bahwa kurangnya pemahaman terhadap kesehatan mental dapat memperburuk dampak psikopatologi terhadap perilaku dan prestasi akademik. Gangguan emosional yang tidak tertangani dapat memunculkan sikap mudah marah, menarik diri, dan kurang partisipatif dalam kegiatan belajar. Hal ini berdampak pada kualitas interaksi sosial dan pembentukan akhlak santri yang seharusnya dibangun melalui kebersamaan dan pembiasaan positif. Dengan deteksi dini, dampak negatif terhadap proses belajar dan pembinaan karakter dapat diminimalisir ((Ma'rifah et al., 2023).

Kecemasan remaja akibat persepsi sosial masyarakat dapat menimbulkan tekanan psikologis yang memengaruhi kepercayaan diri dan stabilitas emosi. Pada santri, kecemasan sosial berpotensi menghambat keberanian untuk bertanya, berdiskusi, atau tampil dalam forum ilmiah, sehingga mengurangi kualitas proses menimba ilmu. Selain itu, kecemasan yang berlebihan dapat memunculkan perilaku defensif dan kurang terbuka, yang berdampak pada pembentukan akhlak sosial seperti *tawadhu'* dan *ukhuwah*. Dengan demikian, psikopatologi berupa kecemasan sosial berimplikasi langsung terhadap perkembangan moral dan akademik santri (Rifia, 2025).

Depresi pada remaja sekolah dapat mengakibatkan penurunan minat belajar, hilangnya semangat, serta gangguan fungsi kognitif seperti konsentrasi dan daya ingat. Dalam konteks pesantren, kondisi ini tidak hanya memengaruhi capaian akademik tetapi juga partisipasi dalam kegiatan ibadah dan pembinaan spiritual. Pendekatan terapi kognitif perilaku terbukti membantu remaja mengelola pikiran negatif yang menjadi akar gangguan emosi, sehingga mendukung pemulihan motivasi belajar dan kestabilan perilaku. Tanpa penanganan yang tepat, depresi dapat menghambat pembentukan karakter dan pencapaian ilmu secara menyeluruh (Gang & Jais, 2024)

Pemberdayaan konselor sebaya di pesantren terbukti meningkatkan kesadaran dan dukungan sosial terhadap santri yang mengalami gangguan psikologis. Dukungan teman sebaya membantu mengurangi stigma dan mendorong santri untuk lebih terbuka terhadap permasalahan emosionalnya. Ketika gangguan psikologis dapat ditangani secara kolektif, dampaknya terhadap akhlak seperti sikap empati, solidaritas, dan tanggung jawab sosial menjadi lebih positif. Hal ini sekaligus mendukung proses belajar yang lebih kondusif karena santri merasa aman secara emosional (Kadarisman dkk, 2026).

Pemahaman terhadap psikologi perkembangan remaja menunjukkan bahwa fase ini ditandai dengan pencarian identitas dan ketidakstabilan emosi yang rentan terhadap gangguan mental. Jika tidak didampingi dengan pendekatan yang peka terhadap kesehatan mental, santri dapat mengalami konflik batin yang memengaruhi perilaku dan semangat belajar. Gangguan psikologis pada masa remaja juga berdampak pada pembentukan nilai moral karena kemampuan pengendalian diri belum sepenuhnya matang. Oleh sebab itu, pelayanan pendidikan yang sensitif terhadap kondisi perkembangan psikologis sangat penting dalam menjaga kualitas akhlak dan proses pembelajaran (Ruimassa, 2023).

Stres akademik pada santri pesantren muncul akibat tuntutan hafalan, jadwal padat, dan ekspektasi tinggi terhadap prestasi. Stres yang berkepanjangan dapat memicu kelelahan emosional, penurunan motivasi, serta munculnya perilaku apatis terhadap kegiatan belajar. Kondisi ini tidak hanya memengaruhi capaian akademik, tetapi juga berdampak pada pembentukan karakter seperti kesabaran dan ketekunan. Jika tidak dikelola dengan baik, stres akademik dapat berkembang menjadi gangguan psikologis yang menghambat keberhasilan pendidikan pesantren (Renata et al., 2023).

Perspektif agama Islam menekankan pentingnya menjaga kesehatan mental sebagai bagian dari tanggung jawab spiritual. Gangguan psikologis yang diabaikan dapat mengganggu keseimbangan hati, sehingga berdampak pada kualitas ibadah dan

perilaku sehari-hari. Dalam konteks santri, kesehatan mental yang terjaga akan memperkuat akhlak mulia serta meningkatkan semangat menuntut ilmu sebagai bagian dari ibadah. Oleh karena itu, perhatian terhadap psikopatologi bukan hanya isu medis, tetapi juga bagian dari pembinaan spiritual (Harahap dkk, 2024).

Kecemasan dalam pengambilan keputusan karier pada remaja menunjukkan bahwa tekanan masa depan dapat memicu keraguan diri dan stres berlebihan. Bagi santri, kecemasan ini dapat mengurangi fokus terhadap proses belajar saat ini karena perhatian terpecah pada kekhawatiran masa depan. Kondisi tersebut berdampak pada turunnya motivasi akademik dan munculnya sikap pesimis yang tidak sejalan dengan nilai optimisme dalam pendidikan Islam. Dengan pendampingan yang tepat, kecemasan karier dapat dikelola agar tidak menghambat perkembangan ilmu dan akhlak santri (Ezra Addo Setiawan & Annie Rachmawati Musslifah, 2023).

Strategi pendidikan dan pembinaan pesantren dalam mencegah serta menyembuhkan psikopatologi hati santri dilakukan melalui penguatan pendidikan spiritual, pembinaan akhlak, serta pembiasaan ibadah dalam kehidupan sehari-hari di lingkungan pesantren. Pesantren tidak hanya berfungsi sebagai lembaga pendidikan formal, tetapi juga sebagai tempat pembentukan karakter dan pengendalian diri santri melalui nilai-nilai religius. Perspektif Al-Ghazali menjelaskan bahwa kesehatan hati sangat berkaitan dengan kedekatan manusia kepada Allah, sehingga penyakit hati seperti iri, sombong, cemas, dan putus asa dapat dicegah melalui proses tazkiyatun nafs atau penyucian jiwa. Selain itu, pembinaan yang dilakukan melalui keteladanan kiai, kegiatan mengaji, dzikir, serta pembiasaan hidup disiplin dan sederhana mampu membentuk kondisi psikologis santri yang lebih stabil dan positif. Hal ini diperkuat oleh penelitian mengenai psikologi dan flourishing humanity yang menekankan pentingnya lingkungan pendidikan yang mendukung perkembangan kesehatan mental, spiritual, dan emosional individu secara menyeluruh (Fattah et al., 2023).

Di tengah tantangan pendidikan modern seperti tekanan akademik, pengaruh media digital, serta krisis moral remaja, pesantren menerapkan pendekatan preventif dan kuratif berbasis nilai-nilai Islam untuk menjaga kesehatan hati santri. Salah satu strategi yang diterapkan adalah penggunaan Al-Qur'an sebagai media terapi spiritual yang memberikan ketenangan jiwa dan membantu mengurangi gangguan psikologis maupun kecemasan batin santri. Selain itu, pendidikan pesantren juga menanamkan nilai etika dan estetika dalam kehidupan santri agar terbentuk perilaku yang santun, empati, disiplin, dan memiliki kontrol diri yang baik. Nilai-nilai tersebut menjadi pondasi penting dalam mencegah munculnya psikopatologi hati akibat pengaruh lingkungan dan perkembangan zaman. Dengan demikian, strategi pendidikan dan pembinaan pesantren tidak hanya berfungsi sebagai sarana pendidikan agama, tetapi juga sebagai upaya pembentukan kesehatan mental dan spiritual santri secara holistik melalui pembinaan karakter, terapi religius, dan penguatan nilai-nilai moral Islami (Anam & Rofiq, 2022).

Kesimpulan dan Saran

Psikopatologi hati dalam perspektif Islam merupakan gangguan pada kondisi batin individu yang mencakup aspek spiritual dan psikologis sekaligus. Hati dipandang sebagai pusat kesadaran moral dan spiritual yang menentukan kualitas akhlak serta keberhasilan proses menuntut ilmu. Penyakit hati seperti *riya'*, *hasad*, *ujub*, *putus asa*, kecemasan, stres, dan depresi menunjukkan bahwa gangguan batin tidak hanya berdimensi teologis, tetapi juga berkaitan erat dengan kondisi psikologis remaja, khususnya santri di lingkungan pesantren. Faktor internal seperti lemahnya pemahaman spiritual yang mendalam serta faktor eksternal seperti tekanan akademik, sistem disiplin yang ketat, dan pengaruh media sosial turut berkontribusi terhadap munculnya psikopatologi hati.

Dampak psikopatologi terhadap santri terlihat pada menurunnya kualitas akhlak dan terganggunya proses menimba ilmu. Gangguan seperti kecemasan, stres akademik, dan depresi menyebabkan penurunan motivasi belajar, konsentrasi, kepercayaan diri, serta stabilitas emosi. Kondisi ini menghambat internalisasi nilai-nilai pesantren seperti kesabaran, *tawadhu'*, keikhlasan, dan *ukhuwah*. Jika tidak ditangani secara tepat, psikopatologi hati dapat melemahkan integrasi antara pembinaan spiritual dan pengembangan intelektual yang menjadi tujuan utama pendidikan pesantren.

Strategi pencegahan dan penanganan psikopatologi hati di pesantren perlu dilakukan secara integratif melalui pendekatan spiritual dan psikologis. Pendampingan berbasis psikologi Islam, terapi Islami yang terintegrasi dengan pendekatan klinis, pemberdayaan konselor sebaya, serta peningkatan literasi kesehatan mental menjadi langkah penting dalam menjaga keseimbangan batin santri. Dengan sistem dukungan yang komprehensif, pesantren dapat menciptakan lingkungan pendidikan yang tidak hanya menekankan disiplin dan prestasi, tetapi juga memperhatikan kesehatan mental sebagai fondasi pembentukan akhlak dan keberhasilan belajar.

Saran

Pesantren perlu mengintegrasikan program kesehatan mental ke dalam sistem pendidikan secara terstruktur, baik melalui kurikulum, kegiatan pembinaan, maupun layanan konseling yang berbasis nilai-nilai Islam. Pendekatan spiritual seperti *tazkiyatun nafs*, *dzikir*, dan pembinaan niat hendaknya diimbangi dengan edukasi psikologis agar santri memahami pentingnya menjaga kesehatan batin secara menyeluruh.

Pimpinan pesantren dan para pendidik disarankan untuk meningkatkan sensitivitas terhadap kondisi psikologis santri, termasuk memberikan ruang dialog yang sehat dan aman bagi santri untuk menyampaikan permasalahan emosionalnya. Sistem disiplin yang ada tetap perlu dipertahankan, namun harus disertai pendampingan yang empatik agar tidak menimbulkan tekanan berlebihan.

Daftar Pustaka

- Anam, K., & Rofiq, A. (2022). Al-Qur'an Sebagai Metode Terapi Penyakit (Shifa') di Masa Pandemi Covid-19. *NUR EL-ISLAM : Jurnal Pendidikan Dan Sosial Keagamaan*, 8(2), 184–200. <https://repository.uin-malang.ac.id/11199/2/11199.pdf>
- Elfattah, H. Y. A. (2025). Faith-Based Mental Health Promotion in Muslim Communities: The Role of Islamic Education and Spiritual Practices. *Sinergi International Journal of Islamic Studies*, 3(1), 44–56. <https://doi.org/10.61194/ijis.v3i1.709>
- Ezra Addo Setiawan & Anniez Rachmawati Musslifah. (2023). Kecemasan dalam Pengambilan Keputusan Karier Pada Remaja. *Tuturan: Jurnal Ilmu Komunikasi, Sosial Dan Humaniora*, 1(3), 92–101. <https://doi.org/10.47861/tuturan.vi1i3.326>
- Farhan, M., & Shobahiya, M. (2024). The Dynamics of Student Mental Health in perspective Psychology of Islamic Education: Factor Analysis and Psychological Spiritual Development Strategy. *Al-Fikru: Jurnal Ilmiah*, 18(2), 192–205. <https://doi.org/10.51672/alfikru.v18i2.531>
- Gang, L., & Jais, S. M. (2024). Unraveling School Adolescent Depression: Insights into Cognitive Behavioral Therapy. *Paedagogi: Jurnal Kajian Ilmu Pendidikan (e-Journal)*, 10(1), 72. <https://doi.org/10.24114/paedagogi.v10i1.58001>
- Ginting, D. A., Hutabarat, I. R. D., Saruksuk, H. S. L., Manalu, D., Sinuhaji, N. B., Zendrato, A., Sidabungke, A., Buatun, D., & Sarumpaet, D. W. (2024). Dampak Penggunaan Media Sosial Terhadap Perilaku Sosial Remaja Di Desa Rianiate Kecamatan Pangguruan Kabupaten Samosir. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 2(10), 4572–4579. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v2i10.1764>
- Hasanah, M., & Haris, Abd. (2023). Spirituality And Subjective Well Being in Tahfidz Students in Islamic Boarding School. *Munaddhomah: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 4(2), 220–227. <https://repository.uin-malang.ac.id/16445/>
- Jannah, S. R., Palupi, A. R., Ardiansyah, M. F., & Amiruddin, M. (2025). Pengaruh rutinitas membaca Al-qur'an terhadap kesehatan mental. <https://repository.uin-malang.ac.id/23068/3/23068.pdf>
- Maghfira, B., Amiruddin, M., Salafi, M. A., & Effendy, R. (2025). Hubungan Praktik Sholat Dengan Kesehatan Mental: Perspektif Psikologi & Islam. <https://repository.uin-malang.ac.id/26507/>
- Ma'rifah, E., Herlina, P., Yudha, R. M., Alindra, S. N., & Mamlukah, M. (2023). Penyuluhan Dan Deteksi Dini Gangguan Jiwa Pada Siswa SMP dan SMA di Pesantren Daarussaadah Desauspajaya Kecamatan Puspahiang Kabupaten Tasikmalaya. *Jurnal Pemberdayaan Dan Pendidikan Kesehatan (JPPK)*, 3(01), 1–8. <https://doi.org/10.34305/jppk.v3i01.795>
- Nurina, P., & Hermatasyah, N. (2022). Kesehatan Mental Remaja Usia SMA Selama Pandemi Covid 19 (Studi Komparatif Pondok Pesantren Dan Sekolah Umum). *Jurnal Consulenza : Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 5(2), 171–179. <https://doi.org/10.56013/jcbkp.v5i2.1642>
- Pasaribu, S. (2025). Terapi Islami untuk Mengatasi Kecemasan Akademik Santri: Integrasi Psikologi Klinis dengan Pendekatan Spiritual. *EDU-RILIGIA: Jurnal Ilmu Pendidikan Islam Dan Keagamaan*, 9(3). <https://doi.org/10.47006/er.v9i3.25974>

- Renata, D., Nisa, A., & Dachmiati, S. (2023). Deskripsi Stres Akademik Pada Santri Pondok Pesantren Kader Uswatun Hasanah Pagaden. *Jurnal Mercusuar: Bimbingan, Penyuluhan, Dan Konseling Islam*, 3(1), 55. <https://doi.org/10.31332/jmrc.v3i1.6813>
- Riezqi, N., & Pretty, A. (2025). Holistic study: The influence of tahajjud prayer on cortisol hormone and spiritual dimensions. <https://repository.uin-malang.ac.id/24489/>
- Rifia, Z. S. (2025). Studi Literatur: Kecemasan Remaja dalam Menanggapi Persepsi Sosial Masyarakat. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 5(2), 172–184. <https://doi.org/10.56185/jubikops.v5i2.1062>
- Ruimassa, A. A. (2023). Memahami Psikologi Perkembangan Remaja sebagai Upaya Merencanakan Pelayanan Pastoral yang Peka Kesehatan Mental Remaja. *DUNAMIS: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristiani*, 7(2), 769–784. <https://doi.org/10.30648/dun.v7i2.845>