

Edukasi Mengenai Dampak Pergaulan Positif Untuk Mewujudkan Kestabilan Mental Remaja Dalam Perspektif Agama Di MTs Negeri 1 Baubau

**Wa Salmi¹, Safriady², Nurhijrah Auliya Ponu³, Darlis Ardian⁴, Rani Wahyuni⁵,
Nurlia⁶, Winda Fatriani⁷, Rina⁸, WD. Fitria Ariani Taufik⁹**

Sekolah Tinggi Agama Islam YPIQ Baubau

Jl. RA Kartini No. 24 Kel. Wale Kec. Wolio Kota Baubau Sulawesi Tenggara

E-mail: amanahsalmi@gmail.com¹, yadinsafriady@gmail.com², hijrah@gmail.com³,
darlisandrian@gmail.com⁴, nlia25423@gmail.com⁶, r3632122@gmail.com⁸, fitriatauwik@gmail.com⁹

Abstract

Adolescence is the transitional phase of a child to adulthood which is filled with many changes in his body, including his interactions. Strengths and weaknesses of social interaction determine whether or not a relationship is strong, which requires attention and support for adolescents to have healthy relationships, for this reason there is a need for education to support the creation of good relationships, especially for teenagers, which aims to create positive relationships. Positive associations will have an impact on children's mental health. This is due to many good things around them, for example, it will create an environment full of love and love, good communication, increasing children's self-confidence, growing mutual trust, increasing happiness and reducing stress in children. For this reason, the author holds a service aimed at teenagers so that they understand more about how to carry out positive relationships to maintain mental stability in order to create good interactions. This will also be studied from a religious point of view in order to remind us again how Islam perfectly regulates human life even in relationships.

Keywords: *positive association, teens, mental health, religios*

Abstrak

Masa remaja adalah fase peralihan seorang anak menuju dewasa yang dipenuhi banyak perubahan dalam tubuhnya termasuk mengenai hubungan interaksinya. Kekuatan dan kelemahan interaksi sosial menentukan kuat atau tidaknya suatu hubungan, yang memerlukan perhatian dan dukungan bagi remaja untuk memiliki hubungan yang sehat, untuk itu perlunya adanya edukasi untuk menunjang terciptanya pergaulan yang baik khususnya pada remaja yang dimana bertujuan untuk terciptanya pergaulan positif. Pergaulan yang positif akan berdampak pada kesehatan mental anak. Hal ini disebabkan banyak hal yang baik disekitarnya contohnya seperti akan tercipta lingkungan yang penuh dengan kasih dan cinta, komunikasi yang terjalin baik, meningkatnya kepercayaan diri anak, tumbuhnya rasa saling percaya, meningkatkan kebahagiaan dan mengurangi stres pada anak. Untuk itu penulis mengadakan pengabdian yang ditujukan untuk remaja agar mereka lebih paham tentang bagaimana menjalankan pergaulan positif untuk menjaga kestabilan mental agar terciptanya interaksi yang baik. Hal ini juga akan dikaji dari sudut pandang agama agar mengingatkan kita kembali betapa islam dengan sempurna mengatur kehidupan manusia bahkan dalam pergaulan.

Kata kunci: Pergaulan Positif, Remaja, Kesehatan Mental, Agama

I. PENDAHULUAN

Bersosialisasi dengan sesama makhluk hidup, baik sesama muslim atau non muslim harus menggunakan aturan-aturan, agar tercipta kehidupan yang tenang dan nyaman. Sudah tidak dipungkiri lagi kalau hidup tenang dan tenang akan dirasakan kenyamanan. Dalam Islam sudah dibuat aturan-aturannya. Pergaulan adalah suatu jaringan hubungan sosial antara satu orang dengan orang lain yang berlangsung dalam jangka waktu yang relatif lama sehingga saling mempengaruhi. Kekuatan dan kelemahan interaksi sosial menentukan kuat atau tidaknya suatu hubungan, yang memerlukan perhatian dan dukungan bagi remaja untuk memiliki hubungan yang sehat. ² pengertian yang lebih positif tersebut kesehatan mental merupakan fondasi dari tercapainya kesejahteraan (well-being) individu dan fungsi yang efektif dalam komunitasnya. Pergaulan positif memiliki karakteristik dalam pengaplikasiannya seperti saling menghargai, percaya, jujur, komunikasi, adanya dukungan, adanya kasih sayang, dan saling memaafkan. Jika hal ini diterapkan dalam hubungan sosialisasi remaja akan sangat berimbas pada beberapa aspek kehidupan mereka seperti meningkatnya kepercayaan diri anak, tumbuhnya rasa saling percaya, meningkatkan kebahagiaan dan mengurangi stres pada anak.

MTsN 1 Baubau sebagai salah satu lembaga pendidikan formal yang dimana berbasis ajaran islam. Hal ini kemudian yang mendukung MTsN 1 Baubau sebagai objek yang tepat untuk pengabdian yang dilakukan mahasiswa(i) STAI YPIQ BAUBAU yang dimana mengambil tema “Edukasi Mengenai Pergaulan Positif Untuk Mewujudkan Kestabilan Mental Remaja Dalam Perspektif Agama”.

II. METODE

Kegiatan berupa sosialisasi tatap muka menggunakan infocus. Topik: Edukasi Mengenai Dampak Pergaulan Positif Untuk Mewujudkan Kestabilan Mental Remaja Dalam Perspektif Agama Di Mts Negeri 1 Baubau. Waktu pelaksanaan: 27 Mei 2022 08:30. Saat acara dilaksanakan 64 siswa dan siswi hadir di ruang sosialisasi.

III. HASIL

Kegiatan ini akan dibagi menjadi 3 yaitu, sebelum intervensi, saat intervensi, dan pembahasan.

Sebelum Intervensi

Kegiatan di rancang bersama antara STAI YPIQ Baubau, PUSPAGA, dan MTsN 1 Baubau. Informasi kegiatan di sampaikan melalui dosen pembimbing, antara lain berisi tema dan bentuk kegiatan, lembaga mitra, dan pengisi acara.

Saat Intervensi

Intervensi secara keseluruhan di laksanakan sekitar 1 jam. Sambutan dan pembukaan dari dosen pembimbing PPKM di sampaikan oleh Ardiansyah, S.Sos.,M.A dengan menjelaskan maksud dan tujuan kegiatan serta ungkapan terima kasih atas partisipasi peserta (gambar 1).



Gambar 1. Pembukaan kegiatan oleh Ardiansyah, S.Sos.,M.A

Materi utama sosialisasi disampaikan sekitar 20 menit oleh Darlis Ardian (gambar 2) dan di lanjutkan oleh pihak PUSPAGA (gambar 3).



Gambar 2. Pemberian materi oleh Darlis Ardian



Gambar 3. Pemberian materi lanjutan oleh pihak PUSPAGA

Respon berupa pertanyaan disampaikan secara langsung dalam ruang sosialisasi. Beberapa pertanyaan yang diajukan diantaranya terkait bagaimana menghadapi perilaku *bullying* dan menyikapi teman yang mudah mengadu domba teman sebayanya. Penutupan diskusi dilakukan oleh dosen pembimbing PPKM.

IV. DISKUSI

Perilaku peserta dalam sosialisasi “Edukasi Mengenai Dampak Pergaulan Positif Untuk Mewujudkan Kestabilan Mental Remaja Dalam Perspektif Agama” sangatlah bervariasi. Beberapa di antaranya menyatakan sudah mendapatkan beberapa informasi

baru untuk menambah wawasan mereka dalam mengenal dunia pergaulan baik di lingkungan sekolah, maupun di lingkungan masyarakat. Ada beberapa yang membahas tentang suatu fenomena yang tidak asing dalam lingkungan sekolah yaitu perilaku bullying serta cara menghadapinya. Secara umum, bullying adalah perilaku agresif yang mempunyai dampak negatif terhadap kedua belah pihak yaitu pelaku dan korban bullying. Tindakan ini seringkali dikaitkan dengan dampak negatif pada perkembangan anak, termasuk gangguan kesehatan mental, depresi, hingga bunuh diri. Ada dua karakteristik dalam dunia bullying, yaitu:

1. Bagi korban bullying

Anak korban bullying dapat mengalami beberapa masalah kesehatan fisik, mental, sosial, emosional serta masalah akademik. Hal lain yang seringkali mereka rasakan adalah gejala-gejala depresi, cemas, perasaan sedih, serta hilangnya minat untuk melakukan aktivitas sehari-hari.

2. Bagi pelaku bullying

Pelaku bullying dapat terlibat dalam perilaku kekerasan, dimana perilaku ini akan terbawa sampai usia dewasa. Jika terus-terusan dibiarkan maka akan terjadi tindak pidana yang akan merugikan dirinya sendiri serta orang lain yang menjadi korban.

Cara mengatasi perilaku bullying ini dilakukan dengan beberapa cara, diantaranya yaitu selalu memberikan dukungan pada anak, menjadi panutan yang baik, membekali anak dengan pengetahuan tentang bullying, mendirikan komunitas stop bullying, ajarkan anak untuk melawan bullying, dan ciptakan lingkungan penuh kasih sayang di rumah.

Pertanyaan berikutnya terkait cara menyikapi teman yang mudah mengadu domba teman sebayanya. Pergaulan dengan sesama teman hendaknya mempunyai batas. Hal ini bertujuan untuk membatasi agar tidak terjadi sesuatu yang tidak diinginkan dalam hubungan pertemanan, dalam hal ini yaitu perilaku adu domba. Berikut ini beberapa cara untuk menghadapi sikap teman yang suka mengadu domba, yaitu :

1. Jaga jarak

Jika kita tahu seseorang memiliki kebiasaan adu domba, maka sebaiknya kita menjaga jarak dengannya.

2. Jangan mudah percaya.

Orang yang suka memprovokasi akan selalu menyampaikan sesuatu hal yang tidak benar.

3. Jangan mudah terpancing emosi

Hendaknya kita tidak mudah terpancing dengan emosi, karena belum tentu sesuatu yang disampaikan itu tidak benar.

4. Tegur atau nasehati

Jika ada teman yang hanya bisa menebar ujaran kebencian terhadap orang lain sebaiknya kita menegur serta menasehatinya, agar dia sadar akan sesuatu yang dilakukannya itu tidak baik.

Sadar akan beberapa upaya yang dapat dilakukan untuk menyikapi serta mencegah perilaku adu domba itu, kemudian akan menjaukan kita dari bahaya perilaku adu domba.

V. KESIMPULAN

Edukasi Mengenai Dampak Pergaulan Positif Untuk Mewujudkan Kestabilan Mental Remaja Dalam Perspektif Agama diharapkan mampu memberi dampak yang baik di mulai dari pengabdian, pihak yang turut berkontribusi, serta peserta kegiatan sosialisasi serta dapat memecahkan masalah yang mereka hadapi untuk mencari solusi agar terciptanya pergaulan positif dalam upaya peningkatan kesehatan mental yang stabil.

DAFTAR PUSTAKA

- An-Nawawi, *Matan Hadits Arba'in*, Jakarta: Pustak Ibnu 'Umar, Hal. 54
KeyraDecequeen,2022,*Pergaulan Sehat pada Remaja*.
- Basri, A, I ., Prasetyo,A. Astiti, Y, D. Tisyah, V, A. *Peningkatan Kesadaran Dan Kognitif Remajadusun Sidorejo Rt 06 Ngestiharjo Kasihan Bantul Melalui Edukasikesehatan Reproduksi Remaja Dan Dampak Pergaulan Bebasberbasis Pedagogis*. 2021. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 17(2).Hal.221
- Hasanah, N.,Nuraeni,L. Jumliadi. *Akhlah Pergaulan Dalam Islam*. 26Januari 2021
- Prasetyo, A,E. *Edukasi Mental Health Awareness Sebagai Upaya Untuk Merawat Kesehatan Mental Remaja Dimasa Pandemi*. 2020. *Journal Of Empowerment*, VOL. 2, No. 2, , h. 261-262
- Sitohang, J. *Penerapan metode tanya jawab untuk meningkatkan hasil belajar IPA pada siswa Sekolah Dasar*.2017. *Jurnal ilmu pendidikan sosial,sainsdan humaniora*. Vol.3.No.4
- Wirabumi, R.*metode pembelajaran ceramah*.2020. *Annual Conference on Islamic Education and Thought*. Vol.1,No.1.
- <http://www.mtsn1baubau.sch.id/profil.php?id=profil&kode=12&profil=Searah%20Singkat>. Diakses tanggal 09 juni 2022
- <https://doc.lalacomputer.com/makalah-pergaulan-sehat-pada-remaja/>.Diakses tanggal 5 juni 2022
- Kemenag, <https://quran.kemenag.go.id/index.php/sura/49/13> Diakses tanggal 06 juni 2022
- Profil Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Baubau.2017.