

PERAN KECERDASAN SPIRITUAL DAN NILAI PERSONAL TERHADAP KESEHATAN MENTAL

Tia Isti'anah, Asti Meiza, Diah Puspasari

UIN Sunan Gunung Djati Bandung

asti.meiza@uinsgd.ac.id

ABSTRAK

Guru merupakan pendidik yang menjadi faktor penentu kesuksesan suatu sistem pendidikan. Dengan demikian, guru yang baik harus memiliki kualifikasi diantaranya adalah memiliki mental yang sehat. Akan tetapi, melihat fenomena bahwa guru pengabdian di pondok pesantren modern memiliki beban yang sangat berat, diantaranya adalah beban kerja 24 jam dan tinggal bersama siswa, sehingga diasumsikan rentan untuk mengalami stres. Penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa kecerdasan spiritual dan nilai personal dapat mempengaruhi kesehatan mental seseorang. Dengan demikian, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dari kecerdasan spiritual dan nilai personal terhadap kesehatan mental pada guru pengabdian. Adapun variabel bebas dalam penelitian ini adalah kecerdasan spiritual dan nilai personal, sedangkan variabel terikat adalah kesehatan mental. Subjek penelitian adalah 56 guru pengabdian pondok pesantren modern di Kecamatan Rangkasbitung Banten. Metode yang digunakan adalah studi kuantitatif dengan analisis regresi linier berganda dengan variabel *dummy*. Studi ini menemukan bahwa hanya variabel kecerdasan spiritual yang mempengaruhi kesehatan mental sebesar 7.9%. Sedangkan nilai personal tidak berpengaruh terhadap kesehatan mental, karena subjek pada penelitian ini tidak memiliki karakteristik yang berhubungan dengan kesehatan mental seperti pada penelitian sebelumnya.

Kata Kunci: *guru pengabdian, kecerdasan spiritual, kesehatan mental, nilai personal*

PENDAHULUAN

Menurut Syah (2014) guru sebagai pendidik ataupun pengajar merupakan faktor penentu kesuksesan setiap usaha pendidikan. Melihat dari definisi tersebut, guru adalah seorang pendidik atau pengajar. Seorang pendidik harus memiliki banyak kualifikasi, karena seorang pendidik adalah seseorang yang bukan hanya menyampaikan pelajaran di ruangan kelas, akan tetapi pendidik pun merupakan *role model* untuk peserta didiknya. Maka, guru adalah seorang yang sangat penting dalam pengembangan siswanya baik itu dalam pengetahuan maupun perilakunya. Sekolah bukanlah sekedar tempat untuk menuntut ilmu, tetapi sekolah melalui guru harus mampu mendidik dan membimbing kepribadian anak dalam menyelesaikan kesukaran-kesukaran dalam hidup anak peserta didik (Darajat, 1983). Dengan demikian, guru sebagai wakil dari sekolah pun harus mampu menyelesaikan kesukaran hidupnya terlebih dahulu sebelum membimbing anak muridnya.

Terdapat banyak macam institusi pendidikan di Indonesia, salah satunya adalah pondok pesantren modern. Di pondok pesantren terdapat istilah guru pengabdian, guru pengabdian adalah fenomena yang dapat dipotret dalam sistem pendidikan pondok pesantren modern, dimana guru pengabdian adalah

seorang guru dengan jenjang pendidikan lulusan SMA yang diberikan tugas untuk mengajar di pesantrennya langsung setelah ia lulus dari pesantrennya. Adapun karakteristik dari guru pengabdian adalah 1) lulusan SMA, atau sedang dalam masa perkuliahan, 2) mengajar siswa SMP bahkan SMA, 3) bertugas mengajar di sekolah dan ikut mengatur kegiatan siswanya sehari-hari, 4) tinggal bersama dengan siswanya, dan 5) 24 jam pembelajaran.

Hadi (2004, dalam Budiyoko, 2010) mengatakan bahwa terlalu lelahnya seseorang yang diakibatkan pengurasan tenaga baik secara fisik ataupun emosi dapat menyebabkan seseorang stres. Dengan demikian, keadaan tersebut akan mempengaruhi keadaan kesehatan mentalnya. Kesehatan mental adalah tingkatan kesejahteraan dimana seseorang dapat menyadari kemampuannya, menanggulangi stres hidup, dapat bekerja dengan produktif dan bermanfaat, serta mampu memberikan kontribusi kepada komunitasnya (WHO, 2004). Kesehatan mental merupakan sumber penting untuk seseorang. Jika seseorang memiliki mental yang tidak sehat, ia tidak akan memiliki keinginan dan usaha untuk mengaktualisasikan potensinya secara optimal meskipun ia memiliki kemampuan secara potensial. Sedangkan, seseorang dengan sakit mental akan memiliki berbagai macam unsur yang saling bertentangan dalam dirinya sehingga akan merusak dan menghambat perilakunya menjadi tidak menentu (Wiramihardja, 2012).

Akan tetapi dengan pengabdian, para guru ini merasa memiliki keterikatan dengan Tuhan. Selain itu, mereka pun dapat bersikap lebih fleksibel dimana mereka dapat menyesuaikan diri dari status santri menjadi guru di pesantrennya, kemudian mereka dapat menghadapi keterbatasan-keterbatasan mereka menjadi hal yang lebih bermakna. Misalnya, dengan tinggal bersama santri membuat para guru pengabdian tetap melaksanakan kegiatan positif, seperti shalat berjamaah, pengajian, dan lain-lain.

Kecerdasan spiritual adalah kecerdasan untuk mengambil hikmah atau makna dari setiap persoalan. Kecerdasan untuk menempatkan perilaku dan hidup kita dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya, kecerdasan untuk menilai bahwa tindakan atau jalan hidup seseorang lebih bermakna dibandingkan yang lain (Zohar dan Marshall, 2000).

Selain kecerdasan spiritual, terdapat hal penting lainnya yang dapat mempengaruhi kesehatan mental seseorang, yaitu nilai. Asumsi ini didasarkan pada penelitian yang mengemukakan fakta bahwa terdapat hubungan antara nilai personal dengan kesehatan mental dan kesejahteraan (Sagiv & Schwartz, 2000; Jamaludin, Sam, Sandal & Adam, 2016; Bobowik, Basabe, Paez, Jimenez & Bilbao, 2011). Nilai personal adalah tujuan trans-situasional yang dijadikan landasan hidup bagi seseorang atau kelompok. Nilai personal tersusun dalam sebuah sistem yang mendasari dan dapat menjelaskan bagaimana seseorang membuat keputusan, bersikap dan berperilaku (Schwartz, dkk, 2012).

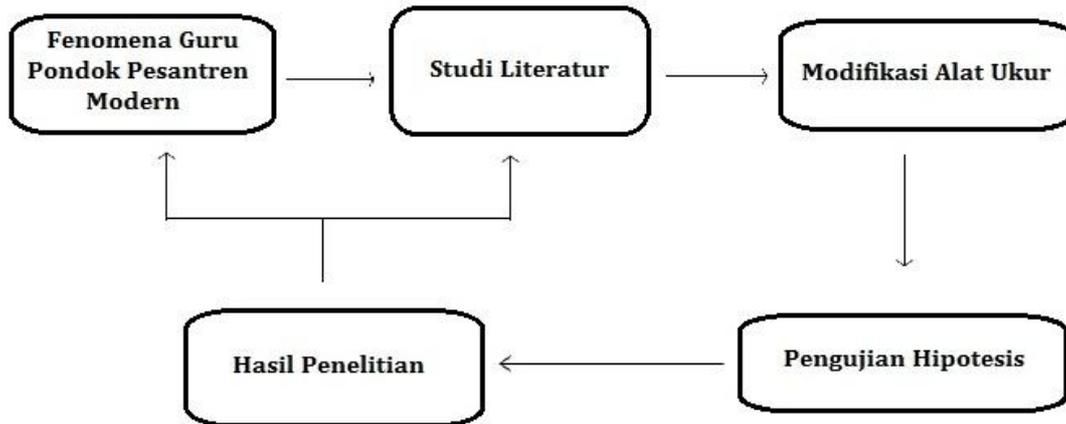
Nilai yang dianut oleh para guru pengabdian pun berbeda-beda. Hal ini didorong oleh kebutuhan yang berbeda-beda dari setiap individu. Menurut Schwartz (dalam Rahmah, 2014), terdapat beberapa hal yang mempengaruhi nilai personal seseorang yaitu kondisi kehidupan, usia, pendidikan, gender, dan pendapatan. Adapun kondisi kehidupan, usia, pendidikan, gender dan pendapatan dari guru pengabdian yang relatif sama dapat dipersepsikan dengan nilai yang berbeda oleh para guru pengabdian pondok pesantren modern,

sehingga diasumsikan nilai-nilai ini dapat mempengaruhi kesehatan mental para guru pengabdian pondok pesantren modern.

METODE

Penelitian ini diawali dengan melihat fenomena dari guru pengabdian pondok pesantren modern di Kecamatan Rangkasbitung, Banten yang kemudian hasil hipotesisnya pun dibahas berdasarkan fenomena dan studi literatur terkait. Berikut skema langkah-langkah penelitian ini.

Bagan 1. Skema Penelitian



Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif. Metode penelitian ini dapat digunakan untuk mengetahui hubungan sebab akibat antar variabel yang diteliti dan digunakan untuk menemukan ada atau tidaknya pengaruh antar variabel tersebut (Arikunto, 2010). Penelitian ini merupakan penelitian populasi yang dilakukan kepada 56 guru pengabdian pondok pesantren modern di Kecamatan Rangkasbitung, Banten. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik kuisioner dengan instrumen skala sikap. Adapun alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuisioner yang dimodifikasi dari indikator kecerdasan spiritual menurut Zohar & Marshal (2015) untuk variabel kecerdasan spiritual, *Portrait Value Questionnaire* (Schwartz, 2012) untuk variabel nilai personal dan WEMWBS (Stewart-Brown & Janmohamed, 2008) untuk variabel kesehatan mental. Sedangkan teknik analisis data dalam penelitian kuantitatif ini menggunakan analisis regresi linier berganda dengan variabel *dummy* yaitu analisis yang digunakan untuk melakukan prediksi. Analisis ini sebenarnya sama dengan regresi linier hanya saja variabel independen yang digunakan adalah dikotomi atau kategorikal, dengan demikian disebut variabel *dummy*.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil perhitungan menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual dapat mempengaruhi kesehatan mental sebanyak 7.9% dengan persamaan regresi sebagai berikut.

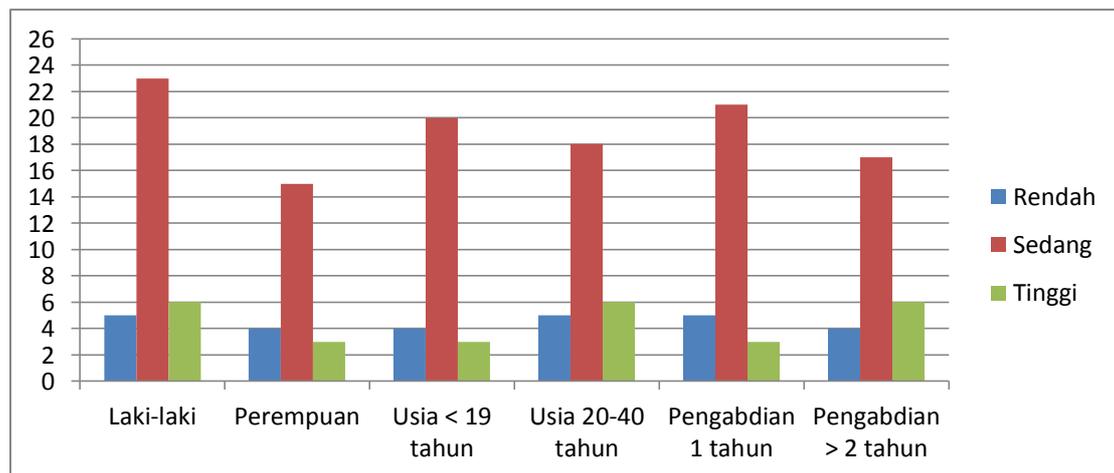
$$\text{Kesehatan Mental} = 59.305 + 0.374 \text{ Kecerdasan Spiritual}$$

Nilai konstanta adalah 59.305, maksudnya jika nilai koefisien kecerdasan spiritual nilainya 0, maka nilai konstanta kesehatan mental adalah 59.305. Artinya, menurut penelitian ini seseorang yang tidak cerdas secara spiritual akan tetap memiliki mental yang sehat. Kemudian, nilai koefisien regresi variabel kecerdasan spiritual adalah 0.374, dapat diartikan bahwa setiap peningkatan nilai kecerdasan spiritual 1, maka nilai konstanta kesehatan mental akan bertambah sebesar 0.374. Dengan kata lain, semakin meningkat kecerdasan spiritual seseorang, maka tingkat kesehatan mentalnya pun akan meningkat pula. Adapun variabel nilai personal dalam penelitian ini tidak mempengaruhi variabel kesehatan mental.

Kecerdasan Spiritual

Berdasarkan hasil perhitungan analisis deskriptif untuk variabel kecerdasan spiritual diperoleh bahwa rata-rata guru pengabdian pondok pesantren modern di Kecamatan Rangkasbitung, Banten berada pada kategori sedang. Berikut hasil kategori subjek penelitian berdasarkan beberapa kelompok.

Bagan 2. Kategori Subjek Penelitian Berdasarkan Variabel Kecerdasan Spiritual



Bagan 2 diatas menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual guru laki-laki lebih tinggi dibandingkan guru perempuan, hal ini berbanding terbalik dengan penelitian sebelumnya yang mengatakan bahwa kecerdasan spiritual perempuan lebih tinggi dibanding laki-laki (Khan & Singh, 2013). Akan tetapi, fakta bahwa kecerdasan spiritual guru laki-laki lebih tinggi dibandingkan guru perempuan tidak dapat dibuktikan dalam penelitian ini, karena terdapat jumlah subjek yang berbeda pada kelompok laki-laki dan perempuan, yaitu sebanyak 12 subjek.

Selain itu, berdasarkan bagan 2 pun diketahui bahwa terdapat perbedaan tingkat kecerdasan spiritual dilihat dari usia kronologi guru pengabdian dan berapa lama guru tersebut mengabdikan. Para guru pengabdian yang berusia lebih dari 20 tahun dan telah mengabdikan lebih dari 2 tahun memiliki kecerdasan spiritual yang lebih tinggi dibanding dengan guru yang berusia dibawah 20 tahun dan mengabdikan selama 1 tahun. Dengan demikian, diketahui bahwa usia dan lama pengabdian seseorang dapat mempengaruhi kecerdasan spiritualnya.

Nilai Personal

Berbeda dengan variabel kecerdasan spiritual dan kesehatan mental, variabel nilai personal memiliki analisis deskriptif tersendiri dalam penelitian ini. Variabel nilai personal mengelompokkan subjek penelitian berdasarkan tipe nilai yang dianut, adapun tipe-tipe nilai tersebut telah dibagi menjadi 3 kelompok menggunakan analisis faktor. Berikut jumlah subjek penelitian berdasarkan tipe nilai yang dianutnya.

Tabel 1. Kategori Nilai Personal

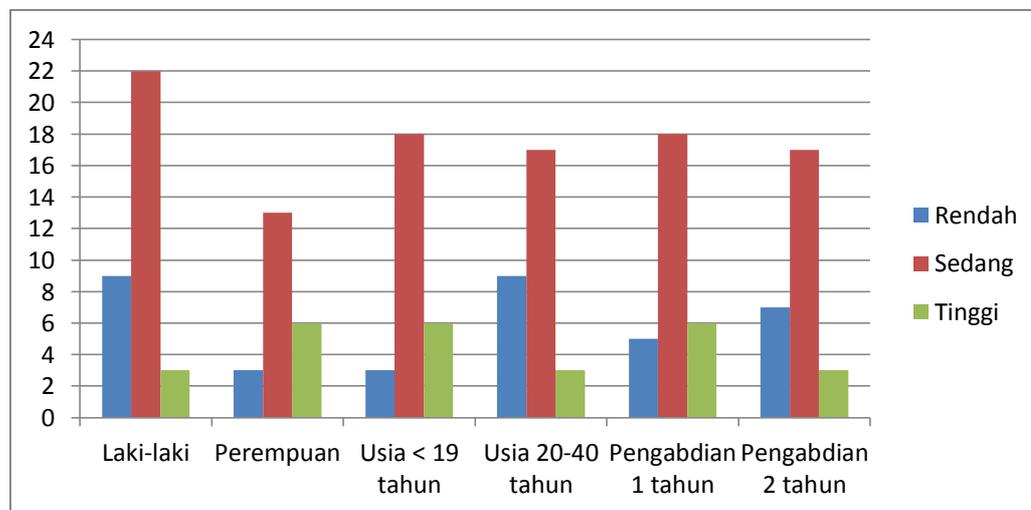
Kelompok	Tipe Nilai	Jumlah
1	<i>Universalism-concern, Conformity-rules, Stimulation, Universalism-tolerance, Benevolence-caring, Universalism-tolerance, Self-direction-thought, Conformity-interpersonal, Humility, Benevolence-dependability</i>	17
2	<i>Hedonism, Achievement, Power-dominance, Power-resources, Security-societal</i>	20
3	<i>Self-direction-action, Security-personal, Face, Tradition</i>	19
Jumlah		56

Berdasarkan Tabel 1 diketahui pula bahwa urutan faktor yang paling dominan dari subjek penelitian ini adalah kelompok 2, kelompok 3, dan kelompok 1.

Kesehatan Mental

Hasil perhitungan analisis deskriptif untuk variabel kesehatan mental pun menunjukkan bahwa rata-rata guru pengabdian pondok pesantren modern di Kecamatan Rangkasbitung, Banten berada pada kategori sedang. Berikut hasil kategori subjek penelitian berdasarkan beberapa kelompok.

Bagan 3. Kategori Subjek Penelitian Berdasarkan Variabel Kesehatan Mental



Bagan 3 menunjukkan bahwa tingkat kesehatan mental guru pengabdian dengan usia lebih dari 19 tahun dan 1 tahun pengabdian berada di tingkat yang lebih tinggi dibandingkan dengan guru pengabdian dengan usia 20 – 40 tahun dan masa pengabdian yang lebih dari 2 tahun. Hal ini dapat dikarenakan beban pada usia muda lebih ringan dibandingkan dengan usia yang lebih tua, seperti perkuliahan, pernikahan, beban kerja yang lebih besar serta masalah keuangan. Meskipun demikian, kecerdasan spiritual tetap memberikan pengaruh yang baik terhadap kesehatan mental pada guru pengabdian dengan usia 20-40 tahun dan masa pengabdian yang lebih dari 2 tahun seperti yang dibuktikan dalam penelitian ini.

DISKUSI

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hanya variabel kecerdasan spiritual yang mempengaruhi variabel kesehatan mental dalam penelitian ini, sedangkan variabel nilai personal tidak berpengaruh signifikan terhadap kesehatan mental. Tidak berpengaruhnya nilai personal dapat disebabkan oleh rendahnya hubungan antara nilai personal dan kesehatan mental. Sagiv & Schwartz (2000) mengemukakan bahwa nilai personal memiliki hubungan yang rendah dengan kesehatan mental dan afeksi positif ($p < 0.001$), bahkan tidak terdapat hubungan antara nilai personal dengan kepuasan hidup seseorang. Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa tipe nilai yang dominan dari subjek penelitian adalah *hedonism*, *power-dominance*, *power-resource*, *security-societal*, *achievement*, *self-direction-action*, *security-personal*, *face* dan *tradition*, sedangkan hanya tipe nilai *achievement*, *self-direction*, dan *stimulation* yang memiliki hubungan positif dengan kesehatan mental. Dengan demikian, masih terdapat banyak tipe nilai yang dianut oleh subjek penelitian yang tidak memiliki hubungan dengan kesehatan mental. Maka, kesehatan mental guru pengabdian pondok pesantren modern tidak dipengaruhi oleh nilai personal apa yang mereka anut, akan tetapi lebih kepada kebutuhan yang harus dipenuhi dalam suatu keadaan. Selain itu, Milfont, Milojev dan Sibley (2016) pun mengindikasikan bahwa nilai personal dapat berubah secara perlahan sebagai refleksi dari kematangan biologis dan psikologis seseorang.

Kemudian, Agustian (2001) mengungkapkan bahwa kecerdasan spiritual adalah landasan yang diperlukan untuk memfungsikan IQ dan EQ secara efektif. Kecerdasan spiritual merupakan kecerdasan untuk mengambil hikmah dan makna dari setiap persoalan, sehingga dapat menempatkan perilaku dan hidup pada konteks yang lebih bermakna. Kecerdasan ini membuat manusia menjadi kreatif, mengubah aturan dan situasi, memberikan rasa moral dan kemampuan menyesuaikan diri dengan pemahaman dan cinta (Zohar & Marshal, 2000). Oleh karena itu, kecerdasan spiritual ini dapat mempengaruhi kesehatan mental seseorang, seperti yang dibuktikan oleh penelitian ini.

Penelitian ini pun didasarkan pada penelitian Mental Health Foundation (2006) yang mengatakan bahwa kecerdasan spiritual dan agama dapat mempengaruhi kesehatan mental seseorang. Berdasarkan penelitian Mental Health Foundation yang menyatakan bahwa spiritualitas dan agama dapat mempengaruhi kesehatan mental seseorang, maka sesungguhnya agama memiliki kaitan erat dengan spiritualitas. Banyak ahli yang memisahkan antara kecerdasan spiritual dan agama, termasuk Zohar & Marshal. Akan tetapi, Islam mengajarkan bahwa kecerdasan spiritual meliputi motif beragama didalamnya

(Najati, 2008). Hal ini diperkuat dengan arti kata spirit menurut kamus Webster dan Chaplin (2014) adalah sesuatu yang berfokus pada nilai-nilai religiusitas dan hal supranatural serta sesuatu yang berhubungan dengan agama, keimanan, kesalihan dan menyangkut nilai transendental.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka rendahnya pengaruh kecerdasan spiritual yaitu 7.9% terhadap kesehatan mental dapat dikarenakan tidak adanya indikator agama dalam teori kecerdasan spiritual menurut Zohar & Marshal. Adapun kecerdasan spiritual dalam agama Islam adalah kecerdasan yang berkenaan dengan *ruh* untuk mengenal Allah yang diperoleh oleh hati dan akal dan dengan kecerdasan ini manusia akan berusaha untuk mendapat *ma'rifatullah* sehingga mencapai kebahagiaan yang hakiki.

Selain itu, Zohar & Marshal (2000) pun mengungkapkan bahwa kecerdasan spiritual yang berkembang baik berada pada saat manusia berusia 40 tahun, hal ini pun telah diungkapkan Al Ghazali (dalam Othman, 1981) bahwa penguasaan pengetahuan serta pengendalian dari nafsu-nafsu dan tantangan untuk mendapatkan kebahagiaan yang hakiki akan dicapai saat usia manusia 40 tahun. Sedangkan, subjek penelitian dalam penelitian ini berada pada rentang usia 18 – 40 tahun. Dengan demikian, kecerdasan spiritual yang mereka miliki belumlah berkembang dengan baik sehingga diasumsikan hanya berpengaruh sebanyak 7.9% terhadap kesehatan mental.

Selain itu, terdapat 5 tingkatan derajat ruh manusia yang bercahaya dan sifat-sifat pembawaannya yang beriman menurut Al Ghazali (Othman, 1981), yaitu *ruh hasaas*, *ruh khayali*, *ruh aqli*, *ruh fikri*, dan *ruh qudsi*. Kelima tingkatan tersebut selaras dengan tahap perkembangan spiritual Fowler (Hasan, 2006).

Rentang usia subjek penelitian yang masih berada pada usia 18 – 40 tahun, maka dapat dikatakan mereka masih dalam derajat *ruh akli*, dimana subjek baru dapat membedakan mana yang baik dan buruk bagi dirinya dan orang lain, mungkin hanya sedikit yang telah mencapai *ruh fikri*, itupun dengan derajat yang rendah. Hal ini selaras dengan yang dikatakan Fowler bahwa rentang usia subjek penelitian berada pada tahap kepercayaan sintetik-konvensional dan individuatif reflektif, dimana seseorang mendapatkan informasi yang baik dan buruk berdasarkan apa yang dikatakan orang lain serta berusaha untuk mencapai kesejahteraan diri dan orang lain. Hal tersebut selaras pula dengan apa yang dikemukakan para guru pengabdian yang mengatakan bahwa dengan pengabdiannya, mereka merasa mampu membedakan hal yang baik dan buruk untuk diri dan lingkungannya serta mampu memaknai keterbatasan-keterbatasan yang dimiliki menjadi hal yang positif, salah satunya adalah dengan terus mengembangkan potensi yang dimiliki. Selain itu, bagi mereka pengabdiannya adalah suatu perjuangan untuk memberikan kontribusi positif untuk pondoknya, mereka ingin pondoknya menjadi lembaga pendidikan yang bermutu.

Kemudian, Al Ghazali (dalam Othman, 1981) pun mengungkapkan bahwa kemampuan untuk melawan hawa nafsu dan mendapatkan makna dari setiap persoalan atau kecerdasan spiritual dapat diperkuat oleh rasa sabar dan syukur yang tulus kepada Allah SWT, sehingga dapat meredam nafsu dan emosi yang mungkin akan timbul. Adapun rasa sabar dan syukur merupakan indikator dari kesehatan mental (Najati, 2008). Stewart-Brown & Janmohamed (2008) pun menyebutkan 5 aspek kesehatan mental positif yang mencakup indikator kedua

hal tersebut, yaitu aspek kebahagiaan, kepuasan hidup, fungsi psikologis, realisasi diri, dan relasi dengan orang lain.

Pertama adalah kebahagiaan. Kebahagiaan yang hakiki menurut Al Ghazali (Othman, 1981) adalah mencapai kedekatan dengan Allah SWT. Bagi guru pengabdian, lingkungan guru pengabdian memberikan kebahagiaan tersendiri bagi dirinya, karena dengan mengabdikan mereka dapat tetap berada dalam lingkungan yang mendekatkan dirinya dengan Allah SWT, terpenuhinya kebutuhan dasar serta dapat terus belajar dan mengajarkan ilmunya.

Kedua adalah kepuasan hidup. Allah berfirman dalam Q.S. An Nisaa: 32, yang menerangkan bahwa hendaknya manusia untuk tidak iri dengan apa yang dimiliki orang lain, karena sesungguhnya manusia akan mendapatkan apa yang mereka usahakan masing-masing. Apa yang didapatkan seorang guru pada masa pengabdianannya cukup membuatnya puas dengan keadaan tersebut, bahkan mereka pun tidak membandingkan keadaan mereka dengan keadaan guru pada umumnya. Bagi mereka keadaannya saat ini merupakan anugerah yang harus tetap dijalani dengan ikhlas.

Ketiga adalah fungsi psikologis. Najati (2003, 2008) mengungkapkan bahwa kesehatan mental merupakan suatu keadaan dimana seseorang dapat beradaptasi, mengekspresikan diri, berperilaku dengan normal sehingga mencapai kedamaian dan kesejahteraan. Para guru pengabdian pun mampu menyesuaikan diri dari status santri menjadi seorang guru dengan waktu yang cukup singkat, mereka belajar untuk menjadi contoh yang baik untuk murid-muridnya dan berusaha memberikan yang terbaik untuk saat proses pembelajaran baik di kelas ataupun di lingkungan sehari-hari.

Keempat adalah relasi dengan orang lain. Islam mengenal kata *hablum minannas* yang artinya relasi dengan sesama manusia. Islam sangat mengutamakan silaturahmi diantara sesamanya. Adapun relasi sosial yang dimiliki oleh para guru pengabdian cukup luas, dimana mereka mampu untuk berhubungan baik dengan murid-muridnya, dengan rekan guru yang lain, dengan para ulama serta dengan para wali murid. Dengan demikian, guru pengabdian ini mampu berhubungan baik dengan berbagai macam status serta usia. Lingkungan pondok pesantren modern pun layaknya keluarga, dimana didalamnya terdapat para guru pengabdian, kyai, murid, serta guru-guru yang telah menikah, sehingga para guru pengabdian saling tolong menolong dalam berbagai hal.

Terakhir adalah realisasi diri. Manusia adalah makhluk Allah yang paling sempurna. Bahkan Allah mengutus manusia ke muka bumi untuk menjadi *khalifah* (pemimpin) (QS. Shad: 26). Sebagai *khalifah* pilihan Allah, tentunya manusia memiliki potensi masing-masing sehingga mampu memimpin dirinya dan orang disekitarnya sebagai bentuk aktualisasi diri. Selain memberikan tugas mengajar berdasarkan kemampuan guru pengabdian, pondok pesantren modern pun memberikan tanggung jawab sebagai pembina di beberapa ekstrakurikuler, seperti pramuka, kesenian, bahasa, dan lain-lain. Hal-hal tersebut menjadi proses pengembangan diri bagi para guru pengabdian.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh kecerdasan spiritual terhadap kesehatan mental sebesar 7.9% pada guru pengabdian pondok pesantren modern di Kecamatan Rangkasbitung, Banten. Sedangkan,

variabel nilai personal tidak mempengaruhi kesehatan mental pada penelitian ini, karena subjek pada penelitian ini tidak memiliki karakteristik yang berhubungan dengan kesehatan mental seperti pada penelitian sebelumnya.

Kemudian, rendahnya pengaruh kecerdasan spiritual terhadap kesehatan mental dapat dikarenakan tidak adanya indikator agama pada teori kecerdasan spiritual Zohar & Marshal yang dijadikan landasan teori penelitian ini. Selain itu, subjek penelitian berusia kurang dari 40 tahun, sedangkan Al Ghazali menyatakan bahwa kecerdasan spiritual yang optimal berkembang dengan baik pada usia 40 tahun keatas.

Dengan demikian untuk peneliti selanjutnya, diharapkan dapat menambahkan aspek agama dalam variabel kecerdasan spiritual dan lebih memilih subjek penelitian yang representatif dalam menggambarkan variabel yang dipilih.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustian, A.G. (2001). *Rahasia sukses membangun kecerdasan emosi dan spiritual- ESQ*. Jakarta: Penerbit Arga
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Bobowik, M., Basabe, N., Paez, D., Jimenez, A., Bilbao, MA. (2011). Personal values and well-being among Europeans, Spanish natives and immigrants to Spain: Does the culture matter?. *Journal of Happiness Studies*, 12 (3), 401–419. Doi:10.1007/s10902-010-9202-1
- Budiyoko, I. (2010). *Perbedaan tingkat depresi antara murid putra SMA Kelas X Islamic Boarding School MTA Surakarta yang pernah dan belum pernah tinggal di pondok pesantren*. (Tesis Tidak Diterbitkan). Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Chaplin, J.P. (2014). *Kamus lengkap psikologi*. Jakarta: Raja Press
- Darajat, Z. (1983). *Kesehatan mental*. Jakarta: PT. Toko Gunung Agung
- Hasan, Aliah B.Purwakania. (2006). *Psikologi perkembangan Islami*. Jakarta: Rajawali Press
- Jamaludin, N.L., Sam, D. L., Sandal, G. M., Adam A.A. (2016). Personal value, subjective well-being and destination-loyalty intention of international students. *Springerplus*, 5(1), 720 Doi: 10.1186/s40064-016-2439-3
- Mental Health Foundation (2006). *The Impact of spirituality on mental health. a review of the literature*. London: Mental Health Foundation
- Milfont, T.L., Milojev, P., & Sibley, Chris G. (2016). Value stability and change in adulthood. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 42 (5), 572-588, DOI: <https://doi.org/10.1177/0146167216639245>
- Najati, M.U. (2003). *Psikologi dalam tinjauan Hadist Nabi SAW*. Jakarta: Mustaqim
- _____. (2008). *The ultimate psychology: Psikologi sempurna ala Nabi SAW*. Bandung: Pustaka Hidayah
- Othman, A.I. (1981). *Manusia menurut Al Ghazali*. Bandung: Pustaka Perpustakaan Salman Institut Teknologi Bandung
- Sagiv, L., Schwartz, S.H. (2000). Value priorities and subjective well-being: direct Relation and congruity effects. *European Journal of Social Psychology*, 30, 177-198

- Schwartz, Shalom H. (1999). A theory of cultural values and some implications of work. *Applied Psychology: An International Review*, 48 (1), 23-47
- Stewart-Brown, S., Janmohamed, K. (2008). *Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale (WEMWBS): User Guide Version 1*. Warwick Medical School University of Warwick
- Syah, Muhibbin. (2014). *Psikologi pendidikan: dengan pendekatan baru*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- WHO. (2004). *Promoting mental health*. Geneva: World Health Organization
- Wiramihardja, S.A. (2012). *Pengantar psikologi klinis*. Bandung: PT Refika Aditama
- Zohar & Marshall. (2000). *SQ memanfaatkan kecerdasan spiritual dalam berpikir integralistik dan holistik untuk memaknai kehidupan*. Bandung: Mizan Media Utama
- _____. (2015). *12 Principles of SQ*. Diunduh pada Agustus 2017 dari http://danahzohar.com/www2/?page_id=146

والله أعلم بالصواب