

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Bimbingan Mental

##### 1. Pengertian Bimbingan

Secara etimologis kata bimbingan merupakan terjemahan dari kata “*Guidance*” berasal dari kata kerja “*to guide*” yang mempunyai arti “menunjukkan, membimbing, menuntun, ataupun membantu.” Sesuai dengan istilahnya, maka secara umum bimbingan dapat diartikan sebagai bantuan atau tuntunan.<sup>1</sup> Hal ini mengandung pengertian bahwa dalam memberikan bimbingan bila keadaan menuntut, kewajiban dari pembimbing untuk memberikan bimbingan secara aktif, yaitu memberikan arah kepada yang dibimbingnya. Disamping itu, bimbingan juga mengandung makna memberikan bantuan atau pertolongan dengan pengertian bahwa dalam menentukan arah diutamakan kepada yang dibimbingnya.<sup>2</sup>

Bimbingan adalah suatu proses pemberian bantuan yang terus-menerus dan sistematis dari pembimbing kepada yang dibimbing agar tercapai kemandirian dalam pemahaman diri, penerimaan diri, pengarahan diri dan perwujudan diri dalam

---

<sup>1</sup>Hallen A, *Bimbingan dan Konseling*, (Ciputat: Quantum Teaching, 2005), hlm. 2-3

<sup>2</sup>Bimo Walgito, *Bimbingan dan Konseling*, (Yogyakarta, CV. Andi, 2010), hlm. 4

mencapai tingkat perkembangan yang optimal dan penyesuaian diri dengan lingkungan.<sup>3</sup>

Oleh karena itu, untuk memahami pengertian bimbingan, perlu dipertimbangkan beberapa pengertian yang dikemukakan oleh para ahli berikut:

- a. Menurut Frank Parson, Bimbingan adalah bantuan yang diberikan kepada individu untuk memilih, mempersiapkan diri, dan memangku suatu jabatan, serta mendapat kemajuan dalam jabatan yang dipilihnya.
- b. Menurut Chiskolm, Bimbingan membantu individu untuk lebih mengenali berbagai informasi tentang dirinya sendiri.
- c. Menurut Bernard dan Fullmer, Bimbingan merupakan kegiatan yang bertujuan meningkatkan realisasi pribadi setiap individu.
- d. Menurut Mathewshon, Bimbingan merupakan pendidikan dan pengembangan yang menekankan proses belajar yang sistematis.<sup>4</sup>
- e. Menurut Prayitno, Bimbingan merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan orang yang ahli kepada seseorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja, maupun dewasa, agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku.<sup>5</sup>

---

<sup>3</sup>Dewa Ketut Sukardi dan Nila Kusmawati, *Proses Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2002), hlm. 12

<sup>4</sup>Anas Salahudin, *Bimbingan dan Konseling*, (Bandung, Pustaka Setia, 2010), hlm. 13-14

<sup>5</sup>Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*, (Jakarta: Pt. Rineka Cipta, 2015), hlm. 99

f. Menurut Prof. Dr. Lahmudin, M.Ed Bimbingan adalah terjemahan dari *Guidance*. Bimbingan pada dasarnya lebih cenderung kepada preventif atau pencegahan dengan tujuan untuk membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia maupun di akhirat.<sup>6</sup>

Secara singkat boleh dikatakan, bahwa bimbingan bertujuan memberi pertolongan kepada individu yang ditolong agar ia dapat mencapai/memiliki kehidupan yang layak dan bahagia di dalam masyarakat.<sup>7</sup> Dengan demikian, tujuan bimbingan islami itu dapat dilihat dari dua aspek, yaitu tujuan umum dan tujuan akhir<sup>8</sup>:

a. Tujuan umum

Membantu individu mewujudkan dirinya menjadi manusia seutuhnya agar dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

b. Tujuan akhir

Agar fitrah yang telah dikaruniakan Allah kepada individu agar bisa berkembang dan berfungsi dengan baik, sehingga menjadi pribadi yang kaffah dan secara bertahap mampu mengaktualisasikan apa yang diimaninya itu dalam kehidupan sehari-hari, yang tampil dalam bentuk kepatuhan terhadap hukum Allah.<sup>9</sup>

Landasan utama bimbingan islami adalah al-Qur'an dan sunnah Rasul, karena al-Qur'an dan sunnah rasul merupakan sumber dari segala sumber pedoman

---

<sup>6</sup>Lahmudin Lubis, *Konseling dan Terapi Islami*, (Medan: Perdana Publishing, 2016), hlm. 5

<sup>7</sup>Kartini Kartono, *Bimbingan dan Dasar-dasar Pelaksanaannya*,(Jakarta: CV. Rajawali, 1985), hlm. 11

<sup>8</sup>Ramayulis dan Mulyadi, *Bimbingan Konseling Islam di Madrasah dan sekolah*, (Jakarta: Kalam Mulia, 2016), hlm. 134

<sup>9</sup>*Ibid*, h. 134

kehidupan umat Islam.<sup>10</sup> Nilai bimbingan yang terdapat dalam ajaran Al-qur'an dapat digunakan pembimbing untuk membantu si terbimbing dalam menentukan pilihan perubahan tingkah laku positif. Lebih lanjut berikut dalam Al-Qur'an menjelaskan mengenai pengertian bimbingan, seperti pada surah An-Nahl ayat 125:

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجِدْلُهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ ١٢٥

Artinya: “serulah (manusia) kepada jalan Tuhan-mu dengan hikmah dan pelajaran yang baik dan bantalah mereka dengan baik. Sesungguhnya Tuhan-mu Dialah yang lebih mengetahui tentang siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk.” (QS. An-Nahl: 125).<sup>11</sup>

Dari ayat diatas mengandung ajaran kepada Rasulullah SAW tentang cara melancarkan dakwah atau seruan terhadap manusia agar mereka berjalan di atas jalan Allah SWT. Rasulullah SAW memegang tampuk pimpinan dalam melakukan dakwah itu kepadanya dituntunkan oleh Tuhan bahwa di dalam melakukan dakwah hendaklah memakai tiga macam cara, yaitu yang pertama dengan hikmah atau kebijaksanaan, akal budi yang mulia, dada yang lapang dan hati yang bersih, menarik perhatian orang pada agama atau kepada kepercayaan terhadap Tuhan. Kebijakan bukan hanya saja dengan ucapan mulut melainkan dengan tindakan dan sikap hidup, kadang-kadang lebih berhikmat diam daripada berkata atau berbicara.

---

<sup>10</sup>Lahmudin Lubis, *Konseling dan Terapi Islami...*, h. 8

<sup>11</sup>Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Quran dan Terjemahannya Juz 1-30*, (Semarang: Toha Putra, 1999), hlm. 224

Kedua, dengan pengajaran yang baik atau pesan yang baik yang disampaikan sebagai nasihat, sebagai pendidikan dan tuntutan sejak kecil. Contoh beragama di depan anak, yaitu dari pendidikan orang tua dalam rumah sehingga member pendidikan dan pengajaran-pengajaran. Pengajaran yang baik lebih besar kepada kanak-kanak yang belum dibumbui lebih dulu dengan ajaran-ajaran lain. Ketiga, bantah dengan cara yang baik, kalau terpaksa timbullah bantahan atau pertukaran pendapat kalau sudah tidak dapat dielakkan lagi, maka pilihlah jalan sebaik-baiknya. Jadi kesimpulannya bahwa bimbingan memang perlu dilakukan kepada orang-orang yang membutuhkan. Memberikan pelajaran yang baik dan cara penyampaian yang tepat juga mempengaruhi keberhasilan dalam proses bimbingan.

## **2. Pengertian Mental**

Mental dalam Kamus Lengkap Bahasa Indonesia diartikan sebagai “suatu hal yang berkenaan dengan jiwa, watak, otak, batin, dan sebagainya.”<sup>12</sup> Mental juga merupakan hal-hal yang berada dalam diri seseorang atau individu yang terkait dengan psikis atau kejiwaan yang dapat mendorong terjadinya tingkah laku dan membentuk kepribadian, begitu juga sebaliknya mental yang sehat akan melahirkan tingkah laku maupun kepribadian yang sehat pula. Kriteria mental yang sehat<sup>13</sup>, yaitu:

- 1) Mampu belajar dari pengalaman
- 2) Mudah beradaptasi
- 3) Lebih senang memberi daripada menerima

---

<sup>12</sup>Indrawan WS, *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*, (Jombang: Lintas Media, - ), hlm. 336

<sup>13</sup>Masganti, *Psikologi Agama*, (Medan: Perdana Publishing, 2011), hlm.161

- 4) Lebih senang menolong daripada ditolong
- 5) Mempunyai rasa kasih sayang
- 6) Memperoleh kesenangan dari hasil usahanya
- 7) Menerima kekecewaan untuk dipakai sebagai pengalaman
- 8) Berfikir positif

Dalam bahasa Latin disebutkan, *man sana in corpora sano* (dalam badan yang sehat terdapat jiwa yang sehat). Dalam bahasa Arab disebutkan, *al-aqlus salim fil jismis salim* (akal yang sehat terdapat dalam tubuh yang sehat). Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa antara keduanya hendaklah dipertahankan keutuhannya, artinya sehat jasmani dan ruhani atau sehat jiwa dan mental. Mental yang sehat akan bertingkah laku serasi, tepat, dan bisa diterima oleh masyarakat pada umumnya, sikap hidupnya sesuai dengan norma dan pola hidup kelompok masyarakat, sehingga ada relasi interpersonal dan intersosial yang memuaskan.<sup>14</sup>

Sebaliknya, mental yang tidak sehat akan memiliki ciri sebagai berikut: secara relatif, mereka jauh dari status integrasi, dan memiliki ciri inferior dan superior. Kesehatan mental secara relative sangat dekat dengan integritas jasmaniah-ruhaniah yang ideal. Kehidupan psikisnya stabil, tidak banyak memendam konflik internal, suasana hatinya tenang dan imbang, dan jasmaninya selalu sehat. Mentalitas yang sehat dimanifestasikan dalam gejala: tanpa gangguan batin, dan posisi pribadinya

---

<sup>14</sup>Samsul Munir Amin, *Bimbingan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2015), hlm. 143

harmonis/seimbang, baik ke dalam (terhadap diri sendiri), maupun keluar (terhadap lingkungan sosialnya).<sup>15</sup>

Dalam konteks pandangan Islam sendiri, mental yang sehat dipandang sebagai kepribadian yang serasi, di mana terdapat keseimbangan antara kekuatan spiritual yang mendalam dan vitalitas fisik. Kepribadian yang serasi ialah kepribadian yang memperhitungkan tubuh, kesehatannya, kekuatannya, dan memenuhi kebutuhan-kebutuhannya dalam batas-batas yang diperkenankan agama, dan pada saat yang sama berpegang teguh pada keimanan kepada Allah, melaksanakan berbagai ibadah, melakukan segala hal yang diridhai Allah, dan menghindari segala hal yang membangkitkan amarah-Nya.<sup>16</sup>

Kondisi mental yang tenang menjadikan ia matang dalam memahami makna kehidupan, ia sadar bahwa kesusahan dan kebahagiaan hidup merupakan cobaan/ujian Allah SWT yang akan mampu ditanggungnya. Kondisi mental menghantarkan kepada perbuatan yang sesuai dengan kemampuan tanpa perasaan terbebani dan tekanan batin. Kondisi mental mengukuhkan rasa percaya diri, rasa cinta, dan sikap menghargai, serta menerangi rasa dengki dan iri hati terhadap keberhasilan orang lain. Dengan demikian, jelaslah bahwa kriteria mental sehat menurut konsep Islami di dasarkan pada akhlak yang mulia dihadapan Allah SWT.<sup>17</sup>

## **B. Metode Bimbingan Mental**

---

<sup>15</sup>*Ibid.*, h. 143

<sup>16</sup>Saiful Akhyar Lubis, *Konseling Islami dan Kesehatan Mental*, (Bandung: CV. Perdana Mulya Sarana, 2011) hlm. 139

<sup>17</sup>*Ibid.*, h. 140-141

Dalam Arab metode disebut *Thariq* yang artinya jalan.<sup>18</sup> Arti harfiah kata Metode berasal dari bahasa Yunani *Methodos*, yang merupakan gabungan dari kata *meta* dan *hodos*. *Meta* berarti menuju, melalui, sesudah, mengikuti dan *hodos* berarti jalan, arah atau cara. (Istilah Yunani itu berasal dari bahasa latin *methodus*). Arti luas metode adalah cara bertindak menurut sistem atau aturan tertentu. Arti khusus yaitu cara berfikir menurut aturan atau sistem tertentu.<sup>19</sup>

Metode secara harfiah berarti ‘cara’. Dalam pemakaian yang umum, metode diartikan sebagai suatu cara atau prosedur yang dipakai untuk mencapai tujuan tertentu.<sup>20</sup> Metode juga merupakan cara yang teratur untuk mencapai maksud yang diinginkan.<sup>21</sup> Secara operasional, metode memiliki banyak pengertian, seperti suatu prosedur yang dipakai untuk mencapai suatu tujuan, suatu teknik mengetahui yang dipakai dalam proses mencari ilmu pengetahuan dari suatu materi tertentu, suatu ilmu yang merumuskan aturan-aturan dari suatu prosedur, dan cara kerja yang sistematis yang digunakan untuk memahami suatu obyek yang dipermasalahkan atau realitas yang diteliti.<sup>22</sup>

Metode disebut juga sebagai sarana untuk menemukan, menguji, dan menyusun data yang diperlukan bagi perkembangan. Apa lagi pendapat yang mengatakan bahwa metode sebenarnya berarti jalan untuk mencapai tujuan. Jalan

---

<sup>18</sup>Yunan Yusuf, *Metode Dakwah*, (Jakarta: Kencana, 2006), hlm. 6

<sup>19</sup>Sudarto, *Metodologi Penelitian Filsafat*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 1997), hlm. 41

<sup>20</sup>Istarani, *58 Model Pembelajaran Inovatif*, (Medan: Media Persada, 2012), hlm. 1

<sup>21</sup>Nispul Khoiri, *Metodologi Fikih Zakat Indonesia*, (Bandung: Citapustaka Media, 2014), hlm. 14

<sup>22</sup>Hasan Bakti Nasution, *Metodologi Studi Pemikiran Islam*, (Medan: Perdana Publishing, 2016), hlm. 1

untuk mencapai tujuan itu bermakna ditempatkan pada posisinya sebagai cara untuk menemukan, menguji, dan menyusun data yang diperlukan bagi pengembangan ilmu atau tersistematisasinya suatu pemikiran.<sup>23</sup>

Metode adalah suatu cara yang digunakan untuk menyelesaikan suatu masalah, sedangkan penerapan caranya disebut teknik<sup>24</sup>. Jadi metode adalah bagaimana cara seorang pembina memberi arahan, menyampaikan dan mempraktekkan materi itu kepada terbina. Yang dimaksud dengan metode bimbingan disini adalah cara-cara tertentu yang digunakan dalam proses bimbingan.<sup>25</sup> Metode bimbingan secara umum ada dua jenis, yang pertama metode langsung dan dan yang kedua metode tidak langsung.

a. Metode langsung

Metode langsung adalah metode di mana pembimbing melakukan komunikasi langsung (bertatap muka) dengan orang yang dibimbingnya. Metode ini dapat dirinci lagi menjadi dua metode, yaitu pertama metode individual, dimana pembimbing dalam hal ini melakukan komunikasi langsung secara individual dengan pihak yang dibimbingnya menggunakan teknik percakapan pribadi ataupun kunjungan ke rumah (*home visit*) serta kunjungan atau observasi kerja yakni pembimbing melakukan percakapan individual sekaligus mengamati kerja klien dan lingkungannya, yang kedua metode kelompok, dimana pembimbing

---

<sup>23</sup>*Ibid*, h. 1

<sup>24</sup>Faqih Aunur Rahim, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, hlm. 53.

<sup>25</sup>Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, (Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada, 2007), hlm. 289

melakukan komunikasi dengan klien secara kelompok dengan menggunakan teknik diskusi kelompok atau group teaching yaitu pemberian bimbingan dengan memberikan materi bimbingan tertentu (ceramah) kepada kelompok yang telah disiapkan.<sup>26</sup>

b. Metode tidak langsung

Metode tidak langsung adalah metode bimbingan yang dilakukan melalui media komunikasi masa. Hal ini dapat dilaksanakan secara individu melalui surat menyurat atau telepon serta secara kelompok melalui papan bimbingan, surat kabar/majalah, brosur, radio dan televisi.<sup>27</sup>

Metode bimbingan yang digunakan juga harus sesuai dengan keadaan orang yang akan dibimbing, sehingga apa yang kita berikan sesuai dengan apa yang mereka butuhkan. Al-qur'an membimbing manusia memberikan alternatif pilihan, mana yang akan dipilih-jalani akan memiliki resiko tersendiri sesuai pilihannya itu.<sup>28</sup> Metode bimbingan secara khusus yang digunakan dalam pembinaan mental, yaitu:

a. Metode ceramah

Metode ceramah adalah cara penyajian materi yang dilakukan da'I dengan penuturan atau penjelasan lisan secara langsung terhadap mad'u. metode ini memiliki kelebihan dan kelemahan, diantaranya: kelebihanannya da'I lebih mudah menguasai mad'u, dapat diikuti oleh banyak audiens, mudah mempersiapkan dan

---

<sup>26</sup>Faqih Aunur Rahim, *Bimbingan dan Konseling...*, hlm. 54

<sup>27</sup>*Ibid.*, h. 55

<sup>28</sup>Rifa Hidayah dan Elfi Mu'awanah, *Bimbingan Konseling Islami di Sekolah Dasar*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2009), hlm. 156

melaksanakannya, da'I juga mudah menerangkan materi dengan baik. Sedangkan kelemahannya, bila selalu digunakan dan terlalu lama akan berakibat membosankan, menyebabkan mad'u menjadi pasif, serta da'I sulit menyimpulkan mad'u mengerti dan tertarik pada ceramahnya.<sup>29</sup>

b. Metode Tanya Jawab

Metode tanya jawab adalah cara penyajian materi dalam bentuk pertanyaan yang harus dijawab, terutama dari da'I kepada mad'u, begitu juga sebaliknya. Metode ini memiliki kelebihan dan kelemahan, diantaranya: kelebihannya pertanyaan dapat menarik dan memusatkan perhatian mad'u, merangsang mad'u untuk melatih dan mengembangkan daya pikir dan daya ingatan, serta dapat mengembangkan keberanian dan keterampilan mad'u dalam menjawab dan mengemukakan pendapat. Sedangkan kekurangannya mad'u akan merasa takut apalagi bila da'I kurang dapat mendorong mad'u untuk berani, pertanyaan terkadang tidak sesuai dengan materi dan sulit dipahami, serta memakan waktu apabila banyak mad'u yang memberikan pertanyaan.<sup>30</sup>

Bimbingan bisa juga disebut dengan pembinaan yang merupakan suatu tindakan, proses, hasil atau pernyataan menjadi lebih baik. Pembinaan menunjukkan adanya kemajuan, peningkatan, perubahan, evolusi atas berbagai kemungkinan, berkembang atau peningkatan atas sesuatu. Pengertian di atas mengandung dua hal, yaitu Pertama, bahwa pembinaan itu sendiri bisa berupa tindakan, proses, atau

---

<sup>29</sup>Syaiful Bahri Djamarah dan Aswan Zain, *Strategi Belajar Mengajar*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 1996), hlm. 107

<sup>30</sup>*Ibid*, h. 109

pernyataan dari suatu tujuan; dan Kedua, pembinaan bisa menunjukkan kepada perbaikan atas sesuatu.<sup>31</sup>

Menurut Drs. Dewa Ketut Sukardi, MBA., MM, tujuan dari bimbingan atau pembinaan yaitu “mewujudkan pribadi yang takwa, mandiri, dan bertanggung jawab”. Dengan demikian, Pembinaan Mental adalah segala usaha tindakan dan kegiatan untuk membentuk, memelihara serta memantapkan mental berlandaskan ideologi bangsa melalui pembinaan rohani serta pembinaan tradisi sehingga mampu dan mantap dalam melaksanakan tugasnya.

Hendaklah setiap pembina mental menyadari bahwa yang akan dibina itu adalah jiwa yang tidak terlihat, tidak dapat dipegang, atau diketahui secara langsung. Oleh karena itu, hendaklah bersikap terbuka untuk menampung atau mendengarkan ungkapan perasaan yang dialami oleh mereka. Terkadang pembina perlu menyediakan waktu untuk mendengar keluh kesah mereka secara berkelompok dan secara individu.<sup>32</sup>

Jadi, metode bimbingan yang dimaksud oleh peneliti adalah cara atau proses pemberian bantuan atau memberi petunjuk terhadap seseorang ke jalan yang lebih benar sehingga mendapat kesenangan hidup di dunia dan di akhirat sesuai dengan Al-Qur'an dan Hadist. Bimbingan mental merupakan proses untuk mengubah tingkah laku seseorang dan sebagai proses pembinaan itu membutuhkan waktu yang cukup lama agar pembinaan tersebut menghasilkan manusia yang berkualitas.

---

<sup>31</sup>Mifta Thoha, *Perilaku Organisasi, Konsep Dasar Dan Aplikasinya*, (Jakarta: CV. Rajawali, 2000), hlm. 7

<sup>32</sup>*Ibid.*, h. 104

### **C. Penelitian Terdahulu**

Penelitian terdahulu merupakan kegiatan kajian terdahulu yang memiliki relevansi dengan penelitian yang dilakukan pada waktu ini. Kajian terdahulu akan sangat bermakna jika judul-judul penelitian yang digunakan sebagai bahan pertimbangan bersinggungan dengan penelitian yang dilakukan. Tujuan disampaikannya kajian terdahulu antara lain adalah untuk menampilkan keaslian dari penelitian yang dilakukan pada saat ini. Kajian terdahulu yang berkaitan dengan metode bimbingan dalam pembinaan mental dan rohani terhadap istri prajurit TNI AD antara lain sebagai berikut:

1. Pelaksanaan Pembinaan Rohani dan Mental (BINROHTAL) di Kalangan Anggota Satuan Brimob POLDA Sumatera Utara (SAT BRIMOB POLDASU), oleh Silvie Novita Syari Rahayu dengan NIM. 120703419, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, IAIN Sumatera Utara, pada tahun 2011. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bentuk kegiatan pembinaan rohani dan mental yang dilaksanakan oleh Satuan Brimob Polda Sumatera Utara. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan studi lapangan untuk memperoleh data. Dari data tersebut peneliti interpretasikan dalam bentuk analisa dan diuji kebenarannya. Dalam penelitian ini dianalisis mengenai pelaksanaan pembinaan rohani dan mental bagi anggota Satuan Brimob Polda Sumatera Utara. Melalui observasi, kemudian menggunakan pedoman wawancara yang dilakukan kepada 10 orang personel dari 400 orang personel khususnya yang beragama Islam, serta studi dokumentasi. Kemudian hasil datanya dianalisis dan dipaparkan sesuai dengan realistik

fenomena. Bentuk dari pelaksanaan kegiatan pembinaan rohani dan mental ini dapat diklarifikasikan menjadi empat bagian, yaitu: pembinaan keagamaan, peringatan hari besar Islam, bimbingan dan pelaksanaan fardu kipayah, dan pemberian nasehat (pernikahan dan keluarga).

2. Kecemasan Istri Tentara (TNI-AL) saat ditinggal tugas (LAYAR), oleh Gladis Rosita, dengan NIM.7103007069, Fakultas Psikologi, Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya, pada tahun 2012. Penelitian ini membahas tentang Kecemasan yang merupakan suatu perasaan dengan pengaruh rasa kegelisahan dan kekhawatiran terhadap sesuatu yang lebih bersifat imajiner dan dapat mempengaruhi perubahan perilaku terhadap lingkungan yang menjadikan perasaan tersebut menjadi ancaman bagi diri sendiri. Kecemasan tersebut dapat dialami oleh siapapun tanpa mengenal faktor usia. Kecemasan juga dapat dirasakan oleh para istri Angkatan Laut ketika harus melepaskan suami untuk menjalankan tugasnya yaitu harus berlayar mengelilingi perairan Indonesia; bahkan ada yang sampai mengelilingi perairan dunia dalam kurun waktu yang tidak sebentar sehingga menimbulkan kecemasan muncul dalam diri para istri. Penelitian ini dilakukan untuk mengukur tingkat kecemasan yang dirasakan oleh istri tentara, khususnya istri TNI-AL yang sedang ditinggal berlayar. Penelitian ini menggunakan subjek para istri TNI-AL yang saat ini sedang ditinggal berlayar, istri yang suaminya masih aktif di kapal, dan dengan usia pernikahan dibawah sepuluh tahun. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Metode pengumpulan data ini dengan

menggunakan skala *Likert* yang berjumlah tiga puluh aitem dan wawancara terbuka. Hasil dari penelitian yang didapat kecemasan yang dirasakan oleh istri tentara pada istri prajurit Angkatan Laut sebesar 43%. Kecemasan yang tertinggi dirasakan secara fisik yaitu sebanyak 49% dan perilaku sebanyak 43%.