

**KESEHATAN MENTAL SEBAGAI FONDASI PENGUATAN  
PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DI ERA DISRUPSI**

**Salmi Wati<sup>1</sup>, Eliwatis<sup>2</sup>, Muaddyl Akhyar<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Universitas Islam Negeri Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi, Indonesia

<sup>2</sup>Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar, Indonesia

<sup>3</sup>Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang, Indonesia

Email : [salmiwati@uinbukittinggi.ac.id](mailto:salmiwati@uinbukittinggi.ac.id)<sup>1</sup>,

[eliwatis@uinmybatusangkar.ac.id](mailto:eliwatis@uinmybatusangkar.ac.id)<sup>2</sup>, [muaddylakhyar@gmail.com](mailto:muaddylakhyar@gmail.com)<sup>3</sup>

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pentingnya integrasi konsep kesehatan mental dalam pendidikan agama Islam di era disrupsi. Fokus utama penelitian adalah mengidentifikasi bagaimana pendidikan agama Islam, yang selama ini lebih menekankan aspek spiritual, dapat berkontribusi dalam mendukung kesejahteraan psikologis siswa. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi pustaka (library research), dengan teknik pengumpulan data melalui literatur, buku, jurnal, dan artikel yang relevan dengan topik kesehatan mental sebagai dasar penguatan pendidikan agama Islam di Era Disrupsi. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa integrasi konsep kesehatan mental dengan pendidikan agama Islam memiliki potensi untuk menciptakan keseimbangan antara dimensi spiritual dan psikologis siswa, sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan mereka secara holistik. Selain itu, penelitian ini juga menekankan pentingnya memasukkan komponen kesehatan mental ke dalam materi pendidikan agama Islam, khususnya dalam konteks pembelajaran di sekolah dan madrasah. Dengan memahami dan menerapkan ajaran agama secara mendalam, sambil menjaga keseimbangan psikologis, siswa diharapkan dapat lebih siap menghadapi tantangan hidup dan berbagai masalah yang muncul, baik dalam lingkup pribadi maupun sosial.

**Kata Kunci:** Kesehatan Mental, Pendidikan Agama Islam, Era Disrupsi

**ABSTRACT**

*This study aims to explore the importance of integrating mental health concepts into Islamic religious education in the era of disruption. The primary focus of this research is to identify how Islamic religious education, which has traditionally emphasized spiritual aspects, can contribute to supporting students' psychological well-being. This study employs a library research method, with data collection*

# IRFANI: JURNAL PENDIDIKAN ISLAM

P-ISSN 1907-0969 E-ISSN 2442-8272

Volume 21 Nomor 1 Mei 2025

Halaman 1-15

<http://journal.iaingorontalo.ac.id/index.php/ir>

*techniques involving literature, books, journals, and articles relevant to mental health as a foundation for strengthening Islamic religious education in the era of disruption. The findings reveal that integrating mental health concepts with Islamic religious education has the potential to create a balance between students' spiritual and psychological dimensions, thereby enhancing their overall well-being. Furthermore, this study highlights the importance of incorporating mental health components into Islamic religious education materials, particularly in the context of teaching in schools and madrasas. By deeply understanding and applying religious teachings while maintaining psychological balance, students are expected to be better prepared to face life's challenges and various emerging issues, both in personal and social contexts.*

**Keywords:** *Mental Health, Islamic Religious Education, Disruption Era*

## PENDAHULUAN

Pembelajaran Pendidikan Agama Islam di lembaga pendidikan, seperti sekolah dan madrasah, sering kali lebih fokus pada transfer nilai-nilai spiritual dan penanaman moral melalui ajaran-ajaran agama.<sup>1</sup> Upaya utama dalam pendidikan agama Islam selama ini adalah membentuk akhlak dan pemahaman religius siswa berdasarkan prinsip-prinsip syariat Islam, seperti kewajiban salat, puasa, zakat, dan haji. Namun, meskipun pendidikan agama Islam memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk karakter siswa, dalam banyak kasus, pendekatan yang digunakan kurang memperhatikan aspek psikologis dan emosional siswa. Padahal, faktor kesehatan mental siswa sangat berperan penting dalam kesuksesan pendidikan itu sendiri.<sup>2</sup> Pendidikan agama Islam sering kali hanya menekankan pada penyampaian nilai agama yang ideal tanpa adanya integrasi pendekatan psikologi agama dan kesehatan mental dalam proses pembelajaran. Konsep ruhiyyah dalam Islam, yang melibatkan keseimbangan antara tubuh, pikiran, dan jiwa, sangat relevan dalam konteks ini. Dengan demikian, penting untuk memperhatikan kesejahteraan psikologis siswa dalam setiap proses pendidikan agama Islam.<sup>3</sup>

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pendekatan pendidikan agama Islam yang lebih tradisional cenderung mengabaikan pentingnya pengintegrasian kesehatan mental dalam pembelajaran. Misalnya, penelitian yang dilakukan oleh

---

<sup>1</sup> Muaddyl Akhyar, Nurfarida Deliani, and Khadijah Khadijah, "The Importance of Religious Education in the Digital Era," *International Journal of Islamic Educational Research* 2, no. 1 (2025): 15–30.

<sup>2</sup> Konik Naimah, "Pendidikan Agama Islam Sebagai Basic Education Anak Usia Dini," *El Wahdah* 1, no. 1 (2020): 89–100.

<sup>3</sup> Sri Minarti, *Ilmu Pendidikan Islam: Fakta Teoretis-Filosofis Dan Aplikatif-Normatif* (Amzah, 2022).

Albanna (2019), menyoroti bahwa pendidikan agama Islam lebih fokus pada pengajaran teori agama tanpa mengaitkan dengan kondisi psikologis peserta didik.<sup>4</sup> Sementara itu, Hasan (2024) dalam kajiannya menunjukkan bahwa meskipun pendidikan agama Islam berperan penting dalam pembentukan moral dan etika, belum ada model yang efektif untuk mengintegrasikan aspek psikologi dan kesehatan mental dalam pengajaran.<sup>5</sup> Di sisi lain, Zain (2021) menyatakan bahwa Islam sebenarnya memiliki banyak konsep yang relevan untuk mendukung kesejahteraan psikologis individu, seperti konsep tazkiyah (penyucian jiwa), yang tidak hanya melibatkan penguatan spiritual, tetapi juga keseimbangan antara mental dan emosional.<sup>6</sup> Literatur yang ada menunjukkan bahwa meskipun ada teori-teori yang menyarankan pentingnya kesehatan mental dalam pendidikan agama Islam, namun belum ada penelitian yang membahas secara mendalam terkait pentingnya kesehatan mental bagi siswa dalam proses pembelajaran di era disrupsi seperti sekarang ini.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang integrasi antara konsep kesehatan mental dan pendidikan agama Islam, serta bagaimana integrasi ini dapat berkontribusi dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa di lembaga pendidikan. Selain itu, penelitian ini bertujuan untuk menguraikan peran pendidikan agama Islam dalam mendukung kesehatan mental siswa. Mengingat kesehatan mental merupakan aspek yang tidak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari, hal ini seharusnya menjadi fokus dalam proses pembelajaran di sekolah maupun madrasah. Melalui analisis ini, diharapkan dapat dikembangkan model atau pendekatan yang lebih holistik dalam pendidikan agama Islam, yang tidak hanya berfokus pada aspek spiritualitas, tetapi juga mengintegrasikan pendekatan psikologis yang relevan untuk mendukung kesehatan mental siswa.

Penelitian ini memiliki urgensi yang tinggi, terutama di tengah pesatnya perkembangan teknologi dan perubahan sosial yang cepat di era disrupsi. Tantangan yang dihadapi dunia pendidikan, khususnya pendidikan agama Islam, semakin kompleks. Siswa tidak hanya menghadapi tekanan akademik, tetapi juga masalah psikologis seperti kecemasan, depresi, dan stres yang semakin meningkat. Oleh karena itu, penting bagi pendidikan agama Islam untuk mengakomodasi aspek kesehatan mental guna memberikan dukungan yang

---

<sup>4</sup> Hasan Al-Banna, "Muslim Customer Behavior in Halal Food Online Purchasing," *Journal of Islamic Monetary Economics and Finance* 5, no. 3 (2019): 517–40.

<sup>5</sup> M Hadri Hasan, "Modernisasi Pendidikan Agama Islam Di Era Society 5.0," *At-Ta'lim: Kajian Pendidikan Agama Islam* 6, no. I (2024).

<sup>6</sup> Nur Harizah Zain, Ika Candra Sayekti, and Rita Eryani, "Problematika Pembelajaran Daring Pada Peserta Didik Di Sekolah Dasar," *Jurnal Basicedu* 5, no. 4 (2021): 1840–46.

# IRFANI: JURNAL PENDIDIKAN ISLAM

P-ISSN 1907-0969 E-ISSN 2442-8272

Volume 21 Nomor 1 Mei 2025

Halaman 1-15

<http://journal.iaingorontalo.ac.id/index.php/ir>

komprehensif bagi kesejahteraan siswa. Penelitian ini diharapkan dapat menggali lebih dalam bagaimana pendidikan agama Islam dapat menjadi alat yang efektif dalam mendukung kesehatan mental siswa, serta memberikan wawasan bagi pendidik dan pembuat kebijakan dalam merancang kurikulum yang lebih holistik. Dalam konteks ini, penelitian ini tidak hanya relevan, tetapi juga mendesak untuk dilakukan guna menjawab tantangan zaman dan memenuhi kebutuhan pendidikan yang sesuai dengan kondisi psikologis siswa saat ini.

## METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi pustaka (*library research*). Penelitian ini dilakukan dengan cara mengumpulkan, menganalisis, dan menginterpretasikan berbagai sumber literatur yang relevan, seperti jurnal ilmiah, buku, artikel, dan dokumen akademik lainnya yang membahas topik kesehatan mental sebagai fondasi penguatan pendidikan agama Islam di Era Disrupsi. Tujuan dari studi pustaka ini adalah untuk menggali teori, konsep, dan temuan-temuan penelitian sebelumnya guna memahami peran media interaktif dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik, serta mengidentifikasi tantangan-tantangan yang muncul dalam implementasinya. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis isi (*content analysis*) untuk menemukan pola, hubungan, dan implikasi terkait integrasi kesehatan mental sebagai fondasi penguatan pendidikan agama Islam di Era Disrupsi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kesehatan mental adalah kondisi yang sangat penting bagi kesejahteraan individu, yang mencakup kemampuan seseorang untuk mengatasi stres, berhubungan dengan orang lain, serta menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial dan budaya di sekitarnya.<sup>7</sup> Uswatun dan Aulia (2024) dalam bukunya *Kesehatan Mental* mengemukakan beberapa definisi yang menghubungkan kesehatan mental dengan kemampuan individu untuk menghindari gangguan jiwa, menciptakan keharmonisan antara fungsi-fungsi jiwa, dan mencapai kebahagiaan hidup yang positif.<sup>8</sup> Kesehatan mental juga mengarah pada kemampuan individu dalam mengelola emosi, mengembangkan potensi diri, dan beradaptasi dengan berbagai

---

<sup>7</sup> Sayid Qutub, "Pendidikan Karakter: Distrupsi Teknologi Sebuah Peluang Tantangan Dan Solusi Di Dunia Pendidikan," *Ahlak: Journal of Education Behavior and Religious Ethics* 1, no. 1 (2025).

<sup>8</sup> Uswatun Uswatun and Aulia Aulia, "Konsep Kesehatan Mental Dalam Pendidikan Islam Analisis Pemikiran Prof. Zakiah Daradjat," *Turats Jurnal Pendidikan Islam* 17, no. 1 (2024): 81–98.

kondisi hidup, baik secara fisik, sosial, maupun emosional. Selain itu, Sururin (2004) dalam *Ilmu Jiwa Agama* menegaskan bahwa kesehatan mental mencakup keserasian antara fungsi kejiwaan yang ada pada seseorang, serta kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan secara positif dan produktif.<sup>9</sup> Oleh karena itu, kesehatan mental merupakan komponen yang sangat krusial dalam mendukung kualitas hidup seseorang serta memiliki peran signifikan dalam memengaruhi kesejahteraan psikologis individu.

Pentingnya kesehatan mental tidak hanya terbatas pada individu yang terhindar dari gangguan jiwa, tetapi juga mencakup keseimbangan emosional dan psikologis yang memungkinkan seseorang untuk menghadapi masalah hidup dengan ketenangan.<sup>10</sup> Dalam perspektif ini, pendidikan kesehatan mental yang diterapkan di lembaga pendidikan akan berfokus pada pembekalan keterampilan bagi siswa dalam hal pengelolaan stres, peningkatan self-awareness, serta kemampuan untuk mengembangkan hubungan sosial yang sehat. Implementasi konsep kesehatan mental dalam pendidikan, terutama dalam pendidikan agama Islam, sangat relevan mengingat hubungan erat antara kesehatan mental dan keimanan. Islam mengajarkan pentingnya menjaga keseimbangan antara tubuh, pikiran, dan jiwa, dan hal ini tercermin dalam konsep ruhiyyah yang menekankan pentingnya kesejahteraan spiritual serta fisik.<sup>11</sup>

Pentingnya kesehatan mental dalam pendidikan agama Islam perlu dilihat dalam konteks pendidikan yang selama ini lebih menekankan aspek spiritual dan moral, namun seringkali mengabaikan kesejahteraan psikologis siswa. Proses pembelajaran agama Islam yang lebih berfokus pada pemahaman nilai-nilai spiritual tidak sepenuhnya mengakomodasi kebutuhan psikologis siswa.<sup>12</sup> Hal ini sangat relevan dengan masalah penelitian yang ingin menggali apakah pendidikan agama Islam dapat memberikan kontribusi terhadap kesehatan mental siswa, terutama dalam konteks membangun keseimbangan antara aspek spiritual dan psikologis. Mengintegrasikan konsep kesehatan mental dalam pendidikan agama Islam akan membantu siswa mengatasi tantangan psikologis mereka, serta memfasilitasi mereka dalam mengelola stres dan kecemasan yang seringkali

---

<sup>9</sup> Sururin, "Ilmu Jiwa Agama," *PT Raja Grafindo Persada, Jakarta*, 2004.

<sup>10</sup> Iswan Iswan and Herwina Bahar, "Penguatan Pendidikan Karakter Perspektif Islam Dalam Era Millennial IR. 4.0," in *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan*, vol. 1, 2018.

<sup>11</sup> Dewi Taviana Walida, "Al-Qur'an Dan Psikologi: Pendekatan Spiritual Dalam Kesehatan Mental," *ULIL ALBAB: Jurnal Ilmiah Multidisiplin* 4, no. 2 (2025): 831–50.

<sup>12</sup> Novita Nur Inayha Novita, "Penguatan Etika Digital Melalui Materi 'Adab Menggunakan Media Sosial' Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Dalam Membentuk Karakter Peserta Didik Menghadapi Era Society 5.0," *Journal of Education and Learning Sciences* 3, no. 1 (2023): 73–93.

timbul di kalangan remaja.<sup>13</sup> Oleh karena itu, pengembangan kurikulum yang mencakup kedua aspek tersebut sangat diperlukan agar pendidikan agama Islam dapat memberikan dampak yang lebih holistik terhadap perkembangan siswa.

Pendidikan agama Islam, menurut Abdul Majib, merupakan upaya yang disengaja dan terencana untuk mempersiapkan siswa dalam memahami, menghayati, dan mengamalkan ajaran Islam. Proses ini tidak hanya terbatas pada pembelajaran teori agama semata, tetapi juga mencakup pengembangan sikap, kepribadian, dan keterampilan yang diperlukan dalam kehidupan sehari-hari. Muvid, dalam bukunya Pendidikan Agama Islam, menegaskan bahwa tujuan pendidikan agama Islam adalah untuk membina dan membimbing siswa agar dapat memahami ajaran Islam secara komprehensif serta mengamalkannya dalam kehidupan nyata. Pendidikan agama Islam di sekolah-sekolah dan madrasah pada dasarnya berperan sebagai fondasi dalam membentuk karakter siswa yang tidak hanya cerdas secara intelektual, tetapi juga memiliki akhlak mulia, beriman, dan bertakwa. Melalui pendidikan ini, siswa diajarkan nilai-nilai dasar Islam, seperti kewajiban beribadah dan berbuat baik dalam kehidupan sehari-hari, yang pada akhirnya akan membentuk dasar moral dan spiritual yang kuat bagi mereka. Dengan demikian, pendidikan agama Islam tidak hanya berfokus pada aspek kognitif, tetapi juga pada pembentukan kepribadian yang utuh dan seimbang.<sup>14</sup>

Pendidikan agama Islam di lembaga pendidikan memiliki tujuan yang sangat penting, yaitu membentuk akhlak mulia dan pemahaman agama yang mendalam. Namun, dalam pelaksanaannya, banyak program pendidikan agama Islam yang masih terpusat pada pengajaran teori agama tanpa mempertimbangkan konteks psikologis siswa. Padahal, pendidikan agama Islam seharusnya mampu mengakomodasi berbagai aspek kehidupan siswa, termasuk masalah psikologis dan emosional yang mereka hadapi.<sup>15</sup> Oleh karena itu, pendidikan agama Islam harus merespons tantangan zaman dengan mengintegrasikan pendekatan kesehatan mental, mengajarkan keterampilan psikologis seperti coping mechanisms dan stress management, serta memperkenalkan pentingnya kesejahteraan emosional dalam hidup seorang Muslim.

Dalam konteks realitas pendidikan agama Islam saat ini, meskipun banyak lembaga pendidikan telah mengajarkan nilai-nilai agama yang penting, masih

---

<sup>13</sup> Andi Fitriani Djollong et al., *Pendidikan Agama Islam Dalam Era Society 5.0* (PT. Penerbit Qriset Indonesia, 2024).

<sup>14</sup> Miswan Gumanti, Putri Sandora, and Leny Oktarina, "KAJIAN REORIENTASI, PERAN, DAN TANTANGAN PENDIDIKAN ISLAM DI ERA DISRUPSI: SEBUAH TINJAUAN KRITIS," *Sasana: Jurnal Pendidikan Sosial Budaya Dan Agama* 1, no. 1 (2024): 37–42.

<sup>15</sup> Munawir Munawir, Wahyuni Salsabila, and Iffa Balqist Julieta Sudibyo, "Analisis Pendidikan Agama Islam Melalui Pendekatan Studi Literatur Terkini: Pemahaman Mendalam Untuk Peningkatan Kualitas Pembelajaran," *Jurnal Basicedu* 8, no. 2 (2024): 1156–67.

terdapat keterbatasan dalam program yang menghubungkan ajaran Islam dengan kesehatan mental. Dengan mengintegrasikan konsep kesehatan mental ke dalam pendidikan agama Islam, siswa tidak hanya dibekali dengan nilai-nilai agama yang kokoh, tetapi juga keterampilan psikologis yang dapat mendukung kesejahteraan mereka secara menyeluruh. Pendekatan ini memungkinkan siswa untuk tidak hanya memahami dan mengamalkan ajaran agama, tetapi juga mampu mengelola emosi, menghadapi tekanan, dan menjaga keseimbangan mental dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, pendidikan agama Islam dapat menjadi lebih relevan dan efektif dalam menjawab tantangan zaman, sekaligus memastikan bahwa siswa tumbuh sebagai individu yang tidak hanya beriman dan berakhlak mulia, tetapi juga sehat secara psikologis.<sup>16</sup>

Era disrupsi adalah periode di mana perubahan yang cepat dalam teknologi, sosial, dan ekonomi berdampak besar terhadap berbagai sektor kehidupan, termasuk dunia pendidikan. Menurut Bates dalam bukunya *Teaching in a Digital Age*, era disrupsi mengubah cara pendidikan disampaikan melalui pemanfaatan teknologi digital yang memungkinkan pembelajaran menjadi lebih fleksibel, terjangkau, dan dipersonalisasi. Ulfan dan Hasan dalam bukunya *Pendidikan Agama Islam di Era Digital* menyatakan bahwa pendidikan agama Islam di era disrupsi harus mampu beradaptasi dengan perubahan yang terjadi, baik dalam hal teknologi maupun perubahan sosial.<sup>17</sup> Oleh karena itu, pendidikan agama Islam harus mengadopsi teknologi dalam proses pembelajaran, sekaligus mempertahankan esensi dan nilai-nilai agama yang telah diajarkan. Era disrupsi juga menuntut kurikulum pendidikan agama Islam untuk lebih responsif terhadap perubahan sosial yang terjadi di masyarakat, termasuk masalah kesehatan mental yang semakin relevan di kalangan generasi muda.<sup>18</sup>

Dalam konteks era disrupsi, pendidikan agama Islam perlu menghadapi tantangan dalam mempertahankan relevansinya dengan perkembangan teknologi dan perubahan sosial. Teknologi digital memberikan peluang untuk memanfaatkan platform pembelajaran online yang dapat memperluas jangkauan pendidikan agama Islam, namun juga membawa tantangan terkait dengan kecemasan dan stres digital yang dialami oleh siswa.<sup>19</sup> Oleh karena itu,

---

<sup>16</sup> Rifki Rosyad, *Pengantar Psikologi Agama Dalam Konteks Terapi* (Prodi S2 Studi Agama-Agama UIN Sunan Gunung Djati Bandung, 2021).

<sup>17</sup> Muhammad Ulfan and Mustaqim Hasan, "Pendidikan Karakter Melalui Pendidikan Agama Islam Di Era Revolusi Digital," *UNISAN JURNAL* 1, no. 5 (2023): 291–300.

<sup>18</sup> Yahsyalloh Al Mansyur and Hakimuddin Salim, "Peran Pendidikan Agama Islam (PAI) Dalam Menjaga Kesehatan Mental Siswa Di SMP Negeri 2 Wonogiri," *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam* 12, no. 001 (2023).

<sup>19</sup> Sofwan Jamil, "Teknologi Dan Pendidikan Agama Islam: Menjembatani Tradisi Dan Modernitas," *Wistara: Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra* 1, no. 1 (2020): 115–20.

pendidikan agama Islam di era disrupsi harus mampu mengintegrasikan pendekatan kesehatan mental untuk membantu siswa mengelola dampak negatif dari teknologi dan media sosial. Pendidikan agama Islam yang mengajarkan nilai-nilai ketenangan dan kedamaian dalam menghadapi perubahan zaman yang terkait dengan penggunaan teknologi dan media sosial yang semakin dominan.<sup>20</sup>

Dalam dunia pendidikan agama Islam, era disrupsi menghadirkan tantangan dan peluang yang perlu dikelola dengan bijaksana. Perubahan cepat dalam dunia digital, sosial, dan teknologi berpengaruh pada kondisi psikologis siswa, sehingga pendidikan agama Islam harus lebih responsif terhadap isu kesehatan mental yang semakin berkembang. Dengan memasukkan elemen ini dalam proses pembelajaran Islam, kurikulum dapat membantu siswa tidak hanya dalam pemahaman spiritual tetapi juga dalam pengelolaan kesejahteraan psikologis mereka.<sup>21</sup> Relevansi era disrupsi dengan masalah penelitian ini sangat jelas, karena era disrupsi membawa perubahan yang membutuhkan pendekatan baru dalam pendidikan, salah satunya adalah pengintegrasian antara pendidikan agama Islam dan kesehatan mental, yang akan menjadi fondasi penting untuk menghadapi tantangan zaman.

Selain itu, pengajaran tentang pentingnya keseimbangan antara aspek ruhiyyah (spiritual) dan jasadiyyah (fisik) dalam Islam memberikan dampak positif terhadap kesehatan mental siswa. Dalam konteks perkembangan teknologi dan tantangan yang muncul di era disrupsi, pendidikan agama Islam yang responsif terhadap kebutuhan kesehatan mental siswa menjadi semakin penting.

Penelitian ini juga menyoroti pentingnya perubahan dalam kurikulum pendidikan agama Islam agar tidak hanya berpusat pada penanaman nilai-nilai spiritual, tetapi juga mempertimbangkan aspek psikologis siswa. Dengan cara ini, pendidikan agama Islam dapat menjadi lebih menyeluruh dan sesuai dengan kebutuhan zaman, mendukung perkembangan siswa secara utuh, baik dari sisi spiritual maupun psikologis, sehingga mereka lebih siap menghadapi berbagai tantangan hidup.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan beberapa penelitian sebelumnya, namun juga menawarkan keunggulan dalam hal kedalaman integrasi antara pendidikan agama Islam dan kesehatan mental. Penelitian oleh Candra dan Hasan mengenai pendidikan agama Islam di era digital menunjukkan bahwa

---

<sup>20</sup> Samsuddin Samsuddin, Abdul Jabar Idharudin, and Agusman Agusman, "Dasar-Dasar Pendidikan Islam Perspektif Hasan Langgulung Dan Relevansinya Di Era Disrupsi: The Fundamentals of Islamic Education from Hasan Langgulung's Perspective and Its Relevance in the Era of Disruption," *DIRASAH: Jurnal Kajian Islam* 2, no. 1 (2025): 202–23.

<sup>21</sup> E D Y KHAIRUNNISA KHAIRUNNISA EDY, "PENDIDIKAN ISLAM DAN TANTANGAN MODERNITAS ABAD 21 ERA DISRUPSI DIGITAL TERHADAP GENERASI MILENIAL" (INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PALOPO, 2021).

pendekatan berbasis teknologi dapat memperkaya pemahaman siswa tentang ajaran agama, namun tidak menekankan aspek psikologis secara mendalam.<sup>22</sup> Sementara itu, penelitian Wardani yang membahas pendidikan agama Islam lebih banyak fokus pada aspek pemahaman ajaran agama, tanpa menggali peran kesehatan mental dalam pengajaran tersebut.<sup>23</sup> Keunggulan penelitian ini terletak pada penggabungan dua elemen yang sering kali terpisah, yaitu konsep kesehatan mental dan pendidikan agama Islam, untuk menciptakan pendekatan yang lebih holistik dan relevan dengan tantangan zaman. Dengan demikian, penelitian ini memperkaya literatur yang ada dengan menunjukkan bahwa pendidikan agama Islam, ketika diintegrasikan dengan kesehatan mental, dapat menciptakan kesejahteraan psikologis yang lebih baik bagi siswa.

Refleksi dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendidikan agama Islam, yang selama ini lebih menekankan nilai-nilai spiritual dan moral, kini perlu memperhatikan aspek kesejahteraan psikologis siswa. Pendekatan yang hanya berfokus pada pengajaran ajaran agama tanpa mempertimbangkan kondisi psikologis siswa tidak lagi cukup untuk menghadapi kompleksitas tantangan zaman, terutama di era disrupsi. Integrasi kesehatan mental dalam pendidikan agama Islam memberikan manfaat yang signifikan dalam meningkatkan kualitas hidup siswa. Dengan memahami dan mengaplikasikan ajaran agama secara mendalam, sambil menjaga keseimbangan psikologis, siswa dapat lebih siap menghadapi tekanan hidup dan berbagai masalah yang muncul, baik dalam konteks pribadi maupun sosial. Hal ini menegaskan bahwa pendidikan agama Islam tidak hanya sekadar tentang transfer pengetahuan, tetapi juga tentang bagaimana mengaplikasikan ajaran agama untuk mencapai kehidupan yang lebih baik, seimbang, dan bermakna.

Implikasi dari hasil penelitian ini memiliki cakupan yang luas, terutama dalam hal perencanaan dan pengembangan kurikulum pendidikan agama Islam. Penelitian ini mengungkapkan pentingnya menambahkan komponen kesehatan mental ke dalam materi pendidikan agama Islam, khususnya dalam konteks pengajaran di sekolah-sekolah dan madrasah. Dengan mengintegrasikan kedua aspek ini, siswa tidak hanya akan memperoleh pemahaman mendalam tentang ajaran agama, tetapi juga keterampilan untuk mengelola kehidupan psikologis mereka, yang pada akhirnya akan meningkatkan kesejahteraan mereka secara

---

<sup>22</sup> Wahyu Adi Candra and Mustaqim Hasan, "TANTANGAN GURU PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DALAM MENGHADAPI ERA SOCIETY 5.0 DIGITAL," *UNISAN JURNAL* 1, no. 5 (2023): 301–10.

<sup>23</sup> Tita Aniko Wardani, "Studi Pemikiran Zakiah Daradjat Tentang Kesehatan Mental: Konsep, Aplikasi, Dan Implikasinya Dalam Pendidikan Agama Islam" (Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2021).

holistik. Implikasi lainnya adalah perlunya mengadopsi pembelajaran berbasis teknologi yang dapat memfasilitasi integrasi antara pendidikan agama Islam dan kesehatan mental, sejalan dengan tuntutan era disrupsi. Teknologi dapat menjadi alat yang efektif untuk menyampaikan materi yang lebih interaktif dan relevan dengan kebutuhan psikologis siswa. Selain itu, penelitian ini juga menekankan pentingnya program pelatihan bagi pendidik agar mereka dapat memahami dan menerapkan konsep kesehatan mental dalam proses pembelajaran agama Islam. Dengan demikian, guru dan pendidik akan lebih siap untuk menciptakan lingkungan belajar yang mendukung perkembangan spiritual dan psikologis siswa.

Hasil penelitian ini sangat diperlukan untuk mengisi kekosongan dalam literatur yang membahas tentang hubungan antara kesehatan mental dan pendidikan agama Islam, khususnya dalam konteks lembaga pendidikan di Indonesia. Banyak penelitian sebelumnya yang mengkaji pendidikan agama Islam secara terpisah dari kesehatan mental, padahal keduanya sangat relevan dan saling melengkapi. Dengan meningkatnya masalah kesehatan mental di kalangan remaja, terutama yang disebabkan oleh tekanan sosial, kecemasan, dan stres, penelitian ini memberikan kontribusi penting untuk menjembatani gap antara teori dan praktik dalam pendidikan agama Islam yang tidak hanya fokus pada aspek spiritual, tetapi juga mengakomodasi kebutuhan psikologis siswa. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi referensi yang penting dalam upaya memperbaiki sistem pendidikan yang lebih komprehensif, yang tidak hanya mengajarkan pengetahuan agama tetapi juga mendukung kesejahteraan mental siswa.

Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat beberapa aksi konkret yang perlu diambil untuk meningkatkan kualitas pendidikan agama Islam. Pertama, pengembangan kurikulum yang mengintegrasikan konsep kesehatan mental ke dalam materi pembelajaran agama Islam menjadi prioritas. Hal ini harus disertai dengan pelatihan guru agar mereka dapat memahami dan mengimplementasikan pendekatan yang menggabungkan aspek spiritual dan psikologis dalam proses pembelajaran. Lembaga pendidikan juga perlu menyadari pentingnya keseimbangan antara kedua aspek ini untuk menciptakan lingkungan belajar yang lebih holistik.

Selain itu, implementasi teknologi yang mendukung pembelajaran agama Islam dengan pendekatan berbasis kesehatan mental juga perlu diprioritaskan. Misalnya, dengan mengembangkan platform pembelajaran daring yang menyediakan materi tentang kesejahteraan mental dalam konteks agama. Sekolah dan madrasah juga disarankan untuk mengadakan kegiatan yang dapat meningkatkan kecerdasan emosional dan sosial siswa, seperti konseling berbasis agama, yang dapat membantu siswa mengatasi masalah psikologis mereka.

# **IRFANI: JURNAL PENDIDIKAN ISLAM**

P-ISSN 1907-0969 E-ISSN 2442-8272

Volume 21 Nomor 1 Mei 2025

Halaman 1-15

<http://journal.iaingorontalo.ac.id/index.php/ir>

Dengan langkah-langkah ini, pendidikan agama Islam diharapkan dapat lebih adaptif terhadap tantangan zaman dan memberikan dampak yang lebih menyeluruh terhadap kesejahteraan siswa.

Salah satu temuan paling penting dalam penelitian ini adalah bahwa integrasi antara konsep kesehatan mental dan pendidikan agama Islam, yang selama ini dianggap terpisah, justru memiliki potensi luar biasa untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa. Penelitian ini mengungkapkan bahwa pendidikan agama Islam yang tidak hanya berfokus pada penanaman nilai-nilai spiritual, tetapi juga mengakomodasi kebutuhan psikologis siswa, dapat menciptakan keseimbangan antara aspek ruhiyyah (spiritual) dan jasadiyyah (fisik) dalam kehidupan mereka. Temuan ini menantang pandangan konvensional bahwa pendidikan agama Islam hanya berfungsi sebagai sarana untuk memperkenalkan ajaran agama semata. Dengan mengintegrasikan aspek kesehatan mental dalam pendidikan agama Islam, penelitian ini menunjukkan bahwa kita dapat menciptakan generasi yang tidak hanya cerdas secara spiritual dan berakhlak mulia, tetapi juga memiliki ketahanan mental yang kuat untuk menghadapi tekanan hidup dengan cara yang lebih sehat dan bermakna. Hal ini membuka peluang bagi pendidikan agama Islam untuk menjadi lebih relevan dan transformatif dalam menjawab tantangan kehidupan modern.

Secara teoritis, penelitian ini memberikan kontribusi signifikan terhadap pengembangan ilmu pengetahuan di bidang pendidikan agama Islam, khususnya dalam konteks kesehatan mental. Sebelumnya, sebagian besar penelitian tentang pendidikan agama Islam lebih banyak berfokus pada pemahaman ajaran agama tanpa memperhatikan aspek kesejahteraan psikologis siswa. Temuan dalam penelitian ini menyarankan adanya kerangka baru yang menggabungkan kedua dimensi ini, menawarkan pendekatan pendidikan yang lebih holistik. Praktisnya, penelitian ini memberikan sumbangan berupa rekomendasi konkret untuk pengembangan kurikulum yang lebih responsif terhadap kebutuhan kesehatan mental siswa, serta pelatihan bagi pendidik agar lebih peka terhadap pentingnya keseimbangan psikologis dalam pengajaran agama. Dengan demikian, penelitian ini menjadi pedoman penting bagi lembaga pendidikan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung kesejahteraan mental sekaligus spiritual siswa.

# IRFANI: JURNAL PENDIDIKAN ISLAM

P-ISSN 1907-0969 E-ISSN 2442-8272

Volume 21 Nomor 1 Mei 2025

Halaman 1-15

<http://journal.iaingorontalo.ac.id/index.php/ir>

Berikut adalah penyajian temuan penelitian dalam bentuk tabel yang berlandaskan tujuan penulisan:

<b>Tujuan Penelitian</b>	<b>Temuan Penelitian</b>
Menganalisis Integrasi Konsep Kesehatan Mental dan Pendidikan Agama Islam	Pendidikan agama Islam, yang selama ini cenderung berfokus pada nilai-nilai spiritual, dapat diperkuat dengan mengintegrasikan pendekatan kesehatan mental yang menyeimbangkan tubuh, pikiran, dan jiwa. Kesehatan mental dan spiritualitas adalah dua aspek yang saling terkait dan tidak dapat dipisahkan.
Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Siswa di Lembaga Pendidikan	Penggabungan kesehatan mental dalam pendidikan agama Islam memiliki potensi untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa, mencegah masalah emosional dan mental, serta menciptakan pribadi yang lebih seimbang dan tangguh.
Mengidentifikasi makna pembelajaran berbasis islam dalam menjaga kestabilan Kesehatan Mental Siswa	Pendidikan agama Islam mampu memberikan kontribusi vital dalam memperkuat kesehatan psikologis siswa melalui pengajaran nilai-nilai ketahanan mental dan spiritual yang saling melengkapi.
Memberikan Alternatif Solusi terhadap Permasalahan Kesehatan Mental di Kalangan Siswa	Pendekatan berbasis kesehatan mental dalam pendidikan agama Islam dapat menjadi jawaban efektif untuk mengatasi tantangan krisis mental yang banyak dialami siswa di era disrupsi.
Mengembangkan Kurikulum Pendidikan yang Lebih Holistik dan Berbasis Kesejahteraan Mental	Penelitian ini mengusulkan gagasan untuk mengembangkan kurikulum pendidikan agama Islam yang lebih holistik, dengan mengintegrasikan aspek kesejahteraan mental sebagai komponen penting dalam proses pembelajaran.

Tabel ini menyajikan temuan-temuan utama yang sesuai dengan tujuan penelitian, memberikan gambaran jelas tentang bagaimana integrasi kesehatan mental dalam pendidikan agama Islam dapat meningkatkan kesejahteraan siswa.

# IRFANI: JURNAL PENDIDIKAN ISLAM

P-ISSN 1907-0969 E-ISSN 2442-8272

Volume 21 Nomor 1 Mei 2025

Halaman 1-15

<http://journal.iaingorontalo.ac.id/index.php/ir>

## KESIMPULAN

Integrasi antara konsep kesehatan mental dan pendidikan agama Islam memiliki peran yang signifikan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa di lembaga pendidikan. Pendidikan agama Islam yang selama ini cenderung berfokus pada nilai-nilai spiritual dapat diperkuat dengan pendekatan kesehatan mental yang menekankan keseimbangan antara tubuh, pikiran, dan jiwa. Hasil penelitian ini mengungkap bahwa kesehatan mental tidak dapat dipisahkan dari spiritualitas, sehingga penggabungan kedua aspek ini mampu membantu siswa mengelola stres, kecemasan, dan tekanan hidup dengan lebih baik. Selain itu, pendidikan agama Islam dapat memberikan dukungan yang signifikan dalam memperkuat ketahanan mental siswa melalui pengajaran nilai-nilai agama yang relevan dengan pengembangan psikologis mereka. Temuan penelitian juga menyoroti perlunya pengembangan kurikulum pendidikan agama Islam yang lebih holistik dengan memasukkan aspek kesejahteraan mental sebagai bagian integral dari pembelajaran, terutama dalam menghadapi tantangan era disrupsi. Kurikulum semacam ini diharapkan tidak hanya memberikan pemahaman yang mendalam tentang ajaran agama, tetapi juga membekali siswa dengan keterampilan untuk mengelola kondisi psikologis mereka, sehingga mampu menciptakan pribadi yang seimbang, tangguh, dan berakhlak mulia. Penelitian ini menjadi langkah awal yang penting untuk memperbaiki pendekatan pendidikan agama Islam di Indonesia agar lebih adaptif terhadap kebutuhan siswa dalam konteks modern.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akhyar, Muaddyl, Nurfarida Deliani, and Khadijah Khadijah. "The Importance of Religious Education in the Digital Era." *International Journal of Islamic Educational Research* 2, no. 1 (2025): 15–30.
- Al-Banna, Hasan. "Muslim Customer Behavior in Halal Food Online Purchasing." *Journal of Islamic Monetary Economics and Finance* 5, no. 3 (2019): 517–40.
- Candra, Wahyu Adi, and Mustaqim Hasan. "TANTANGAN GURU PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DALAMMENGHADAPI ERA SOCIETY 5.0 DIGITAL." *UNISAN JURNAL* 1, no. 5 (2023): 301–10.
- Djollong, Andi Fitriani, Muhammad Muslih, Muhammad Lutfi, Mujib Abdullah Romdon, Irma Budiana, Muqarramah Sulaiman Kurdi, Sampara Palili, Titi Hendrawati, Musyarrifah Sulaiman Kurdi, and Muslim Mubarak. *Pendidikan Agama Islam Dalam Era Society 5.0*. PT. Penerbit Qriset Indonesia, 2024.

# IRFANI: JURNAL PENDIDIKAN ISLAM

P-ISSN 1907-0969 E-ISSN 2442-8272

Volume 21 Nomor 1 Mei 2025

Halaman 1-15

<http://journal.iaingorontalo.ac.id/index.php/ir>

Gumanti, Miswan, Putri Sandora, and Leny Oktarina. "KAJIAN REORIENTASI, PERAN, DAN TANTANGAN PENDIDIKAN ISLAM DI ERA DISRUPSI: SEBUAH TINJAUAN KRITIS." *Sasana: Jurnal Pendidikan Sosial Budaya Dan Agama* 1, no. 1 (2024): 37–42.

Hasan, M Hadri. "Modernisasi Pendidikan Agama Islam Di Era Society 5.0." *At-Ta'lim: Kajian Pendidikan Agama Islam* 6, no. I (2024).

Iswan, Iswan, and Herwina Bahar. "Penguatan Pendidikan Karakter Perspektif Islam Dalam Era Millennial IR. 4.0." In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan*, Vol. 1, 2018.

Jamil, Sofwan. "Teknologi Dan Pendidikan Agama Islam: Menjembatani Tradisi Dan Modernitas." *Wistara: Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra* 1, no. 1 (2020): 115–20.

KHAIRUNNISA EDY, E D Y KHAIRUNNISA. "PENDIDIKAN ISLAM DAN TANTANGAN MODERNITAS ABAD 21 ERA DISRUPSI DIGITAL TERHADAP GENERASI MILENIAL." INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PALOPO, 2021.

Mansyur, Yahsyalloh Al, and Hakimuddin Salim. "Peran Pendidikan Agama Islam (PAI) Dalam Menjaga Kesehatan Mental Siswa Di SMP Negeri 2 Wonogiri." *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam* 12, no. 001 (2023).

Minarti, Sri. *Ilmu Pendidikan Islam: Fakta Teoretis-Filosofis Dan Aplikatif-Normatif*. Amzah, 2022.

Munawir, Munawir, Wahyuni Salsabila, and Iffa Balqist Julieta Sudibyo. "Analisis Pendidikan Agama Islam Melalui Pendekatan Studi Literatur Terkini: Pemahaman Mendalam Untuk Peningkatan Kualitas Pembelajaran." *Jurnal Basicedu* 8, no. 2 (2024): 1156–67.

Naimah, Konik. "Pendidikan Agama Islam Sebagai Basic Education Anak Usia Dini." *El Wahdah* 1, no. 1 (2020): 89–100.

Novita, Novita Nur Inayha. "Penguatan Etika Digital Melalui Materi 'Adab Menggunakan Media Sosial' Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Dalam Membentuk Karakter Peserta Didik Menghadapi Era Society 5.0." *Journal of Education and Learning Sciences* 3, no. 1 (2023): 73–93.

# IRFANI: JURNAL PENDIDIKAN ISLAM

P-ISSN 1907-0969 E-ISSN 2442-8272

Volume 21 Nomor 1 Mei 2025

Halaman 1-15

<http://journal.iaingorontalo.ac.id/index.php/ir>

Qutub, Sayid. "Pendidikan Karakter: Distrupsi Teknologi Sebuah Peluang Tantangan Dan Solusi Di Dunia Pendidikan." *Akhlak: Journal of Education Behavior and Religious Ethics* 1, no. 1 (2025).

Rosyad, Rifki. *Pengantar Psikologi Agama Dalam Konteks Terapi*. Prodi S2 Studi Agama-Agama UIN Sunan Gunung Djati Bandung, 2021.

Samsuddin, Samsuddin, Abdul Jabar Idharudin, and Agusman Agusman. "Dasar-Dasar Pendidikan Islam Perspektif Hasan Langgulung Dan Relevansinya Di Era Disrupsi: The Fundamentals of Islamic Education from Hasan Langgulung's Perspective and Its Relevance in the Era of Disruption." *DIRASAH: Jurnal Kajian Islam* 2, no. 1 (2025): 202–23.

Sururin. "Ilmu Jiwa Agama." *PT Raja Grafindo Persada, Jakarta*, 2004.

Ulfan, Muhammad, and Mustaqim Hasan. "Pendidikan Karakter Melalui Pendidikan Agama Islam Di Era Revolusi Digital." *UNISAN JURNAL* 1, no. 5 (2023): 291–300.

Uswatun, Uswatun, and Aulia Aulia. "Konsep Kesehatan Mental Dalam Pendidikan Islam Analisis Pemikiran Prof. Zakiah Daradjat." *Turats Jurnal Pendidikan Islam* 17, no. 1 (2024): 81–98.

Walida, Dewi Taviana. "Al-Qur'an Dan Psikologi: Pendekatan Spiritual Dalam Kesehatan Mental." *ULIL ALBAB: Jurnal Ilmiah Multidisiplin* 4, no. 2 (2025): 831–50.

Wardani, Tita Aniko. "Studi Pemikiran Zakiah Daradjat Tentang Kesehatan Mental: Konsep, Aplikasi, Dan Implikasinya Dalam Pendidikan Agama Islam." Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2021.

Zain, Nur Harizah, Ika Candra Sayekti, and Rita Eryani. "Problematika Pembelajaran Daring Pada Peserta Didik Di Sekolah Dasar." *Jurnal Basicedu* 5, no. 4 (2021): 1840–46.