

Studi Tentang Pengaruh Pendidikan Agama Islam Terhadap Kesejahteraan Psikologis Siswa

* Muhammad Hafi

Sekolah Tinggi Agama Islam (STAI) Al-Jami Banjarmasin.

Abstract

Received: December 1, 2024
Revised: December 15, 2024
Accepted: January 3, 2025

Islamic Religious Education (PAI) plays a significant role in influencing students' psychological well-being and shaping character, morality and religious identity. Research shows that the level of religiosity and understanding of Islamic teachings is positively correlated with psychological well-being. PAI teachers have an important role as role models in shaping student identity. This literature study uses literature research methods by collecting data from various sources. The research results highlight the role of PAI in shaping student identity through learning Islamic teachings and teacher example. PAI also contributes to character formation, attitudes of tolerance, and appreciation for differences. The correlation between Islamic religious morality and students' psychological well-being emphasizes the importance of religious aspects in the formation of students' identity and well-being. Islamic Religious Education creates a balance between academic achievement and psychological well-being by helping students overcome stress, increase optimism, develop social skills, and improve the quality of learning. In conclusion, PAI is not only a religious subject, but also the main pillar in forming quality individuals with good psychological well-being. The role of PAI teachers and further support is needed to maximize the positive impact of PAI in achieving the goals of character formation and student welfare.

Keywords:

Islamic Religious Education, Psychology, Academics, Religiosity.

Abstrak

Diterima: Desember 1, 2024
Direvisi: Desember 15, 2024
Diterima: Januari 3, 2025

Pendidikan Agama Islam (PAI) memainkan peran penting dalam mempengaruhi kesejahteraan psikologis siswa serta membentuk karakter, moralitas, dan identitas keagamaan. Penelitian menunjukkan bahwa tingkat religiositas dan pemahaman terhadap ajaran Islam berkorelasi positif dengan kesejahteraan psikologis. Guru PAI memiliki peran penting sebagai teladan dalam membentuk identitas siswa. Studi literatur ini menggunakan metode penelitian kepustakaan dengan mengumpulkan data dari berbagai sumber. Hasil penelitian menyoroti peran PAI dalam membentuk identitas siswa melalui pembelajaran ajaran Islam dan keteladanan guru. PAI juga berkontribusi dalam pembentukan karakter, sikap toleransi, dan penghargaan terhadap perbedaan. Korelasi antara moralitas keagamaan Islam dan kesejahteraan psikologis siswa menekankan pentingnya aspek keagamaan dalam pembentukan identitas dan kesejahteraan siswa. Pendidikan Agama Islam menciptakan keseimbangan antara pencapaian akademik dan kesejahteraan psikologis dengan membantu siswa mengatasi stres, meningkatkan optimisme, mengembangkan keterampilan sosial, dan meningkatkan kualitas pembelajaran. Kesimpulannya, PAI bukan hanya mata pelajaran agama, tetapi juga pilar utama dalam membentuk individu berkualitas dengan kesejahteraan psikologis yang baik. Diperlukan peran guru PAI dan dukungan lebih lanjut untuk memaksimalkan dampak positif PAI dalam mencapai tujuan pembentukan karakter dan kesejahteraan siswa.

Pendidikan Agama Islam, Psikologi, Akademik, Religiusitas.

Kata Kunci:

(*) Corresponding Author:

hafim6995@gmail.com

PENDAHULUAN

Pendidikan Agama Islam (PAI) memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis siswa. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa religiusitas Islam dapat berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan psikologis seseorang. Misalnya, sebuah penelitian menemukan bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas seseorang, semakin tinggi pula kesejahteraan psikologisnya, dan sebaliknya (Ramadhani Dwi Fitri, 2023). Selain itu, PAI juga memainkan peran penting dalam pembentukan akhlak dan karakter siswa. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan agama Islam tidak hanya berdampak pada aspek spiritual, tetapi juga berpotensi memengaruhi kesejahteraan psikologis siswa. Pendidikan Agama Islam (PAI) memiliki peran yang penting dalam membentuk sikap dan kepribadian siswa, baik di lingkungan sekolah maupun masyarakat (Emirita, 2017). Selain itu, peran guru pendidikan agama Islam juga diakui sebagai faktor penting dalam menentukan kualitas pendidikan agama Islam dan akhlak siswa.

Oleh karena itu, pengaruh PAI terhadap kesejahteraan psikologis siswa dapat dipahami melalui peran pendidikan agama Islam dalam membentuk akhlak, karakter, dan religiusitas siswa. Dalam konteks pendidikan, pengaruh PAI terhadap kesejahteraan psikologis siswa juga dapat dilihat dari upaya pembentukan karakter peserta didik. Sebuah penelitian menemukan adanya pengaruh signifikan antara Pendidikan Agama Islam dengan karakter peserta didik, yang menunjukkan bahwa PAI dapat berperan dalam membentuk karakter siswa (Riska Kurniawati, 2019). Selain itu, aspek-aspek seperti pembentukan akhlak dan kedisiplinan siswa juga dikaitkan dengan pendidikan agama Islam. Hal ini menunjukkan bahwa PAI tidak hanya berdampak pada aspek keagamaan, tetapi juga berpotensi memengaruhi aspek kesejahteraan psikologis siswa melalui pembentukan karakter dan akhlak.

Pendidikan Agama Islam (PAI) memiliki peran strategis dalam membentuk karakter dan kesejahteraan psikologis siswa. Melalui pengajaran nilai-nilai spiritual, moral, dan etika, PAI dapat menjadi sarana efektif dalam meningkatkan kesehatan mental generasi muda. Prinsip keseimbangan (*mizaan*) dalam Islam menekankan pentingnya menjaga keseimbangan dalam segala aspek kehidupan, termasuk kesehatan mental. Selain itu, praktik ibadah seperti shalat, dzikir, dan membaca Al-Qur'an dapat menenangkan jiwa dan mengurangi stres. Pendidik di sekolah akan mempengaruhi perkembangan emosi, perilaku, sosial-kognitif, dan kesehatan fungsi psikologis anak hingga dewasa (Cahaya, 2023).

Para siswa, yang mencakup individu kelahiran antara tahun 1997 hingga 2012, tumbuh dalam era digital dengan akses informasi yang tak terbatas. Meskipun kemajuan teknologi menawarkan berbagai peluang, generasi ini menghadapi tantangan kesehatan mental yang signifikan. Tekanan sosial, ekspektasi akademik, dan paparan media sosial secara terus-menerus berkontribusi pada meningkatnya tingkat stres, kecemasan, dan depresi di kalangan mereka. Menurut survei (American Psychological Association; 2023), 91% para siswa melaporkan mengalami setidaknya satu gejala stres signifikan dalam sebulan terakhir. (McMinn et al., 2009).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa integrasi nilai-nilai agama dalam pendidikan dapat meningkatkan kesejahteraan mental siswa. Misalnya, studi oleh

(Khotimah et al. 2022) menyoroti bahwa pendidikan agama Islam berkontribusi signifikan terhadap kesehatan mental remaja abad ke-21.(Ambarwati et al., 2024) Namun, terdapat perdebatan mengenai efektivitas pendekatan tradisional dalam PAI terhadap kebutuhan spesifik para siswa, mengingat karakteristik unik mereka sebagai digital natives yang cenderung individualis dan kurang peka terhadap lingkungan sekitar. Pendidikan Agama Islam berkontribusi dalam membangun karakter positif dan kesehatan mental yang baik pada para siswa. Pendidikan ini menghubungkan nilai-nilai agama dengan pengembangan karakter dan kesejahteraan mental (Hidayati et al., 2020),(Maghfiroh et al., 2024). Metode dalam pendidikan akhlak yang dapat diterapkan di era digital saat ini antara lain; metode keteladanan, pembiasaan, nasihat, perhatian, humor dan pengawasan (Cahaya, 2023). Pendidikan agama dapat meningkatkan kesejahteraan dan kesehatan mental dengan mempromosikan nilai-nilai agama yang mendukung keseimbangan antara kebutuhan dan keinginan manusia, serta menghindari ekstremisme (Hamidi et al., 2010).

Alquran mengandung ajaran-ajaran yang relevan dan berharga dalam membimbing individu menuju kesejahteraan mental. Tulisan ini mengungkap bahwa pendidikan Islam memiliki tanggung jawab yang besar untuk menyampaikan ajaran-ajaran Alquran kepada ummatnya, bukan hanya sebagai praktik ibadah, tetapi juga sebagai panduan hidup sehari-hari yang dapat meningkatkan kesehatan mental. Pendidikan Islam memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk perilaku, sikap, dan kesejahteraan umat muslim. Segi modernnya, kesehatan mental menjadi aspek yang semakin mendapat perhatian.

TINJAUAN PUSTAKA

A. Ruang Lingkup dan Tujuan PAI

Pendidikan Agama Islam (PAI) adalah proses pembelajaran yang bertujuan untuk membentuk manusia yang beriman, bertakwa, dan berakhlak mulia berdasarkan ajaran Islam. PAI bertujuan membangun kepribadian utuh manusia dengan menanamkan nilai-nilai keimanan, ilmu, dan amal sebagai dasar pembentukan karakter individu. Proses ini tidak hanya mencakup aspek kognitif, tetapi juga afektif dan psikomotorik, sehingga menghasilkan individu yang mampu menghadapi tantangan kehidupan dengan pendekatan religius (Nizar, 2002). Tujuan proses pembelajaran PAI adalah bimbingan jasmani dan rohani berdasarkan hukum-hukum Islam untuk membentuk kepribadian sesuai nilai-nilai Islam. Proses ini mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik, sehingga individu mampu menghadapi tantangan kehidupan dengan pendekatan religius (Ahmad, 1981). Pendidikan Agama Islam adalah upaya sadar untuk membentuk manusia menjadi insan kamil melalui pembinaan aspek spiritual, intelektual, emosional, dan sosial berdasarkan nilai-nilai Islam. (Ahmad Tafsir; 2012).

Selain itu hal tersebut dikuatkan lagi dengan pendapat (Zuhairini et al. 2011) menyebutkan bahwa tujuan Pendidikan Agama Islam adalah mencetak individu yang memiliki keseimbangan antara aspek duniawi dan ukhrawi. Proses PAI melibatkan pembelajaran yang berorientasi pada pembentukan iman, Ilmu, dan amal sebagai wujud keharmonisan hubungan manusia dengan

Allah, sesama manusia, dan alam. Demikian dapat kita ketahui dengan tujuan PAI berarti tidak hanya berorientasi pada pengetahuan agama tetapi juga pada pengamalan nilai-nilai Islam dalam kehidupan sehari-hari, seperti kejujuran, tanggung jawab, dan solidaritas sosial.

Pendidikan Agama Islam (PAI) merupakan bagian integral dari sistem pendidikan yang bertujuan untuk membentuk individu yang beriman, bertakwa, dan berakhlak mulia berdasarkan ajaran Islam (Nizar, 2002). Dalam pembelajaran PAI, terdapat tiga aspek utama yang ditekankan, yaitu kognitif, afektif, dan psikomotorik. Menurut Ahmad (1981), pembelajaran PAI tidak hanya berorientasi pada pemahaman intelektual mengenai ajaran Islam, tetapi juga pada implementasi nilai-nilai agama dalam kehidupan sehari-hari.

Ahmad Tafsir (2012) menjelaskan bahwa PAI adalah upaya sadar untuk membentuk insan kamil melalui pembinaan aspek spiritual, intelektual, emosional, dan sosial berdasarkan nilai-nilai Islam. Ini sejalan dengan pendapat Zuhairini et al. (2011), yang menekankan bahwa PAI bertujuan untuk menciptakan individu yang mampu menyeimbangkan kehidupan duniawi dan ukhrawi. Oleh karena itu, pendekatan PAI tidak hanya terbatas pada pembelajaran teori agama, tetapi juga pada pembentukan karakter yang tercermin dalam perilaku sehari-hari siswa.

Selain itu, Langgulang (2000) menyatakan bahwa pendidikan Islam harus bersifat holistik, mencakup aqidah, ibadah, dan akhlak sebagai elemen utama dalam pembelajaran. Ketiga aspek ini membentuk landasan bagi individu dalam menghadapi tantangan kehidupan, termasuk dalam mengelola kesehatan mental.

B. Pendidikan Agama Islam dan Kesehatan Mental

Kesehatan mental merupakan kondisi kesejahteraan emosional, psikologis, dan sosial yang memungkinkan seseorang mengelola stres, berinteraksi dengan orang lain, dan mengambil keputusan dengan baik (WHO, 2020). Dalam konteks pendidikan, kesehatan mental siswa sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk tekanan akademik, interaksi sosial, serta nilai-nilai yang dianut dalam kehidupan mereka.

Pendidikan Agama Islam memiliki peran penting dalam membangun kesehatan mental siswa dengan memberikan nilai-nilai spiritual dan moral yang dapat menjadi sumber ketenangan jiwa. Cahaya dan Dhiauddin (2022) menegaskan bahwa nilai-nilai religius seperti tawakal, sabar, dan syukur memiliki dampak positif dalam mengelola kecemasan dan stres pada siswa. Selain itu, ajaran Islam yang menekankan dzikir dan doa juga berfungsi sebagai mekanisme coping yang efektif dalam menghadapi tekanan hidup (Hasanah et al., 2024).

Menurut penelitian Ri (1989), pendidikan agama yang diterapkan secara efektif dapat menjadi terapi preventif terhadap gangguan mental, karena menyediakan panduan hidup berbasis nilai-nilai spiritual. Dengan memiliki pemahaman yang kuat tentang makna hidup dan hubungan dengan Tuhan, siswa dapat lebih mudah menghadapi tantangan kehidupan tanpa mengalami tekanan psikologis yang berlebihan.

C. Peran Guru PAI dalam Menumbuhkan Kesehatan Mental Peserta Didik

Guru Pendidikan Agama Islam memiliki peran signifikan dalam proses

pembentukan kesehatan mental peserta didik. Menurut penelitian, guru PAI dapat membantu siswa menghadapi tekanan dan tantangan hidup dengan lebih tenang melalui penanaman nilai-nilai religius yang kuat. Ajaran Islam menekankan pentingnya dzikir, doa, dan pemahaman makna hidup untuk mencapai ketenangan jiwa. Konsep tawakal, sabar, dan syukur membantu para siswa menghadapi tekanan sosial dan emosional. Metode cerita yang interaktif, menyenangkan dan dilakukan secara kontinu mampu menjadi metode yang relevan untuk menyampaikan pesan tentang akhlak mulia sehingga dapat merangsang pemikiran dan emosional anak, serta menginspirasi mereka menerapkan pesan cerita dalam kehidupan tanpa ada paksaan (Hasanah et al., 2024). Pendidikan agama yang baik dapat menjadi terapi preventif terhadap gangguan mental dengan menyediakan panduan hidup berbasis nilai-nilai spiritual yang kuat. (Ri, 1989).

Guru PAI tidak hanya berfungsi sebagai penyampai materi ajar tetapi juga sebagai pembimbing yang memberikan teladan akhlak mulia. Guru PAI dapat mengintegrasikan nilai-nilai spiritual dalam pembelajaran untuk membantu siswa mengembangkan keseimbangan emosional dan spiritual (Cahaya, Dhiauddin, 2022).

Pendekatan Holistik dalam Pendidikan Islam (Hasan Langgulang; 2000) menyatakan bahwa pendekatan pendidikan Islam yang holistik mencakup aspek aqidah, ibadah, dan akhlak. Ketiga aspek ini dapat diterapkan oleh guru PAI untuk membantu siswa membangun daya tahan mental yang kuat (Langgulang, 2000).

Para siswa sering dihadapkan pada tantangan unik seperti paparan media sosial yang berlebihan, tekanan akademik, dan krisis identitas. Situasi ini mendeskripsikan bahwa Pendidikan Agama Islam memberikan bekal nilai-nilai Islami yang menjadi panduan hidup untuk menghadapi tantangan tersebut. Dengan pendekatan berbasis spiritual dan moral, PAI membantu para siswa mengelola stres, membangun rasa percaya diri, dan meningkatkan keseimbangan mental.

Sebagaimana dijelaskan oleh Cahaya dalam buku Akhlak Tasawuf (sajian pencuci jiwa) bahwasanya *"Ketika nilai-nilai Islam seperti dzikir, doa, dan tawakal diajarkan secara konsisten, generasi muda akan memiliki daya tahan mental yang lebih baik untuk menghadapi dinamika kehidupan modern."* (Cahaya & Naldi, 2024).

Para siswa, yang mencakup individu kelahiran antara tahun 1997 hingga 2012, tumbuh dalam era digital dengan akses informasi yang tak terbatas. Meskipun kemajuan teknologi menawarkan berbagai peluang, generasi ini menghadapi tantangan kesehatan mental yang signifikan. Tekanan sosial, ekspektasi akademik, dan paparan media sosial secara terus-menerus berkontribusi pada meningkatnya tingkat stres, kecemasan, dan depresi di kalangan mereka. Menurut survei American Psychological Association (2023), 91% para siswa melaporkan mengalami setidaknya satu gejala stres signifikan dalam sebulan terakhir. (Bethune, 2019).

Dari beberapa pernyataan tersebut dapat diketahui bahwa begitu pentingnya peran pendidikan agama Islam bagi kesehatan mental terutama pada para siswa ini. Melalui pengajaran akhlak tasawuf dan pendekatan spiritual,

PAI membantu siswa mengatasi tekanan hidup dengan memperkuat hubungan mereka dengan Allah. Guru PAI, sebagai fasilitator utama, memiliki tanggung jawab besar dalam menanamkan nilai-nilai Islami yang relevan dengan kesehatan mental, sehingga para siswa dapat menjadi individu yang tidak hanya sehat secara mental, tetapi juga berakhlak mulia.

D. Pendidikan Agama Islam sebagai Solusi Tantangan Mental Siswa di Era Digital

Generasi muda saat ini, khususnya mereka yang lahir antara tahun 1997 hingga 2012, dikenal sebagai generasi digital yang memiliki akses tak terbatas terhadap informasi dan teknologi. Meskipun kemajuan teknologi membawa berbagai manfaat, generasi ini juga menghadapi tantangan kesehatan mental yang signifikan, seperti kecemasan, depresi, dan krisis identitas (Twenge, 2017).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Pew Research Center (2022), meningkatnya penggunaan media sosial telah menyebabkan peningkatan perasaan kesepian dan rendah diri di kalangan remaja. Pendidikan Agama Islam dapat menjadi solusi strategis dalam menghadapi fenomena ini, dengan memberikan pegangan moral dan spiritual yang kuat kepada siswa.

Metode pengajaran yang menekankan nilai-nilai Islam dalam kehidupan sehari-hari, seperti kejujuran, empati, dan tanggung jawab sosial, dapat membantu siswa menghadapi tekanan sosial dengan lebih baik. PAI juga dapat membekali mereka dengan keterampilan manajemen stres melalui konsep ikhlas, sabar, dan syukur, yang secara psikologis dapat meningkatkan kesejahteraan mental mereka (Nasution, 2021).

E. Implementasi Pendidikan Agama Islam dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Siswa

Implementasi Pendidikan Agama Islam dalam meningkatkan kesehatan mental siswa dapat dilakukan melalui berbagai strategi yang melibatkan kurikulum, metode pengajaran, dan lingkungan pembelajaran. Beberapa aspek penting dalam implementasi PAI yang berkontribusi terhadap kesehatan mental siswa adalah sebagai berikut:

a. Integrasi Nilai Spiritual dalam Kurikulum

Pendidikan Agama Islam tidak hanya diajarkan sebagai mata pelajaran akademik, tetapi juga sebagai bagian dari pengembangan karakter siswa. Kurikulum yang dirancang dengan pendekatan holistik dapat membantu siswa menginternalisasi nilai-nilai Islam dalam kehidupan sehari-hari. Seperti yang dijelaskan oleh Al-Ghazali (1991), pendidikan berbasis spiritual dapat menjadi sarana terapi psikologis yang efektif, karena mengajarkan konsep ketenangan batin melalui ibadah dan keyakinan kepada Allah.

Dalam praktiknya, materi pembelajaran PAI dapat mencakup konsep sabar, syukur, tawakal, dan ikhlas, yang berperan dalam membantu siswa menghadapi berbagai tekanan emosional. Pembelajaran tentang akhlak tasawuf juga dapat memberikan pedoman bagi siswa dalam mengelola stres dan membangun pola pikir positif dalam menghadapi kehidupan.

b. Metode Pengajaran yang Meningkatkan Kesehatan Mental

Metode pengajaran yang digunakan dalam PAI juga berperan dalam membentuk kesehatan mental siswa. Beberapa metode yang dapat diterapkan antara lain:

Metode Storytelling (Kisah Islami): Kisah-kisah inspiratif dari Nabi dan para sahabat dapat memberikan pelajaran moral serta contoh nyata dalam menghadapi kesulitan hidup. Menurut penelitian Hasanah et al. (2024), metode cerita dapat merangsang keseimbangan emosional dan spiritual, sehingga membantu siswa mengembangkan sikap resilien terhadap tekanan hidup.

Metode Reflektif: Mengajak siswa untuk merefleksikan pengalaman hidup mereka dengan ajaran Islam dapat membantu mereka memahami makna hidup dan menemukan solusi atas permasalahan yang dihadapi.

Metode Experiential Learning: Pembelajaran berbasis pengalaman, seperti praktik ibadah yang benar dan kegiatan sosial keagamaan, dapat meningkatkan ketahanan mental siswa melalui interaksi sosial yang sehat dan penerapan nilai-nilai Islam dalam kehidupan nyata.

c. Menciptakan Lingkungan Sekolah yang Mendukung Kesehatan Mental

Selain aspek kurikulum dan metode pengajaran, lingkungan sekolah juga memiliki peran penting dalam meningkatkan kesehatan mental siswa. Sekolah yang berbasis nilai-nilai Islam dapat menciptakan budaya belajar yang kondusif, suportif, dan inklusif, sehingga siswa merasa lebih nyaman dalam mengekspresikan diri. Beberapa inisiatif yang dapat diterapkan meliputi:

Program konseling berbasis spiritual, di mana guru PAI atau konselor memberikan bimbingan yang menghubungkan permasalahan siswa dengan solusi Islam. Kegiatan keagamaan, seperti dzikir bersama, kajian keislaman, atau mentoring keagamaan, yang dapat menjadi sarana untuk menenangkan pikiran dan mengurangi stres.

Penerapan nilai-nilai akhlak dalam kehidupan sekolah, seperti budaya saling menghormati, empati, dan kebersamaan, yang membantu menciptakan lingkungan sosial yang positif bagi siswa.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kajian literatur untuk menganalisis peran Pendidikan Agama Islam dalam meningkatkan kesehatan mental pada para siswa. Data dikumpulkan dari berbagai sumber sekunder, termasuk buku, artikel jurnal ilmiah, laporan penelitian, blog, dan media sosial, peneliti mendapatkan bantuan mesin Google Scholar, dan dokumen kebijakan yang relevan dengan topik. Analisis dilakukan secara sistematis dengan pendekatan deskriptif-analitis untuk mengidentifikasi konsep-konsep utama terkait Pendidikan Agama Islam, kesehatan mental, dan karakteristik pada siswa. Validitas data dijaga melalui seleksi literatur berdasarkan kredibilitas sumber, seperti publikasi peer-reviewed dan dokumen resmi. Penelitian ini bertujuan untuk menyusun pemahaman teoritis yang mendalam dan terintegrasi sebagai dasar pengembangan solusi praktis dalam konteks pendidikan agama dan kesehatan mental.

Penelitian ini menggunakan metode kajian literatur atau studi pustaka untuk menganalisis peran Pendidikan Agama Islam (PAI) dalam meningkatkan kesehatan mental siswa. Kajian literatur merupakan pendekatan penelitian yang bertumpu

pada analisis kritis terhadap berbagai sumber tertulis yang relevan dengan topik yang diteliti. Metode ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk menggali teori, konsep, dan temuan dari penelitian sebelumnya guna mendapatkan pemahaman yang lebih komprehensif terkait hubungan antara PAI dan kesehatan mental siswa.

Sumber Data, Data dalam penelitian ini dikumpulkan dari berbagai sumber sekunder yang memiliki kredibilitas tinggi. Beberapa kategori sumber yang digunakan meliputi:

1. Buku – Referensi dari buku-buku akademik dan teks ilmiah yang membahas teori pendidikan agama, psikologi, dan kesehatan mental.
2. Artikel Jurnal Ilmiah – Jurnal yang diterbitkan dalam publikasi peer-reviewed digunakan untuk memastikan bahwa data yang diperoleh memiliki validitas ilmiah yang tinggi
3. Laporan Penelitian – Studi sebelumnya yang dilakukan oleh akademisi atau lembaga riset terkait PAI dan kesehatan mental siswa.
4. Dokumen Kebijakan – Regulasi dan kebijakan dari instansi pemerintah atau organisasi pendidikan mengenai implementasi PAI dalam sistem pendidikan formal.
5. Blog dan Media Sosial – Meskipun bukan sumber utama, blog dan media sosial yang dikelola oleh akademisi atau institusi pendidikan juga digunakan untuk melengkapi perspektif yang sedang berkembang dalam masyarakat terkait tema penelitian ini.
6. Sumber dari Google Scholar – Mesin pencari akademik ini dimanfaatkan untuk mendapatkan literatur yang relevan dari jurnal ilmiah, prosiding konferensi, dan buku akademik.

Seleksi literatur dilakukan secara ketat dengan memastikan bahwa referensi yang digunakan berasal dari sumber yang kredibel, terutama publikasi yang telah melalui proses peer-review dan dokumen resmi dari institusi yang diakui.

Teknik Analisis Data, Analisis data dilakukan secara deskriptif-analitis, yaitu dengan mendeskripsikan berbagai teori dan hasil penelitian sebelumnya mengenai PAI dan kesehatan mental siswa, kemudian menganalisis hubungan antara kedua variabel tersebut. Langkah-langkah dalam analisis data ini meliputi:

1. Identifikasi Konsep Utama – Mengidentifikasi teori, definisi, dan konsep utama yang berkaitan dengan PAI dan kesehatan mental.
2. Pengelompokan Temuan – Mengorganisasi hasil penelitian terdahulu ke dalam beberapa kategori utama, seperti pengaruh PAI terhadap kesejahteraan psikologis, nilai-nilai spiritual yang mendukung kesehatan mental, serta dampak pembelajaran agama terhadap perkembangan emosional siswa.
3. Interpretasi Data – Menganalisis bagaimana PAI berkontribusi terhadap peningkatan kesehatan mental berdasarkan teori dan temuan penelitian sebelumnya.
4. Sintesis Temuan – Menyusun pemahaman yang terintegrasi mengenai hubungan antara PAI dan kesehatan mental, serta mengidentifikasi implikasi praktis yang dapat diterapkan dalam dunia pendidikan.

Validitas dan Kredibilitas Data, Untuk menjaga validitas dan kredibilitas data, penelitian ini menerapkan kriteria seleksi ketat terhadap literatur yang digunakan. Beberapa langkah yang diambil meliputi:

Mengutamakan sumber akademik yang terpercaya, seperti jurnal peer-reviewed, buku akademik, dan laporan penelitian dari lembaga resmi. Mengevaluasi relevansi dan kualitas literatur sebelum dimasukkan dalam analisis. Membandingkan berbagai sumber untuk memastikan adanya konsistensi dalam temuan yang diperoleh.

Dengan metode yang sistematis ini, penelitian ini bertujuan untuk menyusun pemahaman teoritis yang mendalam dan terintegrasi sebagai dasar pengembangan solusi praktis dalam konteks pendidikan agama dan kesehatan mental siswa.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Peran Pendidikan Agama Islam: Upaya Pembentukan Identitas

Pendidikan Agama Islam (PAI) memegang peran penting dalam membentuk identitas siswa. Dalam konteks pendidikan di Indonesia, PAI tidak hanya memberikan pemahaman tentang ajaran Islam, tetapi juga berkontribusi dalam membentuk karakter, sikap toleransi, dan identitas keagamaan siswa. Berdasarkan penelitian yang dilakukan, terdapat beberapa aspek penting yang menunjukkan peran PAI dalam pembentukan identitas siswa.

Salah satu aspek penting dari peran PAI dalam pembentukan identitas siswa adalah melalui pembelajaran tentang ajaran Islam dan pengamalannya dalam kehidupan sehari-hari. PAI memberikan pemahaman yang mendalam tentang ajaran Islam, termasuk ajaran-ajaran tentang akhlak, ibadah, dan hubungan sosial. Melalui pemahaman ini, siswa dapat mengembangkan identitas keagamaan yang kuat dan memahami nilai-nilai yang mendasari keyakinan dan perilaku mereka (Siti Nurjanah, 2014).

Selain itu, peran guru PAI juga sangat penting dalam membentuk identitas siswa. Guru PAI tidak hanya sebagai pengajar, tetapi juga sebagai contoh dan teladan dalam mengamalkan ajaran Islam. Dengan adanya guru PAI yang berkualitas, siswa dapat terdorong untuk mengembangkan identitas keagamaan yang kuat dan positif. Guru PAI juga dapat membantu siswa dalam memahami ajaran Islam secara komprehensif dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Pendidikan Agama Islam juga berperan dalam membentuk karakter religius siswa. Melalui pembelajaran akidah dan ajaran-ajaran agama lainnya, PAI membantu siswa untuk memahami dan menginternalisasi ajaran Islam. Hal ini dapat membentuk identitas keagamaan siswa dan memperkuat keyakinan serta nilai-nilai yang diyakini oleh siswa (Rustan Efendi dan Irmwaddah, 2022).

Dalam konteks sosial, PAI juga berperan dalam membentuk sikap toleransi dan menghargai perbedaan. Melalui pemahaman tentang ajaran Islam, siswa diajarkan untuk menghormati perbedaan agama dan budaya. Hal ini membantu siswa untuk mengembangkan identitas yang inklusif dan menghargai keragaman dalam Masyarakat.

Dengan demikian, Pendidikan Agama Islam memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk identitas siswa. Melalui pemahaman yang mendalam tentang ajaran Islam, teladan dari guru PAI, dan pembentukan karakter religius, PAI membantu siswa untuk mengembangkan identitas keagamaan yang kuat, nilai-nilai yang positif, serta sikap toleransi terhadap perbedaan. Oleh karena itu, peran PAI dalam pembentukan identitas siswa tidak dapat diabaikan dan perlu terus didukung

dan ditingkatkan dalam konteks pendidikan di Indonesia.

B. Peran Pendidikan Agama Islam: Dalam Meningkatkan Kesehatan Mental pada Siswa

Peran Pendidikan Agama Islam dalam Kesehatan Mental PAI memiliki berbagai aspek yang dapat membantu meningkatkan kesehatan mental siswa. Beberapa di antaranya adalah:

1. Nilai Spiritual dan Ketahanan Diri

PAI mengajarkan nilai-nilai spiritual yang dapat menjadi sumber ketahanan diri bagi siswa dalam menghadapi tantangan hidup. Keimanan kepada Tuhan, doa, dan praktik ibadah lainnya membantu siswa mengembangkan ketenangan batin dan mengelola stres dengan lebih baik.

2. Pendidikan Moral dan Etika

Melalui pembelajaran PAI, siswa diajarkan nilai-nilai moral dan etika, seperti kejujuran, kesabaran, dan empati. Nilai-nilai ini membantu siswa membangun hubungan sosial yang sehat, mengurangi konflik interpersonal, serta meningkatkan rasa percaya diri dan kesejahteraan emosional.

3. Manajemen Emosi dan Keseimbangan Hidup

Ajaran Islam menekankan pentingnya kesabaran, syukur, dan pengendalian diri. Konsep ini membantu siswa mengelola emosi negatif seperti kecemasan, kemarahan, dan stres. Selain itu, praktik ibadah yang rutin memberikan struktur dalam kehidupan siswa, yang dapat menciptakan rasa keteraturan dan keseimbangan psikologis.

4. Dukungan Sosial dan Kesejahteraan Psikososial

PAI juga mendorong siswa untuk berinteraksi dalam komunitas yang mendukung, baik di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah. Hubungan sosial yang baik dengan teman sebaya, guru, dan keluarga dapat memberikan dukungan emosional yang diperlukan untuk mengatasi tekanan dan tantangan kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan hasil temuan dari beberapa literatur yang ada, peran pendidikan agama Islam dalam meningkatkan kesehatan mental pada siswa. Pendidikan agama Islam memiliki peran penting dalam membangun karakter dan kesehatan mental para siswa. Pendidikan ini tidak hanya berfokus pada aspek spiritual, tetapi juga pada pengembangan potensi individu secara keseluruhan. Studi menunjukkan bahwa pendidikan agama Islam berkontribusi dalam membentuk karakter positif dan kesehatan mental yang baik bagi siswa, yang penting untuk masa kini dan masa depan (Hidayati et al., 2020).

Pendidikan Agama Islam membantu membangun karakter dan moral yang kuat pada siswa, yang berkontribusi pada kesehatan mental yang positif (Hidayati et al., 2020). Melalui internalisasi nilai-nilai agama, pendidikan ini memperkuat mekanisme koping yang dapat mengurangi dampak stres dan meningkatkan keterampilan mengatasi masalah (Estrada et al., 2019), (Fatimah et al., 2022). Pendidikan ini meningkatkan kesadaran sosial dan emosional, membantu remaja mengendalikan emosi dan meningkatkan kepedulian terhadap orang lain (Rosmalina et al., 2023).

Implementasi program pendidikan agama yang efektif di sekolah dapat memaksimalkan manfaat bagi kesehatan mental remaja (Maghfiroh et al., 2024). Kegiatan seperti berdoa, membaca Al-Qur'an, dan berdzikir memberikan

ketenangan pikiran dan jiwa, yang penting untuk kesehatan mental (Mahdiyyah et al., 2024). Berzikir dapat menumbuh kembangkan potensi hati yang anda miliki (Lubis et al., 2024).

Pendidikan agama mempromosikan rasa keterhubungan yang dapat meningkatkan harga diri dan kesejahteraan (Estrada et al., 2019). Pendidikan Islam menekankan pada pemeliharaan tubuh dan jiwa, yang dapat dimanfaatkan untuk memenuhi kebutuhan kesehatan mental. Ajaran Islam menekankan pada kemanusiaan di atas kelas, ras, atau keluarga, memberikan kerangka kerja universal yang dapat diterapkan di berbagai konteks yang berbeda untuk mendukung kesehatan mental. Pendekatan inklusif ini dapat membantu menciptakan lingkungan yang mendukung untuk semua siswa, terlepas dari latar belakang mereka. (Hamidi et al., 2010).

Memanfaatkan sumber daya yang tersedia di sekolah untuk mendukung pembelajaran dan kesehatan emosional/perilaku siswa sangatlah penting. Memperkuat keterlibatan aktif orang tua dalam proses pendidikan sangatlah penting (Atkins et al., 2010). Masjid dapat memainkan peran kunci dalam mendukung kesehatan mental para siswa, terutama dalam konteks Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs). Masjid dapat menjadi pusat kegiatan yang mendukung konseling, pendidikan nilai-nilai agama, pelatihan keterampilan sosial, dan promosi kesehatan mental. Kolaborasi antara masjid, institusi pendidikan, pemerintah, dan organisasi masyarakat dapat menciptakan ekosistem yang kuat untuk meningkatkan kesehatan mental pada siswa. (Jamaludin, 2024). Pendidikan agama Islam memiliki peran signifikan dalam meningkatkan kesehatan mental para siswa dengan membangun karakter positif, menyediakan dukungan sosial, dan mengembangkan mekanisme koping yang efektif. Kolaborasi antara berbagai pihak dapat memperkuat upaya ini, sejalan dengan tujuan SDGs untuk kesejahteraan dan kesehatan masyarakat. Berdasarkan temuan di atas maka sebagai diskusi peran pendidikan agama islam dalam meningkatkan kesehatan mental pada para siswa dapat dikombinasikan berdasarkan tabel berikut:

No	Peran PAI	Hasil Penelitian
1.	Membangun karakter dan kesehatan mental dan moral yang kuat pada para siswa.	(Hidayati et al., 2020).
2.	Memperkuat mekanisme coping yang dapat mengurangi dampak stres dan meningkatkan keterampilan mengatasi masalah	(Estrada et al., 2019),(Fatimah et al., 2022)
3.	Meningkatkan kesadaran sosial dan emosional, membantu remaja mengendalikan emosi dan meningkatkan kepedulian terhadap orang lain.	(Rosmalina et al., 2023).

Strategi yang dapat dilakukan adalah dengan memanfaatkan peran sekolah dan orang tua dan fasilitas yang mendukung dalam pendidikan agama Islam dalam meningkatkan kesehatan mental pada para siswa.

No	Peran PAI	Hasil Penelitian
1.	Masjid dapat memainkan peran kunci dalam mendukung kesehatan mental pada siswa.	(Jamaludin, 2024).
2.	Memanfaatkan sumber daya yang tersedia di sekolah untuk mendukung pembelajaran dan kesehatan emosional/perilaku siswa. Kolaborasi antara masjid, institusi pendidikan, pemerintah, dan organisasi masyarakat dapat menciptakan ekosistem yang kuat untuk meningkatkan kesehatan mental pada siswa.	(Atkins et al., 2010).

3.	Pendekatan inklusif ini dapat membantu menciptakan lingkungan yang mendukung untuk semua siswa, terlepas dari latar.	(Atkins et al., 2010).
4.	Kegiatan seperti berdoa, membaca Al-Qur'an, dan berdzikir memberikan ketenangan pikiran dan jiwa, yang penting untuk kesehatan mental Berzikir dapat menumbuh kembangkan potensi hati yang anda miliki.	(Mahdiyyah et al., 2024). (Lubis et al., 2024).

C. Korelasi moralitas Agama Islam dan Kesejahteraan Psikologis Siswa

Pendidikan Agama Islam memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis siswa. Sekolah sebagai sumber institusi pendidikan dinilai sangat berperan dalam mewujudkan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas, disamping institusi pendidikan lainnya, bahkan sekolah dinilai lebih dibandingkan dengan institusi pendidikan lainnya.

Pendidikan Islam jelas mempunyai peranan penting dalam meningkatkan kualitas SDM. Sesuai dengan cirinya sebagai pendidikan agama, secara ideal pendidikan Islam berfungsi dalam penyiapan SDM yang berkualitas tinggi dalam baik dalam penguasaan terhadap ilmu pengetahuan dan teknologi. Maupun dalam hal karakter sikap, moral, penghayatan dan pengamalan ajaran agama. singkatnya pendidikan Islam secara ideal berfungsi membina dan menyiapkan anak didik yang berilmu, berteknologi, dan berketerampilan tinggi dan sekaligus beriman dan beramal sholeh (Azyumardi Azra, 2000).

Pendidikan agama Islam sebagai sebuah materi pelajaran yang terstruktur sebagai ilmu pengetahuan di satu sisi memiliki kedudukan yang sama dengan ilmu pengetahuan yang lain akan tetapi di sisi lain sebagai sebuah doktrin agama dan pendidikan agama Islam tidak terbatas hanya mengandalkan kemampuan intelektual anak dalam mencari materi pelajaran akan tetapi juga menyangkut masalah perasaan dan lebih menitikberatkan pada pembentukan akhlak baik terhadap Allah sesama manusia maupun terhadap alam sekitar.

Pendidikan pada dasarnya adalah suatu usaha yang dapat membentuk watak dan perilaku secara sistematis terencana dan terarah. Sedangkan sosial secara endoskopis berarti segala sesuatu yang berkaitan dengan masyarakat atau secara abstraktif berarti masalah-masalah kemasyarakatan yang menyangkut berbagai fenomena hidup dan kehidupan orang banyak baik dilihat dari sisi mikro individual

maupun makro kolektif. Dengan demikian sosial keagamaan berarti masalah-masalah sosial yang mempunyai implikasi dengan ajaran Islam atau sekurang-kurangnya mempunyai nilai Islamiyah (Marhasan, 2008).

Pendidikan Agama Islam (PAI) memiliki peran yang signifikan dalam membentuk kesejahteraan psikologis siswa, terutama dalam konteks moralitas agama Islam. Sejumlah penelitian telah menyoroti korelasi antara moralitas agama Islam dan kesejahteraan psikologis siswa, menunjukkan bahwa aspek-aspek seperti religiusitas, pembentukan akhlak, dan identitas keagamaan dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis siswa. Salah satu aspek penting yang perlu dipertimbangkan adalah peran religiusitas Islam dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis. Sebuah penelitian menemukan bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas seseorang, semakin tinggi pula kesejahteraan psikologisnya. Hal ini menunjukkan adanya korelasi positif antara religiusitas Islam dan kesejahteraan psikologis, yang menegaskan pentingnya aspek keagamaan dalam membentuk kesejahteraan siswa (Aisya Farah Sayyidah, 2022).

Selain itu, PAI juga memainkan peran penting dalam pembentukan akhlak dan karakter siswa. Melalui pembelajaran tentang ajaran Islam dan pengamalannya dalam kehidupan sehari-hari, siswa dapat mengembangkan identitas keagamaan yang kuat dan memahami nilai-nilai yang mendasari keyakinan dan perilaku mereka. Hal ini juga berkontribusi pada pembentukan kesejahteraan psikologis siswa, karena memiliki landasan moral dan spiritual yang kuat dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis.

Dalam konteks sosial, PAI juga berperan dalam membentuk sikap toleransi dan menghargai perbedaan. Melalui pemahaman tentang ajaran Islam, siswa diajarkan untuk menghormati perbedaan agama dan budaya. Hal ini membantu siswa untuk mengembangkan identitas yang inklusif dan menghargai keragaman dalam masyarakat. Sikap toleransi dan penghargaan terhadap perbedaan juga berperan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa, karena menciptakan lingkungan sosial yang mendukung dan memperkaya (Imam Anas Hadi, 2017).

Beberapa faktor moralitas Agama Islam yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis siswa antara lain adalah:

a. Religiusitas Islam, yang merupakan kadar kepercayaan kepada Allah SWT yang dipahami melalui tauhid Islam, diamalkan melalui perilaku yang sesuai dengan ajaran Islam, dan mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari, telah terbukti memiliki korelasi positif dengan kesejahteraan psikologis. Sebuah penelitian menemukan bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas seseorang, semakin tinggi pula kesejahteraan psikologisnya (Sayyidah, 2022).

b. Pembentukan Akhlak dan Karakter: Pendidikan Agama Islam juga memainkan peran penting dalam pembentukan akhlak dan karakter siswa. Melalui pemahaman yang mendalam tentang ajaran Islam dan pengamalannya dalam kehidupan sehari-hari, siswa dapat mengembangkan identitas keagamaan yang kuat dan memahami nilai-nilai yang mendasari keyakinan dan perilaku mereka. Hal ini juga berkontribusi pada pembentukan kesejahteraan psikologis siswa, karena memiliki landasan moral dan spiritual yang kuat dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis (Muchlisin Riadi, 2018).

c. Sikap Toleransi dan Menghargai Perbedaan: Pendidikan Agama Islam juga berperan dalam membentuk sikap toleransi dan menghargai perbedaan. Melalui

pemahaman tentang ajaran Islam, siswa diajarkan untuk menghormati perbedaan agama dan budaya. Hal ini membantu siswa untuk mengembangkan identitas yang inklusif dan menghargai keragaman dalam masyarakat. Sikap toleransi dan penghargaan terhadap perbedaan juga berperan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa, karena menciptakan lingkungan sosial yang mendukung dan memperkaya.

D. Keseimbangan Pencapaian Akademis dan Kesejahteraan Psikologis

Pendidikan Agama Islam memiliki peran sentral dalam membentuk karakter, moral, dan spiritualitas individu. Selain aspek keagamaan, pendidikan agama Islam juga memiliki dampak signifikan pada pencapaian akademis dan kesejahteraan psikologis siswa. Pencapaian tersebut diantaranya adalah:

- a. Meningkatkan kesejahteraan psikologis. Penelitian menunjukkan bahwa pendidikan agama Islam memiliki peran positif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa. Siswa yang memiliki kepercayaan agama yang kuat dan memahami ajaran Islam dapat mengembangkan identitas keagamaan yang kuat dan memahami nilai-nilai yang mendasari keyakinan dan perilaku mereka, yang pada akhirnya dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka.
- b. Mengatasi stres dan ketidakpastian: Melalui pemahaman tentang ajaran Islam dan pengamalannya dalam kehidupan sehari-hari, siswa dapat mempelajari cara bertindak dan menghadapi tantangan dalam hidup dengan lebih baik, sehingga dapat mengurangi stres dan ketidakpastian mereka.
- c. Meningkatkan optimisme dan harapan: Pendidikan Agama Islam juga dapat membantu siswa meningkatkan optimisme dan harapan mereka terhadap masa depan. Dalam konteks yang positif dan mendukung, PAI membantu siswa memahami bahwa Allah SWT telah menyediakan jalan yang tepat dan mengarah mereka, sehingga mereka dapat bertindak dengan lebih baik dan menghadapi tantangan dengan lebih positif.
- d. Mengembangkan keterampilan sosial: PAI berperan dalam membantu siswa meningkatkan kemampuan sosial mereka, seperti menghormati perbedaan, berkomunikasi efektif, dan bekerja sama dengan rekan.
- e. Meningkatkan kualitas pembelajaran: PAI membantu siswa dalam menghargai materi pelajaran yang berkaitan dengan agama, sehingga dapat meningkatkan kualitas pembelajaran mereka.

E. Strategi Implementasi Pendidikan Agama Islam dalam Mendukung Kesehatan Mental Siswa

Bagian ini membahas strategi konkret yang dapat diterapkan dalam lingkungan pendidikan untuk mengoptimalkan peran Pendidikan Agama Islam (PAI) dalam meningkatkan kesehatan mental siswa. Beberapa strategi yang dapat digunakan meliputi:

1. Integrasi Nilai-Nilai Islam dalam Kurikulum

Menyusun kurikulum PAI yang tidak hanya berorientasi pada pemahaman konseptual tetapi juga pada aplikasi nilai-nilai Islam dalam kehidupan sehari-hari. Mengaitkan ajaran Islam dengan isu-isu psikologis, seperti kecemasan, manajemen stres, dan keseimbangan hidup.

2. Peningkatan Kompetensi Guru PAI dalam Konseling Spiritual

Memberikan pelatihan bagi guru agar mereka memiliki pemahaman tentang psikologi Islam dan keterampilan dalam memberikan bimbingan kepada siswa yang

mengalami tekanan mental. Mengembangkan metode pembelajaran berbasis pendekatan reflektif dan pengalaman spiritual.

3. Penciptaan Lingkungan Sekolah yang Mendukung Kesehatan Mental

Menyelenggarakan program mentoring berbasis agama untuk memberikan ruang bagi siswa dalam mendiskusikan permasalahan hidup mereka dengan guru atau mentor yang berpengalaman. Mengadakan kegiatan keagamaan yang bersifat menenangkan, seperti dzikir bersama, kajian Islam interaktif, dan doa pagi sebelum memulai pelajaran.

4. Pemanfaatan Teknologi dalam Pendidikan Agama Islam

Menggunakan platform digital untuk menyebarkan konten edukatif berbasis Islam yang membahas kesehatan mental. Mendorong penggunaan aplikasi Islami yang membantu siswa dalam meningkatkan kualitas ibadah dan pemahaman mereka terhadap nilai-nilai spiritual.

Dengan menerapkan strategi ini, diharapkan Pendidikan Agama Islam tidak hanya menjadi instrumen pembelajaran teoretis tetapi juga menjadi solusi praktis dalam membentuk kesejahteraan psikologis siswa secara holistik.

KESIMPULAN

Pendidikan Agama Islam (PAI) tidak hanya menjadi sumber pemahaman keagamaan, tetapi juga memiliki dampak yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis siswa. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa tingkat religiusitas dan pemahaman ajaran Islam berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan psikologis. PAI juga memainkan peran vital dalam pembentukan karakter, moralitas, dan identitas siswa. Dalam konteks pembentukan identitas, PAI tidak hanya memberikan pemahaman ajaran Islam tetapi juga melibatkan peran guru sebagai teladan dalam mengamalkan nilai-nilai Islam. Proses pembelajaran yang mendalam dan pengalaman praktis dalam kehidupan sehari-hari membantu siswa mengembangkan identitas keagamaan yang kuat dan positif. Aspek sosial juga terpenuhi melalui pembelajaran toleransi dan penghargaan terhadap perbedaan agama dan budaya. Sikap inklusif ini menciptakan lingkungan sosial yang mendukung dan berkontribusi pada kesejahteraan psikologis siswa, melalui studi literatur, penelitian ini menggarisbawahi peran PAI dalam membentuk keseimbangan antara pencapaian akademis dan kesejahteraan psikologis siswa. PAI bukan hanya merujuk pada aspek keagamaan, tetapi juga memengaruhi aspek kesejahteraan psikologis melalui pembentukan karakter, kedisiplinan, dan sikap sosial siswa. Dalam rangka meningkatkan mutu pendidikan, peran PAI sebagai penyokong pembentukan karakter dan moral harus terus diperkuat. Guru PAI memiliki tanggung jawab besar dalam memberikan pengajaran yang mendalam dan memberikan contoh nyata dalam mengamalkan ajaran Islam. Dengan demikian, PAI bukan hanya menjadi mata pelajaran keagamaan, tetapi juga menjadi pilar penting dalam membentuk individu yang berkualitas, berdaya saing, dan memiliki kesejahteraan psikologis yang baik. Diperlukan perhatian lebih lanjut dan dukungan agar peran PAI semakin optimal dalam mencapai tujuan pembentukan karakter dan kesejahteraan psikologis siswa.

Pendidikan agama Islam berperan penting dalam meningkatkan kesehatan mental, terutama dalam membantu para siswa mengatasi stres, kecemasan, dan membangun ketenangan batin melalui ajaran Islam. Nilai-nilai seperti sabar, tawakal, dan syukur membantu memperkuat kesejahteraan mental mereka. Pendidikan agama Islam dapat menjadi alat untuk meningkatkan kesadaran dan pengelolaan emosional yang lebih baik. Namun, masih terdapat tantangan dalam penerapannya, seperti kurangnya pemahaman yang mendalam tentang integrasi agama dan kesehatan mental. Untuk selanjutnya, tulisan ini dapat mengeksplorasi cara-cara yang lebih efektif dalam mengintegrasikan pendidikan agama Islam dengan kesehatan mental, serta menyesuaikan metode pengajaran untuk memenuhi kebutuhan para siswa. Strategi yang dapat dilakukan adalah peran, orang tua, sekolah, masyarakat dan negara harus diberdayakan dan sekaligus memanfaatkan berbagai fasilitas yang ada seperti fasilitas sekolah dan tempat ibadah seperti masjid. Dari berbagai kajian pustaka yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan bahwa Pendidikan Agama Islam memiliki peran yang signifikan dalam membangun kesehatan mental siswa. Melalui pendekatan holistik yang mencakup aqidah, ibadah, dan akhlak, PAI membantu siswa mengembangkan ketahanan diri dalam menghadapi tekanan kehidupan.

Peran guru PAI sebagai pembimbing spiritual juga sangat penting dalam menciptakan lingkungan pembelajaran yang mendukung kesejahteraan mental siswa. Dengan mengajarkan nilai-nilai Islam secara konsisten, siswa dapat memperoleh ketenangan batin dan mampu menghadapi tantangan modern dengan lebih baik. Sebagai langkah ke depan, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengembangkan metode pengajaran PAI yang lebih efektif dalam meningkatkan kesehatan mental siswa. Dengan demikian, pendidikan agama Islam tidak hanya berfungsi sebagai sarana transfer ilmu, tetapi juga sebagai pendekatan preventif dalam menghadapi tantangan kesehatan mental di era digital.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, M. D. (1981). Pengantar Filsafat Pendidikan Islam, Bandung: PT. In *Al-Ma'arif*. Al-Maarif.
- Ambarwati, T. B., Nasikhin, & Muthohar, A. (2024). Kontribusi Pendidikan Agama Islam terhadap Kesehatan Mental Para Remaja Abad 21. *South Sulawesi Education Development (SSED)*.
<https://doi.org/10.58230/27454312.985>
- Atkins, M., Hoagwood, K., Kutash, K., & Seidman, E. (2010). Toward the Integration of Education and Mental Health in Schools. *Administration and Policy in Mental Health and Mental Health Services Research*, 37, 40–47.
<https://doi.org/10.1007/s10488-010-0299-7>
- Anas Hadi, Imam. “Peran Penting Psikologi dalam Pendidikan Islam.” *Jurnal Pendidikan Islam* 11, no. 2 (2017).
- Azra, Azyumardi. *Pendidikan Islam Tradisi dan Modernisasi Menuju Milenium Baru*. 2 ed. Jakarta: Logos Wacana Ilmu, 2000.
- Bethune, S. (2019). Gen Z more likely to report mental health concerns. In *Monitor on Psychology* (Vol. 50, Nomor 1, hal. 20).
- Cahaya, Dhiauddin, M. F. I. (2022). Ontologi Sains Perspektif barat dan Islam. In *Jurnal Reflektika* (Vol. 17, Nomor 1). Jurnal Reflektika Universitas Medan Area. Diakses dari ejournal.unia.ac.id.
- Cahaya, C. (2023). MEMBINA AKHLAK ANAK USIA DINI DALAM PENDIDIKAN RELIGIUS DI ERA DIGITAL. *Atthiflah: Journal of Early Childhood Islamic Education*, 10(1), 90–102.
- Cahaya, C., & Naldi, A. (2024). *Akhlaq Tasawuf: Sajian Pencuci Jiwa*. Yayasan Tri Edukasi Ilmiah.
https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=5ucaEQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=gratifikasi+tim+pengawas+good+governance&ots=gN2FUOVDIs&sig=24W_BAbkXwRZYwYlm21kvqdUpm0
- Daradjat, Z. (n.d.). *Kesehatan Mental dalam Perspektif Islam*. Gunung Agung.
- Dwi Fitri, Ramadhani. “Pengaruh Religuitas Terhadap Psychological Well Being pada Ibu-Ibu Pengajian Al-Muharram di Desa Bandar Khalifah.” Universitas Medan Area, 2023.
- Efendi, Rustan, dan Irmwaddah. “Peran Pendidikan Agama Islam dalam Membentuk Karakter Religius Siswa.” *Dialetika: Jurnal Pendidikan Agama Islam* 1, no. 1 (2022).
- Emirita. “Pengaruh Pendidikan Agama Islam Terhadap Pembentukan Akhlak dan Kedisiplinan Siswa di SDIT Insan Robbani Lampung Utara.” Universitas Islam Negeri Raden Intan, 2017.
- Estrada, C., Lomboy, M., Gregorio, E., Amalia, E., Leynes, C., Quizon, R., & Kobayashi, J. (2019). Religious education can contribute to adolescent mental health in school settings. *International Journal of Mental Health Systems*, 13. <https://doi.org/10.1186/s13033-019-0286-7>
- Fatimah, Andriyani, Masyitoh, Wasito, D. O., Yulia, D., Astuti, A.-A., & Wahyuningtias, R. N. (2022). RELIGIOUS COUNSELING

- GUIDANCE FOR YOUTH MENTAL HEALTH. *Muhammadiyah International Public Health and Medicine Proceeding*.
<https://doi.org/10.61811/miphmp.v1i2.226>
- Hamidi, F., Bagherzadeh, Z., & Gafarzadeh, S. (2010). The role of islamic education in mental health. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 5, 1991–1996. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.402>
- Hasanah, W. N. H., Aryanto, J. A., & Fauzi, M. I. F. (2024). PENDIDIKAN KARAKTER MELALUI METODE BERCERITA SEBAGAI UPAYA MEMBENTUK AKHLAK MULIA PADA ANAK TPQ MASJID AL- IKHLAS MUNYUNG, KWARASAN, GROGOL, SUKOHARJO. *Adabiyah Islamic Journal*, 2(1 SE-Articles), 29–46.
<https://ojs.uma.ac.id/index.php/adabiyah/article/view/11636>
- Hidayati, N., Tri, A., & Dina, R. (2020). Islamic Education : Building Character and Mental Health For z-Generation. *Iwos*, 1(1), 205–213.<https://doi.org/10.26555/IWOS.V1I1.5239>
- Jamaludin, J. (2024). Optimizing the Role of Mosques in Supporting the Implementation of Sustainable Development Goals (SDGs) to Improve the Mental Health of Generation Z in Mataram City: A Conceptual Research. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan)*.
<https://doi.org/10.58258/jisip.v8i2.6766>
- Kurniawati, Riska. “Pengaruh Pendidikan Agama Islam Terhadap Karakter Peserta Didik di SMA Al- Azhar 3 Bandar Lampung.” UIN Raden Intan Lampung, 2019.
- Langgung, H. (2000). Manusia dan Pendidikan. In *Jakarta: Pustaka Al-Husna Baru*. Pustaka Al-Husna Baru.
- Livingstone, S. (2018). iGen: why today’s super-connected kids are growing up less rebellious, more tolerant, less happy – and completely unprepared for adulthood. In *Journal of Children and Media* (Vol. 12, Nomor 1). Atria Books. <https://doi.org/10.1080/17482798.2017.1417091>
- Lubis, S. H., Nasution, H. S., Naldi, A., Cahaya, C., & Rusdi, M. (2024). *Pembelajaran Agama Islam di dalam Perguruan Tinggi*. Yayasan Tri Edukasi Ilmiah.
- Maghfiroh, H., Sahara, E., & Wahyuni, E. (2024). Transformasi Kesehatan Mental Remaja Melalui Pendidikan Agama Islam di Era Global. *Social Science Academic*. <https://doi.org/10.37680/ssa.v2i2.5796>
- Mahdiyyah, R., Hosna, R., & Arini, A. (2024). ESENSI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DALAM MEWUJUDKAN KESEHATAN MENTAL SISWI MA AL-WASHOYA NGORO JOMBANG JAWA TIMUR. *Education, Learning, and Islamic Journal*.
<https://doi.org/10.33752/el-islam.v6i1.6075>
- Marhasan. “Pengaruh Pendidikan Agama Islam Terhadap Sikap Sosial Keagamaan di Sekolah Kelas VII SLTPN Cipedak Jakarta Selatan.” UIN Syarif Hidayatullah, 2008.
- McMinn, M. R., Hathaway, W. L., Woods, S. W., & Snow, K. N. (2009). What American Psychological Association Leaders Have to

- Say About Psychology of Religion and Spirituality. *Psychology of Religion and Spirituality*, 1(1), 3–13. <https://doi.org/10.1037/a0014991>
- Muchlisin Riadi. “Unsur, Pembentukan dan Faktor yang Mempengaruhi Moralitas,” 7 Desember 2018. <https://www.kajianpustaka.com/2018/12/unsur-pembentukan-dan-faktor-yang-mempengaruhi-moralitas.html>.
- Nizar, S. (2002). Filsafat Pendidikan Islam Pendekatan Historis, Teoritis Dan Praktis. In *Jakarta, Ciputat pers.* Kencana.
- Nurjanah, Siti. “Pengaruh PAI Terhadap Pembentukan Akhlak Siswa di SDIT Yasir Cipondoh Kota Tangerang.” UIN Syarif Hidayatullah, 2014.
- Ri, D. A. (1989). Kitab Suci Al-Quran dan Terjemah. In *Jakarta: Departemen Agama*.
- Rosmalina, A., Elrahman, H., Handayani, H., & Affendi, H. (2023). Islamic Mental Health Education for Adolescents in the Digital Era. *International Journal of Educational Qualitative Quantitative Research*. <https://doi.org/10.58418/ijeqqr.v2i1.3>
- Sayyidah, Aisya Farah, Rifda Nafisa Mardhotillah, Nur Alfiana Sabila, dan Sri Rejeki. “Peran Religiusitas Islam dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis.” *Al-Qalb : Jurnal Psikologi Islam* 13, no. 2 (30 September 2022): 103–15. <https://doi.org/10.15548/alqalb.v13i2.4274>.