

Peran Pendidikan Agama Islam Dalam Meningkatkan Kesadaran Kesehatan Mental Peserta Didik Di Era Kontemporer

Yahya Fahmi Faqihuddin¹, M. Mahbubi².

¹²Universitas Nurul Jadid, Probolinggo

Pai.2510700030@unuja.ac.id¹, mahbubi@unuja.ac.id²

Article Info

Article history:

Submission 10/12/2025

Accepted 28/12/2025

Published 31/12/2025

Keywords:

Pendidikan Agama Islam,
Nilai Keislaman,
Pembelajaran Bermakna

ABSTRACT (10 PT)

Artikel ini mengkaji peran Pendidikan Agama Islam (PAI) dalam membentuk kesadaran kesehatan mental peserta didik di sekolah menengah Indonesia. Fokus utama artikel adalah bagaimana internalisasi nilai-nilai Islam dalam proses pembelajaran PAI dapat mendukung kesejahteraan psikologis siswa melalui penguatan spiritual, arti hidup, serta pengelolaan emosi dan stres. Kajian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dan tinjauan pustaka dari penelitian empiris dan teori pendidikan Islam kontemporer. Hasil pembahasan menunjukkan bahwa pembelajaran PAI berkontribusi secara signifikan terhadap kesehatan mental peserta didik melalui empat mekanisme utama: internalisasi nilai spiritual, penguatan makna hidup, praktik ibadah sebagai terapi psikologis, dan pembentukan lingkungan religius yang suportif. Nilai-nilai seperti sabar, syukur, dan tawakal tidak hanya memperkuat iman, tetapi juga membantu peserta didik mengelola tekanan akademik dan sosial secara sehat. Pendidikan Agama Islam juga berperan melalui guru sebagai konselor spiritual yang menciptakan rasa aman dan empati di lingkungan belajar. Temuan ini menunjukkan bahwa PAI tidak hanya memberikan pengetahuan agama, tetapi juga berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis siswa di masa kontemporer yang penuh tantangan. Artikel ini merekomendasikan peningkatan kompetensi guru PAI dalam aspek konseling, perluasan penelitian tentang hubungan antara nilai religius dan kesehatan mental siswa, serta integrasi pendekatan pedagogis berbasis psikologi untuk memaksimalkan dampak positif PAI

Corresponding Author: Yahya Fahmi Faqihuddin

Universitas Nurul Jadid Probolinggo

Pai.2510700069@unuja.ac.id

Pendahuluan

Pendidikan Agama Islam (PAI) memiliki peran yang sangat strategis dalam kehidupan peserta didik di Indonesia, khususnya dalam pembentukan karakter, moral dan spiritual. Tidak hanya sebagai mata pelajaran formal di sekolah, PAI seharusnya berfungsi sebagai ruang internalisasi nilai-nilai Islam yang holistik, sehingga peserta didik tidak hanya menghafal ayat, hadis, dan hukum fiqh, tetapi juga mampu menerapkan nilai-nilai tersebut dalam kehidupan sosial, emosional dan spiritualnya. Dalam era kontemporer saat ini, peserta didik dihadapkan pada berbagai tekanan psikologis seperti stres akademik, tekanan teman sebaya, dan tantangan digital yang kompleks. Kondisi ini membuat pendidikan agama tidak lagi relevan bila hanya dianggap sebagai penguasaan ritual atau hafalan semata; melainkan harus menjadi medium yang mampu

menguatkan kesehatan mental dan kesejahteraan jiwa peserta didik secara menyeluruh. Penelitian kontemporer menunjukkan bahwa pembelajaran PAI berkontribusi secara signifikan terhadap kesadaran kesehatan mental peserta didik melalui internalisasi nilai spiritual yang mendalam. Nilai-nilai seperti kesabaran, rasa syukur, dan kepercayaan kepada Allah membantu siswa dalam mengelola emosi serta tekanan kehidupan sehari-hari. Pembelajaran PAI juga menyediakan kerangka makna hidup yang dapat membantu peserta didik memahami tujuan hidupnya dengan lebih positif. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan agama memiliki potensi ganda sebagai pembentuk karakter dan juga sebagai sumber dukungan psikologis yang penting. Guru PAI, selain berfungsi sebagai pengajar, juga berperan sebagai konselor spiritual yang mampu menciptakan lingkungan yang mendukung kesejahteraan mental siswa. Oleh karena itu, pemahaman terhadap hubungan antara pendidikan agama dan kesehatan mental sangat penting untuk dikaji dalam konteks sistem pendidikan Indonesia yang terus berkembang. Pemahaman ini harus melibatkan perspektif psikologi pendidikan, agama, serta pembelajaran kontemporer agar pembelajaran PAI dapat dirancang secara efektif dan relevan dengan realitas peserta didik saat ini. ([IPM2KPE Journal](#))

Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang difokuskan pada kajian literatur dan analisis teoritis terhadap hasil-hasil penelitian empiris sebelumnya mengenai hubungan antara Pendidikan Agama Islam (PAI) dan kesehatan mental peserta didik. Sumber data utama berasal dari artikel-artikel akademik, buku pendidikan Islam dan psikologi pendidikan yang relevan serta jurnal pendidikan kontemporer yang membahas peran nilai religius dalam kesejahteraan psikologis peserta didik. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui pencarian literatur pada basis data jurnal akademik yang bereputasi serta database perpustakaan universitas. Artikel dipilih berdasarkan relevansi dengan fokus penelitian, yaitu kontribusi PAI terhadap kesehatan mental siswa serta implikasi nilai-nilai Islam dalam konteks pendidikan kontemporer. Analisis data dilakukan secara tematik melalui identifikasi konsep-konsep utama dalam literatur yang ditemukan. Tahap pertama analisis adalah memilah – milah informasi berdasarkan tema-tema yang relevan, seperti internalisasi nilai spiritual, peran guru PAI, dan tantangan kesehatan mental peserta didik. Tahap kedua adalah sintesis konsep yang kemudian dijadikan dasar untuk menjelaskan hubungan antara pembelajaran PAI dan aspek kesehatan mental. Penerapan teknik ini bertujuan untuk menghasilkan pemahaman yang komprehensif mengenai fenomena yang dikaji tanpa bergantung pada data kuantitatif semata. Seluruh temuan kemudian dikontekstualisasikan dalam kerangka teori pendidikan Islam dan psikologi pendidikan kontemporer untuk memperkaya

interpretasi dan memberikan implikasi praktis terhadap desain pembelajaran PAI di sekolah. Pendekatan deskriptif ini memungkinkan peneliti menjelaskan fenomena secara detail dan lugas serta menyediakan dasar empiris untuk rekomendasi implementasi pembelajaran yang lebih adaptif terhadap kebutuhan mental peserta didik. (IPM2KPE Journal)

Pembahasan

Pembelajaran Pendidikan Agama Islam (PAI) mempunyai peran penting dalam pembentukan kesadaran kesehatan mental peserta didik di sekolah. Kontribusi ini tidak hanya terbatas pada aspek ritual dan kognitif semata, tetapi juga mencakup penguatan nilai-nilai spiritual yang membantu peserta didik dalam mengelola tekanan psikologis sehari-hari. Dalam pembelajaran yang efektif, internalisasi nilai Islam seperti kesabaran, syukur, tawakal dan qana'ah menjadi fondasi moral yang membantu siswa menghadapi situasi sulit secara psikologis. Nilai-nilai tersebut, ketika dipahami dengan benar, akan mendukung kemampuan siswa untuk mengatasi stres, konflik interpersonal dan tantangan akademik secara lebih bijak. Analisis literatur menunjukkan bahwa implementasi pembelajaran PAI yang mampu mengintegrasikan nilai spiritual dalam kehidupan siswa dapat menciptakan suasana kelas yang lebih kondusif terhadap kesehatan mental. Hal ini diperkuat oleh peran guru PAI bukan hanya sebagai penyampai materi, tetapi sebagai fasilitator yang membantu siswa menyusun nilai-nilai tersebut dalam struktur makna kehidupan mereka. Arena pembelajaran PAI yang dialogis memungkinkan siswa terlibat aktif dalam diskusi nilai, refleksi pengalaman pribadi dan penerapan ajaran agama dalam konteks kontemporer. Pendekatan seperti ini berbeda secara signifikan dengan model pembelajaran PAI yang hanya berorientasi pada hafalan teks. Pembelajaran yang difokuskan pada pemahaman dan refleksi nilai terbukti dapat memperkuat hubungan antara siswa dan ajaran agama sebagai sumber kenyamanan dan ketentraman batin. Lebih jauh, guru PAI yang memiliki kompetensi dalam aspek psikologi pendidikan dapat lebih efektif dalam mendeteksi tanda-tanda ketidakstabilan emosional pada siswa dan memberikan pendekatan dukungan yang lebih sesuai. Pembelajaran PAI juga memiliki peran kolektif dalam membentuk lingkungan sekolah yang suportif dengan budaya religius yang positif, di mana siswa merasa diterima dan dihargai nilainya. Kompleksitas era digital dan modern menuntut peserta didik untuk mampu bertahan secara mental menghadapi berbagai rangsangan sosial media, konflik nilai dan tekanan pergaulan. Di sini, pendidikan agama memiliki karakteristik unggul sebab ajaran Islam menekankan keseimbangan antara kehidupan duniawi dan ukhrawi serta keterhubungan spiritual yang menjadi landasan kekuatan psikologis. Selanjutnya, hasil analisis literatur menunjukkan adanya kebutuhan peningkatan pelatihan bagi guru PAI agar mereka memiliki keterampilan pedagogis yang mampu mengintegrasikan nilai-nilai spiritual dengan strategi

pengelolaan kelas yang ramah psikologis. Tantangan pembelajaran PAI dalam konteks ini termasuk kurangnya fokus pada aspek psikologis dan keterbatasan kompetensi guru dalam mengkombinasikan pendekatan religius dengan kesejahteraan mental siswa. Oleh karena itu, sistem pendidikan perlu mengembangkan kurikulum PAI yang lebih responsif terhadap kebutuhan generasi saat ini serta memperluas tema pembelajaran untuk menyertakan isu-isu kesehatan mental sebagai bagian dari pembelajaran holistik. (IPM2KPE Journal)

Objek analisis dalam penelitian ini adalah pembelajaran Pendidikan Agama Islam (PAI) pada satuan pendidikan formal di Indonesia, dengan fokus pada proses internalisasi materi ajar dan relevansinya terhadap penguatan kesehatan mental peserta didik. Pembelajaran PAI yang dianalisis mencakup materi akidah, akhlak, ibadah, dan Al-Qur'an Hadis sebagaimana tercantum dalam kurikulum nasional. Objek ini dipilih karena PAI secara normatif memiliki tujuan membentuk kepribadian religius dan keseimbangan batin peserta didik, namun dalam praktiknya sering menghadapi tantangan dalam mewujudkan tujuan tersebut secara optimal.

Secara umum, pembelajaran PAI di sekolah masih didominasi oleh pendekatan kognitif yang menekankan penguasaan materi secara konseptual dan hafalan. Proses pembelajaran cenderung berorientasi pada penyampaian materi dan pencapaian target evaluasi akademik, seperti ulangan harian dan ujian semester. Kondisi ini menyebabkan materi PAI lebih dipahami sebagai pengetahuan teoritis, sementara dimensi penghayatan nilai dan refleksi personal peserta didik belum mendapatkan porsi yang memadai.

Hasil analisis terhadap berbagai sumber literatur dan dokumen pembelajaran menunjukkan bahwa internalisasi nilai-nilai PAI belum menjadi fokus utama dalam proses pembelajaran. Peserta didik umumnya mengetahui konsep-konsep keagamaan, namun belum sepenuhnya mampu mengaitkannya dengan pengalaman hidup dan persoalan psikologis yang mereka hadapi. Akibatnya, potensi PAI sebagai sarana penguatan kesehatan mental, seperti menumbuhkan ketenangan jiwa, ketahanan menghadapi stres, dan makna hidup, belum teraktualisasi secara maksimal.

Dengan demikian, gambaran umum objek analisis menunjukkan adanya kesenjangan antara tujuan ideal pembelajaran PAI dan realitas praktik di lapangan. Kesenjangan ini menjadi dasar penting bagi analisis lebih lanjut mengenai perlunya pendekatan pembelajaran PAI yang lebih menekankan internalisasi nilai dan relevansinya terhadap kesehatan mental peserta didik

Kesimpulan

Artikel ini menunjukkan bahwa Pendidikan Agama Islam (PAI) memainkan peran yang signifikan dalam meningkatkan kesadaran kesehatan mental peserta didik di sekolah Indonesia.

Kajian literatur yang dilakukan mengungkap bahwa pembelajaran PAI tidak hanya berkontribusi pada pengembangan pengetahuan agama, tetapi juga pada penguatan aspek psikologis siswa melalui internalisasi nilai-nilai spiritual yang mendalam seperti kesabaran, syukur, dan tawakal. Nilai-nilai ini membantu siswa dalam menghadapi tantangan psikologis kehidupan sehari-hari, seperti stres akademik dan konflik interpersonal. Peran guru PAI sangat penting dalam konteks ini, karena guru tidak hanya menjadi pengajar tetapi juga fasilitator dan konselor spiritual yang menciptakan suasana kelas yang mendukung kesejahteraan mental siswa. Kompetensi pedagogis guru dalam memahami aspek psikologi pendidikan menjadi faktor kunci untuk mengintegrasikan nilai-nilai moral dengan strategi pembelajaran yang responsif terhadap kebutuhan mental peserta didik.

Selain itu, artikel ini menemukan bahwa pembelajaran PAI yang bersifat dialogis dan reflektif dapat meningkatkan keterlibatan siswa serta membantu mereka mengaitkan ajaran agama dengan pengalaman hidup nyata. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan agama yang efektif bukan sekadar mengandalkan hafalan, tetapi harus membantu siswa memahami makna ajaran dalam konteks kehidupan kontemporer. Pembelajaran PAI perlu dirancang secara holistik dengan pendekatan yang memperhatikan aspek spiritual, psikologis, sosial, dan budaya peserta didik agar pembelajaran tidak berhenti pada pengetahuan teoretis saja.

Namun, artikel ini juga menyoroti tantangan dalam implementasi pembelajaran PAI yang berorientasi pada kesehatan mental, termasuk keterbatasan kompetensi guru dan kurangnya fokus pada isu-isu psikologis dalam kurikulum saat ini. Oleh karena itu, sistem pendidikan di Indonesia perlu melakukan reformasi kurikulum dan peningkatan kapasitas guru agar pembelajaran PAI dapat berkontribusi secara maksimal terhadap kesejahteraan mental peserta didik. Temuan ini mendorong perlunya penelitian lanjutan yang meneliti hubungan antara nilai religius dan indikator psikologis siswa secara empiris.

Secara keseluruhan, artikel ini menyimpulkan bahwa Pendidikan Agama Islam memiliki potensi besar untuk menjadi medium pembelajaran yang tidak hanya mendidik secara kognitif dan moral tetapi juga memperkuat ketahanan mental peserta didik, sehingga menciptakan generasi yang cerdas secara spiritual dan sehat secara psikologis. (IPM2KPE Journal)

Daftar Pustaka

Peran Pendidikan Agama Islam di Sekolah dalam Membentuk Kesadaran Kesehatan Mental Peserta Didik. JOEAI: Journal of Education and Instruction, 2025. ([IPM2KPE Journal](#))

- Integration of Technology and Islamic Values in PAI Learning*. Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam, 2025. ([Jurnal STAI Al Hidayah Bogor](#))
- Efektivitas Pembelajaran PAI dalam Meningkatkan Pola Pikir Siswa*. Jurnal Pendidikan Tambusai, 2025. ([Jptam](#))
- Kurikulum Pendidikan Agama Islam untuk Anak Usia Dini*. Indonesian Journal of Early Childhood, 2025. ([Jurnal UNW](#))
- Interdisciplinary-Based Islamic Religious Education Learning*. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Raushan Fikr, 2024. ([Ejournal UINSAIZU](#))
- PAI Teacher's Strategy in Improving Student Learning Behavior*. Al-Tadzkiyyah: Jurnal Pendidikan Islam, 2025. ([Jurnal UIN Raden Intan Lampung](#))
- Suryawan B.H., Cecep S., *Pendidikan Agama Islam Berbasis Multikultural*. Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK), 2025. ([Jurnal Universitas Pahlawan](#))
- Muhammad A., Indah H., *Perspektif Mahasiswa terhadap Kurikulum Pendidikan Islam di Indonesia*. Scaffolding: Jurnal Pendidikan Islam dan Multikulturalisme, 2025. ([Omah Jurnal Sunan Giri](#))
- Endang S., *Pembelajaran PAI di Sekolah Dasar dengan Pendekatan Tematik*. Al-Bidayah: Jurnal Pendidikan Dasar Islam, 2025. ([E-JOURNAL](#))
- Khairul A., Tobroni, *Kajian Materi PAI dengan Pendekatan Spiritualitas*. Jurnal Pendidikan Tambusai, 2025. ([Jptam](#))
- Peran PAI dalam Pembentukan Karakter dan Mental Spiritual*. Journal of Humanities, Social Sciences, and Education, 2025. ([Jurnal Yayasan Meisyara Insan Madani](#))
- Islamic Religious Education in National System: Challenges for Character Building*. Atthulab, 2025. ([eJournal UIN SGD](#))
- Implementasi PAI di Perguruan Tinggi pada Masa Pandemi*. Nazhruna: Jurnal Pendidikan Islam, 2025. ([E-Journal UAC](#))
- Saefiyani & Misbah, *Konsep Ideal Guru PAI*. Jurnal Kependidikan, 2025. ([Ejournal UINSAIZU](#))
- PAI dan Radikalisme*. Al-I'tibar: Jurnal Pendidikan Islam, 2025. ([Jurnal Universitas Nurul Huda](#))
- A.Aziz et al., *Pembelajaran PAI di Sekolah Dasar*. Taklim: Jurnal Pendidikan Agama Islam, 2025. ([Ejournal UPI](#))
- Abbas Y., *Pendekatan Humanistik dalam Pembelajaran PAI*, Jurnal Pendidikan Islam, 2024.
- Cahyono R., *Evaluasi Kurikulum PAI di Sekolah Menengah*, Jurnal Ilmu Pendidikan Islam, 2023.
- Dewi L., *Strategi Inovatif dalam Pembelajaran PAI*, Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran, 2024.
- Fatimah S., *Peran Orang Tua dalam Pendidikan Agama Islam*, Jurnal Pendidikan Islam, 2023.