

PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DAN KESEHATAN MENTAL: HUBUNGAN ANTARA SPIRITUALITAS DAN KESEJAHTERAAN

Arief Agus Triansyah¹, Rafli Endryan², Rapid Sulthan Ramadhan³, Nauval Fauzan⁴, M.
Sulthan Raafi Herviansyah⁵

^{1,2,3,4,5}Sekolah Tinggi Teknologi Mandala Bandung, Indonesia

ariefagustriansyah98@gmail.com¹, rafliendrian@gmail.com², rapidsultan8@gmail.com³,
nf7647415@gmail.com⁴, sulthanraafi05@gmail.com⁵

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara pendidikan agama Islam dan kesehatan mental siswa, dengan fokus pada bagaimana pemahaman dan praktik keagamaan dapat berkontribusi terhadap kesejahteraan mental dan emosional. Dalam konteks global yang semakin memperhatikan isu kesehatan mental, penelitian ini mengidentifikasi peran pendidikan agama dalam meningkatkan kesehatan mental serta dampak spiritualitas terhadap kesejahteraan individu. Metodologi yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan pengumpulan data melalui kuesioner wawancara dan observasi. Hasil penelitian diharapkan menunjukkan adanya hubungan positif antara pendidikan agama Islam dan kesehatan mental, serta mengungkapkan pengaruh spiritualitas yang signifikan terhadap kesejahteraan siswa. Temuan ini diharapkan dapat memberikan rekomendasi untuk pengembangan program pendidikan agama yang lebih terintegrasi dengan aspek kesehatan mental.

Kata Kunci: Pendidikan Agama Islam, Kesehatan Mental, Spiritualitas, Kesejahteraan, Siswa.

ABSTRACT

This study aims to explore the relationship between Islamic religious education and students' mental health, with a focus on how religious understanding and practice can contribute to mental and emotional well-being. In a global context that is increasingly paying attention to mental health issues, this study identifies the role of religious education in improving mental health and the impact of spirituality on individual well-being. The methodology used is a quantitative approach with data collection through interview questionnaires and observations. The results of the study are expected to show a positive relationship between Islamic religious education and mental health, and reveal the significant influence of spirituality on students' well-being. These findings are

expected to provide recommendations for the development of religious education programs that are more integrated with mental health aspects.

Keywords: *Islamic Religious Education, Mental Health, Spirituality, Well-being, Students.*

A. PENDAHULUAN

a. Latar Belakang

Pentingnya pendidikan agama Islam dalam kehidupan sehari-hari Pendidikan agama Islam memainkan peran penting dalam membentuk karakter dan moral individu, serta memberikan panduan spiritual yang dapat membantu siswa menghadapi tantangan hidup sehari-hari. Kesehatan mental sebagai isu global Kesehatan mental telah menjadi perhatian utama di seluruh dunia, dengan semakin maraknya masalah kesehatan mental di kalangan remaja dan dewasa muda, yang dapat mempengaruhi kualitas hidup mereka. Relevansi hubungan antara spiritualitas dan kesejahteraan Penelitian menunjukkan bahwa spiritualitas dapat memberikan kontribusi positif terhadap kesejahteraan mental individu, dengan memberikan makna, tujuan, dan dukungan emosional.

b. Rumusan Masalah

Apa peran pendidikan agama Islam dalam kesehatan mental? Penelitian ini akan mengeksplorasi bagaimana pendidikan agama Islam dapat berkontribusi terhadap peningkatan kesehatan mental siswa.

Bagaimana spiritualitas mempengaruhi kesejahteraan individu? Fokus pada bagaimana praktik keagamaan dan pemahaman spiritual dapat mempengaruhi kesejahteraan emosional dan mental individu.

c. Tujuan Penelitian

Mengidentifikasi hubungan antara pendidikan agama Islam dan kesehatan mental Menganalisis keterkaitan antara pendidikan agama yang diterima siswa dengan kondisi kesehatan mental mereka. Menganalisis dampak spiritualitas terhadap kesejahteraan individu Menilai bagaimana aspek spiritual dari pendidikan agama dapat meningkatkan kesejahteraan mental siswa.

B. TINJAUAN PUSTAKA

a. Konsep Pendidikan Agama Islam

Definisi dan tujuan pendidikan agama Islam Pendidikan agama Islam bertujuan untuk membentuk karakter yang baik melalui pemahaman ajaran Islam.

Metode dan pendekatan dalam pendidikan agama Berbagai metode seperti ceramah, diskusi, dan praktik langsung digunakan untuk mengajarkan nilai-nilai agama.

b. Kesehatan Mental

Definisi kesehatan mental Kesehatan mental mencakup kondisi psikologis yang memungkinkan individu berfungsi secara efektif dalam kehidupan sehari-hari.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental Stres, lingkungan sosial, dan dukungan emosional adalah beberapa faktor yang mempengaruhi kesehatan mental.

Dampak kesehatan mental terhadap kehidupan sehari-hari Kesehatan mental yang buruk dapat mengganggu fungsi sosial, akademik, dan pekerjaan individu.

c. Spiritualitas dan Kesejahteraan

Definisi Spiritualitas Spiritualitas Merujuk pada pencarian makna hidup dan hubungan dengan sesuatu yang lebih besar dari diri sendiri.

Hubungan antara spiritualitas dan kesejahteraan Banyak penelitian menunjukkan bahwa individu dengan tingkat spiritualitas yang tinggi cenderung memiliki kesejahteraan yang lebih baik.

Penelitian terdahulu tentang spiritualitas dan kesehatan mental Studi menunjukkan bahwa praktik spiritual dapat mengurangi kecemasan dan depresi serta meningkatkan kebahagiaan.

C. METODE PENELITIAN

a. Desain Penelitian

- a) Jenis Penelitian, Penelitian ini akan menggunakan pendekatan kuantitatif untuk menganalisis data numerik mengenai kesehatan mental siswa.

- b) Pendekatan Penelitian, menggunakan survey untuk mengumpulkan data dari responden mengenai pengalaman mereka dengan Pendidikan agama dan kesehatan mental.

b. Populasi dan Sampel

- a) Deskripsi Populasi Populasi penelitian ini adalah siswa di sekolah menengah yang mengikuti pendidikan agama Islam.
- b) Teknik pengambilan sampel Teknik sampling acak akan digunakan untuk memilih responden dari berbagai sekolah.

c. Alat Pengumpulan Data

- a) Kuesioner Kuesioner akan dirancang untuk mengukur tingkat pendidikan agama, kesehatan mental, dan kesejahteraan emosional siswa.
- b) Wawancara mendalam akan dilakukan dengan beberapa responden untuk mendapatkan wawasan lebih lanjut tentang pengalaman mereka.
- c) Observasi Observasi terhadap interaksi siswa dalam lingkungan belajar juga akan dilakukan untuk mendapatkan data tambahan.

D. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Temuan Penelitian

Hubungan antara pendidikan agama Islam dan kesehatan mental diharapkan ada hubungan positif antara pendidikan agama Islam dengan peningkatan kesehatan mental siswa.

Pengaruh spiritualitas terhadap kesejahteraan individu Penelitian ini diharapkan menemukan bahwa spiritualitas memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kesejahteraan emosional siswa.

b. Diskusi

Dibandingkan dengan penelitian sebelumnya Hasil penelitian ini akan dibandingkan dengan studi-studi sebelumnya untuk melihat konsistensi temuan.

Implikasi temuan terhadap praktik pendidikan agama Islam Temuan ini dapat memberikan rekomendasi bagi pengembangan kurikulum pendidikan agama yang lebih fokus pada aspek kesehatan mental.

Rekomendasi untuk pengembangan program kesehatan mental berbasis spiritualitas Program-program intervensi berbasis spiritualitas dapat dikembangkan untuk mendukung siswa dalam mengatasi masalah kesehatan mental mereka.

E. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

a. Ringkasan Temuan

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif antara pendidikan agama Islam dengan kesehatan mental serta dampak positif spiritualitas terhadap kesejahteraan individu.

b. Implikasinya untuk Pendidikan Agama Islam dan Kesehatan Mental

Pendidikan agama harus diintegrasikan dengan pendekatan kesehatan mental untuk mendukung perkembangan siswa secara holistik.

Saran

Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengeksplorasi intervensi berbasis spiritualitas dalam konteks pendidikan formal lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- <https://www.semanticscholar.org/paper/Pengaruh-PembelajaranDaring-Dan-Kesehatan-Mental6-HasanahShunhaji/6812f31fc7306e5d72e cabda57033bea4aadfcd9>
- <https://www.semanticscholar.org/paper/Pengaruh-KesehatanMental-Terhadap-Hasil-BelajarDi-SetiawatiPutra/979d666644967c46e1acf9 ad33e678157f97fded>
- <https://www.semanticscholar.org/paper/Pengaruh-KesehatanMental-Terhadap-Hasil-BelajarDi-SetiawatiPutra/979d666644967c46e1acf9 ad33e678157f97fded>
- <https://www.semanticscholar.org/paper/ESENSI-PENDIDIKAN-AGAMA-ISLAM-DALAMMEWUJUDKAN-MA-MahdiyyahHosna/71e8c3a5a3f5c699e4a58 1dd9780b1fd4070ff5b>

[https://www.semanticscholar.org/paper/PERAN-GURUPENDIDIKAN-
AGAMAISLAM-DALAM-MEMBINA-MAN-Sya'ban-
Sutiono/55039020ad2cc06d07f884dc93f475d15fcb787c](https://www.semanticscholar.org/paper/PERAN-GURUPENDIDIKAN-AGAMAISLAM-DALAM-MEMBINA-MAN-Sya'ban-Sutiono/55039020ad2cc06d07f884dc93f475d15fcb787c)