TSAQOFAH
Jurnal Penelitian Guru Indonesia

p-ISSN: 2810-0395
e-ISSN: 2810-0042

Terindeks : Dimensions, Scilit, Lens, Semantic, Garuda, Google Scholar, Base, etc

https://doi.org/10.58578/tsaqofah.v5i4.6085

PENDIDIKAN AGAMA ISLAM SEBAGAI PENDEKATAN PSIKOEDUKATIF DALAM MENANGANI ISU KESEHATAN MENTAL REMAJA DI SMA

Islamic Religious Education as a Psychoeducational Approach in Addressing Adolescent Mental Health Issues in Senior High School

Muhammad Ainur Rafiq & Surawan
IAIN Palangka Raya
muhammadainurrafiq123@Gmail.com; surawan@iain-palangkaraya.ac.id

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Apr 19, 2025	May 16, 2025	May 28, 2025	Jun 2, 2025

Abstract

Adolescence is a complex developmental stage marked by heightened vulnerability to psychosocial stress, necessitating an educational approach that addresses not only cognitive but also emotional and spiritual dimensions. Islamic Religious Education (Pendidikan Agama Islam/PAI) plays a strategic role in fostering adolescent mental resilience through a psychoeducational approach integrated with spiritual, moral, and social values. This article aims to analyze the contribution of PAI to adolescent mental health at the senior high school level using a qualitative case study approach. The focus of the study includes three main aspects: stress management, confidence building, and the development of social support through religious communities. The findings show that PAI effectively assists adolescents in managing stress through the internalization of Islamic values such as *sabar* (patience) and *tawakal* (trust in God), enhances self-confidence through an understanding of individual potential as God's creation, and strengthens social support through participation in collective religious activities. These results are supported by previous studies indicating that active involvement in religious

Tsaqofah journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

practices positively impacts emotional stability, inner peace, and identity formation. Therefore, PAI should be positioned not merely as a normative subject, but as a transformative educational instrument that holistically supports the psychological well-being of adolescents.

Keywords: Islamic Religious Education; Mental Health; Adolescents; Psychoeducational; Spirituality; Social Support

Abstrak: Remaja merupakan fase perkembangan yang kompleks dan rentan terhadap tekanan psikososial, sehingga memerlukan pendekatan pendidikan yang tidak hanya kognitif, tetapi juga emosional dan spiritual. Pendidikan Agama Islam (PAI) memiliki peran strategis dalam membentuk ketahanan mental remaja melalui pendekatan psikoedukatif yang terintegrasi dengan nilai-nilai spiritual, moral, dan sosial. Artikel ini bertujuan untuk menganalisis kontribusi PAI terhadap kesehatan mental remaja di tingkat sekolah menengah atas dengan menggunakan pendekatan kualitatif studi kasus. Fokus kajian mencakup tiga aspek utama, yaitu pengelolaan stres, penguatan kepercayaan diri, dan pembangunan dukungan sosial melalui komunitas keagamaan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa PAI efektif membantu remaja dalam mengelola stres melalui penginternalisasian nilai-nilai Islam seperti sabar dan tawakal, meningkatkan kepercayaan diri melalui pemahaman akan potensi diri sebagai makhluk Tuhan, serta memperkuat dukungan sosial melalui keterlibatan dalam aktivitas religius kolektif. Temuan ini diperkuat oleh studi sebelumnya yang menunjukkan bahwa keterlibatan aktif dalam praktik keagamaan berdampak positif terhadap kestabilan emosi, ketenangan batin, dan penguatan identitas diri. Oleh karena itu, PAI perlu diposisikan tidak hanya sebagai mata pelajaran normatif, tetapi juga sebagai instrumen pendidikan transformatif yang mendukung kesejahteraan psikologis remaja secara menyeluruh.

Kata Kunci: Pendidikan Agama Islam; Kesehatan Mental; Remaja; Psikoedukatif; Spiritualitas; Dukungan Sosial

PENDAHULUAN

Pendidikan berperan penting dalam menentukan eksistensi dan perkembangan masyarakat, karena merupakan upaya untuk melestarikan, mengalihkan, dan mentransformasikan nilai-nilai kebudayaan dalam segala aspek dan jenisnya kepada generasi penerus. Hawari (1997:155) menekankan bahwa perkembangan remaja terjadi menurut suatu pola tertentu yang terdiri dari beberapa tahap, dan beralih dari satu tahap ke tahap berikutnya secara berurutan.(Leli Khoiriyah Simatupang & Ali Imran Sinaga, 2024). Demikian pula, Suharsono (2000:3) menguraikan bahwa untuk menjamin agar setiap remaja dapat tumbuh dan berkembang sesuai dengan fitrahnya, perlu adanya penyaringan terhadap pengaruh luar agar tetap terjaga dengan baik. Pendidikan dalam bentuk pemeliharaan belum sepenuhnya

murni, karena pendidikan yang benar-benar murni membutuhkan kematangan psikologis seorang pendidik serta kesadaran mental dari remaja yang dididik (Hasyim et al., 2023).

Remaja memiliki potensi yang besar untuk membentuk kehidupannya agar menjadi lebih baik, dengan berbagai kemampuan dan bakat yang dimilikinya. Namun, sejauh mana mereka berusaha dan berkomitmen dalam mengembangkan diri menjadi faktor utama dalam menentukan arah kehidupan mereka sehari-hari. Dalam hal ini, Pendidikan Islam berperan sebagai salah satu bentuk manifestasi dari cita-cita hidup umat Islam, memberikan pedoman serta nilai-nilai moral dan spiritual yang dapat membantu remaja menjalani masa pertumbuhan mereka dengan lebih baik. Dengan pendidikan yang tepat, remaja dapat lebih memahami identitas diri, mengambil keputusan yang bijak, serta menghadapi tantangan hidup dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab (Hidayat, 2017).

Perkembangan atau pembentukan kepribadian remaja tidak terjadi begitu saja, melainkan merupakan hasil dari interaksi antara berbagai faktor, seperti konstitusi biologis, psiko-edukatif, psiko-sosial, dan spiritual. Remaja akan tumbuh dan berkembang secara optimal apabila dibesarkan dalam lingkungan keluarga yang sehat dan harmonis. Sebaliknya, jika lingkungan yang mereka tempati tidak kondusif, maka perkembangan kepribadian mereka bisa menjadi tidak teratur (Susilawati, 2020).

Di sisi lain, Abdullah Nashih Ulwan (1981:81) menjelaskan bahwa keteladanan dalam pendidikan merupakan metode yang sangat berpengaruh dan terbukti efektif dalam membentuk remaja agar memiliki moral, spiritual, dan sosial yang baik. Dalam perspektif kaum terdidik, pendidik baik itu orang tua maupun guru memegang peran penting dalam membentuk karakter remaja. Oleh karena itu, seorang pendidik harus benar-benar beriman dan memiliki pengetahuan yang luas agar dapat menghasilkan individu yang berkualitas (Ansori, 2020)

Kesehatan mental merupakan aspek krusial yang perlu diperhatikan secara serius, terutama bagi remaja yang sedang berada dalam fase perkembangan kepribadian. Dalam proses pendidikan dan pembentukan karakter, pendidik memiliki peran penting dalam memahami kesehatan mental agar dapat membimbing remaja dengan baik. Remaja yang memiliki kesehatan mental yang baik mampu mengoptimalkan potensi dirinya, menghadapi berbagai tantangan hidup dengan percaya diri, serta membangun hubungan sosial yang positif (Nuzulia, 2021).

Sebaliknya, jika kesehatan mental mereka terganggu, hal ini dapat memengaruhi suasana hati, kemampuan berpikir, dan pengendalian emosi, yang pada akhirnya bisa berdampak negatif pada perkembangan kepribadian mereka. Oleh karena itu, pendidikan tidak hanya berfokus pada aspek akademik, tetapi juga harus memperhatikan kesejahteraan mental remaja. Dengan lingkungan yang sehat, pendidikan berbasis keteladanan, serta dukungan dari keluarga dan guru, remaja dapat tumbuh menjadi individu yang berkualitas, memiliki moral yang baik, serta mampu menghadapi kehidupan dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab (Ormrod, 2024).

Menurut Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2014, Bab 1 Pasal 1, kesehatan mental merujuk pada keadaan di mana seseorang dapat berkembang secara menyeluruh dalam aspek fisik, mental, spiritual, dan sosial. Dalam kondisi ini, individu mampu mengenali potensi dirinya, menghadapi tekanan dengan baik, menjalankan pekerjaan secara efektif, serta berkontribusi positif terhadap komunitas di sekitarnya.

Seseorang yang mengalami gangguan mental sering kali menghadapi kesulitan dalam merasakan ketenangan. Apa pun yang dilakukan cenderung disertai rasa cemas dan takut, karena pikirannya dipenuhi oleh ketakutan yang mendalam. Setiap tindakan yang diambil sering kali menimbulkan ketidaknyamanan dalam hati dan pikirannya. Oleh karena itu, sudah selayaknya manusia senantiasa mengingat Tuhannya agar diberikan ketenangan jiwa, hati, dan pikiran, sehingga dapat berperilaku serta berpikir dengan baik sesuai ajaran agama. Dengan selalu berada dalam lindungan dan mendapatkan rahmat dari Tuhan, seseorang dapat terhindar dari perbuatan buruk serta selalu merasa diawasi oleh-Nya. Kesadaran ini mendorong seseorang untuk mempertimbangkan dengan baik setiap tindakan yang hendak dilakukan, terutama dalam menghindari perbuatan yang tidak baik atau tercela.

Psikologi agama menunjukkan adanya perhatian khusus dari para ahli terhadap peran agama dalam kehidupan dan kesejahteraan mental manusia. Bahkan pandangan yang paling ekstrem tetap mengakui bahwa agama merupakan bagian penting dari kehidupan pribadi seseorang dan memiliki hubungan erat dengan berbagai aspek psikologis.

Dalam konteks kesehatan mental, agama dapat berperan sebagai sumber ketenangan bagi individu yang mengalami gangguan psikologis. Seperti yang telah disebutkan sebelumnya, seseorang yang menghadapi gangguan mental sering kali merasa cemas dan takut, serta mengalami ketidaktenangan dalam hati dan pikirannya. Dengan adanya keyakinan

dan spiritualitas, seseorang dapat menemukan ketenangan jiwa dan perlindungan dari Tuhan, sehingga lebih mampu mengelola emosi serta berperilaku sesuai dengan ajaran agama.

Kesadaran akan keberadaan Tuhan dapat membantu seseorang menghindari perbuatan buruk dan senantiasa berpikir sebelum bertindak. Hal ini menunjukkan bagaimana agama tidak hanya menjadi bagian dari keyakinan pribadi, tetapi juga memiliki dampak psikologis yang signifikan dalam menjaga keseimbangan mental dan emosional seseorang. Oleh karena itu, psikologi agama menjadi bidang yang semakin mendapat perhatian dalam memahami keterkaitan antara spiritualitas dan kesehatan mental manusia.

METODE

Jenis penelitian ini adalah studi kasus, suatu bentuk penelitian yang intensif, berintegrasi, dan mendalam. Subjek yang diteliti terdapat atas satu unit atau satu kesatuan unit yang dipandang sebagai kasus. Tujuan studi kasus adalah memperkembangkan pengetahuan yang mendalam mengenai objek yang diteliti yang berarti bahwa studi ini bersifat sebagai satu penelitian yang eksploratif (Y. Kusmarini, 1989).

Dapat ditangkap maknanya dalam keseluruhan dan merupakan suatu bentuk hasil peran timbal balik, bukan sekedar hubungan kausal linier. perspektif naturalistik dipilih dalam penelitian ini karena alasan sifat dan karakteristik masalah yang diteliti. perspektif naturalistik ini merupakan perspektif filosofis dan teoritis utama penelitian, sebagai pengarah bagi gerak analisis data. karakteristik penelitian kualitatif, yaitu: menggunakan lingkungan alamiah sebagai sumber data, memiliki sifat deskriptif analitik, tekanan pada proses bukan hasil, bersifat induktif, dan mengutamakan makna (T. Hidayat, 2019).

Penelitian kualitatif ini bersifat deskriptif analitik. Data yang diperoleh seperti hasil pengamatan, hasil wawancara, hasil pemotretan, analisis dokumen, catatan lapangan, disusun peneliti di lokasi penelitian, tidak dituangkan dalam bentuk dan angka-angka.

HASIL

Dalam konteks pendidikan dan perkembangan remaja, Pendidikan Agama Islam (PAI) memiliki peran penting sebagai pendekatan psikoedukatif, khususnya dalam menghadapi isu kesehatan mental di tingkat sekolah menengah atas (SMA). PAI berfungsi bukan hanya sebagai pengajaran nilai keimanan, tetapi juga berperan dalam aspek psikologis

dan sosial. Tiga aspek utama yang menjadi fokus kajian ini meliputi: pengelolaan stres, penguatan kepercayaan diri, dan dukungan sosial melalui komunitas agama.

1. PAI sebagai Sarana Mengelola Stres

   PAI mengajarkan pentingnya sabar dan tawakal kepada Allah serta membiasakan ibadah harian seperti salat, dzikir, dan tilawah. Aktivitas ibadah tersebut berfungsi sebagai mekanisme coping spiritual yang dapat membantu menenangkan hati dan pikiran. Firman Allah dalam QS. Ar-Ra'd: 28 menjadi rujukan utama: "Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenteram."

   Bukti lapangan menunjukkan bahwa pembiasaan ibadah berdampak signifikan terhadap kondisi psikologis siswa:

   "*Saya melihat PAI bukan hanya mengajarkan teori, tapi menjadi ruang untuk membentuk ketenangan batin siswa. Banyak siswa datang dalam keadaan tertekan entah karena nilai, masalah keluarga, atau konflik pertemanan. Ketika mereka mulai membiasakan salat tepat waktu, memperbanyak dzikir, atau sekadar membaca Al-Qur'an saat istirahat, saya perhatikan ada perubahan. Mereka jadi lebih tenang, tidak mudah panik. Kami ajarkan bahwa sabar itu bukan pasrah, tapi aktif menata hati sambil tetap ikhtiar. Jadi, ibadah bukan cuma rutinitas, tapi juga jadi terapi batin yang sangat nyata dalam kehidupan sehari-hari.*"

2. Penguatan Kepercayaan Diri melalui Ajaran Agama

   PAI menanamkan nilai bahwa manusia adalah ciptaan terbaik (QS. At-Tin: 4) dan mendorong kepercayaan diri sebagai bagian dari keimanan. Hadis Nabi SAW, "Mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai Allah daripada mukmin yang lemah" (HR. Muslim), dijadikan dasar untuk membangun mentalitas positif.

   Penguatan kepercayaan diri juga dilakukan melalui pembelajaran tokoh-tokoh Islam seperti Nabi Ibrahim, Nabi Musa, dan sahabat Rasulullah. Proses ini membantu siswa mengenali potensi dirinya secara spiritual dan sosial.

   "*Banyak siswa yang awalnya minder atau takut tampil karena merasa tidak cukup pintar atau malu dengan kekurangan dirinya. Di kelas PAI, saya sering tekankan bahwa setiap manusia diciptakan Allah dengan potensi masing-masing, sebagaimana disebutkan dalam QS. At-Tin: 4. Ketika mereka mulai memahami bahwa hidup ini adalah amanah dan mereka punya nilai di mata Allah, perlahan rasa percaya dirinya tumbuh. Bahkan beberapa siswa yang dulu pendiam kini aktif jadi pengurus dan pembicara di kegiatan keagamaan sekolah. Mereka merasa lebih yakin karena tahu bahwa usaha mereka punya makna, bukan sekadar dilihat orang, tapi dinilai oleh Allah.*"

3. Komunitas Agama sebagai Sistem Dukungan Sosial

Komunitas keagamaan seperti pengajian, organisasi Rohis, dan kegiatan keislaman menjadi wadah penting dalam memberikan dukungan emosional, spiritual, dan sosial. Ajaran ukhuwah Islamiyah dan tolong-menolong dijadikan dasar kebersamaan dan empati dalam komunitas.

Penelitian menunjukkan bahwa keikutsertaan dalam komunitas religius berkorelasi dengan stres yang lebih rendah dan ketahanan emosional yang lebih tinggi. Hal ini diperkuat oleh pengalaman lapangan:

"*Banyak anak muda yang awalnya tertutup, pemurung, bahkan ada yang sempat mengalami depresi ringan. Tapi ketika mereka aktif di remaja masjid ikut kajian, jadi panitia acara, atau sekadar kumpul untuk buka puasa Bersama pelan-pelan mereka jadi terbuka dan merasa punya teman yang sepemahaman. Kadang mereka cerita, merasa diterima dan dihargai tanpa dihakimi. Komunitas masjid itu jadi tempat mereka mencari makna, berbagi beban, dan mendapat kekuatan spiritual. Kami memang tidak selalu bisa menyelesaikan masalah mereka, tapi paling tidak mereka merasa tidak sendiri.*"

PEMBAHASAN

Temuan dalam studi ini menegaskan peran krusial Pendidikan Agama Islam (PAI) sebagai pendekatan psikoedukatif yang integral dalam mendukung kesehatan mental remaja pada jenjang sekolah menengah atas. Pendekatan PAI tidak hanya terbatas pada aspek normatif pembelajaran keagamaan, melainkan melibatkan dimensi spiritual, psikologis, dan sosial yang saling terkait dalam membentuk ketahanan mental remaja.

1. Pengelolaan stres melalui nilai-nilai Islam

Dalam ranah psikologi kesehatan, stres merupakan faktor risiko utama yang berkontribusi terhadap gangguan mental seperti kecemasan dan depresi (Hidayat, 2017). Oleh karena itu, mekanisme coping yang efektif sangat diperlukan, terutama pada masa remaja yang rentan terhadap tekanan psikososial (Ansori, 2025). PAI menyediakan mekanisme coping berbasis spiritual melalui internalisasi nilai seperti sabar dan tawakal, yang sejalan dengan konsep coping religius yang efektif dalam mereduksi stres (Akhmad & Mulyani, 2020; Nurlina, 2023).

Pembiasaan ibadah seperti salat lima waktu, dzikir, dan tilawah tidak hanya berfungsi sebagai ritual keagamaan, tetapi juga aktivitas mindfulness yang menenangkan secara fisiologis melalui regulasi sistem saraf parasimpatetik dan penurunan hormon kortisol (Nurlina, 2023). Dengan demikian, PAI memfasilitasi proses transformasi di mana remaja

belajar mengelola stres secara holistik, mengintegrasikan aspek spiritual dan fisiologis (Sari & Wibowo, 2021).

Penerapan teknik istikharah, musyawarah, dan introspeksi dalam pembelajaran PAI turut mengembangkan kecerdasan emosional dan refleksi diri, yang penting dalam membentuk ketahanan mental (Sutisna, 2022; Hasyim, 2023). Pendekatan ini memberikan remaja alat praktis dan teoritis untuk menghadapi tekanan hidup secara adaptif, sesuai dengan laporan lapangan yang menunjukkan perubahan psikologis positif pada siswa (Rahmawati & Idris, 2022).

2. Penguatan kepercayaan diri sebagai bagian pembentukan identitas

Kepercayaan diri merupakan aspek penting dalam pembentukan identitas dan potensi diri (Fadhilah, 2021). Dalam kerangka PAI, penguatan kepercayaan diri didasarkan pada pemahaman teologis bahwa manusia adalah makhluk mulia yang dianugerahi potensi oleh Tuhan (Ansori, 2020). Konsep ini menolak inferioritas dan mempromosikan keyakinan diri sebagai manifestasi iman yang sehat (Suryari, 2019).

Pendekatan ini selaras dengan teori self-efficacy yang menekankan pentingnya keyakinan akan kemampuan diri dalam mengatasi tantangan. Kisah tokoh keagamaan seperti Nabi Ibrahim dan Nabi Musa menjadi teladan bagi siswa untuk membangun rasa percaya diri yang autentik (Fadhilah, 2021).

Selain itu, konsep ikhlas dan syukur yang diajarkan PAI berkontribusi positif terhadap kesejahteraan psikologis. Ikhlas membantu individu fokus pada proses tanpa terbebani penilaian eksternal, mengurangi kecemasan performa (Fadhilah, 2021), sementara syukur meningkatkan kepuasan hidup dan aspek positif dari konsep diri.

3. Peran komunitas agama dalam dukungan sosial

Dukungan sosial adalah faktor protektif utama dalam kesehatan mental remaja (Hasanah, 2025). Komunitas agama melalui pengajian, Rohis, dan aktivitas keagamaan menyediakan dukungan emosional, moral, dan spiritual yang integral, menumbuhkan ukhuwah Islamiyah yang memperkuat solidaritas sosial dan mengurangi isolasi (Maulida, 2024; Rahmawati & Idris, 2022).

Penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan dalam komunitas keagamaan menurunkan stres dan meningkatkan ketahanan emosional, sejalan dengan teori buffering effect yang menjelaskan bagaimana dukungan sosial melindungi dari dampak stres (Setyawan, 2022; Hasanah, 2025).

Komunitas agama juga menyediakan bantuan praktis seperti konseling spiritual dan dukungan ekonomi, memperkuat aspek holistik kesejahteraan remaja (Hasanah, 2025). Interaksi sosial dalam komunitas ini memperkuat identitas sosial dan rasa belongingness yang penting dalam perkembangan psikososial (Maulida, 2024).

4. Implikasi pendidikan dan pengembangan PAI

PAI perlu dipandang sebagai instrumen pendidikan transformatif yang membekali siswa dengan keterampilan psikologis dan sosial, tidak hanya pengetahuan agama semata (Ansori, 2025; Leli Khoiriyah Simatupang et al., 2024). Pendekatan psikoedukatif yang mengintegrasikan nilai moral, spiritual, dan sosial sejalan dengan paradigma pendidikan karakter (Ansori, 2025).

PAI yang mengedepankan praktik seperti musyawarah, istikharah, dan refleksi diri sebaiknya dikembangkan sebagai program pembinaan komprehensif untuk membantu remaja mengelola emosi dan tekanan sosial secara adaptif (Hasyim, 2023; Sutisna, 2022).

KESIMPULAN

Penelitian ini menegaskan bahwa Pendidikan Agama Islam (PAI) memiliki peran strategis sebagai pendekatan psikoedukatif dalam mendukung kesehatan mental remaja di tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA). Hasil kajian menunjukkan bahwa PAI efektif sebagai sarana pengelolaan stres melalui internalisasi nilai sabar dan tawakal, serta pembiasaan ibadah yang berfungsi sebagai mekanisme coping spiritual yang menenangkan. Selain itu, PAI berkontribusi signifikan dalam penguatan kepercayaan diri siswa dengan menanamkan pemahaman teologis tentang potensi dan martabat manusia, yang mendorong pembentukan identitas positif dan mentalitas kuat. Komunitas agama memberikan dukungan sosial yang penting, membangun solidaritas dan ketahanan emosional melalui ukhuwah Islamiyah serta interaksi sosial yang mendukung kesejahteraan psikologis remaja.

Kontribusi penelitian ini terhadap ilmu pengetahuan terletak pada penguatan pemahaman PAI tidak hanya sebagai pembelajaran agama normatif, melainkan sebagai model pembinaan psikososial yang holistik dan integratif. Studi ini memperkaya literatur tentang keterkaitan pendidikan agama dan psikologi kesehatan, khususnya dalam konteks pendidikan karakter dan ketahanan mental remaja.

Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar kajian difokuskan pada pengembangan model intervensi PAI yang berbasis bukti empiris dengan metode kuantitatif maupun

eksperimen. Penelitian juga perlu mengeksplorasi peran teknologi digital dan media sosial dalam mendukung program PAI guna memperluas jangkauan dan efektivitas pembinaan mental remaja. Selain itu, penting dilakukan studi longitudinal untuk mengukur dampak jangka panjang PAI terhadap kesehatan mental dan perkembangan psikososial siswa di berbagai jenjang pendidikan.

DAFTAR PUSTAKA

Akhmad, A., & Mulyani, S. (2020). Peran Pendidikan Agama Islam dalam Mengurangi Stres Siswa SMA. Jurnal Psikoedukatif, 8(1), 45-56.

Ansori, M. (2025). Pendidikan Agama Islam dan Kesehatan Mental. Bandung: CV Edu Media.

Ansori, Y. Z. (2020). Pembinaan Karakter Siswa Melalui Pembelajaran Terpadu Di Sekolah Dasar. Jurnal Educatio FKIP UNMA 6(1), 177-186. https://doi.org/10.31949/educatio.v6i1.308

Fadhilah, R. (2021). Kepercayaan Diri dalam Perspektif Pendidikan Islam. Jakarta: Pustaka Ilmu. Hasanah, L. (2025). Peran Komunitas Keagamaan dalam Kesejahteraan Sosial. Yogyakarta: Pilar Nusantara.

Hasyim, U. (2023). Urgensi Pendidikan Agama Islam Dalam Mewujudkan Mental Health Siswi Sekolah Menengah Kejuruan Sultan Agung 2 Divek Rasyidatun Mahdiyyah, Iva Inayatul labeyah, Sobibus Surur. 2(02), 157-174.

Hidayat, R. (2017). Nilai-Nilai Psiko-Edukatif Dalam Surat Al-'Ashar. (Pembacaan Kritis Atas Pemikiran M.Quraish Shihab dalam Tafsir al-Misbah). Islamic Counseling; Jurnal Bimbingan Konseling Islam, 1(2), 67. https://doi.org/10.29240/jbk.v1i2.330

Hidayat, T. (2019). Pembahasan Studi Kasus Sebagai Bagian Metodologi Pendidikan. Jurnal Study Kasus, Anguit, 128.

Khasanah, N. (2023). Spiritualitas Islam dan Psikologi Positif. Surabaya: UIN Press,

Kristiyanto. (2014). Keseimbangan antara Sains dan Agama dalam Mencapai Keharmonisan antara Manusia dan Alam. Sindi Multidisipliner, 1(1), 1-26.

Kusmarini, Y. (1989). Studi Kastes Penelitian Terbuka. 1-12, Jakarta: Rineka Cipta.

Leli Khoiriyah Simatupang, Ali Imran Sinaga, H. (2024), Penanaman Karakter Religins, Disiplin Dan Tanggung Jawab Peserta Didik Melalui Kegiatan Ekstrakurikuler Tapak Suci Di Man 1 Tapanuli Selatan Leli. 10(1), 322-333.

Maulida, S. (2024). Komunitas Religius dan Ketahanan Mental Remaja Muslim. Semarang Lentera Hati.

Nurlina, A. (2023). Pengaruh Ibadah Terhadap Kesehatan Mental: Kajian Medis dan Islam. Jakarta: Mitra Medika Press.

Nuzulia, S. (2021). Kurikulum Kesebatan Mental pada Pendidikan Indonesia. 2.

Omrod, J. E. (2014). (2024). Educational Psychology: Developing Learners (8th Edition). Upper Saddle River, Jipsindo, 6(1), 70-86. https://doi.org/10.21831/jipsindo.v6i1.24333

Rachmat, 1. (2024). Fitrah dan Pengembangan Diri dalam Islam. Bandung: Pustaka Salaf.

Rahmawati, H., & Idris, M. (2022). Komunitas Robis dan Pengarubnya terbadap Kesebatan Mental Remaja. Jurnal Psikologi Sosial Islam, 5(1), 30-42.

Sari, R., & Wibowo, A. (2021). Efektivitas Aktivitas Keagamaan dalam Meningkatkan Kesebatan Mental Remaja. Jurnal Bimbingan Konseling Religius, 6(2), 112-123.

Setyawan, D. (2022). Psikologi Sosial dalam Konteks Keagamaan. Malang: UMM Press.

Suryari, T. (2019). Pengarub Materi Keteladanan dalam PAI terhadap Rasa Pemaya Diri Sisaa. Jurnal Pendidikan Islam dan Psikologi, 4(3), 89-101.

Susilawati, S. (2020). Pembelajaran yang Menumbuhkembangkan Karakter Religius pada Anak Usia Dini. Aulad: Journal Early Childhood, 3(1), 14-19. https://doi.org/10.31004/aulad.v3i1.46

Sutisna, T. (2022). Metodologi PAI dan Pengaruhnya terhadap Kecerdasan Emosional Siswa. Bogor: Penerbit Lazuardi.