YASIN
Jurnal Pendidikan dan Sosial Budaya

p-ISSN: 2808-2346
e-ISSN: 2808-1854

Terindeks: SINTA 5, Copernicus, Dimensions, Scilit, Lens, Crossref, Semantic, Garuda, Google, Base, etc.

https://doi.org/10.58578/yasin.v6i3.10454

PERAN PENDIDIKAN AKHLAK DALAM MENUMBUHKAN KESEHATAN MENTAL SISWA DI MA TAKHASSUS AL-QUR'AN 1 MOJOTENGAH WONOSOBO

The Role of Moral Education in Fostering Students' Mental Health at MA Takhassus al-Qur'an 1 Mojotengah Wonosobo

Nala Fury Ashlah, Robingun Suyud El Syam, Muhtar Sofwan Hidayat
Universitas Sains Al-Qur'an Jawa Tengah
nalaashlah@gmail.com; robyelsyam@unsiq.ac.id

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Apr 21, 2026	May 19, 2026	May 31, 2026	Jun 5, 2026

Abstract

Previous research on moral education and mental health has been dominated by quantitative approaches, so it has not fully described the process of internalizing moral values and students' subjective experiences in depth. This study aims to describe students' mental health conditions, analyze the role of moral education in fostering mental health, and identify supporting and inhibiting factors in its implementation at MA Takhassus Al-Qur'an 1 Mojotengah Wonosobo. This study used a qualitative approach with a field research design, involving the principal, the akidah akhlak teacher, the guidance and counseling teacher, and Grade XI students selected using purposive sampling. Data were collected through in-depth interviews, observation, and documentation, then analyzed using the Miles and Huberman interactive model. The results showed that most students had fairly good mental health conditions, characterized by adaptability, positive social relationships, and active involvement in madrasah activities, although some students still experienced anxiety, lack of self-confidence, and difficulty controlling their emotions. Moral education played an

Yasin Journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

important role through classroom learning, teacher role modeling, and religious habituation in helping students control their emotions, build inner calm, and strengthen character. Supporting factors in the implementation of moral education included the pesantren environment, rural community culture, a culture of tawaduk, and a religious school environment, whereas inhibiting factors included a lack of family support, the influence of negative peer environments, and the absence of a specific mental health program. The conclusion of this study emphasizes the importance of integrating moral education with structured mental health services so that students' psychological needs can be addressed more optimally. These findings contribute to strengthening the literature on moral education and mental health and provide practical implications for madrasahs in designing character development programs integrated with professional psychological support.

Keywords: Moral Education; Mental Health; Madrasah; Religious Habituation; Islamic Character

Abstrak: Penelitian terdahulu tentang pendidikan akhlak dan kesehatan mental masih didominasi pendekatan kuantitatif, sehingga belum sepenuhnya menggambarkan proses internalisasi nilai akhlak dan pengalaman subjektif siswa secara mendalam. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kondisi kesehatan mental siswa, menganalisis peran pendidikan akhlak dalam menumbuhkan kesehatan mental, serta mengidentifikasi faktor pendukung dan penghambat implementasinya di MA Takhassus Al-Qur'an 1 Mojotengah Wonosobo. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian lapangan, melibatkan kepala sekolah, guru akidah akhlak, guru BK, dan siswa kelas XI yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan model interaktif Miles dan Huberman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki kondisi kesehatan mental yang cukup baik, ditandai dengan kemampuan beradaptasi, hubungan sosial yang positif, dan keterlibatan aktif dalam kegiatan madrasah, meskipun sebagian siswa masih mengalami kecemasan, kurang percaya diri, dan kesulitan mengendalikan emosi. Pendidikan akhlak berperan penting melalui pembelajaran di kelas, keteladanan guru, dan pembiasaan religius dalam membantu siswa mengendalikan emosi, membangun ketenangan batin, dan memperkuat karakter. Faktor pendukung implementasi pendidikan akhlak meliputi lingkungan pesantren, budaya masyarakat pedesaan, budaya tawaduk, dan lingkungan sekolah yang religius, sedangkan faktor penghambat mencakup kurangnya dukungan keluarga, pengaruh lingkungan pergaulan negatif, dan belum tersedianya program khusus kesehatan mental. Simpulan penelitian ini menegaskan pentingnya integrasi pendidikan akhlak dengan layanan kesehatan mental yang terstruktur agar kebutuhan psikologis siswa dapat terlayani secara lebih optimal. Temuan ini berkontribusi terhadap penguatan literatur pendidikan akhlak dan kesehatan mental serta memberikan implikasi praktis bagi madrasah dalam merancang program pembinaan karakter yang terintegrasi dengan dukungan psikologis profesional.

Kata Kunci: Pendidikan Akhlak; Kesehatan Mental; Madrasah; Pembiasaan Religius; Karakter Islami

PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan aspek krusial dalam pertumbuhan remaja, khususnya bagi siswa di jenjang Madrasah Aliyah. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mendefinisikan

kesehatan mental sebagai kondisi sejahtera di mana seorang individu dapat menyadari potensinya, mampu menghadapi tekanan kehidupan, dan berkarya secara produktif dalam kehidupan sehari-hari. Satu dari tiga remaja di Indonesia dilaporkan mengalami masalah kesehatan mental yang dipengaruhi oleh faktor akademik, sosial, dan kurangnya pembinaan karakter di lingkungan sekolah (Marianty et al., 2025). Dalam konteks pendidikan Islam, kesehatan mental dipahami sebagai kemampuan seseorang dalam memanajemen diri agar tercipta keserasian antara fungsi jiwa, hubungan dengan diri sendiri, orang lain, lingkungan, serta Allah SWT berdasarkan Al-Qur'an dan As-Sunnah (Ariadi, 2019). Lembaga pendidikan seperti madrasah tidak hanya berorientasi pada penguasaan ilmu pengetahuan umum, tetapi juga menekankan penguatan aspek moral dan spiritual sebagai dasar pembentukan kepribadian yang utuh (Idi, 2011).

Pendidikan akhlak memiliki peran strategis dalam membentuk kepribadian yang utuh, mencakup aspek spiritual, emosional, dan sosial. Akhlak Islami bersumber dari nilai Ilahi (rabbaniyah), berorientasi pada kebaikan manusia (insaniyah), bersifat menyeluruh (syumuliyah), serta seimbang dan moderat (wasathiyah) (Bafadhol, 2017). Nilai-nilai seperti kesabaran, tawakal, syukur, kejujuran, dan tanggung jawab yang diajarkan dalam pendidikan akhlak diharapkan dapat menjadi kekuatan psikologis siswa dalam menghadapi berbagai tekanan hidup.

Sebagian besar penelitian terdahulu tentang hubungan pendidikan akhlak dan kesehatan mental masih menggunakan pendekatan kuantitatif, sehingga belum mampu menggambarkan secara mendalam proses internalisasi nilai-nilai akhlak dan pengalaman subjektif siswa. Muslihah (2019) menunjukkan pengaruh signifikan kesehatan mental terhadap hasil belajar PAI sebesar 44,6%. Suaini (2021) mengkaji peran pendidikan Islam dalam pembinaan kesehatan mental perspektif Zakiah Daradjat secara teoritis, sementara Lutfi (2020) menelaah konsep kesehatan mental remaja dalam pendidikan Islam menggunakan analisis kepustakaan. Ketiga penelitian tersebut belum mengkaji implementasi langsung pendidikan akhlak di lapangan secara holistik.

Kebaruan penelitian ini terletak pada penggunaan pendekatan kualitatif-empiris untuk mengkaji peran pendidikan akhlak dalam menumbuhkan kesehatan mental siswa secara kontekstual di MA Takhassus Al-Qur'an 1 Mojotengah Wonosobo, sebuah madrasah yang terintegrasi dengan lingkungan Pondok Pesantren Al-Asy'ariyyah 2. Penelitian ini berlandaskan teori pendidikan akhlak Ibnu Miskawaih yang menekankan pembiasaan,

keteladanan, dan pengembangan daya jiwa manusia, serta teori kesehatan mental Abdul Aziz Al-Quessy yang menitikberatkan keserasian fungsi jiwa dan kemampuan adaptasi. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk: (1) mendeskripsikan kondisi kesehatan mental siswa di MA Takhassus Al-Qur'an 1 Mojotengah Wonosobo; (2) menganalisis peran pendidikan akhlak dalam menumbuhkan kesehatan mental siswa; dan (3) mengidentifikasi faktor pendukung dan penghambat peran pendidikan akhlak dalam menumbuhkan kesehatan mental siswa di MA Takhassus Al-Qur'an 1 Mojotengah Wonosobo.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan jenis penelitian lapangan (field research) yang berupaya memahami fenomena secara holistik dan kontekstual berdasarkan perspektif subjek penelitian (Moleong, 2009). Pendekatan ini dipilih karena mampu menggali pengalaman, persepsi, dan makna yang dibangun oleh siswa dan guru dalam implementasi pendidikan akhlak secara mendalam. Penelitian dilaksanakan di MA Takhassus Al-Qur'an 1 Mojotengah Wonosobo yang terletak di Jl. KH. Asy'ari No. 01 Deroduwur, Kecamatan Mojotengah, Kabupaten Wonosobo, Jawa Tengah. Pemilihan lokasi didasarkan pada keberadaan program pendidikan akhlak yang terintegrasi, pembiasaan nilai religius dan moral yang kuat, serta ditemukannya fenomena terkait kesehatan mental siswa. Penelitian dilaksanakan selama kurang lebih dua bulan pada Mei–Juni 2026. Subjek penelitian atau informan dipilih secara purposive sampling, terdiri dari: kepala sekolah (1 orang), guru akidah akhlak (1 orang), guru bimbingan konseling (1 orang), dan siswa kelas XI (beberapa orang). Pemilihan informan didasarkan pada keterlibatan langsung dalam pelaksanaan pendidikan akhlak dan pengetahuan mengenai kondisi kesehatan mental siswa. Pengumpulan data dilakukan melalui tiga teknik. Pertama, wawancara semi-terstruktur yang digunakan untuk menggali pendapat, pengalaman, dan persepsi mendalam dari seluruh informan mengenai peran pendidikan akhlak dalam menumbuhkan kesehatan mental siswa. Kedua, observasi tidak terstruktur untuk memperoleh data langsung mengenai kondisi umum sekolah, suasana pembelajaran, dan pelaksanaan kegiatan keagamaan. Ketiga, dokumentasi untuk memperoleh data pendukung berupa profil sekolah, data guru dan siswa, serta dokumentasi kegiatan pendidikan akhlak. Uji keabsahan data menggunakan triangulasi sumber, yaitu membandingkan data hasil wawancara dari kepala sekolah, guru, dan siswa; serta triangulasi

teknik, yaitu membandingkan data hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi (Moleong, 2009). Analisis data menggunakan model interaktif Miles dan Huberman yang mencakup tiga tahapan: reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan/verifikasi (Sugiyono, 2015). Proses analisis dilakukan sejak sebelum memasuki lapangan, selama di lapangan, hingga setelah selesai pengumpulan data.

HASIL

1. Kondisi Kesehatan Mental Siswa

Berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi, kondisi kesehatan mental siswa di MA Takhassus Al-Qur'an 1 Mojotengah Wonosobo menunjukkan keadaan yang cukup beragam. Sebagian besar siswa—terutama yang tinggal di lingkungan pondok pesantren—memperlihatkan kondisi mental yang relatif baik, ditandai dengan kemampuan beradaptasi dengan lingkungan madrasah, menjalin hubungan sosial yang positif, mengikuti kegiatan pembelajaran dan keagamaan secara aktif, serta mematuhi tata tertib yang berlaku. Salah satu guru menyatakan: *"Kondisi emosional siswa cukup beragam. Ada yang stabil, ada juga yang masih labil. Tapi kebanyakan siswa memiliki kondisi emosional yang stabil, mudah bergaul dengan teman, dan aktif saat mengikuti pembelajaran."* (Wawancara, Mei 2026)

Kondisi emosi siswa terbilang cukup beragam; sebagian siswa menunjukkan ciri-ciri emosi yang kurang stabil. Berdasarkan observasi dan wawancara, permasalahan yang ditemukan meliputi: (a) kecemasan berlebihan saat menghadapi tugas atau ujian; (b) kurang percaya diri dalam menyampaikan pendapat; (c) mudah tersinggung dan marah ketika terjadi konflik dengan teman; serta (d) perilaku kurang disiplin seperti datang terlambat, membolos, dan terlibat dalam perilaku bullying. Guru BK mengonfirmasi: *"Ada beberapa siswa yang emosinya masih belum stabil. Kadang kalau bercanda dengan teman lalu tersinggung sedikit, mereka mudah marah dan terjadi cekcok."* (Wawancara, Mei 2026). Kondisi tersebut sebagian besar dipengaruhi oleh faktor keluarga, seperti kondisi broken home, kurangnya perhatian orang tua, serta pengalaman menjadi korban bullying sebelum masuk ke madrasah.

2. Peran Pendidikan Akhlak dalam Menumbuhkan Kesehatan Mental Siswa

Pendidikan akhlak di MA Takhassus Al-Qur'an 1 Mojotengah Wonosobo dilaksanakan melalui tiga jalur utama, yaitu pembelajaran di kelas, keteladanan guru, dan pembiasaan religius.

a. Pembelajaran di Kelas

Guru akidah akhlak menggunakan metode integratif dengan menghubungkan dalil naqli (Al-Qur'an dan Hadis) dengan fenomena sosial yang dialami siswa sehari-hari. Hal ini bertujuan agar materi lebih relevan dan mudah dipahami serta diterapkan oleh siswa. Salah satu siswa menyatakan: *"Selama belajar di sini, saya memahami pendidikan akhlak yang diajarkan oleh guru. Soalnya di sekolah ini banyak kegiatan religi, jadi kami sudah terbiasa dengan pembiasaan-pembiasaan yang diajarkan oleh guru."* (Wawancara, Mei 2026)

b. Keteladanan Guru

Guru berupaya memberikan uswah hasanah melalui sikap disiplin hadir tepat waktu, menyapa siswa dengan ramah, mendampingi kegiatan apel pagi dan tadarus, serta menunjukkan sikap sabar dan adil dalam menghadapi perbedaan pendapat di kelas. Guru akidah akhlak menyatakan: *"Sebagai pendidik wajib sekali memberikan contoh perilaku atau uswah hasanah. Keteladanan adalah kunci."* (Wawancara, Mei 2026)

c. Pembiasaan Religius

Berbagai kegiatan religius dilaksanakan secara rutin, meliputi: apel pagi dan tadarus Al-Qur'an sebelum pembelajaran, salat berjamaah Dzuhur, pembacaan Asmaul Husna, program Jumat Berkah dan Jumat Religi, serta kegiatan ekstrakurikuler keagamaan. Kegiatan-kegiatan tersebut membantu siswa mengembangkan disiplin, tanggung jawab, kebersamaan, dan ketenangan batin. Guru menyampaikan: *"Pendidikan akhlak sangat berpengaruh terhadap kesehatan mental siswa karena memberikan pegangan spiritual yang membuat siswa merasa lebih tenang saat menghadapi tekanan."* (Wawancara, Mei 2026). Dampak positif dari penerapan pendidikan akhlak terlihat dari perubahan perilaku siswa, seperti meningkatnya rasa hormat kepada guru, berkurangnya penggunaan bahasa kasar, dan meningkatnya solidaritas antar teman. Seorang siswa pun mengakui perubahan signifikan dalam dirinya: *"Saya dulu nakal, Mbak. Lingkungan rumah saya juga kurang baik. Tapi semenjak sekolah di sini saya banyak berubah. Sekarang saya bisa berprestasi dan hampir semua guru mengenal saya."* (Wawancara, Mei 2026)

3. Faktor Pendukung dan Penghambat

a. Faktor Pendukung

Terdapat empat faktor pendukung yang memperkuat peran pendidikan akhlak dalam menumbuhkan kesehatan mental siswa. Pertama, lingkungan pondok pesantren. Sebagian besar siswa tinggal di lingkungan Pondok Pesantren Al-Asy'ariyyah 2 yang berada dalam satu

kompleks dengan madrasah. Kehidupan pesantren membiasakan siswa menjalankan kegiatan keagamaan secara teratur, hidup disiplin, mandiri, dan berinteraksi dalam suasana yang religius. Integrasi madrasah dan pesantren memungkinkan pembinaan akhlak berlangsung secara berkelanjutan selama 24 jam. Kedua, budaya masyarakat pedesaan. Mayoritas siswa berasal dari lingkungan pedesaan yang masih menjunjung tinggi nilai kesopanan, gotong royong, kebersamaan, dan penghormatan kepada orang yang lebih tua. Nilai-nilai tersebut memberikan modal sosial yang mempermudah internalisasi nilai-nilai akhlak di sekolah. Ketiga, budaya tawaduk. Sikap rendah hati yang dibiasakan dalam kehidupan sehari-hari di lingkungan madrasah dan pesantren membantu siswa membangun hubungan sosial yang harmonis, mengurangi konflik interpersonal, dan meningkatkan empati terhadap orang lain. Guru menyatakan: *"Di sini siswa dibiasakan untuk bersikap tawaduk kepada guru, orang tua, dan orang yang lebih tua. Sikap tawaduk ini menjadi bagian penting dalam pendidikan akhlak yang diterapkan di sekolah."* (Wawancara, Mei 2026). Keempat, lingkungan sekolah yang religius. Budaya salam, doa sebelum dan sesudah pembelajaran, tadarus Al-Qur'an, serta hubungan yang harmonis antara guru dan siswa menciptakan suasana yang aman, nyaman, dan kondusif. Seorang siswa menyatakan: *"Saya merasa nyaman sekolah di sini, mbak. Teman-teman dan guru-gurunya baik, terus banyak kegiatan keagamaan juga. Jadi suasananya lebih tenang dan membuat saya betah di sekolah."* (Wawancara, Mei 2026)

b. Faktor Penghambat

Terdapat tiga faktor penghambat. Pertama, kurang optimalnya dukungan keluarga. Beberapa siswa berasal dari daerah yang jauh atau memiliki permasalahan keluarga sehingga kurang mendapatkan perhatian dan kasih sayang dari orang tua. Kondisi ini berdampak pada kecemasan, kurang percaya diri, dan kebutuhan emosional yang tidak terpenuhi secara optimal. Kedua, pengaruh lingkungan pergaulan. Terdapat beberapa siswa yang terpengaruh oleh kebiasaan kurang baik dari teman-temannya sehingga muncul perilaku pelanggaran tata tertib dan kenakalan remaja. Guru menyampaikan: *"Beberapa perilaku siswa dipengaruhi oleh lingkungan pergaulan mereka. Ada yang terbawa kebiasaan kurang baik dari teman-temannya atau bahkan lingkungan rumahnya."* (Wawancara, Mei 2026). Ketiga, belum adanya program khusus kesehatan mental. Penanganan masalah psikologis siswa selama ini masih dilakukan secara umum melalui guru BK, wali kelas, dan pendekatan personal, tanpa program yang terstruktur dan sistematis. Guru BK mengonfirmasi : *"Untuk program khusus kesehatan mental sebenarnya belum ada. Selama ini penanganan siswa yang mengalami masalah lebih banyak dilakukan melalui guru BK, wali kelas, dan pendekatan secara personal."* (Wawancara, Mei 2026)

PEMBAHASAN

Pembahasan ini menganalisis dan menafsirkan temuan penelitian secara kritis dengan mengaitkannya pada teori, literatur terdahulu, dan konteks implementasi pendidikan akhlak di MA Takhassus Al-Qur'an 1 Mojotengah Wonosobo.

1. Analisis Kondisi Kesehatan Mental Siswa

Temuan penelitian menunjukkan bahwa kondisi kesehatan mental siswa di MA Takhassus Al-Qur'an 1 Mojotengah Wonosobo secara umum tergolong cukup baik. Sebagian besar siswa telah memenuhi beberapa indikator kesehatan mental yang positif, yaitu kemampuan menyesuaikan diri, pengendalian emosi, hubungan sosial yang harmonis, serta keterlibatan aktif dalam kegiatan sekolah dan keagamaan. Hal ini sejalan dengan definisi kesehatan mental Abdul Aziz Al-Quessy yang menekankan kesehatan sempurna antara beragam fungsi jasmani serta kemampuan menghadapi kesukaran-kesukaran secara positif, gesit, kuat, dan bersemangat. Kondisi kesehatan mental yang cukup baik pada sebagian besar siswa tidak terlepas dari lingkungan pendidikan pesantren yang membiasakan kegiatan keagamaan secara teratur, hidup disiplin, dan membangun hubungan sosial yang baik. Aktivitas keagamaan yang terstruktur dan konsisten terbukti bertindak sebagai mekanisme koping (coping mechanism) yang efektif untuk mereduksi kecemasan sekaligus menjaga keseimbangan mental individu (Prananda et al., 2025). Sebagian siswa yang menunjukkan indikator kesehatan mental kurang optimal, seperti mudah cemas, kurang percaya diri, dan mudah tersinggung, terbukti dipengaruhi kondisi keluarga yang tidak suportif. Sari & Handayani (2022) menunjukkan bahwa remaja dari keluarga broken home cenderung mengalami kecemasan, rendah diri, serta kesulitan dalam penyesuaian sosial.

2. Analisis Peran Pendidikan Akhlak

Pendidikan akhlak di MA Takhassus Al-Qur'an 1 Mojotengah Wonosobo telah dilaksanakan secara komprehensif melalui pembelajaran di kelas, keteladanan guru, dan pembiasaan religius. Hal ini sejalan dengan teori pendidikan akhlak Ibnu Miskawaih yang menegaskan bahwa pembentukan akhlak tidak cukup dilakukan melalui penyampaian pengetahuan semata, melainkan harus melalui pembiasaan, latihan yang berkelanjutan, dan keteladanan. Konsep tahzib al-akhlaq memandang jiwa manusia dapat diarahkan menuju kesempurnaan melalui repetisi perilaku bajik secara konsisten dan terencana (Syahran, 2021). Nilai-nilai sabar, syukur, tawakal, ikhlas, dan pengendalian diri yang diajarkan melalui pendidikan akhlak berfungsi sebagai pegangan spiritual yang membantu siswa memaknai

berbagai permasalahan secara lebih positif. Melalui rutinitas keagamaan yang terorganisir dan terjadwal, nilai-nilai disiplin waktu dan tanggung jawab akademik dapat tertanam secara alami pada diri siswa (Maulana et al., 2025). Internalisasi nilai-nilai akhlak secara empiris mampu menekan kecenderungan perilaku menyimpang (delinquency) dan menggantinya dengan respons sosial yang lebih adaptif (Mujtaba & Salsabila, 2024). Implementasi keteladanan aktif (al-uswah al-hasanah) dari figur guru dan pengasuh terbukti menjadi instrumen utama dalam mentransfer nilai-nilai moral ke dalam tindakan nyata siswa (Syahran, 2021). Pendidikan akhlak belum sepenuhnya mampu mengatasi seluruh permasalahan kesehatan mental yang dialami siswa karena kesehatan mental juga dipengaruhi oleh kondisi keluarga, pola asuh orang tua, pengalaman masa lalu, dan lingkungan pergaulan.

3. Analisis Faktor Pendukung dan Penghambat

Lingkungan pondok pesantren merupakan faktor pendukung utama karena berfungsi sebagai sistem pendukung yang memperkuat internalisasi nilai-nilai akhlak melalui pembiasaan dan pengawasan yang berkelanjutan. Keterpaduan sistem ini menciptakan ekosistem pendidikan yang stabil di mana pengawasan oleh pengasuh dan ustaz mampu meminimalkan distorsi perilaku negatif pada santri (Munir, 2021). Individu yang berada dalam lingkungan suportif dan sarat nilai keagamaan cenderung memiliki kemampuan regulasi emosi yang lebih matang serta tingkat resiliensi yang tinggi (Anwar et al., 2022). Budaya masyarakat pedesaan memberikan modal sosial berupa nilai-nilai unggah-ungguh, kolektivitas, dan penghormatan yang telah terinternalisasi sejak dini. Ketika nilai-nilai lokal ini telah tertanam kuat dalam diri siswa, sekolah melanjutkan penguatan melalui pendidikan formal (Arifin, 2021). Dukungan emosional dari figur-figur di sekitar sekolah membantu meminimalkan risiko kecemasan interpersonal sehingga siswa dapat merespons konflik secara lebih matang (Fajri et al., 2022). Budaya tawaduk berkontribusi terhadap kesehatan mental karena membantu siswa mengembangkan kontrol diri, empati, dan kemampuan menempatkan diri secara proporsional. Sikap rendah hati secara signifikan meminimalkan potensi konflik interpersonal dan perilaku superioritas (Rahmawan, 2025). Pembiasaan tawaduk perlu diimbangi dengan pengembangan kepercayaan diri agar siswa tidak menjadi terlalu pasif dalam lingkungan pendidikan modern. Kurangnya dukungan keluarga terbukti menjadi hambatan karena kondisi keterasingan emosional lambat laun memicu akumulasi kecemasan interpersonal (Rahmawati, 2023). Kehadiran fungsi keluarga yang sehat dan

suportif secara empiris bertindak sebagai faktor protektif utama dalam membentengi remaja dari berbagai tekanan psikologis (Fitriani & Yani, 2021). Pengaruh lingkungan pergaulan yang negatif pada masa remaja merupakan hambatan yang serius karena pada fase ini siswa cenderung mengikuti perilaku yang berkembang di kelompok sebaya. Konformitas teman sebaya negatif terbukti meningkatkan agresivitas dan partisipasi dalam tindakan menyimpang (Ahmad & Nurhayati, 2024). Belum adanya program kesehatan mental yang terstruktur menyebabkan penanganan masalah psikologis siswa kurang optimal. Melalui program preventif yang terstruktur, indikasi awal gangguan psikologis seperti kecemasan akademis dapat diidentifikasi sebelum berkembang menjadi krisis mental yang lebih berat (Zubaidi, 2024). Sinergi antara pendekatan spiritual harian dan intervensi psikologis profesional terbukti mampu mengidentifikasi serta menangani masalah emosional siswa yang tidak terselesaikan hanya melalui kegiatan ritual (Rahmawati & Purwanto, 2024). Pendidikan akhlak perlu disinergikan dengan program kesehatan mental yang lebih terstruktur agar kebutuhan psikologis siswa dapat terlayani secara optimal.

4. Implikasi dan Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini berkontribusi pada penguatan pendekatan pendidikan berbasis akhlak sebagai landasan pembinaan kesehatan mental di lembaga pendidikan Islam. Secara praktis, temuan ini dapat menjadi dasar bagi madrasah dalam mengembangkan program pendidikan yang mengintegrasikan nilai-nilai akhlak dengan layanan kesehatan mental yang terstruktur. Penelitian ini memiliki keterbatasan pada cakupan wilayah yang terbatas pada satu lembaga pendidikan sehingga generalisasi hasil perlu dilakukan secara hati-hati. Penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan sampel yang lebih luas, menggunakan desain longitudinal, atau mengombinasikan pendekatan kuantitatif dan kualitatif untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai hubungan antara pendidikan akhlak dan kesehatan mental siswa.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan tiga hal utama. Pertama, kondisi kesehatan mental siswa di MA Takhassus Al-Qur'an 1 Mojotengah Wonosobo secara umum tergolong cukup baik, ditandai kemampuan adaptasi, hubungan sosial yang positif, dan keterlibatan aktif dalam kegiatan madrasah. Sebagian siswa masih mengalami kecemasan, kurang percaya diri, dan kesulitan mengendalikan emosi akibat pengaruh faktor keluarga dan lingkungan pergaulan.

Kedua, pendidikan akhlak berperan signifikan dalam menumbuhkan kesehatan mental siswa melalui tiga jalur utama: pembelajaran Akidah Akhlak yang integratif, keteladanan guru (uswah hasanah), dan pembiasaan religius yang dilaksanakan secara rutin. Peran tersebut terlihat dari pembentukan karakter yang positif, peningkatan kemampuan pengendalian emosi, tumbuhnya kedisiplinan dan tanggung jawab, berkembangnya hubungan sosial yang harmonis, serta terbentuknya ketenangan batin siswa. Ketiga, faktor pendukung meliputi lingkungan pondok pesantren yang terintegrasi, budaya masyarakat pedesaan yang religius, budaya tawaduk, dan lingkungan sekolah yang kondusif; faktor penghambat meliputi kurangnya dukungan keluarga, pengaruh lingkungan pergaulan yang negatif, dan belum adanya program khusus kesehatan mental.

Penelitian ini berkontribusi pada penguatan pendekatan pendidikan berbasis akhlak sebagai landasan pembinaan kesehatan mental di lembaga pendidikan Islam. Secara teoretis, temuan ini memperkuat kerangka teori pendidikan akhlak Ibnu Miskawaih dan teori kesehatan mental Abdul Aziz Al-Quessy dalam konteks pendidikan madrasah yang terintegrasi dengan pesantren.

Jelaskan kontribusi penelitian secara proporsional, baik dalam aspek teoritis, metodologis, maupun praktis. Kontribusi harus didasarkan pada temuan penelitian dan dikaitkan dengan pengembangan bidang ilmu yang relevan. Hindari klaim kontribusi yang terlalu luas, tidak didukung oleh hasil, atau tidak sejalan dengan ruang lingkup penelitian.

Penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan sampel yang lebih luas dari berbagai lembaga pendidikan Islam, menggunakan desain longitudinal untuk mengukur dampak jangka panjang pendidikan akhlak terhadap kesehatan mental, atau mengombinasikan pendekatan kuantitatif dan kualitatif guna memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmad, F., & Nurhayati, S. (2024). Konformitas Teman Sebaya Negatif dan Kaitannya dengan Perilaku Menyimpang Siswa di Sekolah Menengah. *Jurnal Ilmu Perilaku dan Kesehatan Mental, 4*(2), 112–124.

Anwar, M., Fitriani, D., & Rahmah, S. (2022). Konseptualisasi Kesehatan Mental Berbasis Religiusitas Dalam Lingkungan Pendidikan Modern. *Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental Islam, 6*(1), 28–41.

Ariadi, P. (2019). Kesehatan Mental Dalam Perspektif Islam. *Syifa' Medika: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan, 3*(2), 118–127. https://doi.org/10.32502/sm.v3i2.1433

Bafadhol, I. (2017). Pendidikan Akhlak Dalam Perspektif Islam. *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam, 6*(12), 45–61. https://doi.org/10.30868/ei.v6i12.178

Dakhi, A. S. (2020). Peningkatan Hasil Belajar Siswa. *Jurnal Education and Development, 8*(2), 468–470. https://journal.ipts.ac.id/index.php/ED/article/view/1758

Fajri, N., Wahyuni, S., & Hidayat, R. (2022). Pengaruh Lingkungan Sosial Sekolah dan Dukungan Teman Sebaya Terhadap Resiliensi Mental Siswa. *Jurnal Psikologi dan Konseling Pendidikan, 5*(1), 31–45.

Fitriani, R., & Yani, A. (2021). Hubungan Perhatian Orang Tua dengan Kesehatan Mental Siswa Sekolah Menengah. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia, 6*(1), 44–55.

Idi, A. (2011). *Sosiologi Pendidikan: Individu, Masyarakat, dan Pendidikan*. Raja Grafindo Persada.

Lutfi, M. D. (2020). *Konsep Kesehatan Mental Remaja Dalam Pendidikan Islam: Telaah Pemikiran Zakiah Daradjat* [Skripsi, IAIN Ambon]. http://repository.iainambon.ac.id/id/eprint/20

Marianty, D., Hidayati, A., & Widodo, P. B. (2025). Peran Guru dan Upaya Sekolah Dalam Menangani Kesehatan Mental Siswa di Indonesia: Tinjauan Literatur Sistematis. *Fathana: Jurnal Psikologi Ar-Raniry, 3*(1), 41–55. https://doi.org/10.22373/fjpa.v3i1.587

Maulana, I., Haris, A., & Ihwan, I. (2025). Pengaruh Pembiasaan Ibadah Terhadap Pembentukan Karakter Disiplin Anak di Madrasah Ibtidaiyah Kota Bima. *EL-Muhbib: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Pendidikan Dasar, 9*(1), 259–269. https://doi.org/10.52266/el-muhbib.v9i1.4276

Moleong, L. J. (2009). *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Edisi Revisi). Remaja Rosdakarya.

Mujtaba, M., & Salsabila, A. R. (2024). Pendidikan Akhlak Dalam Membina Orientasi Perilaku Sosial Remaja. *Jurnal Penyelidikan Islam dan Kontemporer, 4*(1), 10–22.

Munir, A. (2021). Internalisasi Nilai Akhlak Karakter Melalui Sistem Pengawasan Terpadu di Pondok Pesantren. *Jurnal Kependidikan Islam, 11*(2), 147–162.

Muslihah, A. (2019). *Pengaruh Kesehatan Mental Siswa dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar PAI Siswa Kelas X di SMAN 2 Ponorogo Tahun Ajaran 2018/2019* [Skripsi, IAIN Ponorogo]. http://etheses.iainponorogo.ac.id/id/eprint/9234

Prananda, A. R., Ramadhani, D., Meliala, N. A. S., Sirait, P. S. R., & Lyza, S. N. (2025). Hubungan Antara Ibadah dengan Kesehatan Mental Remaja Dalam Praktek Keagamaan untuk Meningkatkan Kesejahteraan Mental. *Menulis: Jurnal Penelitian Nusantara, 1*(7), 48–50. https://doi.org/10.59435/menulis.v1i7.503

Rahmawati, S. (2023). Hubungan Antara Kesepian (Loneliness) dengan Tingkat Kepercayaan Diri Peserta Didik di Sekolah Menengah. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terintegrasi, 5*(2), 135–148.

Rahmawati, S., & Purwanto, A. (2024). Efektivitas Program Kesehatan Mental Terstruktur Berbasis Nilai Islam di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Ilmu Perilaku dan Kesehatan Mental, 5*(1), 33–45.

Rambe, F. H., Diani, F. S., & Azzahra, M. C. (2025). Analisis Bibliometrik Tawadhu dan Humility Dalam Pendidikan Karakter: Tren Publikasi, Kolaborasi, dan Fokus Tematik 2017–2025. *Journal of Psychology and Social Sciences, 3*(4), 216–238. https://doi.org/10.61994/jpss.v3i4.1323

Sari, N. P., & Handayani, S. (2022). Dampak Keluarga Broken Home Terhadap Kesehatan Mental Remaja. *Jurnal Konseling Pendidikan Islam, 3*(2), 88–97.

Suaini. (2021). *Peran Pendidikan Islam Dalam Pembinaan Kesehatan Mental Anak Perspektif Zakiah Daradjat* [Skripsi, UIN Raden Intan Lampung]. http://repository.radenintan.ac.id/id/eprint/21

Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Syahran, M. (2021). Konsep Pendidikan Akhlak Pemikiran Ibnu Miskawaih dan Relevansinya dengan Pendidikan Karakter. *Jurnal Dinamika Pendidikan Islam, 9*(2), 136–150.

Zubaidi, A. (2024). Analisis Kerentanan Emosional Remaja Ditinjau dari Fungsi Support System Lingkungan Sosial. *Jurnal Ilmu Perilaku dan Kesehatan Mental, 6*(1), 74–86.