

Peran Guru PAI dalam Penanganan Kesehatan Mental Siswa

Disa Insanul Ikhlas^{1*}

¹Universitas Islam Sultan Agung, Semarang, Indonesia
Email : disainn@gmail.com

Abstract

Islamic Religious Education plays a crucial role in shaping character and enhancing students' mental well-being. In the Islamic perspective, there is a close relationship between Islamic teachings and mental health principles. This research explores the role of IRE teachers in addressing the mental well-being of students at the MTs (Islamic junior high school) level, employing a qualitative approach and library research methods. The discussion elaborates on the concepts of Islamic Religious Education, support and challenges of adolescent mental health, the Islamic view of mental health, the duties of IRE teachers, mental development efforts, hindering factors, and the role of IRE teachers in improving students' mental well-being. The findings indicate that IRE teachers serve as mentors, motivators, educators of moral and spiritual values, facilitators of mental development, and providers of emotional and spiritual support. They also bridge the gap between schools and families in creating an environment conducive to students' mental well-being. Hindering factors such as family influences and peer associations need to be addressed through collaboration among teachers, parents, and students' social environments. By effectively performing their roles, IRE teachers can contribute to holistically and sustainably enhancing students' mental well-being.

Keywords: *Mental Well-being, Teacher's Role, Islamic Religious Education, Students*

Abstrak

Pendidikan Agama Islam (PAI) memiliki peran penting dalam membentuk karakter dan meningkatkan kesehatan mental siswa. Dalam perspektif Islam, terdapat kaitan erat antara prinsip-prinsip ajaran Islam dan kesehatan mental. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi peran guru PAI dalam menangani kesehatan mental siswa pada tingkat MTs dengan pendekatan kualitatif dan metode penelitian kepustakaan. Pembahasan menguraikan konsep Pendidikan Agama Islam, dukungan dan tantangan kesehatan mental remaja, pandangan Islam tentang kesehatan mental, tugas guru PAI, upaya pembinaan mental, faktor penghambat, dan peran guru PAI dalam meningkatkan kesehatan mental siswa. Hasil menunjukkan bahwa guru PAI berperan sebagai pembimbing, motivator, pendidik nilai moral-spiritual, fasilitator pembinaan mental, serta penyedia dukungan emosional-spiritual. Mereka juga menjembatani sekolah dan keluarga dalam menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental siswa. Faktor penghambat seperti pengaruh keluarga dan pergaulan perlu diatasi melalui kolaborasi antara guru, orang tua, dan lingkungan sosial siswa. Dengan menjalankan perannya secara efektif, guru PAI dapat berkontribusi dalam meningkatkan kesehatan mental siswa secara holistik dan berkelanjutan.

Kata Kunci: Kesehatan mental, Peran Guru, PAI, Siswa

PENDAHULUAN

Kesehatan mental siswa di tingkat MTs merupakan aspek yang krusial dalam konteks pendidikan masa remaja. Pemahaman mendalam akan urgensi kesehatan mental menjadi semakin penting untuk membantu meningkatkan kesehatan sosial siswa. Kesehatan mental yang baik tidak hanya berdampak pada prestasi akademis, tetapi juga pada interaksi sosial, kepercayaan diri, dan kesehatan secara menyeluruh.

Dalam perspektif agama Islam, terdapat kaitan erat antara prinsip-prinsip ajaran Islam dan kesehatan mental. Ajaran Islam memberikan panduan yang komprehensif dalam mengelola stres, mengatasi ketidakpastian, dan memperkuat ketahanan mental. Islam memandang bahwa nilai-nilai pendidikan merupakan inti dari pendidikan itu sendiri. Dalam konteks ini, nilai-nilai tersebut dipahami sebagai akhlak, yaitu seperangkat prinsip moral yang didasarkan pada ajaran Islam yang bersumber dari Al-Qur'an dan Sunah. Nilai-nilai ini tidak hanya dianggap sebagai panduan perilaku, tetapi juga sebagai pondasi yang membentuk karakter individu sesuai dengan ajaran agama.

Dengan demikian, pendidikan dalam Islam tidak hanya bertujuan untuk mentransfer pengetahuan, tetapi juga untuk menanamkan nilai-nilai moral dan etika yang kuat yang akan membimbing perilaku seseorang dalam kehidupan sehari-hari. Akhlak ini mencakup berbagai aspek kehidupan, mulai dari hubungan interpersonal hingga tanggung jawab sosial, semuanya diarahkan untuk mencapai kehidupan yang selaras dengan prinsip-prinsip Islam.

Dalam pelaksanaannya, pengajaran Pendidikan Agama Islam di sekolah sering kali menghadapi berbagai hambatan. Salah satu tantangan utama adalah bagaimana cara mengimplementasikan dan menanamkan nilai-nilai agama Islam kepada semua siswa. Tujuannya tidak hanya agar siswa memiliki pengetahuan agama, tetapi juga agar mereka mengembangkan keimanan dan akhlak yang kuat. Tantangan ini penting untuk diatasi karena dalam kehidupan sehari-hari, banyak ditemukan perilaku negatif di kalangan pelajar, seperti perkelahian, perundungan, dan tawuran.

Fenomena kemerosotan moral dan akhlak ini terjadi di berbagai lapisan masyarakat, tetapi lebih sering ditemukan di kalangan remaja. Perilaku negatif tersebut mengindikasikan bahwa pengajaran Pendidikan Agama Islam di sekolah belum sepenuhnya efektif, dan menjadi hambatan bagi lembaga pendidikan, khususnya bagi guru-guru Pendidikan Agama Islam.

Kondisi ini disebabkan oleh berbagai faktor yang mempengaruhi sikap dan perilaku siswa, termasuk salah satunya adalah kondisi

kesehatan mental mereka. Selain itu, kesehatan mental seringkali diabaikan atau bahkan dikesampingkan dalam konteks pendidikan. Fokus pada aspek akademis dan kurikulum seringkali mengalahkan perhatian terhadap kesehatan mental siswa. Hal ini menimbulkan dampak negatif pada kesehatan sosial, prestasi akademis, dan kesehatan secara keseluruhan.

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sandi dalam studinya yang berjudul "Pengaruh Guru Pendidikan Islam dalam Membangun Kesehatan Mental Belajar Siswa," ditemukan bahwa seorang pendidik Pendidikan Agama Islam (PAI) memainkan peran penting dalam membimbing dan membina kesehatan mental siswa. Selain memberikan ilmu pengetahuan secara umum, guru PAI juga bertugas mengarahkan dan menanamkan nilai-nilai agama Islam kepada para siswa (J-bkpi 2022). Hal ini menunjukkan bahwa guru PAI tidak hanya bertindak sebagai pengajar, tetapi juga sebagai pembimbing yang membantu siswa mengembangkan keseimbangan mental dan spiritual melalui penanaman nilai-nilai agama.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Riska N. Hamidah berjudul "Konsep Kesehatan Mental Remaja Perspektif Islam" mengungkapkan bahwa kesehatan mental remaja sangat dipengaruhi oleh kemampuan mereka dalam memahami dan mengamalkan ajaran agama Islam yang didasarkan pada Alquran dan Hadis. Studi ini menekankan bahwa remaja yang mampu menghadapi berbagai persoalan hidup, beradaptasi terhadap perubahan, mempererat hubungan dengan Tuhan, serta menjalin hubungan yang baik dengan masyarakat, akan memiliki kesehatan mental yang lebih baik (Hamidah dan Rosidah 2021).

Penelitian tersebut menunjukkan bahwa integrasi antara kesehatan mental dan pengamalan ajaran agama adalah kunci penting dalam mendukung perkembangan mental remaja yang sehat. Terakhir, penelitian terbaru menunjukkan bahwa kesehatan mental tidak hanya dipengaruhi oleh ketiadaan gejala penyakit mental, tetapi juga oleh adanya pengalaman positif dan kehidupan yang bermakna.

Studi kasus pada tingkat MTs menjadi penting karena masa remaja merupakan fase transisi yang rentan terhadap perubahan dan tekanan psikologis. Pada tingkat ini, siswa mulai mengalami perubahan fisik, emosional, dan sosial yang signifikan, sehingga membutuhkan perhatian khusus dalam menjaga kesehatan mental mereka. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat ditemukan strategi dan pendekatan yang efektif dalam memperkuat peran guru PAI dalam menangani kesehatan mental siswa pada tingkat MTs, sehingga dapat memberikan kontribusi positif bagi kemajuan pendidikan dan kesehatan siswa secara keseluruhan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kualitatif dan menggunakan metode Penelitian Kepustakaan (*Library Research*), yang bertujuan menghasilkan data deskriptif dalam bentuk kata-kata tertulis. Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi artikel dari jurnal ilmiah atau prosiding serta artikel dari buku yang berkaitan dengan topik kesejahteraan atau kesehatan. Metode pengumpulan data meliputi pencarian dan pengumpulan literatur yang relevan dari database online, perpustakaan, dan sumber-sumber akademik lainnya. Data yang terkumpul kemudian dianalisis secara kritis untuk mengidentifikasi tema-tema utama dan hubungan antar konsep yang mendukung tujuan penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pendidikan Agama Islam

Pendidikan memiliki dasar utama dalam agama, di mana ajaran Islam yang universal mencakup aturan-aturan untuk setiap aspek kehidupan manusia, baik dalam hubungan dengan Tuhan (*ubudiyah*) maupun hubungan antar sesama manusia (*muamalah*). Pendidikan Agama Islam (PAI) berfungsi sebagai sarana untuk menanamkan nilai-nilai Islam melalui pendidikan dan konseling, dengan tujuan agar siswa dapat mengamalkan ajaran Islam dalam keseharian mereka.

Istilah "pendidikan" berasal dari kata Yunani "*paedagogie*," yang berarti pengajaran kepada murid, dan dalam bahasa Inggris dikenal sebagai "*education*," yang mencakup makna pengembangan, pendidikan, atau pengajaran. Dalam bahasa Arab, ada beberapa istilah yang merujuk pada konsep pendidikan, seperti *al-ta'lim*, *al-tarbiyah*, dan *al-ta'dib*. *Al-ta'lim* berarti pengajaran ilmu dan keterampilan, *al-tarbiyah* berarti mendidik, dan *al-ta'dib* berfokus pada proses pendidikan yang meningkatkan akhlak peserta didik. Ketiga istilah ini sering digabungkan dalam konsep "*tarbiyah*," yang berarti pendidikan.

Konsep pendidikan dalam Islam tidak dapat dipisahkan dari ajaran agama itu sendiri. Pendidikan Agama Islam adalah bagian dari pendidikan Islam dan pendidikan nasional, dan merupakan mata pelajaran wajib di semua institusi pendidikan Islam. Garis Besar Program Pelajaran (GBPP) PAI menyatakan bahwa tujuan program Pendidikan Agama Islam adalah membantu siswa untuk mengimani, memahami, dan mengamalkan ajaran Islam, sambil tetap menghormati pemeluk agama lain dan menjaga kerukunan serta persatuan antar umat beragama.

Zuhairini (1995:152) berpendapat bahwa tujuan Pendidikan Islam adalah membentuk kepribadian siswa agar sesuai dengan ajaran Islam. Zakiah Darajat menegaskan bahwa pendidikan Islam memiliki visi yang jelas dan tidak ambigu, yakni mendidik manusia agar menjadi makhluk Allah SWT yang bertakwa dalam segala aspek kehidupan, termasuk tindakan, pemikiran, dan emosi (Muvid, Miftahuuddin, dan Abdullah, 2020). Oleh karena itu, Pendidikan Agama Islam (PAI) merupakan usaha sadar untuk membimbing individu agar mengembangkan kepribadian muslim yang utuh.

Dukungan dan Tantangan Kesehatan Mental Remaja

Menjaga kesehatan mental remaja selama masa transisi memerlukan pemahaman mendalam tentang berbagai faktor yang mempengaruhi kesejahteraan mereka, seperti tekanan akademik, perubahan hormonal, dan dinamika sosial yang kompleks. Remaja rentan terhadap masalah kesehatan mental seperti kecemasan, depresi, dan gangguan makan yang dapat memengaruhi kualitas hidup mereka. Identifikasi faktor risiko, seperti konflik keluarga, pelecehan, dan penggunaan zat terlarang, sangat penting.

Dukungan sosial, keterampilan adaptif, dan lingkungan yang mendukung adalah faktor pelindung yang penting. Kemampuan mengelola emosi dan menyelesaikan masalah membantu remaja mengatasi stres. Namun, ketidaksetaraan akses terhadap dukungan sosial dan layanan kesehatan mental dapat memperburuk masalah, terutama bagi remaja dari latar belakang ekonomi rendah atau komunitas terpinggirkan. Oleh karena itu, layanan kesehatan mental harus mudah diakses dan terjangkau bagi semua remaja.

Upaya menjaga kesehatan mental remaja harus holistik dan berkelanjutan, termasuk pengembangan program pendidikan tentang kesehatan mental, pelatihan keterampilan coping, dan penguatan jaringan dukungan sosial di sekolah dan komunitas. Meningkatkan kesadaran masyarakat tentang kesehatan mental remaja dan mengurangi stigma juga penting agar remaja lebih mudah mencari bantuan.

Teknologi dan media sosial memainkan peran ganda; sementara menyediakan informasi dan dukungan, mereka juga dapat membawa risiko seperti *cyberbullying* dan gangguan tidur. Oleh karena itu, strategi harus mencakup pengelolaan penggunaan teknologi. Kolaborasi antarlembaga, keluarga, sekolah, lembaga kesehatan, dan komunitas diperlukan untuk memastikan remaja mendapatkan dukungan yang komprehensif. Pendekatan yang sensitif terhadap perbedaan individu dan kebutuhan spesifik remaja sangat penting. Sekolah perlu menyediakan

layanan kesehatan mental, dan keluarga harus memberikan dukungan emosional. Terus mengembangkan pengetahuan tentang kesehatan mental remaja melalui penelitian dapat meningkatkan efektivitas intervensi. Upaya ini memerlukan komitmen jangka panjang dan kolaborasi dari semua pihak untuk menciptakan lingkungan yang mendukung bagi kesehatan mental dan emosional remaja.

Islam dan Kesehatan Mental

Al-Qur'an dan As-Sunnah, sebagai sumber ajaran Islam, memberikan panduan yang jelas bagi manusia dengan kebenaran hakiki yang diwahyukan Allah sebagai kitab suci. Dalam konteks kesehatan mental, Islam menegaskan pentingnya hubungan dengan diri sendiri, sesama manusia, lingkungan, dan Tuhan untuk mencapai makna hidup yang bahagia di dunia dan akhirat. Islam mengajarkan pola hidup sederhana dan menjaga keseimbangan antara urusan dunia dan akhirat sebagai falsafah kehidupan. Islam juga mengingatkan agar setiap mukmin menjadikan pola hidup yang sederhana sebagai dasar kehidupan dan menjaga ibadah tanpa mengesampingkan urusan dunia atau akhirat.

Dalam memahami masalah kesehatan mental, Islam menguraikan tiga kategori budaya atau persepsi tentang konsepsi penyakit mental, yaitu ujian langsung dari Al-Qur'an dan As-Sunnah, pengaruh gaib, dan lemahnya iman yang menekankan pentingnya kehidupan yang seimbang dengan perspektif spiritual biopsikososial. Ciri-ciri mental yang sehat antara lain kemapanan, ketenangan, rileks, memadai, menerima keadaan, serta kemampuan menjaga diri, bertanggungjawab, berkorban, dan memperbaiki diri.

Penting untuk membangun kekuatan kesehatan jiwa, jasmani, dan akal dengan menjaga kesehatan mental secara holistik berdasarkan paradigma Al-Qur'an dalam segi fisik, kejiwaan, sosial, dan kerohanian. Integrasi ajaran Islam dan kesehatan mental menjadi pedoman bagi manusia untuk menghindari gangguan neurosis dan psikosis serta beradaptasi dengan lingkungan, sesama manusia, dan Tuhan dengan keyakinan kepada Allah sebagai sumber segala kekuatan dan petunjuk.

Guru Pendidikan Agama Islam

Menurut Ahmad Tafsir, dalam ilmu pendidikan Islam, guru dikenal dengan istilah murabbi, muallim, dan muaddib. Ahmad Tafsir menjelaskan bahwa konsep murabbi mencakup empat unsur utama, yaitu menjaga dan merawat fitrah anak menuju dewasa, mengembangkan potensi mereka secara menyeluruh, mengarahkan fitrah dan potensi menuju kesempurnaan, serta melaksanakan proses ini secara bertahap.

Dalam perspektif Chabib Thoha (1996), guru diidentifikasi sebagai pendidik yang profesional, dengan tanggung jawab utama dalam mendidik, mengajar, membimbing, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada berbagai tingkatan pendidikan formal, termasuk pendidikan dasar dan menengah.

Oleh karena itu, guru Pendidikan Agama Islam (PAI) bukan hanya sebagai pengajar PAI, tetapi juga memiliki tanggung jawab untuk membimbing perkembangan potensi peserta didik sesuai dengan nilai-nilai ajaran Islam. Kesimpulannya, berbagai istilah tersebut menegaskan peran dan fungsi yang luas dari seorang pendidik dalam konteks ajaran Islam, yang sesuai dengan tujuan pendidikan yang diinginkan.

Tugas Guru Pendidikan Agama Islam

Secara keseluruhan, tugas seorang pendidik adalah mendidik. Dalam praktiknya, proses mendidik mencakup serangkaian kegiatan seperti mengajar, memberikan motivasi, memberi pujian atau hukuman, memberi teladan, membiasakan, dan lain sebagainya. Konsep ini menegaskan bahwa peran seorang pendidik tidak hanya sebatas mengajar, melainkan juga sebagai motivator dan fasilitator dalam proses pembelajaran, sehingga semua potensi siswa dapat berkembang dengan baik dan dinamis.

Sebagai pemimpin dan arsitek jiwa siswa, guru memiliki kekuasaan untuk membentuk karakter dan kepribadian siswa agar menjadi individu yang bermanfaat bagi agama, bangsa, dan negara. Guru juga bertanggung jawab untuk menyiapkan individu yang mampu berkontribusi dalam pembangunan diri, bangsa, dan negara. Menurut Hadirja Paraba (2000), tugas seorang guru meliputi tugas profesional, tugas keagamaan, tugas kemanusiaan, dan tugas kemasyarakatan. Zakiah Daradjat (2003) mengemukakan bahwa tugas guru agama melibatkan pembinaan karakter anak serta pengajaran pengetahuan agama.

Upaya yang Dapat Dilakukan dalam Pembinaan Mental

Di lingkungan pendidikan, pembinaan mental merupakan hal yang penting dan dapat dilakukan oleh seorang guru PAI dengan berbagai cara dan teknik. Berikut adalah upaya yang dilakukan oleh guru PAI:

1. Melalui kegiatan pembelajaran

Pembinaan mental dilakukan melalui proses kegiatan belajar mengajar. Seorang guru PAI harus memilih metode pengajaran yang tepat dan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Dengan memilih metode yang tepat, materi pelajaran dapat disampaikan secara efektif,

sehingga peserta didik dapat menyerap nilai-nilai pendidikan Islam secara lebih baik dan mempengaruhi perkembangan mental mereka.

2. Pembinaan di Musala

Pembinaan mental juga dapat dilakukan di musala setelah siswa menjalankan sholat, seperti sholat duha, dhuhur, atau ashar. Lingkungan musala memberikan kesempatan bagi guru PAI untuk memberikan pembinaan yang lebih personal kepada siswa dan membantu mereka memperkuat ikatan spiritual.

3. Pembinaan melalui kegiatan ekstrakurikuler

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan sarana untuk membina mental siswa di luar jam pelajaran biasa. Kegiatan ini tidak hanya menunjang pembelajaran di kelas, tetapi juga dapat dilakukan selama liburan sekolah. Melalui kegiatan ekstrakurikuler, pembinaan mental dapat terus dibangun dan diperkuat.

4. Pembinaan melalui konseling dan bimbingan

Guru PAI juga dapat memberikan pembinaan mental melalui sesi konseling dan bimbingan kepada siswa yang membutuhkan. Dalam sesi ini, guru dapat memberikan dukungan emosional, saran, dan panduan dalam menghadapi masalah pribadi, akademik, atau sosial yang dihadapi siswa. Dengan pendekatan yang sensitif dan peduli, konseling dan bimbingan dapat menjadi sarana efektif untuk membantu siswa mengatasi tantangan dan mengembangkan kesehatan mental mereka.

Faktor Penghambat Upaya Guru PAI dalam Membangun Kesehatan mental Siswa

Faktor penghambat upaya Guru PAI dalam membangun kesehatan mental siswa merupakan hal yang perlu dipahami dengan baik. Beberapa faktor tersebut meliputi:

1. Pengaruh Keluarga

Peran keluarga sangat penting dalam membentuk kesehatan mental siswa. Keluarga adalah lingkungan pertama di mana anak-anak memperoleh pengaruh awal tentang nilai-nilai, keyakinan, dan norma-norma yang membentuk kepribadian mereka. Namun, terkadang terdapat ketidakcocokan antara apa yang diajarkan di sekolah dengan praktik yang dilakukan di rumah. Misalnya, jika di sekolah siswa diajarkan tentang pentingnya etika dan moralitas, namun di rumah mereka sering melihat perilaku yang bertentangan dengan nilai-nilai tersebut, hal ini dapat menciptakan konflik internal dan menghambat proses pembentukan kesehatan mental yang baik.

Selain itu, situasi keluarga yang tidak harmonis, adanya ketegangan atau konflik antara anggota keluarga, atau kurangnya dukungan emosional dari orang tua juga dapat berdampak negatif pada kesehatan mental siswa. Ketidakstabilan ekonomi keluarga juga dapat menyebabkan stres dan kecemasan pada siswa, yang dapat mengganggu konsentrasi dan kinerja akademik mereka di sekolah.

2. Pengaruh Pergaulan

Lingkungan sosial tempat siswa berinteraksi sehari-hari juga memainkan peran penting dalam pembentukan kesehatan mental mereka. Interaksi dengan teman sebaya, lingkungan sekolah, dan komunitas di sekitar mereka dapat memiliki dampak signifikan pada perilaku dan sikap siswa.

Pergaulan dengan teman-teman yang memiliki perilaku negatif atau terlibat dalam aktivitas yang merugikan seperti penyalahgunaan zat-zat terlarang, tindakan kriminal, atau perilaku berisiko lainnya dapat memengaruhi perilaku dan pola pikir siswa. Selain itu, tekanan dari teman sebaya untuk melakukan hal-hal yang bertentangan dengan nilai-nilai agama atau moralitas juga dapat menjadi faktor penghambat dalam pembinaan kesehatan mental siswa.

Oleh karena itu, dalam upaya membangun kesehatan mental siswa, Guru PAI perlu memperhatikan faktor-faktor tersebut dan bekerja sama dengan keluarga serta lingkungan sosial siswa untuk menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan kesehatan mental yang positif. Langkah-langkah seperti memberikan pembinaan kepada orang tua tentang pentingnya peran mereka dalam membentuk kesehatan mental anak, serta mengadakan kegiatan-kegiatan ekstrakurikuler yang mempromosikan nilai-nilai positif dan interaksi sosial yang sehat dapat membantu mengatasi hambatan-hambatan tersebut.

Peran Guru PAI dalam Peningkatan Kesehatan mental Siswa

Peran guru PAI dalam meningkatkan kesehatan mental siswa sangatlah penting. Beberapa peran tersebut antara lain:

1. Pembimbing dan Motivator

Guru PAI bertindak sebagai pembimbing dan motivator bagi siswa dalam menghadapi tantangan dan tekanan yang muncul dalam kehidupan sehari-hari. Mereka memberikan dorongan moral, dukungan emosional, dan panduan spiritual kepada siswa untuk mengatasi berbagai masalah dan meraih kesehatan mental.

2. Pendidik Nilai-nilai Moral dan Spiritual

Guru PAI mengajar dan membimbing siswa dalam memahami nilai-nilai moral dan spiritual dalam agama Islam. Mereka membantu siswa memahami pentingnya memiliki sikap yang baik, menjunjung tinggi nilai-nilai kejujuran, keadilan, dan kasih sayang, serta menjalankan ibadah dengan konsistensi dan kesadaran spiritual.

3. Fasilitator dalam Pembinaan Mental

Guru PAI juga berperan sebagai fasilitator dalam pembinaan mental siswa melalui kegiatan pembelajaran di kelas, kegiatan di musolla, dan kegiatan ekstrakurikuler. Mereka menciptakan lingkungan belajar yang aman, mendukung, dan inspiratif bagi siswa untuk mengeksplorasi dan mengembangkan potensi mental, spiritual, dan sosial mereka.

4. Penyedia Dukungan Emosional dan Spiritual

Guru PAI siap memberikan dukungan emosional dan spiritual kepada siswa yang membutuhkan. Mereka mendengarkan keluhan, memberikan nasihat yang bijaksana, dan memberikan solusi yang sesuai dengan ajaran agama Islam untuk mengatasi masalah-masalah kehidupan sehari-hari yang mungkin dihadapi oleh siswa.

5. Integrator Antara Sekolah dan Keluarga

Guru PAI berperan sebagai penghubung antara sekolah dan keluarga dalam memastikan pembinaan kesehatan mental siswa berjalan dengan baik. Mereka bekerja sama dengan orang tua untuk memahami kondisi siswa di rumah dan membantu menyediakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan kesehatan mental yang positif.

Dengan memainkan peran-peran tersebut secara efektif, guru PAI dapat membantu meningkatkan kesehatan mental siswa, menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, dan membimbing siswa menuju kehidupan yang lebih baik secara mental, emosional, dan spiritual.

KESIMPULAN

Pendidikan Agama Islam (PAI) memegang peranan penting dalam membentuk karakter dan kesejahteraan mental siswa. Konsep pendidikan dalam Islam tidak dapat dipisahkan dari ajaran agama itu sendiri, dengan tujuan membentuk kepribadian yang sesuai dengan nilai-nilai Islam. Pendidikan Agama Islam merupakan sarana untuk menanamkan nilai-nilai Islam melalui pendidikan dan konseling, dengan tujuan agar siswa dapat mengamalkan ajaran Islam dalam keseharian mereka.

Dukungan dan tantangan dalam menjaga kesehatan mental remaja menuntut pemahaman mendalam tentang faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan mereka. Guru PAI memiliki peranan penting dalam memahami, mengidentifikasi, dan mengatasi tantangan kesehatan mental siswa. Melalui berbagai peran yang dimainkannya, seperti pembimbing, pendidik nilai-nilai moral dan spiritual, serta fasilitator dalam pembinaan mental, guru PAI dapat membantu meningkatkan kesejahteraan mental siswa.

Faktor penghambat dalam membangun kesehatan mental siswa, seperti pengaruh keluarga dan pergaulan, perlu diperhatikan oleh guru PAI dalam upaya pembinaan mental siswa. Kolaborasi antara guru, orang tua, dan lingkungan sosial siswa sangat diperlukan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan kesehatan mental yang positif.

Dengan memainkan peran-perannya secara efektif dan mengatasi faktor-faktor penghambat yang ada, guru PAI dapat berperan sebagai agen perubahan dalam meningkatkan kesejahteraan mental siswa. Melalui upaya yang holistik, berkelanjutan, dan berbasis nilai-nilai Islam, guru PAI dapat membimbing siswa menuju kehidupan yang lebih baik secara mental, emosional, dan spiritual.

DAFTAR PUSTAKA

- Aldris, M. 2024. KESEHATAN MENTAL REMAJA MENJAGA KESEJAHTERAAN DI MASA TRANSISI. *Circle Archive*, 1(4).
- Al Mansyur, Y., & Salim, H. 2023. Peran Pendidikan Agama Islam (PAI) Dalam Menjaga Kesehatan Mental Siswa di SMP Negeri 2 Wonogiri. *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam*, 12(001).
- Chabib Thoha. 1996. "Pendidikan Agama Islam." Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Hadi, S. 2022. Peranan Guru PAI Dalam Penanaman Nilai-Nilai Karakter Islami Melalui Pembiasaan Pada Siswa SMP Negeri 10 Mukomuko-Bengkulu. *Urwatul Wutsqo: Jurnal Studi Kependidikan dan Keislaman*, 11(1), 81-96.
- Hamidah, R. N., & Rosidah, N. S. 2021. Konsep kesehatan mental remaja dalam perspektif Islam. *Prophetic Guidance and Counseling Journal*, 2(1), 26-33.

- Khasanah, D. 2022. Peran Guru Pendidikan Agama Islam Sekolah Dasar Di Tengah Pandemi Covid-19 Dalam Membina Kesehatan Mental Peserta Didik Kabupaten Cilacap.
- Muvid, M. B., Miftahuuddin, M., & Abdullah, M. 2020. Pendidikan Islam Kontemporer Perspektif Hasan Langgulung Dan Zakiah Darajat. *Zawiyah: Jurnal Pemikiran Islam*, 6(1), 115-137.
- Pratama, S., & Alamsyah, A. 2022. Pengaruh Guru Pendidikan Islam dalam Membangun Kesehatan Mental Belajar Siswa. *JBKPI: Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam*, 1(02), 22-30.
- Saputra, A., & Suryadi, A. 2022. Prinsip pengelolaan pendidikan kesehatan mental berbasis islam. *Perspektif*, 1(4), 412-427.
- Sudarto, S., Muti, F., & Samsudin, S. Peran Ayah dalam Mendidik Keluarga Perspektif Al-Qur'an Surat At-Tahrim Ayat: 6. *Al-Fikri: Jurnal Studi dan Penelitian Pendidikan Islam*, 6(2), 190-204.
- Syamsih, D. 2024. TUNTUNAN MEMBANGUN KESEJAHTERAAN MENTAL: PERAN BIMBINGAN DAN KONSELING. *Journal of Therapia*, 1(1).
- Tafsir, Ahmad. "Metodologi Pengajaran Agama Islam". (2000).
- Tanhan, A., & Young, J. S. 2022. "Traditional Beliefs and Stigma Related to Mental Health Problems among the Bugis Makassar Community in South Sulawesi, Indonesia: A Qualitative Study." *Journal of Ethnic & Cultural Studies*, 9(1), 71-86.
- Umar, M., & Ismail, F. 2020. Pendidikan Agama Islam.
- Zakiah Daradjat. 2003. "Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti." Bandung: Sinar Baru Algesindo.