

ANALISIS KURIKULUM PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DAN BUDI PEKERTI PADA TINGKAT SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA) DALAM MENGATASI MENTAL DISORDERS: STUDI ANALISIS KURIKULUM MERDEKA

Ziyad¹, Syarip Hidayatullah²

Universitas Islam Negeri Mataram¹, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta²

Corresponding email: Ziyad_albanna@yahoo.com, Syarifhidayatullah553@gmail.com

Abstract: *The Islamic religious education curriculum not only plans activities to transform knowledge, but the curriculum must be able to prepare a planning tool that can form individuals comprehensively (completely). One aspect that needs to be considered to achieve the results of curriculum implementation is the psychological aspect of students. In this area, it is one of the urgent elements to be considered because many teenagers at the Senior High School (SMA) level experience mental disorders. Therefore, a curriculum analysis is needed that can overcome mental disorders in adolescents. This type of research is library research with a content analysis method on the Islamic Religious Education (PAI) curriculum at the Senior High School (SMA) level. The results of this study indicate that the Islamic religious education curriculum at the senior high school level will be effective and efficient in overcoming mental problems by reorganizing the teaching system through preparing a positive school environment and emphasizing the substance of learning in the realm of faith that can strengthen students' beliefs and implementation in the form of worship in the aspect of fiqh such as prayer and praying. It contains elements of catharsis as a form of individual release and tension, and no less important is the emphasis on the moral aspect that will become a moral value that contains positive imitation that will affect the surrounding environment. Forming good cooperation between families, communities, and educational institutions will provide positive role models in both religious and social activities that will unconsciously be able to overcome mental crises in adolescence.*

Keywords: *curriculum, Islamic Religious Education, Character education, mental disorders, independent curriculum*

Abstrak: *Kurikulum pendidikan agama Islam tidak hanya merencanakan kegiatan mentransformasi ilmu pengetahuan, namun kurikulum harus mampu menyiapkan sebuah perangkat perencanaan yang mampu membentuk individu secara komprehensif (paripurna). Salah satu aspek yang perlu diperhatikan demi tercapainya hasil implementasi kurikulum ialah aspek psikologis peserta didik. Pada ranah ini menjadi salah satu unsur yang urgen untuk diperhatikan sebab banyaknya para remaja tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA) yang mengalami gangguan mental. Oleh sebab itu dibutuhkan sebuah analisis kurikulum yang dapat mengatasi gangguan mental remaja. Jenis penelitian ini adalah penelitian pustaka dengan metode analisis konten pada kurikulum Pendidikan Agama Islam (PAI) pada tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kurikulum pendidikan agama islam tingkat sekolah menengah atas akan menjadi efektif dan efisien dalam mengatasi masalah mental dengan cara menata kembali sistem pengajaran melalui penyiapan lingkungan sekolah yang positif dan menekankan substansi pembelajaran pada ranah akidah yang dapat memperkuat keyakinan peserta didik dan pengimplementasian dalam bentuk peribadatan pada aspek fiqh seperti sholat dan berdoa. Hal itu mengandung unsur katarsis sebagai bentuk pelepasan dan ketegangan individu, dan tidak kalah pentingnya dengan penekanan pada aspek akhlak yang akan menjadi nilai moralitas yang mengandung imitasi positif yang akan mempengaruhi lingkungan sekitar. Membentuk kerjasama yang baik antara keluarga, masyarakat dan instansi pendidikan dalam memberikan keteladanan yang positif baik dalam kegiatan keberagamaan dan sosial yang secara tidak sadar akan mampu mengatasi krisis mental pada masa remaja.*

Kata kunci: *kurikulum, PAI, Budi pekerti, mental disorders, kurikulum merdeka*

PENDAHULUAN

Kesehatan mental menjadi bagian yang sangat vital dalam proses pembelajaran siswa. Dalam hal ini kesehatan mental memiliki hubungan yang sangat kuat dan positif terhadap hasil belajar siswa (Nurhasanah, Hurri, and Elnawati 2021) hal ini dikuatkan juga dengan hasil penelitian yang menunjukkan kesehatan mental siswa akan mempengaruhi hasil belajar siswa pada mata pelajaran PAI (Setiawati et al. 2023). Tidak hanya itu, keberhasilan di atas

disebabkan karena kesehatan mental yang berkaitan pada ranah kognitif siswa seperti berpikir, bertindak dan merasakan yang merupakan hasil dari partisipasi terhadap pengajaran (S. Bloom et al. 1956:12). Berangkat dari itu, maka perhatian terhadap mental peserta didik sangat penting untuk dipahami oleh para praktisi pendidikan sebagai acuan yang bersifat aplikatif guna tercapainya tujuan pembelajaran secara maksimal.

Menilik kembali data keadaan mental pada usia remaja di Indonesia tahun 2021 berlandaskan hasil penelitian Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) tahun 2021 menyebutkan 13 juta remaja memiliki masalah kesehatan mental serta 2 juta remaja memiliki gangguan mental (Wahdi et al. 2022:27). Lebih jauh lagi, gangguan mental pada remaja Indonesia pada rentang 10-17 tahun didominasi oleh kecemasan dengan persentase 26.7% kemudian disusul oleh masalah pemusatan perhatian atau hiperaktivitas dengan persentase 10.6%. Beberapa faktor penyebab gangguan mental di atas lebih didominasi oleh faktor keluarga dengan persentase 64.7% dan disusul oleh faktor teman sebaya dengan persentase 41.1%, faktor sekolah/pekerjaan 39.3%, dan distress personal 27.2%.

Berangkat dari data di atas, kesehatan mental bagi remaja di Indonesia membutuhkan perhatian yang lebih serius untuk meningkatkan kualitas pendidikan Indonesia. Rusmin menegaskan pada masa remaja akan terjadi guncangan atau gangguan jiwa agama jika seorang pendidik salah dalam memilih metode dalam pembelajaran (Tumanggor 2016:92). Oleh sebab itu kebutuhan akan **pendidikan yang berkualitas** juga tidak terlepas dari peran guru yang profesional menjadi sangat urgen dalam membentuk karakter serta mental peserta didik (Rachmawati and Yasin 2021). Tidak hanya itu, untuk mencapai kualitas yang dimaksud dibutuhkan sebuah **perancangan kurikulum yang baik**. Revitalisasi kurikulum senantiasa dikembangkan oleh pemerintah sebagai tanggung jawab dan respons terhadap kebutuhan global serta tuntutan perkembangan teknologi informasi pada era modernisasi saat ini, hal ini sebagaimana ungkapan Fauzan bahwa kurikulum akan terus mengalami perubahan yang disesuaikan dengan kebutuhan akan situasi, kondisi masyarakat dan ilmu pengetahuan (Fauzan 2023:208).

Pengembangan kurikulum senantiasa harus dilandasi dengan landasan psikologi yang meliputi kajian tentang apa dan bagaimana perkembangan peserta didik, serta bagaimana peserta didik belajar (Ruhimat et al. 2017:26). Hal ini menunjukkan bahwa aktivitas belajar peserta didik tidak lepas dari kondisi mental yang baik.

Sebagaimana diterapkannya Kurikulum merdeka merupakan bentuk revitalisasi pendidikan sebagai respon *learning loss* pada masa covid-19 (Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi 2022b:1). Capaian pembelajaran secara umum pada kurikulum ini ialah pembentukan profil pelajar pancasila sebagai pelajar sepanjang hayat (*min al-mahdi ila al-lah*) yang beriman dan bertakwa, serta berakhlak mulia, menyadari dirinya bagian dari penduduk dunia dengan berkepribadian dan punya kompetensi global, mandiri, kreatif, kritis, dan bergotong royong (Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan

Teknologi 2022a:33). Berdasarkan karakteristik profil pelajar pancasila di atas, tentunya kesehatan mental menjadi sebuah perhatian yang begitu urgen sebagai modal yang fundamental demi tercapainya capaian pembelajaran dimaksud. Oleh sebab itu, diperlukan sebuah analisis pada kurikulum sebagai salah satu upaya dalam mengatasi mental disorder pada tingkat sekolah menengah atas sebagai upaya merekonstruksi kurikulum yang bersifat aplikatif dalam mengentaskan masalah mental disorder

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kepustakaan (*library research*). Riset pustaka ialah serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca, mencatat, serta mengolah bahan penelitian (Zed 2017). Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini ialah pendekatan kualitatif, yaitu pendekatan untuk menguji teori-teori objektif dengan menguji hubungan antar variabel (Creswell 2014). Adapun teknik analisis yang digunakan ialah analisis isi (*content analysis*) yaitu menguji kesahihan pernyataan-pernyataan dalam teks (Zed 2017). Hal ini dilakukan secara deduktif melalui ilmu psikologi serta melakukan interpretasi terhadap objek penelitian yaitu kurikulum pendidikan agama Islam dan budi pekerti pada tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA) seperti muatan materi dan metode yang bersifat aplikatif sebagai upaya mengentaskan permasalahan mental *disorders* pada siswa tingkat SMA. Sumber data dalam penelitian ini ialah data informasi yang berbentuk tulisan buku, hasil *research* dari jurnal, serta peraturan menteri pendidikan dan kebudayaan tentang implementasi kurikulum merdeka tingkat SMA dan berbagai literatur lainnya. Adapun teknik pengumpulan data dapat dilakukan dengan beberapa tahap yaitu *editing*, *organizing* dan *finding*.

HASIL PENELITIAN

a. Kurikulum Pendidikan Agama Islam Tingkat SMA

Kurikulum pendidikan Agama Islam pada kelas X, XI, XII Sekolah Menengah Atas memiliki capaian pembelajaran yang terbagi menjadi dua fase yaitu fase E dan F. Pada fase E disuguhkan untuk peserta didik yang duduk di bangku kelas X sedangkan fase F untuk kelas XI dan XII dengan muatan materi Al-Qur'an Hadis, Akidah, Akhlak, Fikih dan Sejarah Peradaban Islam (Kementrian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi 2022a:41–47).

Adapun capain pembelajaran pada **fase E** ialah diharapkan siswa mampu membaca, menghafal dan menganalisis ayat Al-Quran dan hadis tentang perintah untuk berkompetisi dalam kebaikan dan etos kerja serta larangan pergaulan bebas dan zina. Pada elemen Akidah siswa diharapkan mampu menganalisis, mempresentasikan makna *syu'ab al-iman* (cabang-cabang iman) dari pengertian, dalil macam-macam dan memanfaatkan serta meyakini cabang-cabang iman bahkan diharapkan mampu menerapkan sikap dan karakter sebagai

cerminan cabang iman dalam kehidupan. Pada elemen Akhlak, peserta didik diharapkan mampu menganalisis manfaat dari menghindari akhlak *madzmumah*, membuat karya yang mengandung konten manfaat menghindari sikap *madzmumah*, meyakini akhlak *madzmumah* adalah larangan dan akhlak *mahmudah* adalah perintah agama serta membiasakan diri untuk menghindari akhlak *madzmumah* dan menampilkan akhlak *mahmudah* dalam kehidupan sehari-hari. Dalam elemen Fikih siswa diharapkan mampu menganalisis implementasi dan menyajikan paparan tentang fikih *mu'amalah* dan *al-kulliyat al-kehamsah* adalah ajaran agama serta dapat menumbuhkan jiwa kewirausahaan, kepedulian, dan kepekaan sosial. Sedangkan pada elemen sejarah siswa diharapkan mampu menganalisis dan membuat bagan *timeline* serta menjelaskan sejarah dan peran tokoh ulama penyebar ajaran Islam di Indonesia. Meyakini perkembangan peradaban di Indonesia adalah sunatullah dan metode dakwah yang santun, moderat, *bi al-hikmah wa al-mau'izat al-basanah* adalah perintah Allah serta membiasakan sikap kesederhanaan dan kesungguhan mencari ilmu, tekun, damai, serta semangat menghargai adat istiadat dan perbedaan keyakinan orang lain (Kementrian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi 2022a:42–43).

Pada fase F capaian pembelajaran yang harus dipenuhi oleh peserta didik pada tingkat kelas XI dan XII Sekolah Menengah Atas terbagi menjadi beberapa elemen diantaranya Al-Qur'an dan Hadits, pada elemen ini peserta didik diharapkan mampu menganalisis dan mempresentasikan pesan-pesan Al-Quran Hadits tentang berpikir kritis, ilmu pengetahuan dan teknologi, toleransi, memelihara kehidupan manusia, musibah, ujian, cinta tanah air dan moderasi beragama serta diharapkan dapat membiasakan diri untuk membaca Al-Quran dan meyakini beberapa capaian di atas adalah ajaran agama, membiasakan sikap rasa ingin tahu, berpikir kritis, kreatif dan adaptif terhadap perkembangan ilmu pengetahuan, dan teknologi, toleransi, peduli sosial cinta damai, semangat kebangsaan dan tanggung jawab, sabar tabah, pantang menyerah, tawakkal, dan selalu berprasangka baik kepada Allah Swt. dalam menghadapi ujian dan musibah, cinta tanah air dan moderasi dalam beragama (Kementrian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi 2022a:43–44).

Adapun pada elemen Akidah, peserta didik diharapkan mampu menganalisis, mempresentasikan, dan meyakini dari cabang-cabang keimanan, keterkaitan antara iman, Islam dan Ihsan, serta dasar-dasar, tujuan dan manfaat ilmu Kalam yang merupakan ajaran agama. Pada elemen ini, diharapkan hasil dari pembelajaran akan mampu membentuk pembiasaan dalam sikap seperti tanggung jawab, memenuhi janji, mensyukuri nikmat, memelihara lisan, menutup aib orang lain, jujur peduli sosial, ramah, konsisten, cinta damai, serta memiliki rasa ingin tahu dan menjadi pembelajar sepanjang hayat.

Pada elemen Akhlak, peserta didik diharapkan mampu melakukan *problem solving* (pemecahan masalah) serta mempresentasikan cara memecahkan masalah perkelahian antar pelajar, minuman keras (miras) dan narkoba dalam Islam. Disamping mampu melakukan pemecahan masalah dan mempresentasikan juga peserta didik diharapkan dapat meyakini bahwa permasalahan di atas merupakan larangan dalam agama. Tidak hanya itu pada elemen ini juga diharapkan peserta

didik mampu menganalisis adab dalam menggunakan media sosial, dampak negatif sifat munafik, keras hati dan keras kepala dalam kehidupan sehari-hari, sikap inovatif dan etika berorganisasi. Dalam tatanan sikap, pada elemen ini diharapkan peserta didik mampu mengimplementasikan serta membiasakan sikap taat pada aturan, peduli sosial, tanggung jawab, cinta damai, santun, saling menghormati, semangat kebangsaan, jujur, inovatif, dan rendah hati (Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi 2022a:44).

Pada elemen Fikhiyah, peserta didik diharapkan mampu menganalisis, mempresentasikan, dan menerapkan ketentuan pelaksanaan khutbah, tablig dan dakwah, ketentuan pernikahan dalam Islam, mawaris dan konsep Ijtihad yang merupakan salah satu sumber hukum Islam. Pada aspek motorik (sikap) pada elemen ini diharapkan peserta didik dapat membiasakan sikap menebarkan Islam *rahmat li al-alamin*, komitmen, bertanggung jawab, menepati janji, adil, amanah, terbuka terhadap ilmu pengetahuan, dan menghargai perbedaan pendapat (Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi 2022a:45).

Pada elemen yang terakhir yaitu **Sejarah Peradaban Islam**. Dalam elemen ini peserta didik diharapkan memiliki kemampuan menganalisis serta mempresentasikan peran dan keteladanan tokoh ulama penyebar ajaran agama Islam di Indonesia, perkembangan peradaban Islam di dunia dan peran organisasi-organisasi Islam di Indonesia. Mengakui keteladanan tokoh ulama Islam di Indonesia, meyakini kebenaran perkembangan peradaban Islam pada masa modern, peradaban Islam di dunia, meyakini pemikiran dan pergerakan organisasi-organisasi Islam berdasarkan ajaran agama. Dalam ranah psikomotorik, pada elemen ini diharapkan peserta didik dapat membiasakan diri dengan sikap gemar membaca, menulis, berprestasi, dan kerja keras, tanggung jawab, bernalar kritis, semangat kebangsaan, berkebinekaan global, menebarkan Islam *rahmat li al-alamin*, rukun, damai, dan saling bekerjasama (Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi 2022a:45).

b. Kondisi Mental Siswa Sekolah Menengah Atas

Siswa yang duduk di bangku Sekolah Menengah Pertama ditinjau dari segi umur, terdiri dari dua tahapan yaitu tahapan remaja awal dan tahapan remaja akhir. Pada tahap remaja awal memiliki umur rata-rata 14-18 tahun (A. G. Hughes and E. H. Hughes 2018:378). Lebih lanjut lagi, Hughes menyebut bahwa masa remaja umumnya digambarkan sebagai periode 'tekanan dan tegangan'. Pada masa ini mengalami masa puber yang ditandai dengan pertumbuhan fisiologis (yang berkenaan dengan fungsi organ tubuh) yang dapat mempengaruhi seluruh kepribadian. Fase remaja tidak hanya condong pada masalah seks saja namun kadang-kadang remaja asertif secara berlebihan, kadang-kadang pemalu dan patuh, namun juga kadang ia berubah menjadi berani dan takut, menyendiri dan senang berteman, seringkali ia memiliki dorongan yang kuat untuk mengembara dan menjelajah namun pada masa ini seorang remaja harus bisa mengendalikan dorongan emosi yang kuat dari dalam dirinya (A. G. Hughes and E. H. Hughes 2018:385).

Beberapa faktor yang menjadi penyebab masalah kesehatan mental pada remaja diantaranya: Faktor biologis seperti genetika, kerusakan sistem saraf pusat., Faktor psikologis, seperti frustrasi, konflik, terlalu pesimis menghadapi masa depan, kurang mendapat pengakuan dari kelompok, dan tidak mendapat kasih sayang dari orang tua., Faktor lingkungan, seperti merebaknya film di televisi yang bertema kejahatan dan porno-aksi, penjualan alat-alat kontrasepsi yang tidak terkontrol, berkembangnya gaya hidup materialistis dan hedonisme di kalangan masyarakat yang menghalalkan berbagai cara untuk harta kekayaan dan jabatan, iklim kehidupan keluarga yang tidak kondusif, kurangnya kontrol sosial yang kesemuanya itu memiliki pengaruh pada mental remaja (Yusuf 2018:113).

Jika ditinjau dalam perspektif psikologi keberagamaan, perkembangan mental dalam beragama pada masa remaja terlukis pada keinginannya memperdalam pengkajian agama, keinginan untuk mengamalkan ajaran agama, serta mengaitkannya dengan pengalaman orang yang lebih tua darinya. Tidak sampai disana, pada masa ini juga keinginan untuk mengabdikan dirinya pada kegiatan agama sangatlah tinggi (Tumanggor 2016:92). Hal ini selaras dengan ungkapan Horne jika dipertimbangkan menurut kecerdasan remaja, masa remaja dapat disebut dengan masa keterkaitan (Horne 2023:255). Oleh sebab itu penanaman nilai-nilai keagamaan ketika peserta didik mulai memasuki masa remaja sangatlah tepat ditambah lagi agama memiliki fungsi yang begitu urgen dalam mempengaruhi kesehatan mental seseorang.

c. Urgensi Mental dalam Pendidikan

Dalam pengembangan pendidikan tentunya harus mempertimbangkan perkembangan serta kesehatan mental, dimana mental merupakan ranah psikologis. Hal ini ditegaskan oleh Herman Herrell bahwa pendidikan yang dipertimbangkan secara psikologis adalah perkembangan mental (Horne 2023:213). Mental membutuhkan perhatian intensif dalam pendidikan. dimana pendidikan tidak hanya mengedepankan aspek kognitif namun aspek psikis menjadi bagian yang sangat urgen dalam pendidikan. Oleh sebab itu pentingnya pengetahuan tentang psikologi pendidikan bagi seorang pendidik ialah agar pendidik mampu mendeskripsikan, memahami, memprediksi, dan mengontrol perilaku, peserta didik, dengan demikian pendidik dapat memberikan perilaku yang tepat (Mudjiran 2021:19). Menurut Zakiah Darajat kesehatan mental ialah terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara fungsi jiwa, serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problem-problem biasa yang terjadi, dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya (Yusuf 2018:26). Adapun ciri-ciri mental yang sehat diantaranya ialah *adjustment* (penyesuaian diri), *integrated personality* (kepribadian kukuh), *growth and development in causality laws* (bertumbuh dan berkembang dalam hukum sebab akibat), *free of the sense of frustration, conflict, anxiety, and depression* (bebas dari rasa gagal, pertentangan batin, kecemasan dan tekanan), *normatif* (norma), *responsibility* (bertanggung jawab), *maturity* (kematangan), *otonomi* (berdiri sendiri), *well dicision making* (pengambilan keputusan yang baik) (Tumanggor 2016:98–107).

Kesembilan ciri-ciri mental sehat di atas menjadi bagian penting yang harus mendapatkan perhatian bagi seorang praktisi pendidikan yang dapat diterapkan kepada peserta didik. Dengan kondisi mental yang sehat seorang peserta didik akan lebih mudah mencerna pembelajaran sehingga sistem pembelajaran akan berjalan secara efektif dalam mencapai tujuannya.

d. Diskusi

Kurikulum Pendidikan Agama Islam secara substantif memiliki tujuan untuk membentuk pribadi yang paripurna sehingga tercapainya tujuan kebahagiaan di dunia maupun di akhirat. Kurikulum tidak hanya mempertimbangkan aspek biologis, fisiologis dan sosiologi, namun juga perhatian terhadap psikologis atau mental peserta didik ialah bagian yang vital sebagaimana hasil riset Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) tahun 2021. Dalam hal ini pendidikan agama memiliki peran yang strategis dalam membentuk mental manusia. Agama Islam hadir dengan seperangkat pedoman yang berfungsi sebagai panduan atau petunjuk manusia tentang berbagai aspek kehidupan bahkan tidak terlepas pada pembinaan mental (rohani) yang sehat seperti memelihara fitrah, jiwa, akal, dan keturunan (Yusuf 2018:160). Seperangkat pedoman yang dimaksud secara umum ialah sebuah aturan agar taat beribadah kepada Allah, menjalin hubungan baik dengan manusia dan alam. Menurut Skinner dalam Saifuddin, sekalipun ibadah seseorang bukan dari petunjuk langit atau tekanan alam bawah sadar namun aktivitas ritual peribadatan dapat mendatangkan kenyamanan dan kedamaian, di sisi lain ancaman dan hukuman yang terkandung dalam ajaran agama yang disampaikan para ahli agama menjadi penguat negatif agar pemeluk agama taat beribadah (Saifuddin 2019:46). Memadukan materi keberagamaan dalam kurikulum menjadi langkah penting dalam mengelola kehidupan remaja dan mengarahkannya pada perilaku yang positif. Dengan penanaman nilai-nilai keagamaan yang kuat pada remaja dapat mengendalikan emosi dan menghadapi masalah dengan kesabaran (Nurhidayati 2023:192)

Agama merupakan sumber nilai, kepercayaan dan pola-pola tingkah laku (moralitas) yang akan memberikan tuntunan bagi arti, tujuan, dan kestabilan hidup umat manusia (Yusuf 2018:163). Sebagaimana disebut oleh Herman Herrell bahwa efek terakhir dari imitasi pada perkembangan mental ialah mengenai moralitas dan agama. Menurut Herman Moralitas adalah pengakuan pada perilaku yang benar dari orang lain sedangkan agama ialah pengakuan dalam kehidupan atas kebenaran-kebenaran dari persona ideal (Horne 2023:213). Lebih lanjut lagi, ketika tiruan-tiruan yang bersifat buruk, imitasi akan bekerja pada ketertarikan imoralitas hampir sama siapnya seperti pada ketertarikan moralitas ketika tiruan-tiruannya bersifat baik. Jika tidak ada contoh yang bernilai untuk mengimbangi kesan dari yang tak bernilai, imitasi juga menjadi tak bernilai (Horne 2023:214). Sejauh ini imitasi merupakan salah satu dari agen-agen perkembangan mental, oleh sebab itu para praktisi pendidikan hendaknya memberikan contoh-contoh yang baik di hadapan peserta didik yang sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan. Imam Al Ghazali

menekankan bagi para praktisi pendidikan hendaklah membiasakan kebaikan pada anak dan tidak mengabaikannya laksana binatang ternak (Al Qoshim n.d.:185) Tidak hanya itu penekanan terhadap materi yang terkait tentang kepribadian dan mental sangat penting untuk diperhatikan. Menurut Adi Sudrajat pendidikan agama yang menjadi bagian kurikulum pada sekolah dapat menjadi alat dalam meningkatkan kesehatan mental remaja seperti dapat membantu pengembangan reaksi yang lebih sehat dengan rangsangan melalui internalisasi moralitas agama, mengatasi masalah dan mengurangi tekanan hidup dengan agama, serta meningkatkan kesadaran terhadap keyakinan dan implementasi beragama yang dilakukan secara efektif dan menciptakan lingkungan positif akan mempengaruhi kesehatan mental remaja (Sudrajat 2023)

Dalam kurikulum pendidikan agama Islam kita dapat melihat aspek **elemen Akidah** yang merupakan materi yang sangat penting dan fundamental untuk ditanamkan pada siswa. Pada elemen ini materi iman serta korelasi antara Iman, Islam, dan Ihsan sangat tepat untuk ditanamkan, dipahami bahkan dipraktikkan. Iman adalah percaya, keyakinan kepada Allah Swt yang menjadi pondasi awal yang sangat penting dan harus kuat agar ditegakkannya segala *syariat* (aturan) Allah Swt tanpa terkecuali. Beberapa ahli menyebut bahwa korelasi Iman yang kuat dapat membentuk kondisi mental seseorang menjadi baik, diantaranya: **Zakiyah Darajat** menjelaskan jika manusia ingin terhindar dari kegelisahan, kecemasan, dan ketegangan jiwa serta ingin hidup tenang, tentram, bahagia serta dapat membahagiakan orang lain, maka hendaknya manusia percaya kepada Tuhan dan mengamalkan ajaran agama sebab agama adalah kebutuhan jiwa., Adapun **Palaotzian & Kirkpatrick, Ellison, McCullough** memiliki pendapat yang sama yaitu keimanan seseorang kepada tuhan akan berpengaruh positif pada kondisi mental seseorang seperti mengatasi stres, lebih bahagia dalam hidup, memperpanjang usia (Yusuf 2018:165).

Pada elemen **Akhlak**, pembekalan serta pembenahan terhadap siswa yang mengalami depresi dan hiperaktivitas yang disebabkan oleh keluarga, teman sebaya, faktor sekolah dan masalah internal lainnya sebagaimana hasil riset Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) tahun 2021 (Wahdi et al. 2022:27). Dalam mengatasi hal di atas dapat dikemas dengan berbagai pendekatan, baik secara personal maupun kelompok. Pendekatan secara personal tergambar pada konsep pembelajaran berdiferensiasi yaitu suatu proses pembelajaran yang dirancang dengan memperhatikan perkembangan, kemampuan, kebutuhan, dan karakteristik peserta didik (Hadiansah 2022:20). Lebih lanjut lagi aktivitas pembelajaran tidak hanya diakomodasi oleh sekolah saja, namun hendaknya sekolah bekerja sama dengan orang tua dan masyarakat. Mengacu pada konsep pendidikan yang diusung oleh Ki Hajar Dewantara yang disebut "Tri Konsep Pendidikan", agar berhasilnya tujuan pembelajaran yang semestinya maka pelaksana pendidikan harus melibatkan tiga lembaga secara berkesinambungan tanpa terpisah yaitu lembaga keluarga, sekolah, dan masyarakat (Rusydiyah 2019:73). Dengan pendekatan yang dilakukan para praktisi pendidikan dengan memaksimalkan ketiga lembaga di atas dengan peningkatan layanan konseling antara siswa dan keluarga serta menciptakan

lingkungan yang positif di lingkungan sekolah dan masyarakat akan memberikan ruang yang besar dalam upaya preventif mental disorders (Mokodenseho et al. 2023). **Pada lingkungan keluarga**, Imam Al-Ghazali mengemukakan, anak merupakan amanat bagi orang tuanya, dia masih suci laksana mutiara yang sangat berharga, baik atau buruknya perkembangan anak, amat tergantung kepada baik buruknya pembiasaan yang diberikan kepadanya (Al Qoshim n.d.:185). Oleh sebab itu hendaknya keluarga khususnya orang tua senantiasa memberikan pendidikan keluarga yang baik dan positif dengan memberikan contoh yang baik, pengawasan, serta memberikan bekal pengetahuan agama yang kuat.

Menurut Saifuddin orang tua merupakan tempat pendidikan pertama dan utama seorang anak. Hal ini sebab orang tua ialah orang yang pertama kali dan setiap hari menghabiskan waktu dengan anak, maka dari itu orang tua menjadi peletak fondasi dalam pendidikan agama. Sebagai upaya menanamkan nilai pendidikan agama pada anak, orang tua hendaknya harus memperhatikan usia, fisik, dan psikis anak sebab rasa dan nilai-nilai keagamaan akan tumbuh serta berkembang seiring pertumbuhan, perkembangan fisik dan psikis anak. Oleh sebab itu perhatian anak dan pemahaman agama akan muncul ketika orang tua memberi teladan dan mengajak anak untuk terlibat dalam upacara-upacara keagamaan, dekorasi dan keindahan rumah ibadah, rutinitas dan ritual orang tua, dan lingkungan sekitar ketika menjalankan ibadah (Saifuddin 2019:95) Menurut Jhon ada dua faktor penting yang menjadi metode efektif dalam berinteraksi dengan remaja yang bisa menjadi upaya preventif perilaku emosional negatif remaja: sikap orang tua dan cara bicara yang digunakan. Dalam hal ini menjaga keseimbangan antara hubungan orang dewasa dengan remaja sangat perlu untuk diperhatikan, memperlakukan mereka sebagaimana layaknya orang dewasa, memberikan kesempatan bagi mereka untuk berbicara dan menjelaskan kondisi mereka, bersifat empati, menunjukkan sikap humor dan berusaha menjaga emosional dengan baik (Nurhidayati 2023:193)

Peran lingkungan sekolah, Hurlock mengemukakan bahwa sekolah ialah salah satu faktor penentu dalam membentuk perkembangan kepribadian anak, baik dalam cara berpikir, bersikap, maupun cara berperilaku. Sekolah berperan sebagai substitusi keluarga dan guru substitusi orang tua (Yusuf 2011:195). Begitu pentingnya peran sekolah dalam menyediakan lingkungan positif yang berpengaruh pada kesehatan mental siswa sehingga penataan sistem pembelajaran yang baik dan positif menjadi perhatian penting ditambah lagi dengan peran pendidik sebagai *roll model* dituntut wajib memberikan keteladanan yang positif (Khadavi 2023). Tidak hanya itu, institusi pendidikan di Indonesia berdasarkan kurikulum yang ada tidak hanya menyuguhkan mata pelajaran umum namun juga menyuguhkan materi keagamaan, hal ini sebagai bentuk perhatian bahwa pendidikan tidak hanya berkisar pada peningkatan daya kognisi saja namun juga berfungsi untuk internalisasi nilai serta pengoptimalan nilai tersebut, dengan kata lain bukan hanya mengubah siswa dari ketidak fahaman menajadi faham namun juga menanamkan nilai moralitas terhadap benar dan salah kemudian merasa enggan melakukan kesalahan bahkan merasa bersalah jika melakukan keburukan (Saifuddin 2019:263). Lebih lanjut lagi, **peran**

lingkungan masyarakat sebagai filterisasi perilaku buruk maka dibutuhkan suatu kesadaran masyarakat bahwa peserta didik membutuhkan lingkungan yang positif, kondusif dan agamis. Kartono mengungkapkan bahwa kenakalan remaja atau *juvenile delinquency* merupakan suatu masalah sosial yang dapat terjadi pada remaja sebab pengabaian sosial. Hal ini memberikan dampak yang mendorong mereka untuk berperilaku menyimpang, tindakan yang melanggar norma, aturan dalam masyarakat. Fenomena ini dapat dianggap sebagai suatu gejala patologis sosial yang muncul akibat pengabaian sosial. (Nurhidayati 2023:185).

Disisi lain dalam mengatasi mental disorders dapat dilakukan dengan metode *tazkiyat an-nafs* yang terkandung dalam **elemen Akhlak** misalnya. Dengan metode ini pendidik dapat membimbing peserta didik dalam membersihkan jiwa melalui rangkaian kegiatan-kegiatan yang positif serta lebih mendekatkan diri kepada Allah Swt (Karim 2021). Pada elemen Fiqih, penekanan pada aspek psikomotorik dalam menegakkan syariat secara konsisten merupakan bentuk dari implementasi keimanan yang kuat. Ketika siswa mampu mengimplementasikan berbagai bentuk ritual peribadatan secara konsisten maka hal itu akan berdampak pada kesehatan mental (Saifuddin 2019:18). Kesehatan mental pada ranah ini dapat diinterpretasikan sebagai kesadaran seorang individu yang mampu mengoptimalkan kemampuannya, dapat mengatasi tekanan hidup dan bekerja secara produktif bahkan peka pada kewirausahaan serta memiliki kepedulian sosial sebagaimana capaian pembelajaran yang diharapkan pada elemen Fiqih ini (Saifuddin 2019:18). Praktik Khutbah, Tablig serta dakwah, memiliki pengetahuan terhadap ketentuan pernikahan, mawaris, dan konsep ijtihad dalam Islam akan memberikan bekal bagi peserta didik pada jenjang selanjutnya, dimana semua tujuan ini tidak terlepas dari kondisi mental yang sehat.

Beberapa doktrin larangan pada elemen **Al-Qur'an dan Hadits** ini dapat memberikan batasan pada siswa, hal ini sebagaimana pendapat Skinner bahwa ancaman dan hukuman yang terkandung dalam ajaran agama seperti larangan pergaulan bebas dan zina menjadi penguat negatif agar seorang siswa menjadi pemeluk agama yang taat (Saifuddin 2019:46) lebih lanjut lagi ketika seseorang memohon kepada Allah melalui doa yang dipanjatkan, individu mencurahkan segala kegelisahan, kecemasan, dan emosi negatif yang sedang dialaminya. Menurut Saifuddin doa dengan pencurahan segala kelemahan dan kesalahan mengandung unsur katarsis. Beberapa ahli seperti Chaplin dan Sigmund Freud mengemukakan bahwa katarsis dimaknai sebagai pembebasan atau pelepasan ketegangan dan kecemasan dengan mencurahkan keluar kejadian-kejadian traumatis di masa lalu yang semula dilakukan dengan jalan menekan emosi-emosinya ke dalam alam bawah sadar, hal ini terbukti berhasil dalam mengobati gangguan kejiwaan individu. Sejatinya, psinsip katarsis ini ialah mengobati diri dengan berbicara (Saifuddin 2019:217). Oleh sebab itu doa dapat digunakan sebagai teknik dan metode psikoterapi sebab mengandung unsur katarsis. Dalam elemen **Sejarah Kebudayaan Islam (SKI)**, peserta didik dapat belajar dengan mempedomani para pejuang tokoh Islam dengan kualitas keimanan dan kedekatan kepada Allah memunculkan semangat yang positif yang dapat

mendorong aktivitas-aktivitas positif sehingga para tokoh mampu dalam menyebarkan Islam kepenjuru dunia. Dengan keteladanan dan contoh yang baik dari para tokoh-tokoh penyebar Islam akan menjadi sebuah keteladanan yang akan mempengaruhi akhlak siswa (Suriyati 2022).

KESIMPULAN

Penataan sistem pengajaran melalui penyiapan lingkungan sekolah yang positif dan kondusif yang diwarnai dengan perilaku yang baik dari para pendidik menjadi imitasi positif yang akan mempengaruhi lingkungan sekitar. Ditambah lagi kurikulum saat ini senantiasa menekankan pendidikan yang berdiferensiasi yaitu penekanan yang diberikan disesuaikan dengan kebutuhan peserta didik dalam pembelajaran. Hal ini menjadi sebuah penekanan yang vital guna memberikan suguhan pembelajaran yang berbeda dengan kurikulum sebelumnya. Oleh sebab itu dengan penerapan pembelajaran berdiferensiasi pada siswa menengah atas yang masuk dalam kategori masa peralihan anak-remaja dapat memberikan solusi dalam pengentasan permasalahan mental disorder seperti gangguan dalam hubungan keluarga, hubungan terhadap teman dan stres individual. Tidak hanya itu untuk membentuk kesehatan mental siswa, dibutuhkan kerjasama dengan mengacu pada tiga konsep pendidikan Ki Hajar Dewantara akan memberikan tindakan solutif dengan memberikan pemahaman bagi keluarga dan lingkungan sekitar terhadap kebutuhan siswa yang dimaksud. Ditambah lagi penekanan terhadap materi esensial dalam pembelajaran pendidikan agama Islam seperti penekanan pada elemen Akidah, Fiqih, dan Akhlak tanpa mengabaikan elemen lainnya menjadi titik temu permasalahan mental yang dapat didesain oleh para praktisi pendidikan sesuai kebutuhan siswa dengan membiasakan praktik peribadatan seperti sholat, doa, serta memperkaya nilai-nilai *akhlak al-karimah* yang terkandung dalam ajaran Islam seperti hubungan orang tua dengan anak, sikap optimis, percaya diri, dan berpikir positif dalam menjalani kehidupan yang ditanamkan dengan sikap keimanan atas tuntunan agama Islam, yang kemudian dapat diaplikasikan dalam bentuk sikap antusias dan simpati sebagai upaya revitalisasi mental *disorder* yang dilanda siswa saat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- A. G. Hughes and E. H. Huges. 2018. *Psikologi Pembelajaran "Teori & Terapan."* 3rd ed. Bandung: Nuansa Cendikia.
- Al Qoshim, Muhammad Jamaluddin. n.d. *Mau'idzoh Al Mu'minin Min Ihya' Ulumiddin*. II. Beirut: Darul Kutb Al 'Ilmiyyah.
- Creswell, Jhon W. 2014. *Research Design Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. Ed. IV. London: Sage.
- Fauzan. 2023. *Filsafat Dan Ilmu Pendidikan*. I. Bekasi: Cv. Phika Media.
- Hadiansah, Deni. 2022. *Kurikulum Merdeka Dan Paradigma Pembelajaran Baru*. 1st ed. Bandung: Penerbit Yrama Widya.

- Horne, Herman Herrell. 2023. *Filsafat Pendidikan*. Yogyakarta: Penerbit Indoliterasi.
- Karim, Bisyr Abdul. 2021. "Revolusi Mental Melalui Pendidikan Islam Berbasis Metode Tazkiyatun Nafs." *Education and Learning Journal* 2(Revolusi Mental):10–18.
- Kementrian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. 2022a. "Kepala Badan Standar, Kurikulum, Dan Asesmen Pendidikan Kementrian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, Dan Teknologi Nomor 008/H/KR/2022 Tentang Capaian Pembelajaran Pada Pendidikan Anak Usia Dini, Jenjang Pendidikan Dasar, Dan Jenjang Pendidikan Menengah Pada Kurikulum Merdeka."
- Kementrian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. 2022b. "Keputusan Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, Dan Teknologi Republik Indonesia Nomor 56/M/2022 Tentang Pedoman Penerapan Kurikulum Dalam Rangka Pemulihan Pembelajaran."
- Khadavi, Muhammad Jadid. 2023. "Spiritual Mental Development Concept and the Implications for Students." *Halaqa: Islamic Education Journal* 7. doi: 10.21070/halaqa.v7i1.1624.
- Mokodenseho, Sabil, Fahmi Hafiz Munandar Maku, Sarah Pobela, and Fatma Panu. 2023. "Menangani Krisis Mental Di Kalangan Pelajar: Upaya Meningkatkan Kesejahteraan Emosional Dalam Sistem Pendidikan." *Jurnal Pendidikan West Science* 1(Krisis Mental):335–42.
- Mudjiran. 2021. *Psikologi Pendidikan "Penerapan Prinsip-Prinsip Psikologi Dalam Pembelajaran."* 1st ed. Jakarta: Kencana.
- Nurhasanah, Ibnu Hurri, and Elnawati. 2021. "Analisis Hubungan Kesehatan Mental Terhadap Hasil Belajar Anak 5-6 Tahun Kabupaten Sukabumi." *Jurnal Pelita PAUD* VI.
- Nurhidayati, Titin. 2023. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Malang: Literasi Nusantara.
- Rachmawati, Tria Suci, and Hadi Yasin. 2021. "Pengaruh Profesionalisme Guru Terhadap Kecerdasan Emosional (EQ) Siswa." *Tahdzib Al-Akblaq* 4(Kecerdasan Emosional Siswa):2721–2521.
- Ruhimat, Toto, Ibrahim, Wina Sanjaya, and Yooke Tjuparmah. 2017. *Kurikulum Dan Pembelajaran*. Depok: Rajawali Pers.
- Rusydiah, Evi Fatimatur. 2019. *Aliran Dan Paradigma Pemikiran Pendidikan Agama Islam Kontemporer*. Surabaya: UIN Sunan Ampel Press.
- S. Bloom, Benjamin, Max D. Engelhart, Edward J. Furst, Walker H. Hill, and David R. Krathwohl. 1956. *Taxonomy Of Educational Objectives "The Classification Of Educational Goals."* London: LONGMANS.
- Saifuddin, Ahmad. 2019. *Psikologi Agama*. I. Jakarta: Kencana.
- Setiawati, Lara, Dodi Pasila Putra, Alfi Rahmi, and Hidayani Syam. 2023. "Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Hasil Belajar Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di SMK Negeri 1 Bukittinggi." *Tabayir: Jurnal Dakwah Dan Sosial Humaniora* IV:01–18.

- Sudrajat, Adi. 2023. "Kontribusi Pendidikan Agama Pada Kesehatan Mental Remaja Di Lingkungan Sekolah." *Jurnal Tinta* 05. doi: <https://doi.org/10.35897/jurnaltinta.v5i1.940>.
- Suriyati. 2022. "Peningkatan Perilaku Akhlak Mulia Siswa Pada Pembelajaran SKI Tingkat Madrasah Tsanawiyah." *ULIL ALBAB: Jurnal Ilmiah Multidisiplin* 1.
- Tumanggor, Rusmin. 2016. *Ilmu Jiwa Agama*. Jakarta: Kencana.
- Wahdi, Amirah Ellyza, Althaf Setyawan, Yufan Astrini Putri, Siswanto Agus Wilopo, Holly E. Erskine, Krystina Wallis, Cartiah McGrath, Sarah J. Blondell, Harves A. Whiteford, James G. Scott, Robert Blum, Shoshanna Fine, Mengmeng Li, and Ramaiya. 2022. *Center for Reproductive Health*. University of Queensland, & Johns Blomberg Hopkins School of Public Health: Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS): Laporan Penelitian. Pusat Kesehatan Reproduksi.
- Yusuf, Syamsu. 2011. *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*. Jakarta: Remaja Rosdakarya.
- Yusuf, Syamsu. 2018. *Kesehatan Mental Perspektif Psikologi Dan Agama*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Zed, Mestika. 2017. *Metode Penelitian Kepustakaan*. Cet. IV. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.