

## OPTIMALISASI PEMBINAAN KESEHATAN MENTAL OLEH GURU PENDIDIKAN AGAMA ISLAM

**Zulkifli**

Prodi Pendidikan Agama Islam Sekolah Tinggi Agama Islam Auliaurasyidin Tembilahan

[zulkifli@stai-tbh.ac.id](mailto:zulkifli@stai-tbh.ac.id)

### **Abstract**

*Mental development is a necessity and an integral part of human life. A person's attitudes and actions in life are a reflection of their personality, which grows and develops over time. The purpose of this study is to determine the role of Islamic religious education teachers in fostering the mental health of students at Senior High School 1 Gaung Anak Serka. This study is a descriptive qualitative study. Data collection techniques include interviews and documentation. The results of this study indicate that teachers foster students' mental health by adopting a religious approach, serving as good role models for students, and providing guidance and advice. Islamic education teachers foster students' mental health by being good role models, demonstrating positive behavior to students, exhibiting discipline, participating in guiding and accompanying students in performing congregational prayers and reciting the Qur'an at school, and modeling good relationships among teachers, including not cornering students when they are facing problems. The conclusion of this study is that Islamic education teachers have fulfilled their roles effectively in fostering students' mental health at State Senior High School 1 Gaung Anak Serka.*

**Keyword:** Optimization, Guidance, Mental Health, Islamic Religious Education

### **Abstrak**

Membina mental merupakan suatu keharusan serta bagian dari kehidupan pribadi manusia. Sikap dan tindakan manusia dalam hidupnya merupakan pantulan kepribadiannya yang tumbuh dan berkembang. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui peran guru pendidikan agama Islam dalam membina kesehatan mental siswa di SMA Negeri 1 Gaung Anak Serka. Jenis penelitian ini adalah jenis penelitian kualitatif deskriptif. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara dan dokumentasi. Hasil penelitian ini adalah pembinaan mental siswa dilakukan guru dengan melakukan pendekatan secara keagamaan, menjadi contoh teladan yang baik bagi siswa dan memberikan bimbingan serta nasehat. Guru pendidikan agama Islam membina kesehatan mental siswa dengan menjadi teladan yang baik, menunjukkan perilaku-perilaku positif kepada siswa, sikap disiplin, ikut serta membimbing dan mendampingi siswa melaksanakan sholat berjamaah dan tadarus Al-Qur'an di sekolah, mencontohkan hubungan baik sesama guru sampai dengan tidak menyudutkan siswa ketika sedang menghadapi masalah. kesimpulan dari penelitian ini adalah guru pendidikan agama Islam sudah melaksanakan perannya dengan baik dalam membina kesehatan mental siswa di SMA Negeri 1 Gaung Anak Serka.

**Kata kunci:** Optimalisasi, Pembinaan, Kesehatan Mental, Pendidikan Agama Islam

## A. PENDAHULUAN

Pendidikan pada hakikatnya mempunyai tujuan untuk membina manusia seutuhnya seperti yang tertera pada GBHN bahwa tujuan pendidikan adalah membentuk manusia yang utuh, maksudnya meliputi berbagai aspek tidak hanya aspek intelektual saja, tetapi juga aspek emosi dan spiritual atau mental. Namun kenyataannya pada saat ini pendidikan lebih mengutamakan aspek intelektual saja sebagai tolak ukur keberhasilan sebuah pendidikan.<sup>1</sup> Dalam proses pendidikan guru memiliki peran sangat penting dan strategis dalam membimbing peserta didik.

Guru bukanlah sekedar mengajarkan pengetahuan dan melatih anak dalam melaksanakan keterampilan. Pendidikan jauh lebih luas dari itu, yang bertujuan untuk membentuk kepribadian anak, sesuai dengan ajaran agamanya. Guru pendidikan agama Islam PAI memang tidak sekedar dituntut memiliki kemampuan berdiri dimuka kelas, melainkan juga mampu membina mental siswa ke arah yang lebih baik.

Kesehatan mental merupakan kondisi kejiwaan yang harmonis dan stabil, memungkinkan seseorang berpikir jernih, bertindak secara etis, dan menjalin

hubungan sosial secara sehat.<sup>2</sup> Kesehatan mental yaitu terhindarnya seseorang dari gejala-gejala gangguan jiwa (*neurose*) dan dari penyakit jiwa (*psychose*). Jika kesehatan mental di masukkan kedalam aspek agama ialah terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh diantaranya adalah fungsi-fungsi kejiwaan serta terciptanya penyesuaian diri antara manusia dan dirinya sendiri dan lingkungan, yang disertai landasan keimanan dan ketaqwaan, serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia di dunia dan akhirat.<sup>3</sup>

Mental termasuk dalam aspek utama selain aspek spiritual, emosional dan moral. Kondisi mental yang sehat serta stabil menjadikan setiap individu mampu mengontrol daya emosional dan nalar. Selain banyaknya teori di berbagai literatur, terdapat fakta bahwa Islam juga membahas tentang kesehatan mental. Dalam menjaga kesehatan jasmani dan rohani, Islam sangat menganjurkannya seperti yang tertuang dalam Al-Qur'an dan Hadits.<sup>4</sup>

---

<sup>2</sup> Moh. Andra Saifunnur, dkk, *Peran Guru PAI Dalam Menjaga Kesehatan Mental Peserta Didik di SDN Tambakaji 03 Bringin Semarang*, Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial Volume 02, Nomor 12, June 2025

<sup>3</sup>Ramayulis, *Psikologi Agama*, (Jakarta: Kalam Mulia, 2002), hlm. 128

<sup>4</sup>Yahsyalloh Al Mansyur & Hakimuddin

---

<sup>1</sup>Moh. Zaiful Rosyid, dkk, *Prestasi Belajar*, (Malang: Literasi Nusantara, 2018), hlm. 201

Membina mental merupakan suatu aktivitas yang sangat penting dan merupakan suatu keharusan serta bagian dari kehidupan pribadi manusia. Sikap dan tindakan manusia dalam hidupnya merupakan pantulan kepribadiannya yang tumbuh dan berkembang sejak lahir bahkan ketika masih dalam kandungan.

Upaya mengintegrasikan antara Islam dan pendidikan dibutuhkan peran pendidik atau dalam hal ini tertuju pada guru pendidikan agama Islam untuk mengubah tingkah laku individu ke arah yang lebih baik melalui interaksi lingkungan di sekitarnya. Guru Pendidikan Agama Islam dalam konteks ini sangat diharapkan mampu membangun serta membina kesehatan mental peserta didik sebagai hasil dari proses pendidikan melalui penanaman nilai-nilai ajaran Islam kepada peserta didik.<sup>5</sup>

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk penelitian ini bertujuan untuk melihat kontribusi guru pendidikan agama Islam dalam membina kesehatan mental siswa dan selaras dengan nilai-nilai agama Islam. Hasil dari studi ini diharapkan guru pendidikan agama Islam

terdapat gambaran komprehensif tentang sejauh mana guru PAI dalam pembinaan kesehatan mental siswa.

Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pengalaman nyata guru pendidikan agama Islam mengenai pembinaan kesehatan mental siswa, dan menjadi pembelajaran bagi guru pendidikan agama Islam Lainnya.

Penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif deskriptif. Penelitian kualitatif adalah suatu jenis penelitian yang prosedur penemuan yang dilakukan tidak menggunakan prosedur statistik atau kuantifikasi. Dari segi hasil penelitian yang disajikan, penelitian kualitatif menyajikan hasilnya dalam bentuk deskripsi naratif.<sup>6</sup>

Teknik pengumpulan data yang digunakan wawancara dan dokumentasi, penggunaan teknik ini untuk mengetahui Optimalisasi Pembinaan Kesehatan Mental Oleh Guru Pendidikan Agama Islam.

Data dianalisis melalui *Reduction* data, *Display* Data, dan *Conclusion* *Drawing*/Verifikasi data. *Reduction* data adalah memilih hal-hal yang pokok dan memfokuskan pada hal-hal yang penting,

---

Salim, *Peran Pendidikan Agama Islam (PAI) Dalam Menjaga Kesehatan Mental Siswa di SMP Negeri 2 Wonogiri*, Jurnal Pendidikan Islam, No. 001 Vol. 12, 2023, hlm. 1033

<sup>5</sup>Ziyah Fadilatus Sya'ban, dkk, *Peran Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Membina Kesehatan Mental Siswa MAN 2 Jakarta*, Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial, No. 1 Vol. 6, 2024, hlm. 108

---

<sup>6</sup>Salim & Syahrums, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Citapustaka Media, 2007), hlm. 41-44

mencari kejelasan makna jawaban, kesesuaian dengan pertanyaan satu dengan pertanyaan lainnya, relevansi jawaban dan beragaman kesatuan data berdasarkan substansi. *Display Data* adalah penyajian data dilakukan melalui bentuk uraian singkat, dengan menyajikan data, maka akan memudahkan peneliti untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami. Dan *Conclusion Drawing/Verifikasi data* adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara.

## B. HASIL DAN PEMBAHASAN

### Peran Guru Pendidikan Agama Islam

Guru merupakan suatu profesi yang berarti suatu jabatan yang memerlukan keahlian khusus sebagai guru dan tidak dapat dilakukan oleh sembarang orang di luar bidang pendidikan. Walaupun pada kenyataannya masih terdapat hal-hal tersebut di luar bidang kependidikan.<sup>7</sup> Guru merupakan penentu keberhasilan pendidikan melalui kinerjanya pada tingkat institusional dan instruksional.<sup>8</sup>

Dalam hal ini guru sebagai pendidik

berarti juga orang dewasa yang bertanggung jawab memberi pertolongan peserta didiknya dalam perkembangan jasmani dan rohaninya, agar mencapai tingkat kedewasaan, mampu berdiri sendiri dan memenuhi tingkat kedewasaannya, mampu mandiri dalam memenuhi tugasnya sebagai hamba dan khalifah Allah SWT. dan mampu melakukan tugas sebagai makhluk sosial dan sebagai makhluk individu yang mandiri.<sup>9</sup>

Tugas guru dalam pandangan Islam adalah mendidik, yaitu mengupayakan perkembangan seluruh potensi anak didik baik potensi psikomotor, kognitif maupun afektif. Tugas guru pendidikan agama Islam ternyata bercampur dengan syarat dan sikap guru pendidikan agama Islam. Tugas guru yaitu antara lain:<sup>10</sup>

1. Menanamkan keimanan dalam jiwa anak.
2. Mengajarkan ilmu pengetahuan agama Islam
3. Mendidik agar berbudi pekerti yang luhur
4. Mendidik agar taat menjalankan

---

<sup>7</sup>Hamzah B. Uno, *Profesi Kependidikan Problema, Solusi dan Reformasi Pendidikan di Indonesia*, (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2011), hlm. 15

<sup>8</sup>Donni Juni Priansa, *Kinerja dan Profesionalisme Guru*, (Bandung: Alfabeta, 2014)

---

<sup>9</sup>Suyanto, *Ilmu Pendidikan Islam*, (Jakarta: Kencana Prenadamedia Group, 2006), hlm. 86

<sup>10</sup>Abu Ahmadi, *Metodik Khusus Pendidikan Agama*, (Bandung: Amriko, 1985), hlm. 49

---

ajaran agama

Untuk dapat melaksanakan tugas ini dengan baik, guru terlebih dahulu mengerti, memahami dan mengamalkan ajaran Islam, bertakwa kepada Allah dan berakhlak mulia. Tugas guru dalam bidang kemanusiaan di sekolah harus dapat menjadikan dirinya sebagai orang tua kedua. ia juga harus dapat menarik simpati sehingga ia menjadi idola para peserta didiknya. Sedangkan di bidang kemasyarakatan guru mempunyai tugas mendidik dan mengajar masyarakat untuk menjadi warga negara Indonesia yang bermoral Pancasila.<sup>11</sup>

Guru sebagai pendidik bertanggung jawab untuk mewariskan nilai-nilai dan norma-norma kepada generasi berikutnya, sehingga terjadi proses konservasi nilai. Adapun tanggung jawab guru dapat dijabarkan yang lebih khusus, berikut ini:<sup>12</sup>

1. Tanggung jawab moral
2. Tanggung jawab dalam bidang pendidikan di sekolah
3. Tanggung jawab dalam bidang kemasyarakatan
4. Tanggung jawab dalam bidang keilmuan

### **Peran Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Membina Kesehatan Mental Siswa**

Peranan guru sebagai pendidik

---

<sup>11</sup>Moh. Uzer Usman, *Menjadi Guru Profesional*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1995), hlm.7

<sup>12</sup>Mulyasa, *Standar kompetensi dan Sertifikasi Guru*, (Bandung: Rosda karya, 2008), Cet.3, hlm. 18

professional sesungguhnya sangat kompleks, tidak terbatas pada saat berlangsungnya interaksi edukatif di dalam kelas.<sup>13</sup>

Peran guru dalam membina kesehatan mental siswa di sekolah melibatkan serangkaian langkah penting di dalam kelas. Selain menciptakan lingkungan inklusif, mengajarkan regulasi emosi, memberikan perhatian individu, mengurangi stres, membangun hubungan positif, mengenali masalah kesehatan mental, serta bekerjasama dengan orang tua dan ahli kesehatan mental, guru juga dapat mengambil langkah-langkah di kelas. Menurut Ismail adapun langkah-langkah yang bisa dilakukan guru pendidikan agama Islam dalam membina mental siswa antara lain sebagai berikut:

1. Guru bisa membuka ruang komunikasi terbuka untuk siswa berbagi, mendorong pendekatan pendidikan positif dengan penguatan keunggulan.
2. Guru menerapkan teknik pemecahan masalah.
3. Guru membangun kemandirian siswa.
4. Guru menyediakan waktu istirahat terjadwal.

---

<sup>13</sup>Akmal Hawi, *Kompetensi Guru Pendidikan Agama Islam*, (Jakarta: Rajawali Pers 2014), hlm. 15

5. Guru menggunakan metode pembelajaran aktif.<sup>14</sup>

Menurut Fadilatus Sya'ban dkk, peran guru dalam membina kesehatan mental siswa adalah:

1. Guru melatih keterampilan terutama dalam sikap mental peserta didik.
2. Guru berperilaku sesuai norma dan syariat agama.
3. Guru memberikan bimbingan, arahan serta teladan dalam perkembangan peserta didik agar tidak terpengaruh dan tidak melakukan hal-hal yang kurang baik.
4. Guru sebagai pendidik, pengajar, pembina, pengelola pelajaran dan menjadi teladan sikap disekolah maupun masyarakat.
5. Guru melakukan pendekatan pembiasaan, keteladanan secara bertahap agar peserta didik berperilaku baik sesuai norma dan agama di masyarakat.
6. Guru mengajarkan toleransi kepada peserta didik.
7. Guru sebagai fasilitator yang menyediakan kemudahan-kemudahan bagi peserta didik untuk melakukan kegiatan belajar.
8. Guru sebagai pembimbing, yang membantu peserta didik mengatasi kesulitan dalam proses belajar.

---

<sup>14</sup>Suhartini Ismail, *Pendidikan Kesehatan Mental di Sekolah*, (Jakarta: Radar Jaya, 2016), hlm. 65

9. Guru sebagai penyedia lingkungan, yang berupaya menciptakan suasana nyaman dalam proses belajar mengajar.

10. Guru sebagai komunikator, yang melakukan komunikasi dengan peserta didik dan masyarakat.

11. Guru sebagai model, yang mampu memberikan contoh yang baik kepada peserta didik agar berperilaku yang baik.<sup>15</sup>

### **Kesehatan Mental**

Zakiah Darajat mengungkapkan bahwa kesehatan mental merupakan semua unsur pikiran termasuk jiwa, emosi, sikap, dan perasaan secara keseluruhan serta kebulatan yang akan menetapkan corak tingkah laku, cara menghadapi segala hal yang perasaan misalnya mengecewakan, menggembirakan, menggelisahkan, memprihatinkan, menakutkan, membahagiakan dan lain sebagainya.<sup>16</sup>

Menurut Nurtiwiyono, kesehatan mental merupakan kondisi dimana seseorang mampu menyadari potensi diri dan mampu mengatur diri dengan baik, mampu mengatasi tekanan, stres, problematika diri dalam kehidupan

---

<sup>15</sup>Ziyah Fadilatus Sya'ban, dkk, *Op.Cit.*, hlm. 113

<sup>16</sup>Zakiah Darajat, *Pendidikan Islam dalam Keluarga dan Sekolah*, (Jakarta: Ruhama, 1995), hlm. 75

sehari-hari, mampu bekerja produktif dan memberikan kerja nyata, mampu memberikan kontribusi bagi lingkungan atau komunitasnya. Kesehatan mental pada peserta didik memiliki beberapa unsur yaitu tidak adanya stres diri dalam belajar dan merasakan kenyamanan dalam kegiatan belajar mengajar.<sup>17</sup>

Kesehatan mental adalah suatu keadaan dimana seseorang tidak mengalami perasaan bersalah terhadap dirinya sendiri, memiliki estimasi yang realistis terhadap dirinya sendiri dan dapat menerima kekurangan atau kelemahannya, kemampuan menghadapi masalah-masalah dalam hidupnya, memiliki kepuasan dalam kehidupan sosialnya, serta memiliki kebahagiaan dalam hidupnya.

### **Indikator Mental Yang Sehat dan Mental Yang Sakit (*Mental Illness*)**

Menurut pendapat WHO dalam Fadilatus Sya'ban dkk, tentang 8 (delapan) kriteria jiwa (mental) yang sehat, yaitu sebagai berikut:

1. Berpikir positif (*positive thinking*).
2. Mampu belajar dari pengalaman.
3. Mudah beradaptasi.
4. Mempunyai rasa kasih sayang.

---

<sup>17</sup>Heru Nurtiwiyo, *PERAN GURU BAGI KESEHATAN MENTAL SISWA SEKOLAHMENENGAHATAS DALAM PROSES MENGAJAR*, Jurnal Pendidikan dan Konseling, No. 2 Vol. 3, 2023, hlm. 99

5. Merasa puas dan senang atas hasil dari usahanya.
6. Menerima kekecewaan dan menjadikannya sebagai pengalaman.
7. Lebih senang memberi daripada menerima.
8. Lebih senang menolong daripada ditolong.<sup>18</sup>

Mental yang sakit (*mental illness*) dengan beberapa ciri berikut:

1. Merasa tidak bahagia dalam kehidupan dan hubungan sosial.
2. Merasa dalam keadaan tidak aman, diekam dengan rasa takut dan khawatir yang mendalam.
3. Tidak percaya akan kemampuan diri.
4. Tidak memiliki kematangan emosional Kepribadian yang kurang mantap.
5. Mengalami gangguan dalam sistem syarafnya.
6. Tidak dapat memahami kondisi dirinya sendiri.<sup>19</sup>

### **Hasil Penelitian**

Membina mental merupakan suatu aktivitas yang sangat penting dan merupakan suatu keharusan serta bagian

---

<sup>18</sup>Ziyah Fadilatus Sya'ban, dkk, *Op.Cit.*, hlm. 111

<sup>19</sup>Eka Sri Handayani, *Kesehatan Mental (Mental Hygiene)*, (Banjarmasin: Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin 2022), hlm. 27-28

dari kehidupan pribadi manusia. Sikap dan tindakan manusia dalam hidupnya merupakan pantulan kepribadiannya yang tumbuh dan berkembang sejak lahir bahkan ketika masih dalam kandungan.

Lingkungan sekolah khususnya peran seorang guru sangat berpengaruh dalam perkembangan kesehatan mental siswa, karena dalam kesehariannya hampir setengah dari waktunya telah dihabiskan dalam lingkungan sekolah. Upaya mengintegrasikan antara Islam dan pendidikan dibutuhkan peran pendidik atau dalam hal ini tertuju pada guru pendidikan agama Islam untuk mengubah tingkah laku individu ke arah yang lebih baik melalui interaksi lingkungan di sekitarnya. Guru Pendidikan Agama Islam dalam konteks ini sangat diharapkan mampu membangun serta membina kesehatan mental peserta didik sebagai hasil dari proses pendidikan melalui penanaman nilai-nilai ajaran Islam kepada peserta didik.

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Optimalisasi Pembinaan Kesehatan Mental Oleh Guru Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 1 Gaung Anak Serka peneliti melihat bahwa guru pendidikan agama Islam terlihat mengatasi kesehatan mental siswa di SMA Negeri 1 Gaung Anak Serka dengan melakukan pendekatan secara keagamaan, menjadi contoh teladan yang baik bagi siswa

dan memberikan bimbingan serta nasehat dengan bahasa yang lemah lembut kepada siswa.

Guru pendidikan agama Islam sudah membina kesehatan mental siswa dengan menjadi teladan yang baik bagi siswanya dan dilakukan dengan cara mencontohkan sikap disiplin, jujur, sopan dan sabar dalam perilaku keseharian. Selain itu, guru pendidikan agama Islam juga sudah membina kesehatan mental siswa dengan menunjukkan perilaku-perilaku positif kepada siswa dengan menunjukkan sikap ramah dan rendah hati, bersikap jujur, tidak menyalahi aturan-aturan agama dan juga memberikan pujian kepada siswa.

Selanjutnya, guru pendidikan agama Islam membina kesehatan mental siswa dengan menunjukkan sikap disiplin kepada siswa dengan cara datang tepat waktu ke sekolah, menyelesaikan tugas dan tanggungjawab dengan tepat waktu dan tidak melanggar aturan sekolah. Guru pendidikan agama Islam membina kesehatan mental siswa dengan ikut serta membimbing dan mendampingi siswa melaksanakan sholat berjamaah dan tadarus Al-Qur'an di sekolah.

Selain itu, guru pendidikan agama Islam membina kesehatan mental siswa

dengan mencontohkan hubungan baik sesama guru dimana guru pendidikan agama Islam selalu menjaga komunikasi yang baik antar guru, menghargai sesama guru dan melakukan kerjasama serta tidak saling menyalahkan satu sama lainnya. Guru pendidikan agama Islam membina kesehatan mental siswa dengan menunjukkan sikap sopan dan santun terhadap warga sekolah dengan cara bersikap dan berpakaian yang sopan dan saling menghormati antar sesama manusia.

Guru pendidikan agama Islam membina kesehatan mental siswa dengan menunjukkan sikap sabar dalam mendidik siswa dengan cara bersabar saat siswa melakukan kesalahan dan memberikan pembinaan tanpa marah kepada siswa.

Guru pendidikan agama Islam membina kesehatan mental siswa dengan cara memberikan nasehat yang baik ketika siswa sedang menghadapi masalah dengan pendekatan lembut dan religius dan guru pendidikan agama Islam membina kesehatan mental siswa dengan tidak menyudutkan siswa ketika sedang menghadapi masalah dimana guru menghindari menyalahkan dan lebih memilih memberi pemahaman kepada siswa.

Berdasarkan analisis dan pembahasan hasil penelitian di atas, peneliti dapat

menyimpulkan bahwa guru pendidikan agama Islam sudah melaksanakan perannya dengan baik dalam membina kesehatan mental siswa di SMA Negeri 1 Gaung Anak Serka. Hal ini sejalan dengan pendapat Fadilatus Sya'ban yang menyatakan bahwa peran guru pendidikan agama Islam membina siswa melalui nilai-nilai Islam dalam membina kesehatan mental agar siswa dapat membentengi dirinya dengan adanya agama. Menurut Yasipin dkk Salah satu hal yang dapat meningkatkan daya tahan seseorang dari ketidakehatan mental adalah agama.<sup>20</sup> Agama mempunyai peranan penting dalam pembinaan moral karena nilai-nilai moral yang datang dari agama bersifat tetap dan universal. Apabila seseorang dihadapkan pada suatu dilema, ia akan menggunakan pertimbangan-pertimbangan berdasarkan nilai-nilai moral yang datang dari agama. Dimanapun orang itu berada dan pada posisi apapun, ia akan tetap memegang prinsip moral yang telah tertanam didalam hati nuraninya serta agama berperan dalam mental yang sakit.

### C. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian

---

<sup>20</sup>Yasipin dkk, *Peran Agama dalam Membentuk Kesehatan Mental Remaja*, Jurnal Manthiq, No. 1 Vol. V, 2020, hlm. 28

mengenai Optimalisasi Pembinaan Kesehatan Mental Oleh Guru Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 1 Gaung Anak Serka. Dimana guru sudah berperan mengatasi kesehatan mental siswa di SMA Negeri 1 Gaung Anak Serka, membina kesehatan mental siswa dengan menjadi teladan yang baik bagi siswanya, menunjukkan perilaku-perilaku positif kepada siswa, menunjukkan sikap disiplin kepada siswa, membina kesehatan mental siswa dengan mendampingi siswa melaksanakan sholat berjamaah dan tadarus Al-Qur'an di sekolah sampai dengan membina kesehatan mental siswa dengan tidak menyudutkan siswa ketika sedang menghadapi masalah. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi peran guru pendidikan agama Islam dalam membina kesehatan mental siswa tersebut antara lain penggunaan *gadget* yang berlebihan kurangnya peran orang tua dalam mengawasi anaknya di rumah serta pengaruh lingkungan atau teman sebaya yang mampu mempengaruhi perkembangan mental siswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi Abu. (1985). *Metodik Khusus Pendidikan Agama*, Bandung: Amriko.
- Darajat Zakiyah. (1995). *Pendidikan Islam dalam Keluarga dan Sekolah*. Jakarta: Ruhama.
- Handayani Sri Eka. (2022). *Kesehatan Mental (Mental Hygiene)*, Banjarmasin: Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin.
- Hawi Akmal. (2014) *Kompetensi Guru Pendidikan Agama Islam*, Jakarta: Rajawali Pers.
- Ismail Suhartini. (2016). *Pendidikan Kesehatan Mental di Sekolah*. Jakarta: Radar Jaya.
- Mansyur Yahsyalloh A & Hakimuddin Salim. (2023). *Peran Pendidikan Agama Islam (PAI) Dalam Menjaga Kesehatan Mental Siswa di SMP Negeri 2 Wonogiri*, Jurnal Pendidikan Islam, No. 001 Vol. 12.
- Mulyasa. (2008). *Standar kompetensi dan Sertifikasi Guru*. Bandung: Rosda karya.
- Nurtiwiyono Heru. (2023). *PERAN GURU BAGI KESEHATAN MENTAL SISWA SEKOLAHMENENGAHATAS DALAM PROSES MENGAJAR*, Jurnal Pendidikan dan Konseling, No. 2 Vol. 3.
- Priansa Juni Donni. (2014). *Kinerja dan Profesionalisme Guru*, Bandung: Alfabeta.
- Ramayulis. (2002). *Psikologi Agama*, Jakarta: Kalam Mulia.
- Rosyid Moh. Zaiful. Dkk. (2018). *Prestasi Belajar*. Malang: Literasi Nusantara.
- Saifunnur Moh. Andra. Dkk. (2025). *Peran Guru PAI Dalam Menjaga Kesehatan Mental Peserta Didik di SDN Tambakaji 03 Bringin Semarang*, Jurnal Penelitian Ilmu-

Ilmu Sosial Volume 02

Salim & Syahrums. (2007). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Citapustaka Media.

Suyanto. (2006) *Ilmu Pendidikan Islam*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group.

Sya'ban Ziyah Fadilatus. Dkk. (2024). *Peran Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Membina Kesehatan Mental Siswa MAN 2 Jakarta*, Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial, No. 1 Vol. 6.

Uno Hamzah B. (2011). *Profesi Kependidikan Problema, Solusi dan Reformasi Pendidikan di Indonesia*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.

Usman Moh. Uzer. (1995). *Menjadi Guru Profesional*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Yasipin dkk. (2020). *Peran Agama dalam Membentuk Kesehatan Mental Remaja*, Jurnal Manthiq, No. 1 Vol. V.