

IMPLEMENTASI PEMBELAJARAN AQIDAH AKHLAK DALAM Penguatan Kesehatan Mental Siswa : STUDI KASUS DI MIM NGLARAN I

Risma Mega Utami, Ismail
Institut Studi Islam Muhammadiyah Pacitan

Email: megarisma59@gmail.com, ismail@isimupacitan.ac.id

Abstract:

Indications of suboptimal mental health of students at MIM Nglaran I and the lack of systematic integration of spiritual values into learning are the background of this research. Students show a tendency to experience anxiety, stress, difficulty managing emotions, and aggressive behavior in social interactions. This study aims to analyze the implementation of Aqidah Akhlak learning in strengthening mental health, identify the strategies implemented, and understand their contribution to emotional regulation and psychological resilience of students. This study used a descriptive qualitative approach with a case study design. Subjects included sixth-grade students, Aqidah Akhlak teachers, and the madrasah principal. Data were collected through observation, semi-structured interviews, and documentation, then analyzed through reduction, presentation, and drawing conclusions with triangulation to ensure validity. The results indicate that teacher role models, religious habits, and religious activities contribute to increased self-confidence, emotional regulation, empathy, and the ability to manage anxiety. However, their effectiveness is influenced by the consistency of implementation and support from the school.

Abstrak:

Indikasi kurang optimalnya kesehatan mental siswa di MIM Nglaran I serta belum terintegrasinya nilai-nilai spiritual secara sistematis dalam pembelajaran menjadi latar belakang penelitian ini. Siswa menunjukkan kecenderungan mengalami kecemasan, stres, kesulitan mengelola emosi, dan perilaku agresif dalam interaksi sosial. Penelitian ini bertujuan menganalisis implementasi pembelajaran Aqidah Akhlak dalam penguatan kesehatan mental, mengidentifikasi strategi yang diterapkan, serta memahami kontribusinya terhadap regulasi emosi dan ketahanan psikologis siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan desain studi kasus. Subjek meliputi siswa kelas VI, guru Aqidah Akhlak, dan kepala madrasah. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara semi-terstruktur, dan dokumentasi, kemudian dianalisis melalui reduksi, penyajian, dan penarikan kesimpulan dengan triangulasi untuk menjamin keabsahan. Hasil menunjukkan bahwa keteladanan guru, pembiasaan religius, dan kegiatan keagamaan berkontribusi pada peningkatan kepercayaan diri, regulasi emosi, empati, serta kemampuan mengelola kecemasan. Namun, efektivitasnya dipengaruhi konsistensi pelaksanaan dan dukungan dari sekolah.

ARTICLE HISTORY

Received : April 2026

Revised : April 2026

Accepted : April 2026

KEYWORDS

Aqidah Akhlak; Mental Health; Implementation; Islamic Education; Case Study

KATA KUNCI

Aqidah Akhlak;
Kesehatan Mental;
Implementasi;
Pendidikan Islam;
Studi Kasus

PENDAHULUAN

Berdasarkan pengamatan awal yang dilakukan di MI Muhammadiyah Nglaran I, ditemukan bahwa sebagian siswa, khususnya yang berusia 11-12 tahun, menunjukkan gejala kesehatan mental yang kurang optimal. Gejala tersebut tampak dalam bentuk

kecemasan saat menghadapi ujian atau perlombaan, munculnya prasangka negatif terhadap kegiatan pembelajaran, perilaku agresif antar teman sebaya, serta kesulitan dalam mengelola emosi ketika berinteraksi sosial (Diana Vidya Fakhriyani, 2019). Kondisi ini tidak dapat dilepaskan dari berbagai faktor perkembangan, seperti meningkatnya tuntutan akademik, perubahan biologis pada masa pubertas, serta dinamika pergaulan yang cenderung kompetitif. Dengan demikian, lingkungan sekolah menjadi ruang yang sangat menentukan dalam membentuk keseimbangan psikologis siswa (Anisa, Qurrotul, R, Na, & Aini, 2024). Meskipun dalam pembelajaran Aqidah Akhlak telah diajarkan nilai-nilai spiritual seperti tawakal dan sabar, internalisasi nilai tersebut belum sepenuhnya terwujud secara konsisten dalam perilaku keseharian siswa. Fakta ini diperoleh dari laporan guru serta hasil observasi lapangan yang menunjukkan adanya kesenjangan antara pemahaman konseptual dan praktik nyata dalam kehidupan siswa.

Fenomena tersebut mengindikasikan bahwa pembelajaran Aqidah Akhlak memiliki posisi strategis dalam mendukung pembentukan kesehatan mental siswa di tingkat sekolah dasar. Mata pelajaran ini menanamkan nilai-nilai Islam, seperti tawakal, sabar, kasih sayang, ihsan, serta pengendalian diri, yang secara konseptual beriringan dengan aspek ketahanan psikologis (*resilience*). Oleh karena itu, proses pembelajaran tidak cukup berhenti pada aspek kognitif berupa hafalan dan pemahaman materi, tetapi perlu diarahkan pada penguatan regulasi emosi dan pembentukan sikap adaptif dalam menghadapi tekanan akademik maupun sosial (Anisa et al., 2024). Usia sekolah dasar merupakan fase krusial dalam pembentukan karakter, kemampuan berpikir, relasi sosial, dan pengelolaan emosi. Apabila aspek kesehatan mental tidak diperhatikan secara serius, maka potensi munculnya gangguan seperti kecemasan dan depresi dapat berdampak jangka panjang terhadap prestasi akademik maupun perkembangan sosial siswa di masa mendatang (Kurniawan & Sulistyarini, n.d.).

Secara nasional, data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2022 menunjukkan bahwa sekitar 10–20% anak usia sekolah mengalami gangguan kesehatan mental, termasuk kecemasan dan depresi, dengan peningkatan signifikan selama pandemi COVID-19 (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Di tingkat global, World Health Organization juga menegaskan bahwa kesehatan mental anak menjadi prioritas karena berpengaruh terhadap perkembangan kognitif, emosional, dan sosial dalam jangka panjang. Dalam konteks pendidikan Islam, pembelajaran Aqidah Akhlak yang mengajarkan konsep iman, ihsan, dan kontrol diri diyakini memiliki potensi besar sebagai fondasi pembentukan kesejahteraan psikologis (Nurul Mubin, Muhammad Nur Ikhasan, & Zarkasi Putro, 2021). Nilai-nilai tersebut mendorong kesadaran spiritual, pemaknaan terhadap ujian kehidupan, serta pembentukan etika personal yang dapat berfungsi sebagai faktor protektif terhadap stress (Kusumawati, 2024). Dengan demikian, integrasi nilai-nilai spiritual dalam praktik pembelajaran menjadi kebutuhan yang tidak dapat diabaikan.

Dalam konteks kelembagaan, data Kementerian Agama Republik Indonesia tahun 2023 mencatat bahwa terdapat sekitar 50.000 Madrasah Ibtidaiyah di Indonesia, dengan sekitar 10–15% di antaranya dikelola oleh Muhammadiyah. Survei dari Pusat Pengembangan Pendidikan Agama Islam tahun 2022 menunjukkan bahwa sebagian besar guru masih memfokuskan pembelajaran Aqidah Akhlak pada aspek kognitif dibandingkan implementasi praktis dalam pengelolaan emosi dan penguatan kesehatan mental. Sementara itu, data Badan Pusat Statistik bersama Kementerian Kesehatan

mengungkapkan bahwa tingkat stres anak usia sekolah dasar mencapai 25%, dengan kecenderungan peningkatan di wilayah pedesaan akibat keterbatasan akses layanan kesehatan mental (Indriani, Casini, Rizky, Herawati, & Kurniawati, 2025). Analisis terhadap kondisi tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara potensi nilai-nilai Aqidah Akhlak dan implementasi aktualnya dalam membangun kesehatan mental siswa. Oleh karena itu, diperlukan kajian yang lebih mendalam untuk memahami bagaimana pembelajaran tersebut dapat dioptimalkan secara sistematis dan terarah (Nurul Mubin et al., 2021).

Berdasarkan analisis kesenjangan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki secara komprehensif implementasi pembelajaran Aqidah Akhlak dalam penguatan kesehatan mental siswa di MI Muhammadiyah Nglaran I. Pertanyaan penelitian yang diajukan adalah : (1) bagaimana implementasi pembelajaran Aqidah Akhlak dalam mendukung kesehatan mental siswa; (2) bagaimana persepsi guru dan siswa terhadap kontribusi pembelajaran tersebut dalam pengelolaan emosi dan penguatan ketahanan psikologis; serta (3) apa saja tantangan dan peluang dalam mengintegrasikan nilai-nilai Aqidah Akhlak dengan pendekatan kesehatan mental di madrasah. Kebaruan penelitian ini terletak pada fokusnya yang spesifik pada implementasi aktual di tingkat Madrasah Ibtidaiyah Muhammadiyah (Rasuna & Blok, 2020) yang selama ini masih minim kajian empiris. Penelitian ini tidak hanya mengidentifikasi praktik pembelajaran, tetapi juga menganalisis secara mendalam konteks, persepsi, serta dinamika yang menyertainya. Hasil penelitian diharapkan dapat berkontribusi pada pengembangan model pembelajaran Aqidah Akhlak yang lebih integratif, dan relevan dengan kebutuhan perkembangan psikologis peserta didik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus evaluatif untuk mengkaji secara mendalam implementasi pembelajaran Aqidah Akhlak serta kontribusinya terhadap kesehatan mental siswa di MIM Nglaran I. Pemilihan studi kasus memungkinkan peneliti memahami fenomena dalam konteks alaminya, menelaah pengalaman dan persepsi partisipan, serta menggali secara komprehensif bagaimana nilai-nilai spiritual diintegrasikan dalam praktik pembelajaran dan berdampak pada aspek psikologis siswa. Penelitian dilaksanakan di MIM Nglaran I yang berlokasi di Dusun Sukorejo, Desa Nglaran, Kecamatan Tulakan, Kabupaten Pacitan. Subjek penelitiannya siswa kelas VI yang berusia kurang lebih 12 tahun, guru Aqidah Akhlak, serta kepala madrasah sebagai informan kunci. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi partisipatif terhadap proses pembelajaran dan interaksi kelas, wawancara semi-terstruktur dengan siswa, guru, kepala madrasah, serta orang tua, dan analisis dokumen seperti perangkat pembelajaran, arsip sekolah, dan catatan perkembangan siswa.

Proses analisis data dilakukan secara interaktif melalui beberapa tahapan, yaitu: (1) reduksi data dengan menyeleksi dan memfokuskan informasi yang relevan dengan indikator kesehatan mental seperti kepercayaan diri, regulasi emosi, empati, dan pengendalian stres; (2) penyajian data dalam bentuk naratif deskriptif dan matriks tematik untuk mengidentifikasi pola dan hubungan antarkategori; (3) penarikan kesimpulan sementara berdasarkan temuan lapangan; dan (4) verifikasi melalui triangulasi sumber dan teknik guna memastikan validitas dan konsistensi data. Selain itu, peneliti melakukan pengecekan ulang temuan melalui konfirmasi kepada informan (member checking) untuk meningkatkan kredibilitas hasil penelitian. Melalui tahapan tersebut, diperoleh gambaran

yang komprehensif mengenai peran pembelajaran Aqidah Akhlak dalam mendukung pembentukan dan penguatan kesehatan mental siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil observasi pembelajaran, wawancara dengan guru Aqidah Akhlak, kepala madrasah, serta siswa kelas VI di MIM Nglaran I, diperoleh temuan mengenai implementasi pembelajaran Aqidah Akhlak dalam penguatan kesehatan mental siswa. Data hasil observasi terhadap indikator kesehatan mental siswa selama proses pembelajaran dapat dilihat pada Tabel 1.

No	Aspek Penilaian	Skor
1.	Kepercayaan diri siswa dalam bertanya dan berpendapat	4
2.	Kemampuan siswa mengendalikan emosi saat diskusi	3
3.	Sikap empati dan menghargai teman	4
4.	Kemampuan mengelola kecemasan saat evaluasi	3
5.	Sikap optimis dan tidak mudah menyerah	3
	Mean	3

Keterangan :

4 : Sangat Baik / Sangat Terlihat

3 : Baik / Terlihat

2 : Kurang

1 : Tidak Terlihat

Penilaian kesehatan mental siswa dilakukan melalui beberapa indikator utama, yaitu kepercayaan diri dalam bertanya dan menyampaikan pendapat, kemampuan mengendalikan emosi saat diskusi, sikap empati dan menghargai teman, kemampuan mengelola kecemasan saat evaluasi, serta sikap optimis dan tidak mudah menyerah. Hasil penilaian menunjukkan bahwa aspek kepercayaan diri dan empati memperoleh skor tertinggi yaitu 4, yang termasuk dalam kategori sangat baik. Sementara itu, kemampuan mengendalikan emosi, mengelola kecemasan, dan sikap optimis berada pada skor 3 yang masuk dalam kategori baik. Secara keseluruhan, rata-rata skor yang diperoleh adalah 3 dengan kategori baik. Hal ini mengindikasikan bahwa kondisi kesehatan mental siswa secara umum telah berkembang dengan cukup optimal, meskipun belum merata pada seluruh aspek. Perbedaan capaian skor antar indikator menunjukkan bahwa setiap siswa memiliki kemampuan yang berbeda dalam mengelola emosi, menghadapi tekanan, serta membangun interaksi sosial (Arturo, 2025). Dengan demikian, hasil ini memberikan gambaran bahwa perkembangan kesehatan mental siswa berlangsung secara bertahap dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal (Suryani et al., 2025).

Indikator dengan skor tinggi, seperti kepercayaan diri dan empati, mencerminkan bahwa siswa telah mampu berinteraksi secara positif dan mengekspresikan diri dengan baik dalam lingkungan belajar. Di sisi lain, indikator yang masih berada pada kategori baik menunjukkan bahwa siswa masih memerlukan pendampingan dalam mengelola emosi dan mengatasi kecemasan, terutama dalam situasi tertentu seperti diskusi atau evaluasi pembelajaran. Oleh karena itu, hasil penilaian ini dapat dijadikan sebagai dasar untuk memahami kondisi awal kesehatan mental siswa sekaligus sebagai acuan dalam merancang

upaya pembelajaran yang lebih responsif terhadap kebutuhan emosional dan psikologis siswa. Dengan demikian, pembelajaran Aqidah Akhlak berfungsi sebagai sarana pembinaan karakter sekaligus penguatan kesehatan mental siswa secara berkelanjutan (Indriani et al., 2025). Model ini menegaskan bahwa pembelajaran Aqidah Akhlak tidak hanya berorientasi pada aspek pengetahuan, tetapi juga pada pembentukan keseimbangan emosi dan perilaku sosial yang positif, sebagaimana disajikan secara ringkas pada Gambar 1 sebagai model integrasi pembelajaran Aqidah Akhlak dalam penguatan kesehatan mental siswa.



Gambar 1. Metode Pembelajaran Aqidah Akhlak

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru Aqidah Akhlak, implementasi pembelajaran tidak hanya berfokus pada penyampaian materi, tetapi juga diarahkan pada pembentukan aspek psikologis siswa, khususnya dalam penguatan kesehatan mental. Guru menerapkan berbagai metode pembelajaran yang variatif, seperti ceramah, diskusi, tanya jawab, dan keteladanan. Hal ini sebagaimana diungkapkan oleh Bu Endang selaku guru Aqidah Akhlak, “metode ceramah, diskusi, keteladanan yang sering dipakai, ada tanya jawab juga,” yang menunjukkan adanya upaya sistematis untuk menanamkan nilai-nilai Aqidah Akhlak secara komprehensif. Dalam praktiknya, integrasi nilai tersebut diwujudkan melalui penanaman sikap percaya diri, kemampuan regulasi emosi, dan empati. Bu Endang menjelaskan, “integrasi aspek kepercayaan diri misalnya ketika bisa tampil percaya diri yang bukan berarti sombong, melainkan contoh bersyukur atas kemampuan. Integrasi regulasi emosi contohnya bisa menahan rasa marah dan bersabar. Empati misalnya bisa memahami dan peka terhadap perasaan orang lain,” yang menunjukkan bahwa nilai keimanan diinternalisasikan dalam perilaku nyata yang mendukung keseimbangan emosional siswa.

Selain itu, guru juga menerapkan pendekatan yang suportif dalam membantu siswa mengelola stres dan emosi melalui komunikasi interpersonal yang hangat dan empatik. Hal ini tercermin dari pernyataan Bu Endang, “bisa dengan mengajak siswa menarik napas sebentar kemudian mengajak bicara dari hati ke hati, intinya supaya tidak memendam sendiri.” Dalam menghadapi siswa yang menunjukkan perilaku agresif atau kesulitan dalam pengendalian emosi, Bu Endang menggunakan pendekatan persuasif dan humanis dengan mengedepankan pemahaman terhadap kondisi siswa. Bu Endang juga menyatakan, “mendengarkan dan memperhatikan setiap keluhan atas sikap anak tersebut. Setelah anak itu mampu mengeluarkan emosinya, kita bisa memberikan pengertian dengan bahasa yang positif.” Strategi ini mencerminkan implementasi nilai-nilai akhlak dalam pembelajaran yang tidak hanya berorientasi pada aspek kognitif, tetapi juga pada penyelesaian masalah secara konstruktif serta penguatan kesehatan mental siswa.

Pada gambar 1 di atas pembelajaran Aqidah Akhlak menggunakan metode diskusi yang terbukti memberikan dampak yang nyata terhadap penguatan kesehatan mental siswa. Melalui kegiatan diskusi, siswa memiliki kesempatan untuk menyampaikan pendapat, bertukar ide, dan mengungkapkan perasaan dalam suasana yang aman serta mendukung (Politik, Suhiroh, & Kurniawan, 2022). Situasi ini secara perlahan melatih keberanian dan meningkatkan rasa percaya diri siswa dalam berkomunikasi. Selain itu, diskusi juga membantu siswa belajar mengelola emosi, seperti menahan diri saat terjadi perbedaan pendapat dan menyampaikan argumen dengan cara yang santun. Dari sisi kesehatan mental, diskusi turut mendorong tumbuhnya empati sosial (Tinggi, Islam, & Salahuddin, n.d.). Ketika siswa mendengarkan pengalaman atau pandangan teman, mereka belajar memahami sudut pandang orang lain dan menjadi lebih peka terhadap perasaan sesama. Hal ini terlihat dari hasil observasi, di mana siswa mampu bekerja sama, saling membantu, dan menunjukkan sikap saling menghargai dalam interaksi sehari-hari. Dengan demikian, diskusi tidak hanya berperan dalam penguasaan materi, tetapi juga menjadi sarana penting dalam mengembangkan keterampilan sosial dan emosional siswa (Hasan, 2023).

Materi Aqidah Akhlak yang diajarkan juga selaras dengan upaya penguatan kesehatan mental tersebut. Materi tentang iman kepada Allah, misalnya, dikaitkan dengan sikap tawakal sehingga siswa belajar menghadapi kecemasan dengan berdoa dan berserah diri setelah berusaha (Hasan, 2023). Selain itu, pembelajaran akhlak terpuji seperti sabar, jujur, rendah hati, dan tolong-menolong membantu siswa dalam mengendalikan emosi, meningkatkan empati, serta memperbaiki hubungan sosial. Sebaliknya, akhlak tercela seperti marah berlebihan, sombong, dan iri hati dikenalkan sebagai perilaku yang perlu dihindari agar siswa mampu mengontrol diri (Rahman & Maulidi, 2024). Materi tentang adab dalam berinteraksi juga memiliki peran penting dalam kehidupan sosial siswa. Melalui pembelajaran ini, siswa dibiasakan untuk menghormati teman dan guru, serta menyelesaikan konflik dengan cara yang baik (Diyanti & Awalya, 2022). Hasil observasi menunjukkan bahwa siswa mulai terbiasa meminta maaf, membantu teman, dan menjaga hubungan yang harmonis. Hal ini menegaskan bahwa materi yang diajarkan tidak hanya bersifat teoritis, tetapi langsung diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Pembahasan ini menunjukkan bahwa integrasi nilai spiritual dalam pembelajaran memiliki keterkaitan erat dengan penguatan kesehatan mental siswa. Nilai-nilai tersebut memberikan kerangka moral sekaligus psikologis bagi siswa dalam memahami dan mengelola emosi mereka (Magfirah Magfirah & Daroe Iswatiningsih, 2025). Hal ini sejalan dengan teori Social Learning Theory yang menyatakan bahwa perilaku individu terbentuk melalui proses observasi dan peneladanan terhadap figur yang dianggap penting, dalam hal ini adalah guru (Nurul Mubin et al., 2021). Keteladanan guru dalam menunjukkan sikap sabar, empatik, dan komunikatif menjadi stimulus yang ditiru oleh siswa dalam interaksi sosial sehari-hari (Marianty, Hidayati, Widodo, & Diponegoro, 2025).

Meskipun begitu, terdapat sejumlah tantangan yang dihadapi hal ini sebagaimana disampaikan oleh Bu Endang, "setiap anak itu berbeda-beda, ada yang mudah memahami, tapi ada juga yang perlu dibimbing pelan-pelan terutama dalam mengendalikan emosi." Selain itu, masih ditemukan siswa yang mengalami kecemasan, terutama saat menghadapi ujian, serta konflik antar teman yang terkadang sulit dihindari. Kondisi tersebut menuntut guru untuk memberikan perhatian dan pendampingan yang lebih intensif. Di sisi lain,

keterbatasan waktu pembelajaran di kelas juga menjadi tantangan tersendiri, karena guru harus mampu menyeimbangkan antara penyampaian materi dan pembinaan aspek emosional siswa. Bu Endang juga menegaskan, “waktu di kelas itu terbatas, jadi kadang harus pintar membagi antara materi dan membimbing sikap anak-anak.”

Selain itu, guru juga dituntut untuk terus mengembangkan pendekatan yang kreatif dan adaptif agar pembelajaran dapat diterima oleh siswa dengan berbagai karakter (Ro'fatul Awaliah, Ramdhani, & Nurcholis, 2024). Dalam hal ini, Bu Endang menambahkan, “kita harus sabar dan mencari cara supaya anak-anak merasa nyaman dulu, nanti kalau sudah nyaman mereka akan lebih terbuka.” Dengan demikian, tantangan-tantangan tersebut menunjukkan bahwa implementasi pembelajaran Aqidah Akhlak tidak hanya membutuhkan strategi yang tepat, tetapi juga kesabaran, kepekaan, dan konsistensi guru dalam membimbing perkembangan mental dan emosional siswa (Hasan, 2023).

Temuan penelitian menunjukkan bahwa implementasi pembelajaran Aqidah Akhlak memiliki keterkaitan yang erat dengan konsep self-regulation dalam psikologi pendidikan, yaitu kemampuan individu untuk mengendalikan emosi, pikiran, dan perilakunya secara sadar (Magfirah Magfirah & Daroe Iswatiningsih, 2025). Dalam konteks pembelajaran di MIM Nglaran I khususnya pada kelas VI, nilai-nilai spiritual yang diajarkan dalam mata pelajaran Aqidah Akhlak berfungsi sebagai sarana pembinaan regulasi diri siswa. Melalui kegiatan pembiasaan religius seperti membaca doa sebelum memulai pembelajaran, melakukan refleksi diri, serta melaksanakan dialog moral terkait perilaku sehari-hari, siswa secara bertahap dilatih untuk mengenali kondisi emosional yang mereka alami. Proses ini membantu siswa memahami bagaimana cara merespons berbagai situasi secara lebih bijaksana dan tidak reaktif.

Selain itu, praktik pembelajaran yang menekankan pembiasaan nilai spiritual juga memberikan ruang bagi siswa untuk mengembangkan kesadaran diri serta kemampuan mengelola tekanan akademik maupun sosial. Ketika siswa menghadapi kesulitan belajar atau konflik dengan teman sebaya, guru memberikan arahan melalui pendekatan dialogis yang mengaitkan pengalaman siswa dengan nilai-nilai akhlak seperti kesabaran, kejujuran, dan tanggung jawab (Apiep et al., 2016). Pendekatan ini tidak hanya memperkuat pemahaman moral siswa, tetapi juga melatih mereka untuk menunda reaksi emosional yang bersifat impulsif. Dengan demikian, pembelajaran Aqidah Akhlak tidak sekadar berfungsi sebagai proses transfer pengetahuan keagamaan, melainkan juga sebagai sarana pembentukan kontrol diri dan stabilitas emosional yang penting bagi perkembangan kesehatan mental siswa (Rachmaningtyas & Novitasari, 2024).

Meskipun demikian, hasil penelitian juga menunjukkan adanya beberapa tantangan dalam implementasi pembelajaran tersebut. Salah satu tantangan utama adalah belum optimalnya konsistensi penerapan nilai-nilai Aqidah Akhlak di luar lingkungan sekolah, khususnya dalam lingkungan keluarga (Setiawan, 2024) dan pergaulan sosial siswa. Perbedaan pola asuh orang tua, kondisi sosial ekonomi, serta latar belakang budaya keluarga turut memengaruhi proses internalisasi nilai yang telah diajarkan di madrasah (Setiawan, 2024). Dalam beberapa kasus, siswa memperoleh pengalaman sosial yang berbeda dengan nilai yang diajarkan di sekolah sehingga proses pembentukan sikap memerlukan waktu yang lebih panjang (Sindy, Eka, & Munawaroh, 2025). Kondisi ini menunjukkan bahwa penguatan kesehatan mental siswa tidak hanya menjadi tanggung jawab lembaga pendidikan, tetapi juga memerlukan sinergi antara sekolah, keluarga, dan

lingkungan sosial agar proses pembinaan karakter dan regulasi emosi dapat berlangsung secara berkelanjutan (Cahyanti, 2020).

Di sisi lain, keberagaman karakter siswa juga memengaruhi kecepatan internalisasi nilai-nilai Aqidah Akhlak. Setiap siswa memiliki latar belakang keluarga, pengalaman sosial, serta tingkat kematangan emosional yang berbeda-beda. Perbedaan tersebut menyebabkan proses pemahaman dan penerapan nilai-nilai akhlak tidak berlangsung secara seragam (Astuti et al., 2025). Sebagian siswa mampu memahami serta menerapkan nilai-nilai seperti kesabaran, tanggung jawab, dan empati dengan relatif cepat dalam kehidupan sehari-hari (Indriani et al., 2025). Namun, terdapat pula siswa yang memerlukan waktu lebih lama serta pendampingan yang lebih intensif agar mampu menginternalisasi nilai-nilai tersebut secara utuh dalam perilaku mereka.

Perbedaan karakter dan tahap perkembangan emosional tersebut menuntut guru untuk menerapkan pendekatan pembelajaran yang lebih fleksibel, adaptif, dan responsif terhadap kebutuhan siswa. Guru tidak hanya berperan sebagai penyampai materi, tetapi juga sebagai pembimbing yang memahami kondisi psikologis peserta didik (Hartati & Hadiansyah, 2022). Melalui pendekatan yang dialogis, pemberian contoh yang konkret, serta bimbingan individual ketika diperlukan, guru dapat membantu siswa memahami makna nilai-nilai Aqidah Akhlak secara lebih mendalam (Hasan, 2023). Meskipun terdapat berbagai tantangan dalam implementasi, pembelajaran Aqidah Akhlak dapat menjadi sarana yang efektif dalam mendukung perkembangan spiritual dan kesehatan mental siswa karena materi yang diajarkan tidak hanya bersifat teoritis, tetapi langsung berkaitan dengan pembentukan sikap, pola pikir, dan perilaku sehari-hari. Metode pembelajaran seperti diskusi, keteladanan, dan pendekatan emosional, terbukti dapat memberikan ruang bagi siswa untuk mengekspresikan diri, belajar mengelola emosi, dan merasa didengar. Kombinasi antara penguatan nilai spiritual dan keterampilan sosial-emosional inilah yang menjadikan pembelajaran Aqidah Akhlak efektif dalam menciptakan keseimbangan antara kondisi batin (spiritual) dan kesejahteraan psikologis siswa.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran Aqidah Akhlak di MIM Nglaran I memiliki peran yang penting dalam mendukung penguatan kesehatan mental siswa. Integrasi nilai-nilai spiritual dengan strategi pembelajaran yang partisipatif dan reflektif mampu menciptakan lingkungan belajar yang aman, suportif, dan kondusif bagi perkembangan emosional siswa (Karakter, Di, & Tarbiyatussibyan, 2022). Melalui keteladanan guru, pembiasaan religius, serta dialog reflektif yang mengaitkan materi dengan pengalaman kehidupan siswa, pembelajaran Aqidah Akhlak tidak hanya membentuk pemahaman keagamaan, tetapi juga membantu siswa mengembangkan kemampuan mengelola emosi dan membangun hubungan sosial yang positif (Muhamad Ishaac, Muhammad Ferdy Hidayat, & M. Zaki Mubarak, 2024). Nilai-nilai spiritual yang diajarkan dalam pembelajaran tersebut dapat berfungsi sebagai landasan moral sekaligus mekanisme psikologis bagi siswa dalam menghadapi berbagai tantangan akademik maupun sosial (F, Ramadhani, & Munawaroh, 2023). Oleh karena itu, penguatan implementasi pembelajaran Aqidah Akhlak secara berkelanjutan menjadi langkah penting dalam mendukung terbentuknya generasi yang tidak hanya berakhlak baik, tetapi juga memiliki ketahanan mental yang kuat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Implementasi Pembelajaran Aqidah Akhlak

dalam Penguatan Kesehatan Mental Siswa: Studi Kasus di MIM Nglaran I, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran Aqidah Akhlak di madrasah tersebut telah diimplementasikan secara integratif dengan menggabungkan dimensi kognitif, afektif, dan spiritual dalam satu kesatuan proses pendidikan. Perencanaan pembelajaran telah memuat tujuan yang tidak hanya berorientasi pada penguasaan materi keimanan dan akhlak, tetapi juga pada pembentukan sikap, pengendalian emosi, serta penguatan karakter siswa. Pada tahap pelaksanaan, guru menggunakan berbagai metode pembelajaran yang bervariasi dan sesuai dengan kondisi siswa, seperti ceramah interaktif, diskusi kelompok, refleksi pengalaman emosi, pemberian teladan, serta dialog pribadi. Melalui pendekatan ini, nilai-nilai spiritual seperti sabar, syukur, tawakal, empati, dan tanggung jawab tidak hanya dipahami sebagai teori, tetapi juga diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, suasana kelas yang aman, nyaman, dan tidak menekan turut membantu menciptakan lingkungan belajar yang mendukung kestabilan emosi siswa.

Hasil observasi dan wawancara menunjukkan adanya peningkatan kesehatan mental siswa, yang terlihat dari bertambahnya rasa percaya diri, kemampuan mengelola emosi dengan lebih baik, sikap yang lebih optimis, serta hubungan sosial yang lebih positif dengan teman sebaya. Pembiasaan kegiatan religius, seperti berdoa, melakukan refleksi diri, dan melatih pengendalian diri berdasarkan nilai spiritual, berfungsi sebagai strategi penyesuaian diri (*coping*) dalam menghadapi tekanan akademik maupun konflik sosial. Meskipun demikian, penelitian ini juga menemukan beberapa tantangan, seperti belum konsistennya penerapan nilai di lingkungan keluarga, perbedaan karakter dan tahap perkembangan moral siswa, serta kondisi emosional siswa yang dipengaruhi oleh faktor di luar sekolah. Namun, tantangan tersebut sekaligus menjadi peluang untuk memperkuat kerja sama antara madrasah dan orang tua, menerapkan pembelajaran yang disesuaikan dengan kebutuhan siswa, serta membangun iklim sekolah yang lebih mendukung kesejahteraan psikologis peserta didik.

Secara umum, pembelajaran Aqidah Akhlak di MIM Nglaran I memberikan kontribusi yang nyata sebagai upaya pencegahan sekaligus penguatan kesehatan mental siswa sekolah dasar. Penggabungan nilai-nilai spiritual dengan latihan pengendalian emosi menunjukkan bahwa pendidikan islam dapat menjadi dasar yang kuat dalam membentuk karakter siswa yang tangguh, mampu mengelola emosi dengan baik, dan berkembang secara berkelanjutan dalam mendukung kesejahteraan psikologisnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Anisa, Z., Qurrotul, A., R, A. H. A., Na, S., & Aini, T. N. (2024). *Vol 5 No 4 Oktober 2024 Menangani Kesehatan Mental di Sekolah : Peran Manajemen Kelas Yang Efektif*. 5(4), 473–489.
- Apiep, A., Sekolah, G., Sentra, K., Banten, P. P., Al-ghazalitentang, K., & Pendidikan, P. (2016). *PENINGKATAN KESEHATAN MENTAL MELALUI PEMBINAAN AKHLAK (ANALISIS PEMIKIRAN AL-GHAZALI)*. 10(2), 92–103.
- Arturo, B. (2025). *Konsep Kesehatan Mental Perspektif Pendidikan Akhlak : Telaah Pemikiran Ibnu Miskawaih SKRIPSI*.
- Astuti, D., Karimah, L., Astuti, D., Sopyan, F., Ma'ruf, M., Supriyadi, S., & Riadi, A. (2025). Penerapan Nilai-Nilai Islam Dalam Perencanaan Pembelajaran Pai. *Azkiya*, 7(2), 28–48. <https://doi.org/10.53640/azkiya.v7i2.1750>

- Cahyanti, A. Y. U. (2020). *Skripsi peran keluarga dalam membentuk kesehatan mental remaja di kelurahan yosorejo 21 a metro timur*.
- Diana Vidya Fakhriyani. (2019). Kesehatan Mental (Sejarah Kesehatan Mental). In *Halodoc.Com*.
- Diyanti, H., & Awalya, A. (2022). Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal dengan Interaksi Sosial Siswa Kelas VIII SMP. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 11(3), 105. Retrieved from <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk118>.<https://doi.org/10.15294/ijgc.v11i3.56699>
- F, W. A., Ramadhani, D., & Munawaroh, H. (2023). *Upaya Guru dalam Mengatasi Siswa Reterdasi Mental di Madrasah Ibtidaiyah Muhammadiyah Mungkung Kalikajar*. 1(02), 55–63.
- Hartati, S., & Hadiansyah, T. (2022). *Pendidikan Kesehatan Orangtua tentang Covid-19 terhadap Kesehatan Mental Remaja* Info Artikel Abstrak *PENDAHULUAN Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) adalah penyakit menular yang disebabkan oleh S evere Acute Respiratory Syndrome merupakan coronavirus je*. 5(1), 59–64.
- Hasan, Z. (2023). *Strategi Dan Metode Pembelajaran Akidah Akhlak*. 02(01).
- Indriani, D., Casini, Rizky, N., Herawati, P., & Kurniawati. (2025). Pengembangan model pendidikan karakter berbasis experiential learning dan kearifan lokal. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9(2), 22830–22835.
- Karakter, M., Di, S., & Tarbiyatussibyan, M. I. (2022). *IMPLEMENTASI PEMBELAJARAN AKIDAH AKHLAK DALAM*. 10(1), 371–378.
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia 2022*.
- Kurniawan, Y., & Sulistyarini, I. (n.d.). *Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental Komunitas SEHATI (Sehat Jiwa dan Hati) Sebagai Intervensi Kesehatan Mental Berbasis Masyarakat*. <https://doi.org/10.20473/JPKM.v1i22016.112-124>
- Kusumawati, A. A. (2024). Self Regulation Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik. *Jurnal EMPATI*, 13(3), 47–52. <https://doi.org/10.14710/empati.2024.45013>
- Magfirah Magfirah, & Daroe Iswatiningsih. (2025). Strategi Pembelajaran Sosial Emosional (SEL) untuk Mengatasi Perundungan Siswa Kelas 5 Sekolah Dasar. *Katalis Pendidikan : Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Matematika*, 2(3), 133–142. <https://doi.org/10.62383/katalis.v2i3.2062>
- Marianty, D., Hidayati, A., Widodo, P. B., & Diponegoro, U. (2025). *Peran Guru dan Upaya Sekolah Dalam Menangani Kesehatan Mental Siswa di Indonesia: Tinjauan Literatur Sistematis*. 3(1), 49–63.
- Muhamad Ishaac, Muhammad Ferdy Hidayat, & M. Zaki Mubarak. (2024). Pengaruh Pendidikan Islam Terhadap Perkembangan Emosional Anak: Perspektif Psikologi Pendidikan Dalam Keluarga Dan Sekolah. *Al-ATHFAL: Jurnal Pendidikan Anak*, 5(2), 373–392. <https://doi.org/10.46773/alathfal.v5i2.1409>

- Nurul Mubin, M., Muhammad Nur Ikhasan, B., & Zarkasi Putro, K. (2021). Pendekatan Kognitif-Sosial Perspektif Albert Bandura Pada Pembelajaran Pendidikan Agama Islam. *Edurelegia*, 05(01), 92–103.
- Politik, J. S., Suhiroh, I., & Kurniawan, A. F. (2022). *Hakikat dan Ruang Lingkup Kajian Multidisipliner Materi Aqidah Akhlak (Analisis Aqidah Akhlak Perspektif Agamis Normatif Dan Sosiologis)*. 1(1). <https://doi.org/10.59818/jps.v1i1.243>
- Rachmaningtyas, S. C., & Novitasari, R. (2024). Hubungan antara spiritualitas Islam dan kesejahteraan psikologis pada masa transisi remaja menuju dewasa. *PSISULA : Prosiding Berkala Psikologi*, 6, 419–441.
- Rahman, F., & Maulidi, A. (2024). *Peran Guru Aqidah Akhlak Dalam Mengembangkan Kecerdasan Emosional dan Spiritual Siswa Di MA Ahlussunnah Waljama 'ah Desa Ambunten Timur*. 1(1), 55–66.
- Rasuna, J. H. R., & Blok, S. (2020). *Kesehatan Mental di Era Digital: Peluang Pengembangan Layanan Profesional Psikolog*. 337–348.
- Ro'fatul Awaliah, I., Ramdhani, E., & Nurcholis, M. (2024). Mekanisme Pengembangan Silabus Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di SDN 1 Karangpawitan. *Jurnal Kreativitas Mahasiswa*, 2(1), 48–56.
- Setiawan, S. A. (2024). Tantangan guru pai mengimplementasikan kurikulum merdeka dalam pembelajaran pendidikan agama islam. *Jurnal Inovasi Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, 3(1), 49–64.
- Sindy, S. S., Eka, N. N., & Munawaroh, H. (2025). Keterkaitan Regulasi Emosi dan Prestasi Akademik Siswa: Perspektif Psikologi Pendidikan. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi*, 2(3), 229–237. Retrieved from <https://journal.pipuswina.com/index.php/jippsi/article/view/167>
- Suryani, G. M., Susandra, E., Studi, P., Agama, P., Tarbiyah, F., Ilmu, D., ... Batusangkar, Y. (2025). *PENGEMBANGAN PROGRAM PENDIDIKAN KESEHATAN MENTAL BERBASIS AGAMA UNTUK MENINGKATKAN*. 5(2), 79–87.
- Tinggi, S., Islam, A., & Salahuddin, S. (n.d.). *MENTAL HEALTH DALAM PROSES PEMBELAJARAN MATA PELAJARAN AQIDAH AKHLAK KELAS VII MTS KHA WAHID HASYIM BANGIL*.