

Pemetaan Muatan Kesehatan Mental Dalam Buku Ajar Pendidikan Agama Islam Jenjang Menengah

Roni Sulisno^{1*}, Munawar Rahmat², Pandu Hyangsewu³

Ilmu Pendidikan Agama Islam, Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Universitas
Pendidikan Indonesia, Kota Bandung, Indonesia

*Email Korespondensi: ronisulisno17@upi.edu

ARTICLE INFO

Article History:

Submitted 11-Juli-2026

Received 16-Juli-2026

Published 17-Juli-2026

Keywords:

Mental Health;
Islamic Religious Education;
Textbook Analysis;
Psychological Well-Being;
Tazkiyatun Nafs;

Kata Kunci:

Kesehatan Mental;
Pendidikan Agama Islam;
Analisis Buku Teks;
Kesejahteraan Psikologis;
Tazkiyatun Nafs.

ABSTRACT

Adolescent mental health requires strategic interventions through Islamic Religious Education (PAI) in schools. However, the mental health content in PAI textbooks has not yet been systematically mapped. This study aims to extract mental health content from six units of analysis, namely the official PAI textbooks for junior high and senior high school levels (Grades VII–XII) under the Merdeka Curriculum. The method used was concept-based qualitative content analysis (QCA) with a hierarchical framework integrating six dimensions of Psychological Well-Being and eight categories of Tazkiyatun Nafs (a total of 14 categories). The results indicate that mental health content is integrated through the six dimensions of Psychological Well-Being and the eight categories of Tazkiyatun Nafs. The distribution of material is gradual: at the junior high school level, the emphasis is on intrapersonal aspects, while at the senior high school level, the focus is on autonomy and the prevention of risky behaviors. However, a representation discrepancy was found: the aspects of spiritual resilience and behavioral control have reached Level 3 (Practice & Evaluation), while self-acceptance and purpose in life remain at Level 2 (Conceptual). The implications of this study underscore the need to transform PAI curriculum materials from normative narratives into practical tools that align spiritual values with mental health literacy, as well as to optimize the “Mari Bermuhasabah” rubric as a medium for psychosocial reflection to bridge the pedagogical gap in the dimension of acceptance.

ABSTRAK

Kesehatan mental remaja memerlukan intervensi strategis melalui Pendidikan Agama Islam (PAI) di sekolah. Namun, muatan kesehatan mental dalam buku teks PAI belum terpetakan secara sistematis. Penelitian ini bertujuan untuk mengekstraksi muatan kesehatan mental pada enam unit analisis, yaitu buku teks PAI resmi jenjang SMP dan SMA (Kelas VII–XII) Kurikulum Merdeka. Metode yang digunakan adalah analisis konten kualitatif (QCA) berbasis konsep dengan kerangka hierarkis yang mengintegrasikan

enam dimensi Psychological Well-Being dan delapan kategori Tazkiyatun Nafs (total 14 kategori). Hasil penelitian menunjukkan muatan kesehatan mental terintegrasi melalui enam dimensi *Psychological Well-Being* dan delapan kategori *Tazkiyatun Nafs*. Distribusi materi bersifat gradual, pada jenjang SMP menekankan aspek intrapersonal dan jenjang SMA berfokus pada otonomi dan pencegahan perilaku berisiko. Namun, ditemukan ketimpangan kedalaman (*representation discrepancy*) pada aspek resiliensi spiritual dan pengendalian perilaku telah mencapai Level 3 (Praktik & Evaluasi), sedangkan penerimaan diri (*Self-Acceptance*) dan makna hidup (*Purpose in Life*) masih tertahan pada Level 2 (Konseptual). Implikasi penelitian ini menekankan perlunya transformasi materi PAI dari narasi normatif menjadi instrumen praktis yang menyelaraskan nilai spiritual dengan literasi kesehatan mental, serta mengoptimalkan rubrik Mari Bermuhasabah sebagai media refleksi psikososial untuk mengisi celah pedagogis pada dimensi penerimaan diri peserta didik.

PENDAHULUAN

Survei I-NAMHS (Indonesia National Adolescent Mental Health Survey) 2022 mengungkapkan kondisi kesehatan mental remaja yang mengkhawatirkan, dimana satu dari tiga remaja Indonesia memiliki masalah kesehatan mental dengan gangguan kecemasan sebagai masalah yang paling dominan (Center for Reproductive Health, 2022). Fenomena ini dipicu oleh faktor kontemporer yang kompleks, mulai dari tekanan akademik yang tinggi (Sahbuki Ritonga et al., 2025), dampak negatif era digital dan media sosial, hingga krisis identitas pada masa perkembangan psikososial (Agyapong-Opoku et al., 2025; Herdiani et al., 2024).

Rentang usia 10-17 tahun yang teridentifikasi rentan dalam survei tersebut memiliki irisan yang kuat dengan peserta didik jenjang menengah yang berada pada fase D (SMP) hingga fase F (SMA) dalam struktur kurikulum merdeka (Kemendikbudristek., 2021). Pada tahap ini, remaja berada dalam kondisi psikologis yang sangat rapuh, terutama pada fase D di mana mereka dihadapkan pada krisis konsep diri (*self-concept*) yang menjadi titik krusial pada perkembangan mereka (Onetti et al., 2019). Bila tidak diselesaikan, masalah ini akan terakumulasi saat mereka memasuki fase E dan F (SMA) yang dapat memunculkan permasalahan mental lainnya.

Dalam konteks pendidikan, kesehatan mental dimaknai sebagai kondisi kesejahteraan psikologis yang memungkinkan peserta didik mengelola emosi dan mengembangkan diri secara optimal (Karisma et al., 2026). Perspektif ini sejalan dengan konsep *Psychological Well-Being* yang dikembangkan oleh Carol Ryff (Ryff, 1995), yang menekankan dimensi penerimaan diri, hubungan sosial yang positif, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi, kemandirian, dan kemampuan mengelola lingkungan sebagai indikator kesehatan mental yang positif. Dalam perspektif Islam, pengembangan kesejahteraan psikologis memiliki keterkaitan dengan konsep *Tazkiyatun Nafs* yang menekankan proses penyucian jiwa dan pembentukan keseimbangan spiritual, emosional, serta sosial. Oleh karena itu, kedua kerangka tersebut dapat digunakan

sebagai perspektif konseptual yang saling melengkapi dalam menganalisis kesehatan mental dalam Pendidikan Agama Islam. (Shamsuddin et al., 2025).

Di sekolah, dimensi kesejahteraan ini mendukung motivasi belajar serta adaptasi terhadap tuntutan kurikulum (Sturiale & Espino-Diaz, 2024). Oleh karena itu, Pendidikan Agama Islam (PAI) memegang potensi strategis karena tujuannya melampaui aspek kognitif menuju penguatan karakter dan spiritualitas (Pujiarti, 2024). Berdasarkan berbagai penelitian, internalisasi nilai seperti sabar, syukur, tawakal, muhasabah, dan pengendalian diri (mujahadah an nafs) memiliki kontribusi positif terhadap kesejahteraan psikologis individu (Aliffia et al., 2025) (Raharjo, 2025). Kendati demikian, kajian-kajian yang ada selama ini menunjukkan keterbatasan dalam memotret hubungan tersebut secara menyeluruh.

Penelitian-penelitian terdahulu yang mengkaji hubungan antara pendidikan Islam dan kesehatan mental dapat dipetakan ke dalam tiga kelompok berdasarkan fokus kajiannya. Kelompok pertama menempatkan peserta didik sebagai subjek utama dan mengukur hubungan antara nilai-nilai Islam dengan kondisi psikologis remaja. Sebagai contoh, penelitian (Sufya & Abas, 2024) menemukan bahwa taqwa berhubungan positif dengan kesehatan mental remaja muslim yang dimediasi oleh kepuasan hidup *life satisfaction*, sementara (Ambarwati & Muthohar, 2024) menekankan kontribusi materi PAI dalam menghadapi tekanan digital. Selain itu, Internalisasi nilai iman dan spiritualitas berperan dalam membentuk regulasi emosi, kesadaran diri, dan keterampilan sosial remaja melalui pendidikan (Lubis, 2025).

Kelompok kedua berfokus pada guru PAI dan layanan konseling sebagai agen kesehatan mental di sekolah. Penelitian (Jufri & Tobroni, 2024) menegaskan pentingnya desain kurikulum dan kompetensi guru, sedangkan (Raharjo, 2025) memposisikan guru PAI sebagai pembimbing spiritual-moral, bukan hanya penyampai materi. Namun, kajian ini cenderung terfokus pada praktik pengajaran sehingga konten spesifik dalam buku ajar luput dari perhatian

Kelompok ketiga adalah terdiri dari kajian yang secara langsung menjadikan buku ajar PAI sebagai objek analisis, seperti penelitian (Herlina, 2020) mengenai aspek psikologis buku kelas X yang dinilai belum memuat konten psikologis secara umum. Kajian lainnya (Rosidin et al., 2024) dan (Nurochim & Ngaisah, 2021) yang berfokus pada moderasi beragama dan sikap sosial.

Meskipun analisis buku teks Pendidikan Agama Islam (PAI) secara metodologis telah banyak dilakukan, dimensi kesehatan mental belum menjadi analisis kerangka utama yang terintegrasi. Perhatian penelitian selama ini masih terfragmentasi pada kondisi klinis individu dan praktik pembelajaran guru, sehingga buku ajar sebagai rujukan utama kurikulum belum banyak dikaji secara terperinci dari perspektif kesejahteraan psikologis. Kajian buku teks yang ada pun umumnya masih terbatas pada aspek psikologis umum, seperti studi (Herlina, 2020) pada buku Kelas X Kurikulum 2013, atau penguatan narasi moderasi beragama seperti penelitian (Rosidin et al., 2024). Padahal, buku ajar memiliki posisi strategis sebagai media transmisi nilai kepada peserta didik. Hingga saat ini, berdasarkan telaah literatur yang dilakukan dalam penelitian ini, belum ditemukan kajian yang secara sistematis memetakan

muatan kesehatan mental dalam buku teks PAI jenjang menengah (SMP-SMA) dengan mengintegrasikan kerangka *Psychological Well-Being* dan *Tazkiyatun Nafs* secara simultan. Akibatnya, representasi kesehatan mental dalam buku ajar PAI belum memperoleh perhatian yang memadai sebagai bagian dari evaluasi pengembangan kurikulum dan bahan ajar.

Berbeda dengan penelitian terdahulu yang berfokus pada peserta didik, guru, atau aspek psikologis secara umum, penelitian ini menganalisis buku ajar PAI sebagai objek utama dengan mengintegrasikan dua kerangka analisis, yaitu *Psychological Well-Being* dan *Tazkiyatun Nafs*, sehingga menghasilkan pemetaan yang lebih komprehensif mengenai representasi kesehatan mental dalam kurikulum.

Oleh karena itu, penelitian ini hadir untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan menggeser fokus kajian dari kesehatan mental sebagai karakteristik individu menuju representasinya sebagai muatan dalam buku ajar Pendidikan Agama Islam. Penelitian ini bertujuan untuk memetakan representasi kesehatan mental dalam buku ajar PAI jenjang menengah (SMP dan SMA) berdasarkan kerangka *Psychological Well-Being* dan *Tazkiyatun Nafs*, menganalisis distribusi serta kedalaman setiap dimensinya, dan mendiskusikan implikasi temuan tersebut bagi pengembangan buku ajar, kurikulum, serta agenda penelitian Pendidikan Agama Islam

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian analisis konten kualitatif (QCA) deskriptif-interpretatif. Metode QCA dipilih karena menyediakan langkah-langkah sistematis untuk mendeskripsikan makna materi kualitatif melalui klasifikasi bagian-bagian teks ke dalam kategori-kategori dalam sebuah kerangka koding. Sifat deskriptif-interpretatif ini memungkinkan peneliti melakukan abstraksi data tanpa kehilangan kedalaman makna teologis dan psikologis yang dianalisis (Lindgren et al., 2020; Lyhne et al., 2025; Puppis, 2019). Penelitian dilaksanakan melalui desain library research (studi kepustakaan) di Universitas Pendidikan Indonesia pada rentang waktu Januari – Mei 2026.

Objek penelitian ini terdiri dari enam unit analisis, yaitu buku teks Pendidikan Agama Islam (PA) resmi jenjang menengah terbitan kemendikbudristek dalam kerangka kurikulum merdeka, buku fase D (kelas VII, VIII, IX) dan fase E-F (kelas X, XI, XII). Desain analisis mengacu pada kerangka *concept-driven qualitative content analysis* (Schreier, 2012), di mana kategori awal dibangun berdasarkan teori sebagai filter untuk melihat data. Kerangka koding disusun secara hierarkis yang mengintegrasikan dua perspektif utama, enam dimensi *Psychological Well-Being* dari Carol Ryff (Self-Acceptance, Environmental Mastery, Positive Relations, Personal Growth, Purpose in Life, and Autonomy) (Ryff, 1995) serta delapan kategori *Tazkiyatun Nafs* (Muhasabah, Husnuzan, Raja', Sabar & Tawakal, Khauf, Mujahadah an nafs, Syukur dan Zuhud) (Hawwa, 1995). Pendekatan ini tetap fleksibel karena memungkinkan

munculnya subkategori baru secara induktif (data-driven) apabila ditemukan tema kesehatan mental yang tidak terakomodasi dalam teori awal.

Prosedur pengumpulan data dilakukan melalui pembacaan dokumen buku ajar secara menyeluruh dan sistematis untuk melakukan segmentasi. Proses analisis data dilakukan secara berkesinambungan melalui tahap pengkodean, kondensasi, sintesis, hingga rekontekstualisasi (Lindgren et al., 2020). Guna menjamin kualitas hasil penelitian agar lebih konkret dan valid, peneliti melakukan dua tahap meliputi, tahap pertama yaitu *Trial Coding* dengan melakukan uji coba kerangka koding pada material yang diambil secara acak namun representatif dari seluruh buku teks. Tahap kedua dengan melakukan *double-coding*, peneliti mengkodekan material pada satu waktu, kemudian melakukan pengkodean ulang pada unit yang sama setelah interval waktu dua minggu.

Pada tahap akhir, data kualitatif yang telah dikodekan ditransformasikan kedalam matriks data. Matriks ini berfungsi untuk memetakan distribusi frekuensi tema serta menganalisis tingkat kedalaman materi berdasarkan level 1 (informatif), level 2 (konseptual) hingga level 3 (praktik dan evaluasi) dalam anatomi buku teks. Hal ini dilakukan untuk menyajikan hasil penelitian yang konkret, terukur dan memiliki dasar metodologis yang kuat sebagaimana dipersyaratkan dalam QCA.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil ekstraksi data pada enam unit buku ajar Pendidikan Agama Islam (PAI) dari kelas VII hingga XII menunjukkan bahwa muatan kesehatan mental telah diintegrasikan secara terstruktur menggunakan kerangka enam dimensi *Psychological Well-Being* dari Ryff. Berikut pemetaan distribusi materi berdasarkan dimensi PWB disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi tema kesehatan mental berdasarkan psychological well-being (ryff)

Jenjang & Kelas	Fase	Bab	Kategori PWB	Analisis
SMP VII	D	Bab 7	<i>Self-Acceptance</i>	Kesadaran intrapersonal untuk mengevaluasi dan menerima kondisi diri tanpa penghakiman negatif.
SMP VIII	D	Bab 6	<i>Environmental Mastery</i>	Kemampuan menguasai lingkungan dengan bersikap seimbang (<i>wasatiyyah</i>), tidak ekstrem, dan adaptif.
SMP VIII	D	Bab 8	<i>Positive Relations</i>	Pengembangan kapasitas empati, kerukunan, dan relasi sosial yang damai dalam keberagaman.
SMA X	E	Bab 1	<i>Personal Growth</i>	Kemauan mengeksplorasi ilmu pengetahuan sebagai sarana bertumbuh dan mengembangkan kapasitas kognitif.

Jenjang & Kelas	Fase	Bab	Kategori PWB	Analisis
SMA X	E	Bab 9	<i>Purpose in Life</i>	Pemahaman tujuan hidup terstruktur dengan melindungi agama, jiwa, akal, keturunan, dan harta.
SMA XI	F	Bab 2	<i>Autonomy</i>	Kemandirian dan ketegasan remaja mengambil keputusan menolak tekanan sebaya (<i>peer pressure</i>)

Sebagaimana dipetakan pada Tabel 1, ditemukan pola pengembangan materi yang bersifat gradual, dimulai dari peletakan fondasi intrapersonal dan harmoni sosial pada Fase D (SMP) menuju penguatan otonomi dan pertumbuhan pribadi pada Fase E dan F (SMA). Dimensi Self-Acceptance menjadi titik tekan utama pada awal jenjang menengah, sementara kemampuan menguasai lingkungan (Environmental Mastery) dikonstruksi melalui materi moderasi beragama dan toleransi pada jenjang kelas VIII. Memasuki jenjang SMA, buku ajar mengalihkan fokus pada kemandirian mental (Autonomy) untuk melatih ketegasan asertif siswa dalam menolak tekanan teman sebaya (*peer pressure*) terkait perilaku berisiko. Temuan ini mengonfirmasi bahwa integrasi PWB bukan sekadar materi tambahan, melainkan instrumen pedagogis yang diadaptasi secara kontekstual sesuai kebutuhan mental siswa di setiap tingkat.

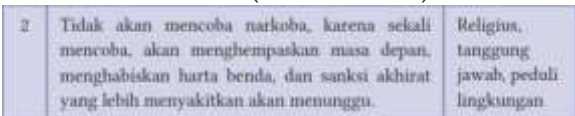
Tabel 2. Distribusi tema kesehatan mental berdasarkan tazkiyatun nafs

Jenjang & Kelas	Fase	Bab	Kategori Tazkiyatun Nafs	Analisis
SMP VII	D	Bab 7	Muhasabah	Praktik <i>mindfulness</i> dan evaluasi kesadaran diri secara berkala.
SMP VII	D	Bab 8	Husnuzan	Restrukturisasi kognisi berprasangka baik demi mencegah kecemasan sosial.
SMP VIII	D	Bab 4	<i>Raja'</i> (Harapan)	Menumbuhkan optimisme saat tertimpa krisis alam/kematian agar tidak jatuh pada keputusasaan.
SMP IX	D	Bab 7	Sabar & Tawakal	Ketangguhan mental memproses takdir dan melepaskan kecemasan pasca-ikhtiar.
SMA X	E	Bab 7	<i>Khauf</i> (Kecemasan)	Regulasi rasa cemas agar berfungsi secara positif sebagai rem perilaku (pencegah agresi/dosa).
SMA X	E	Bab 8	<i>Mujahadah al-Nafs</i>	Pengendalian diri ekstrem terhadap emosi amarah (<i>ghadhab</i>) dan impuls destruktif.
SMA XI	F	Bab 2	Syukur	Apresiasi afektif terhadap realitas kehidupan untuk mencapai kesejahteraan psikologis.
SMA XI	F	Bab 7	Zuhud	Pelepasan beban psikologis dari materialisme berlebihan untuk menghindari stres duniawi.

Analisis konten terhadap materi buku ajar PAI mengungkap integrasi delapan kategori Tazkiyatun Nafs yang dioperasionalkan sebagai instrumen regulasi emosi bagi peserta didik. Data pada Tabel 2 menunjukkan bahwa buku teks memiliki kekhasan dalam menyediakan mekanisme koping spiritual melalui kategori muhasabah, husnuzan, sabar, dan tawakal. Temuan signifikan dalam analisis ini adalah munculnya kategori khauf (cemas), raja' (harap), dan zuhud sebagai subkategori baru secara induktif yang melengkapi kerangka analisis teoretis. Pola penyajian materi pada jenjang SMP lebih diarahkan pada manajemen kognisi dan pencegahan kecemasan sosial melalui konsep tabayun. Sebaliknya, pada jenjang SMA, materi membidik ranah pengendalian impuls yang lebih tajam melalui mujahadah al-nafs serta pelepasan beban psikologis dari tekanan materialisme duniawi melalui konsep zuhud

Sesuai dengan prosedur koding sistematis dalam QCA, penelitian ini tidak hanya memetakan tema, tetapi juga mengukur frekuensi relatif dan level kedalaman materi di dalam anatomi teks (narasi, aktivitas, dan evaluasi). Berikut pembagian kedalaman materi ke dalam tiga tingkatan: Level 1 (Informatif), Level 2 (Konseptual), dan Level 3 (Praktik, Refleksi, & Evaluasi). Berdasarkan ekstraksi data terhadap seluruh unit koding, ringkasan distribusi tema disajikan pada Tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 3. Distribusi dan kedalaman representasi muatan kesehatan mental

Kategori (PWB & Tazkiyatun Nafs)	Frekuensi Relatif	Level Kedalaman	Segmen Anatomi (Narasi/Aktivitas/Evaluasi)
Spiritual Coping & Resiliensi (Sabar, Tawakal, Raja', Personal Growth)	Sangat Tinggi	Level 3 (Praktik & Evaluasi)	Evaluasi (Penilaian Diri): 
Pencegahan Perilaku Berisiko (Mujahadah al-Nafs, Autonomy)	Sangat Tinggi	Level 3 (Praktik & Evaluasi)	Evaluasi (Penilaian Diri): 
Literasi Digital & Harmoni Sosial	Tinggi	Level 3 (Praktik & Aktivitas)	Narasi & Evaluasi:

(Environmental Mastery, Husnuzan, Positive Relations)			b) Menghindari <i>update</i> status atau meng-<i>upload</i> berita berburuk sangka (<i>su'udzan</i>), mencari-cari kesalahan orang lain (<i>tajassus</i>), dan menggunjing orang lain (<i>ghibah</i>). Hal ini sesuai firman Allah Swt. dalam Q.S. Al-Hujurat/49: 12. a. Sumber informasi dipastikan dengan benar. Hal ini dapat dilakukan dengan melihat kompetensi sumber yang dirujuk. Apakah ia memiliki kompetensi untuk menyampaikan informasi yang benar. b. Pastikan isi informasi berisi kebenaran. c. Pastikan tempat dan waktu informasi yang diperoleh adalah benar.
Kesadaran Intrapersonal (Muhasabah, Khauf, Zuhud)	Tinggi	Level 3 (Praktik & Refleksi)	Evaluasi (Mari Bermuhasabah): "Mari kita introspeksi diri, perilaku apa yang sudah kita lakukan..." (SMP & SMA, Rubrik Konsisten di setiap bab)
Penerimaan Diri & Makna Hidup (Self-Acceptance, Purpose in Life)	Rendah	Level 2 (Konseptual)	Narasi Materi: 3) Bergaya hidup sederhana Hidup apa adanya akan membuat hati dan pikiran tenteram. Ia akan merasa bahagia apabila melihat orang lain hidup berkecukupan. Dan akan tergerak untuk membantu orang lain yang membutuhkan.

Pengukuran frekuensi relatif dan level kedalaman materi mengungkap adanya ketimpangan representasi (*representation discrepancy*) dalam muatan kesehatan mental di anatomi buku teks. Berdasarkan Tabel 3, aspek Spiritual Coping dan Pencegahan Perilaku Berisiko memiliki distribusi paling dominan dan telah mencapai Level 3 (Praktik dan Evaluasi), yang tercermin dalam instrumen penilaian diri dan refleksi pengalaman krisis. Di sisi lain, dimensi intrapersonal seperti Self-Acceptance dan Purpose in Life ditemukan dengan frekuensi rendah dan cenderung tertahan pada Level 2 (Konseptual) dalam bentuk narasi normatif. Meskipun terdapat ketimpangan tersebut, fitur rubrik "Mari Bermuhasabah" ditemukan hadir secara konsisten di setiap bab pada seluruh jenjang sebagai instrumen kesadaran intrapersonal. Pola ini menunjukkan bahwa kurikulum PAI saat ini sangat kuat dalam penguatan resiliensi teologis dan pengendalian perilaku lahiriah, namun masih memerlukan pengembangan lebih lanjut dalam menyediakan instrumen praktis untuk memproses emosi internal secara mendalam.

Pembahasan

A. Interpretasi Ilmiah Muatan Kesehatan Mental dalam Kurikulum PAI

Integrasi muatan kesehatan mental dalam buku ajar Pendidikan Agama Islam (PAI) jenjang menengah mencerminkan pergeseran paradigma dari kesehatan mental sebagai kondisi klinis individu menjadi konten pendidikan yang terformalkan dalam rujukan pembelajaran utama. Makna ilmiah dari temuan ini mengindikasikan bahwa buku ajar PAI mulai

memposisikan nilai-nilai teologis sebagai salah satu bentuk dukungan psikososial yang terstruktur. Pentingnya temuan ini, terletak pada kemampuannya memberikan landasan preventif bagi siswa dalam menghadapi krisis kesehatan mental remaja yang semakin mengkhawatirkan (Estrada et al., 2019) seperti gangguan kecemasan yang dominan di Indonesia. Dengan mengoprasionalkan nilai-nilai spiritual dalam materi, buku ajar PAI berfungsi sebagai sarana mediasi kebutuhan eksistensial dan tantangan kontemporer remaja. Hal ini mempertegas bahwa buku ajar PAI berpotensi dalam mendukung dalam membangun resiliensi psikologis.

Karakteristik buku ajar PAI dalam Kurikulum Merdeka menunjukkan pola pengembangan materi yang gradual dan adaptif terhadap fase perkembangan psikososial peserta didik. Pada Fase D (SMP), buku ajar menitikberatkan pada fondasi intrapersonal dan harmoni sosial, sementara pada Fase E dan F (SMA), fokus beralih pada tantangan yang lebih kompleks seperti pertumbuhan pribadi dan otonomi mental. Hal ini mengindikasikan adanya upaya penyelarasan materi dengan fase perkembangan peserta didik. Pendekatan berbasis fase ini memungkinkan internalisasi nilai-nilai keagamaan berlangsung secara kontekstual, sehingga siswa tidak hanya mempelajari agama sebagai tuntutan formal, melainkan sebagai panduan hidup yang relevan. Karakteristik multidimensional ini juga terlihat pada integrasi antara aspek teologis tradisional dengan kecakapan literasi digital untuk meregulasi kecemasan sosial.

Implikasi temuan ini menunjukkan bahwa buku ajar PAI berpotensi mendukung penguatan peran guru sebagai fasilitator refleksi spiritual dan pengembangan kesejahteraan psikologis peserta didik. Namun, efektivitas implementasi peran tersebut masih memerlukan kajian lebih lanjut pada praktik pembelajaran di kelas. Buku ajar PAI menyediakan ruang refleksi melalui rubrik seperti "Mari Bermuhasabah" yang berpotensi dimanfaatkan guru untuk memfasilitasi refleksi diri dan membangun komunikasi yang lebih terbuka mengenai pengalaman belajar serta kondisi psikologis peserta didik. Namun demikian, fungsi tersebut tidak dapat disamakan dengan instrumen asesmen atau diagnosis kesehatan mental. Implikasi lainnya adalah perlunya penyelarasan antara narasi agama dan literasi kesehatan mental klinis untuk menghasilkan resiliensi jiwa yang utuh (Ma'rifah et al., 2025). Dengan demikian, temuan penelitian ini menunjukkan bahwa muatan dalam buku ajar PAI berpotensi mendukung terciptanya lingkungan pembelajaran yang lebih responsif terhadap kesejahteraan psikologis peserta didik apabila diimplementasikan secara tepat.

Temuan mengenai dominasi aspek resiliensi teologis dalam buku ajar mengonfirmasi bahwa kurikulum PAI telah berupaya membangun "benteng psikologis" bagi remaja abad ke-21. Penguatan pada ranah koping spiritual dan pencegahan perilaku berisiko menunjukkan bahwa pendidikan agama berfungsi sebagai rem perilaku terhadap impuls destruktif seperti agresi atau depresi. Hal ini selaras dengan penelitian terdahulu yang menekankan bahwa praktik keagamaan dan pemahaman nilai-nilai Islam dapat mengurangi tingkat kecemasan serta meningkatkan kebahagiaan batin.

B. Analisis Temuan melalui Lensa Psychological Well Being

Analisis terhadap muatan buku ajar PAI menggunakan teori *Psychological Well-Being* (PWB) Carol Ryff mengungkapkan bahwa muatan dalam buku ajar PAI merepresentasikan enam dimensi Psychological Well Being dengan tingkat intensitas yang berbeda. Representasi dimensi PWB dalam buku ajar ini mencerminkan upaya sistematis untuk mendefinisikan kesehatan mental bukan sekadar sebagai absennya gangguan, melainkan sebagai kehadiran fungsi positif dalam diri peserta didik. Materi tentang *Environmental Mastery* (penguasaan lingkungan) yang diterjemahkan melalui konsep moderasi beragama dan literasi digital menunjukkan upaya kontekstualisasi teori Ryff ke dalam tantangan sosial remaja Muslim saat ini. Selain itu, dimensi *Positive Relations* dikembangkan melalui narasi empati dan kerukunan dalam keberagaman yang menjadi fondasi bagi kesejahteraan sosial siswa. Hal ini mengindikasikan bahwa buku ajar PAI telah mengadopsi prinsip-prinsip kesejahteraan psikologis sebagai instrumen pedagogis yang disesuaikan dengan kebutuhan mental di setiap jenjang.

Meskipun seluruh dimensi telah muncul, analisis mendalam menunjukkan bahwa representasi keenam dimensi tersebut belum sepenuhnya proporsional dan mengalami ketimpangan dalam hal kedalaman penyajian. Dimensi *Environmental Mastery*, *Autonomy*, dan *Positive Relations* tampak sangat kuat karena disajikan hingga Level 3 yang mencakup praktik, refleksi, dan evaluasi. Sebaliknya, dimensi intrapersonal seperti *Self-Acceptance* (penerimaan diri) dan *Purpose in Life* (tujuan hidup) ditemukan dengan frekuensi rendah dan masih tertahan pada Level 2 yang bersifat konseptual-normatif. Ketimpangan ini berkonsekuensi pada kurangnya dukungan praktis bagi peserta didik untuk memproses emosi internal mereka secara objektif tanpa penghakiman.

Kekuatan pada dimensi *Environmental Mastery* dan *Positive Relations* dalam buku ajar PAI dapat memberikan kontribusi terhadap kemampuan adaptasi sosial siswa di lingkungan yang beragam. Melalui materi wasatiyyah dan tabayun, siswa dibekali kecerdasan menguasai ekosistem sosial sekaligus meregulasi kecemasan akibat derasnya arus informasi digital. Dimensi *Autonomy* juga tergambar kuat pada jenjang SMA, di mana siswa dilatih untuk memiliki ketegasan asertif dalam menolak tekanan teman sebaya (*peer pressure*) terkait perilaku berisiko. Kemandirian mental ini menjadi proteksi utama yang secara teoretis menguatkan kapasitas siswa untuk bertindak berdasarkan standar personal yang selaras dengan nilai agama.

Kurang berkembangnya dimensi *Self-Acceptance* dan *Purpose in Life* berpotensi menyebabkan peserta didik mengalami kesulitan dalam mengenali dan menerima kekurangan diri secara sehat. Temuan bahwa materi ini hanya disajikan dalam bentuk narasi normatif tanpa instrumen latihan psikologis menunjukkan adanya celah pedagogis yang harus segera diisi. Tanpa pemahaman mendalam tentang penerimaan diri, resiliensi spiritual yang dibangun melalui sabar dan tawakal mungkin hanya akan menjadi bentuk koping defensif yang rapuh. Konsekuensinya, siswa mungkin mampu menahan diri dari perilaku salah, namun tetap

memendam konflik batin atau kekosongan makna yang tidak terfasilitasi oleh kurikulum. Oleh karena itu, penguatan dimensi-dimensi yang masih lemah ini menjadi syarat utama bagi tercapainya kesejahteraan psikologis yang holistik bagi peserta didik.

Secara teoretis, temuan ini menegaskan bahwa integrasi dimensi spiritual-transendental sebagai penguat bagi indikator kesejahteraan psikologis (Kondal et al., 2025). Dalam konteks PAI, dimensi Psychological Well Being tidak berdiri sendiri, melainkan dimediasi oleh ketakwaan (*taqwa*) yang memberikan kepuasan hidup dan kedamaian batin bagi remaja Muslim.

C. Rekontruksi Pembentukan Spiritual berdasarkan Analisis Tazkiyatun Nafs

Analisis terhadap muatan buku ajar PAI melalui lensa konsep *Tazkiyatun Nafs* Al-Ghazali menunjukkan bahwa muatan dalam buku ajar PAI merefleksikan prinsip-prinsip tersebut yang dapat dipahami sebagai kerangka pedagogis dalam pembentukan karakter peserta didik. Seluruh kategori utama dalam *tazkiyah*, seperti *muhasabah*, *husnuzan*, *sabar*, *tawakal*, *khauf*, *raja'*, dan *mujahadah an-nafs*, telah terintegrasi dalam materi ajar dari jenjang SMP hingga SMA. Implementasi konsep ini mencerminkan upaya sistematis untuk membangun keseimbangan antara potensi ruh, nafsu, akal, dan kalbu sebagaimana digagas oleh Al-Ghazali (Syaepu, 2023). Temuan ini mengindikasikan bahwa dalam buku ajar yang dianalisis, pendidikan Islam tidak hanya dipandang sebagai pengajaran ilmu (*ta'lim*), tetapi sebagai sarana penyucian jiwa yang memfasilitasi kedekatan siswa dengan Allah. Kehadiran kategori baru seperti *zuhud* secara induktif dalam buku ajar juga menunjukkan salah satu karakteristik kurikulum PAI dalam menyediakan mekanisme pelepasan beban psikologis dari tekanan materialisme duniawi.

Pembentukan spiritual dalam buku ajar PAI telah menunjukkan dengan menyentuh ranah kognitif, afektif, dan perilaku. Melalui dimensi *Sabar* dan *Tawakal*, buku ajar membekali siswa dengan ketangguhan mental untuk memproses takdir dan melepaskan kecemasan setelah melakukan ikhtiar maksimal dan konsep *Husnuzan* diajarkan sebagai teknik restrukturisasi kognitif untuk mengelola persepsi sosial dan menghindari prasangka yang merusak kesehatan mental (Nasrin, 2025). Namun, meskipun komprehensif, pembentukan spiritual ini masih tampak lebih dominan pada penguatan akhlak lahiriah dan pengendalian perilaku eksternal melalui *mujahadah an-nafs*. Buku ajar sangat kuat dalam melatih siswa untuk menahan amarah dan menghindari perilaku berisiko, namun masih memerlukan penguatan dalam memfasilitasi transformasi batin yang lebih reflektif dan personal.

Dominasi akhlak lahiriah terlihat dari tingginya frekuensi materi pencegahan perilaku buruk yang mencapai Level 3 (Praktik dan Evaluasi), sementara aspek penerimaan kondisi batin masih tertahan pada level konseptual. Al-Ghazali menekankan bahwa transformasi batin harus dimulai dari pengenalan diri yang mendalam (Hawwa, 1995), yang dalam kurikulum saat ini baru terwadahi secara terbatas melalui rubrik evaluasi introspektif. Dimensi *Mujahadah al-Nafs* (pengendalian diri) telah tergambar dengan sangat baik sebagai benteng penahan agresi

dan impuls negatif pada remaja. Temuan ini mengindikasikan bahwa muatan dalam buku ajar PAI memosisikan ajaran moral sebagai sarana pengendalian perilaku yang mendukung kesehatan mental peserta didik. Namun, makna pendidikan Islam yang lebih dalam, yakni pencapaian ketenangan jiwa (*sakinah*) melalui pembersihan kotoran hati, masih memerlukan pengembangan agar tidak berhenti pada kepatuhan normatif, tetapi juga memfasilitasi proses transformasi batin yang lebih reflektif.

Analisis ini juga menunjukkan bahwa dimensi *Muhasabah* (introspeksi diri) telah memiliki posisi strategis sebagai fitur konsisten di setiap bab buku teks PAI. Fitur ini berfungsi sebagai instrumen kesadaran intrapersonal yang memungkinkan siswa memvalidasi kondisi emosional mereka sendiri. Meskipun demikian, dimensi *Khauf* (cemas) dan *Raja'* (harap) masih perlu dikembangkan secara lebih proporsional agar kecemasan sosial remaja dapat dikelola secara positif tanpa menimbulkan tekanan psikologis tambahan. Kurangnya instrumen praktis untuk memproses emosi internal ini menyebabkan pembentukan spiritual siswa berisiko terjebak pada formalitas ritual tanpa menyentuh esensi penyucian hati yang transformatif.

Makna pendidikan Islam yang terungkap dari temuan ini adalah reposisi ajaran agama sebagai "obat penawar" (*shifa*) bagi jiwa remaja yang rapuh di abad ke-21. Integrasi konsep Al-Ghazali ke dalam kurikulum PAI membuktikan bahwa teologi Islam mengindikasikan adanya kesesuaian konseptual yang tinggi dengan kebutuhan psikopedagogis modern. Pendidikan agama tidak lagi hanya dipandang sebagai pengajaran etika, tetapi sebagai proses pembinaan mental-spiritual yang mampu mendukung pembentukan individu yang tangguh, sabar, dan penuh harapan. Temuan ini juga mengisyaratkan bahwa guru PAI memiliki peluang untuk memanfaatkan muatan spiritual dalam buku ajar sebagai media refleksi keagamaan peserta didik. Pada akhirnya, penyucian jiwa dalam kurikulum PAI dapat diarahkan untuk menciptakan keseimbangan holistik antara kebahagiaan duniawi dan ketenangan ukhrawi bagi setiap peserta didik.

D. Integrasi Kesehatan Mental dalam Dialektika Penelitian Terdahulu

Temuan penelitian ini memberikan kontribusi dalam memperkuat pemahaman mengenai bagaimana buku ajar PAI merepresentasikan nilai-nilai yang berkaitan dengan kesehatan mental, sekaligus memperluas kajian analisis isi yang selama ini masih terbatas. Secara signifikan, hasil pemetaan ini menguatkan argumen (Sufya & Abas, 2024) yang keduanya sama-sama menunjukkan bahwa religiusitas tidak hanya berkaitan dengan peningkatan kesejahteraan psikologis, tetapi juga berfungsi sebagai mekanisme koping dalam menghadapi tekanan kehidupan. Sementara penelitian terdahulu lebih banyak memotret kondisi klinis subjek, temuan ini melengkapinya dengan menunjukkan bahwa berbagai bentuk koping spiritual telah direpresentasikan secara eksplisit dalam materi buku ajar PAI sebagai sumber rujukan utama kurikulum. Kehadiran materi *sabar*, *tawakal*, dan *raja'* yang mencapai Level 3 (Praktik dan Evaluasi) menunjukkan bahwa buku ajar PAI tidak hanya menyajikan materi normatif, tetapi juga memuat aktivitas pembelajaran yang mendukung pengembangan

resiliensi siswa. Dengan demikian, penelitian ini memberikan landasan empiris bahwa buku ajar PAI dalam kurikulum merdeka mulai merepresentasikan integrasi antara nilai-nilai teologis dan aspek kesejahteraan psikologis.

Perbedaan tajam ditemukan ketika membandingkan hasil penelitian ini dengan kajian (Herlina, 2020) yang menyimpulkan ketiadaan konten psikologis dalam buku teks PAI edisi 2017. Temuan terbaru ini menunjukkan adanya perubahan orientasi yang fundamental dalam buku ajar PAI kurikulum merdeka, di mana muatan kesehatan mental kini terintegrasi secara eksplisit melalui dimensi Psychological Well-Being (PWB) dan Tazkiyatun Nafs. Perbedaan hasil ini terjadi karena transformasi kurikulum nasional yang saat ini lebih responsif terhadap isu krisis mental remaja sebagaimana dipetakan dalam survei (Center for Reproductive Health, 2022). Temuan ini mengindikasikan bahwa muatan dalam buku ajar PAI mencerminkan perhatian yang lebih besar terhadap isu kesehatan mental peserta didik.

Penelitian ini juga memperluas kajian (Lubis, 2025) mengenai peran psikologi pendidikan Islam dalam mengembangkan kecerdasan emosional melalui internalisasi nilai iman. Jika Lubis memfokuskan pada praktik di lingkungan madrasah, penelitian ini melengkapinya dengan analisis dokumen yang menunjukkan pola pengembangan materi secara gradual dari jenjang SMP hingga SMA. Temuan mengenai representasi "*Literasi Digital sebagai Regulasi Kecemasan*" menjadi kontribusi baru yang menawarkan perspektif yang belum banyak dibahas tentang akhlak. Ini merefleksikan karakteristik buku ajar PAI yang kini mampu mengontekstualisasikan nilai wasatiyyah ke dalam tantangan sosial remaja di era digital. Integrasi antara kecakapan verifikasi informasi (*tabayun*) dengan pengendalian emosi internal membuktikan bahwa buku ajar PAI telah memfungsikan dirinya sebagai dukungan psikososial yang relevan kehidupan remaja di era digital.

E. Implikasi Strategis sebagai Jalan Pengembangan Pendidikan Agama Islam Berbasis Kesehatan Mental

Temuan penelitian ini memberikan implikasi konseptual bagi pengembangan buku ajar Pendidikan Agama Islam (PAI), khususnya dalam memperkuat integrasi dimensi Psychological Well-Being dan Tazkiyatun Nafs secara lebih seimbang. Meskipun buku ajar telah merepresentasikan berbagai aspek kesejahteraan psikologis dan pembentukan spiritual, hasil penelitian menunjukkan bahwa beberapa dimensi, seperti *Self-Acceptance* dan *Purpose in Life*, masih lebih banyak disajikan pada tingkat konseptual dibandingkan aktivitas reflektif yang mendorong internalisasi pengalaman peserta didik. Oleh karena itu, pengembangan buku ajar dapat diarahkan pada penyediaan aktivitas belajar yang lebih kontekstual, reflektif, dan sesuai dengan tahapan perkembangan psikologis peserta didik.

Selain itu, hasil penelitian ini memberikan masukan konseptual bagi pengembangan kurikulum PAI dalam Kurikulum Merdeka. Representasi dimensi Psychological Well-Being dan Tazkiyatun Nafs pada jenjang SMP hingga SMA menunjukkan adanya upaya integrasi antara nilai-nilai keislaman dan kesejahteraan psikologis peserta didik. Namun demikian,

distribusi kedalaman materi yang masih bervariasi mengindikasikan perlunya penyempurnaan kesinambungan antarfasa pembelajaran agar pengembangan spiritual, moral, dan psikologis berlangsung secara lebih progresif dan proporsional sesuai karakteristik perkembangan peserta didik.

Penelitian ini juga membuka peluang bagi pengembangan kajian Pendidikan Agama Islam berbasis kesehatan mental. Sebagai penelitian analisis isi, temuan yang diperoleh baru menggambarkan representasi konseptual kesehatan mental dalam buku ajar dan belum mengevaluasi implementasinya dalam praktik pembelajaran. Oleh karena itu, penelitian lanjutan diperlukan untuk mengkaji bagaimana materi yang telah dipetakan tersebut diterapkan dalam proses pembelajaran, diterima oleh peserta didik, serta dimanfaatkan oleh guru dalam membangun pengalaman belajar yang mendukung kesejahteraan psikologis.

Lebih lanjut, penelitian berikutnya dapat mengombinasikan analisis isi dengan observasi kelas, wawancara, maupun pendekatan mixed methods untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai hubungan antara representasi kesehatan mental dalam buku ajar dengan praktik pembelajaran Pendidikan Agama Islam.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa buku ajar Pendidikan Agama Islam (PAI) Kurikulum Merdeka jenjang menengah (SMP dan SMA) telah merepresentasikan berbagai dimensi kesehatan mental melalui integrasi kerangka *Psychological Well-Being* dan *Tazkiyatun Nafs*. Dimensi-dimensi tersebut disajikan secara bertahap sesuai karakteristik perkembangan peserta didik, dengan penekanan yang relatif kuat pada pengendalian diri, hubungan sosial, kesabaran, tawakal, serta nilai-nilai spiritual yang mendukung kesejahteraan psikologis. Namun demikian, hasil penelitian juga memperlihatkan bahwa distribusi kedalaman materi belum sepenuhnya seimbang. Dimensi seperti *Self-Acceptance* dan *Purpose in Life* masih cenderung disajikan pada tingkat konseptual dibandingkan aktivitas reflektif yang mendorong internalisasi pengalaman peserta didik. Temuan ini menunjukkan bahwa buku ajar PAI telah mulai mengintegrasikan aspek kesehatan mental sebagai bagian dari pembentukan karakter dan spiritualitas, sekaligus mengindikasikan perlunya penguatan pada dimensi-dimensi yang masih kurang terepresentasi.

Penelitian ini memberikan kontribusi dengan menghadirkan pemetaan yang komprehensif mengenai representasi kesehatan mental dalam buku ajar PAI melalui integrasi dua perspektif, yaitu *Psychological Well-Being* dan *Tazkiyatun Nafs*. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi masukan konseptual bagi pengembangan buku ajar dan kurikulum PAI yang lebih seimbang dalam mengintegrasikan aspek spiritual, moral, dan kesejahteraan psikologis peserta didik. Mengingat penelitian ini terbatas pada analisis isi dokumen, penelitian selanjutnya perlu mengkaji implementasi materi kesehatan mental dalam praktik pembelajaran

serta mengevaluasi keterkaitannya dengan pengalaman belajar dan perkembangan kesejahteraan psikologis peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

Buku dan Jurnal

- Agyapong-Opoku, N., Agyapong-Opoku, F., & Greenshaw, A. J. (2025). Effects of Social Media Use on Youth and Adolescent Mental Health: A Scoping Review of Reviews. *Behavioral Sciences*, 15(5), 1-22. <https://doi.org/10.3390/bs15050574>
- Aliffia, K. N., Candrika, A. R. A., Savana, O., Hidayati, F., Ikhrom, & Junaedi, M. (2025). The Role of Religious Education In Maintaining Students' Mental Health In the Digital Age. *Al-Idarah: Jurnal Kependidikan Islam*, 15(1), 1-10. <https://doi.org/https://doi.org/10.24042/vqx4te69>
- Ambarwati, T. B., & Muthohar, A. (2024). Kontribusi Pendidikan Agama Islam terhadap Kesehatan Mental Para Remaja Abad 21. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 13(4). <https://doi.org/https://doi.org/10.58230/27454312.985>
- Center for Reproductive Health. (2022). National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) Laporan Penelitian. *Mental Health*, xviii. <https://qcmhr.org/outputs/reports/12-i-namhs-report-bahasa-indonesia>
- Estrada, C. A. M., Lomboy, M. F. T. C., Gregorio, E. R., Amalia, E., Leynes, C. R., Quizon, R. R., & Kobayashi, J. (2019). Religious education can contribute to adolescent mental health in school settings. *International Journal of Mental Health Systems*, 13(1), 1-6. <https://doi.org/10.1186/s13033-019-0286-7>
- Hawwa, S. (1995). *Mensucikan Jiwa: Konsep Tazkiyatun-nafs Terpadu (Intisari Ihya' 'Ulumuddin al-Ghazali)*. Robbani Press.
- Herdiani, R. T., SUGarni, M., Shoufiah, R., Islamarida, R., Romania, F., Widayati, K., Liza, R. G., Bahriyah, F., Setiyani, A., Rasidanah, N., & Realita, F. (2024). *Kesehatan Mental Remaja* (T. Mariana & I. Hafidzh (eds.); Vol. 2). CV Eureka Media Aksara. <https://kms.kemkes.go.id/contents/1741246520062-2411131EBOOKKesehatanMentalRemajaRevisi1.pdf>
- Herlina, L. (2020). Psychological Content in Islamic Education Textbook: a Requirement in Character Building Goals Achievement. *Jurnal Tatsqif*, 18(2), 207-222. <https://doi.org/10.20414/jtq.v18i2.2800>
- Jufri, D., & Tobroni, T. (2024). Kajian Materi Pendidikan Agama Islam dengan Pendekatan Psikologi. *Moral: Jurnal Kajian Pendidikan Islam*, 1(4), 11-27. <https://doi.org/10.61132/moral.v1i4.208>
- Karisma, S. P., Ramopoly, I. H., Judijanto, L., Fauziah, L. H., & Sera, D. C. (2026). *Psikologi Positif dan Regulasi Emosi: Membangun Kesejahteraan, Ketangguhan, dan Pembelajaran Bermakna di Sekolah*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Kemendikbudristek. (2021). Panduan implementasi pembelajaran Kurikulum Merdeka. *Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan RI*, 1-143.
- Kondal, S., Aswal, T., & Das, A. (2025). Spirituality as a Mediator Between Psychological Well-Being and Life Satisfaction. *Journal of Social Science and Humanities*, 7(9), 65-69. [https://doi.org/10.53469/jssh.2025.7\(09\).14](https://doi.org/10.53469/jssh.2025.7(09).14)
- Lindgren, B. M., Lundman, B., & Graneheim, U. H. (2020). Abstraction and interpretation

- during the qualitative content analysis process. *International Journal of Nursing Studies*, 108, 103632. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2020.103632>
- Lubis, R. F. (2025). Educating the Hearts of Adolescents: The Role of Islamic Education Psychology in Developing Emotional Intelligence. *Tafkir: Interdisciplinary Journal of Islamic Education*, 6(4), 993–1008. <https://doi.org/10.31538/tijie.v6i4.2232>
- Lyhne, C. N., Thisted, J., & Bjerrum, M. (2025). Qualitative content analysis-framing the analytical process of inductive content analysis to develop a sound study design. *Quality and Quantity*, 59(6), 5329–5349. <https://doi.org/10.1007/s11135-025-02220-9>
- Ma'rifah, M., Alimuddin, A., & Supriandi, S. (2025). Mental Health in an Islamic Perspective: A Conceptual Analysis of Islamic Education Psychology and Its Implications for the Development of Muslim Personality. *Edusoshum : Journal of Islamic Education and Social Humanities*, 6(1), 231–243. <https://doi.org/10.52366/edusoshum.v6i1.244>
- Nasrin, M. I. (2025). The Influence of Islamic Spiritual Values on Students' Mental Health: A Special Focus on Tawakkul (توكل), Sabr (صبر) and Shukr (شكر). *LECTURES: Journal of Islamic and Education Studies*, 4(2), 260–272. <https://doi.org/10.58355/lectures.v4i2.150>
- Nurochim, N., & Ngaisah, S. (2021). Analisis Isi Sikap Sosial Dalam Buku Ajar Pendidikan Agama Islam Dan Budi Pekerti. *Al Hikmah: Journal of Education*, 2(1), 37–52. <https://doi.org/10.54168/ahje.v2i1.29>
- Onetti, W., Fernández-García, J. C., & Castillo-Rodríguez, A. (2019). Transition to middle school: Self-concept changes. *PLoS ONE*, 14(2), 1–12. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0212640>
- Pujianti, E. (2024). Kontribusi Pendidikan Agama Islam terhadap Pengembangan Spiritualitas dan Mentalitas Peserta Didik. *EDUKASIA: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 5(1), 2551–2562. <https://doi.org/10.62775/edukasia.v5i1.1342>
- Puppis, M. (2019). *Analyzing Talk and Text I: Qualitative Content Analysis BT - The Palgrave Handbook of Methods for Media Policy Research* (H. Van den Bulck, M. Puppis, K. Donders, & L. Van Audenhove (eds.); pp. 367–384). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-030-16065-4_21
- Raharjo, S. (2025). The Influence of Islamic Education Learning on Strengthening University Students' Mental Health at Public Higher Education Institutions. *International Journal for Science Review*, 2(5), 293–301. <https://doi.org/10.71364/ijfsr.v2i5.42>
- Rosidin, Mardhatillah, M., Andriani, F., & Addakhil, A. R. (2024). Moderate Interpretations in Islamic Religious Education Textbooks: a Case Study in an Indonesian Islamic Senior High School. *Jurnal Lektur Keagamaan*, 22(2), 383–420. <https://doi.org/10.31291/jlka.v22i2.1273>
- Ryff, C. D. (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99–104. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10772395>
- Sahbuki Ritonga, Elviana Sinaga, Naimah Agustina, Chanra, & Azhar. (2025). The Impact of Academic Pressure on Students' Mental Health in the Context of Modern Education. *Zenius Journal*, 2(2), 157–166. <https://doi.org/10.70821/zj.v2i2.64>
- Schreier, M. (2012). Qualitative content analysis in practice. SAGE Publishing, Inc. In *SAGE Publications*. [https://www.daneshnamehicsa.ir/userfiles/files/1/9-Qualitative Content Analysis in Practice \(2013, SAGE Publications\).pdf](https://www.daneshnamehicsa.ir/userfiles/files/1/9-Qualitative%20Content%20Analysis%20in%20Practice%20(2013,%20SAGE%20Publications).pdf)
- Shamsuddin, F., Yusof, S. N. M., & Sukor, N. M. (2025). The Concept of Psychospiritual Well-Being From Western and Islamic Perspectives: a Conceptual Discussion. *International*

- Journal of Education, Psychology and Counselling*, 10(61), 691–703.
<https://doi.org/10.35631/IJEPC.1061048>
- Sturiale, G., & Espino-Diaz, L. (2024). School Well-Being in Secondary School Students and Its Conditioning Factors: a Systematic Review. *Journal of Education Culture and Society*, 15(2), 287–299. <https://doi.org/10.15503/jecs2024.2.287.299>
- Sufya, D. H., & Abas, N. A. H. (2024). Exploring Life Satisfaction as a Bridge Between Taqwa and Psychological Well-Being in Muslim Adolescents. *International Journal of Islamic Educational Psychology*, 5(2), 337–355. <https://doi.org/10.18196/ijiep.v5i2.24976>
- Syaepu, I. L. (2023). Konsep Nafs, Qalb dan Aql Dalam Pandangan Filsafat-Tasawuf Serta Relevansinya Terhadap Kesehatan Mental. *Spiritualita: Journal of Ethics and Spirituality*, 7(2), 75–88.