El Makrifah PAI
Jurnal Ilmiah Prodi PAI Ilmiah STIT Makrifatul Ilmi Bengkulu Selatan
e-ISSN: 1620 - XXXX

Peran Pendidikan Agama Islam Dalam Membangun Resiliensi Mental Peserta Didik Di Era Digital

Nikeng Putra Jaya[1]
Program Studi Pendidikan Agama Islam, STIT Makrifatul Ilmi Bengkulu Selatan
Email : nikengputra@ojs.stitmakrifatulilmi.ac.id[1]

Keywords:*Islamic Religious Education, mental resilience, students, digital era, character education.*

Kata Kunci: Pendidikan Agama Islam, resiliensi mental, peserta didik, era digital, pendidikan karakter.

Abstract:
The rapid development of digital technology has significantly transformed students' academic and social lives. While digital technology provides broader access to information and learning resources, it also presents various challenges, including excessive social media use, psychological pressure, emotional instability, and declining face-to-face social interaction, all of which may negatively affect students' mental well-being. Therefore, Islamic Religious Education plays a strategic role in strengthening students' mental resilience to enable them to cope effectively with the challenges of the digital era. This study aims to analyze the role of Islamic Religious Education in developing students' mental resilience, identify the strategies implemented by teachers, and examine the supporting and inhibiting factors influencing its implementation. This research employed a descriptive qualitative approach conducted at MTs Ma'rifatul Ilmi, South Bengkulu Regency, Indonesia. The research participants consisted of the principal, Islamic Religious Education teachers, guidance and counseling teachers, homeroom teachers, and students selected through purposive sampling. Data were collected through classroom observations, in-depth interviews, and documentation, and analyzed using the interactive model of Miles, Huberman, and Saldaña, including data condensation, data display, and conclusion drawing. The findings reveal that Islamic Religious Education contributes to strengthening students' mental resilience through contextual learning, the internalization of Islamic values, religious habituation, teacher role modeling, and the establishment of a religious school culture. Supporting factors include teachers' commitment, school leadership support, religious school culture, and collaboration with parents. Meanwhile, the main challenges include excessive social media exposure, limited parental supervision, and insufficient instructional time. This study concludes that Islamic Religious Education plays a significant role in developing resilient, morally responsible, and adaptive students who are capable of responding wisely to the challenges of the digital era while maintaining Islamic values.

Abstrak:

Perkembangan teknologi digital telah membawa perubahan yang signifikan terhadap kehidupan peserta didik, baik dalam aspek akademik maupun sosial. Di samping memberikan kemudahan dalam memperoleh informasi, era digital juga menghadirkan berbagai tantangan, seperti kecanduan media sosial, tekanan psikologis, rendahnya kemampuan mengendalikan emosi, serta menurunnya kualitas interaksi sosial yang dapat memengaruhi kesehatan mental peserta didik. Kondisi tersebut menjadikan Pendidikan Agama Islam memiliki peran strategis dalam membangun resiliensi mental sebagai bekal peserta didik dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran Pendidikan Agama Islam dalam membangun resiliensi mental peserta didik di era digital, mengidentifikasi strategi yang diterapkan guru, serta mengkaji faktor pendukung dan penghambat dalam pelaksanaannya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang dilaksanakan di MTs Ma'rifatul Ilmi Kabupaten Bengkulu Selatan. Informan penelitian terdiri atas kepala madrasah, guru Pendidikan Agama Islam, guru Bimbingan dan Konseling, wali kelas, serta peserta didik yang dipilih secara purposive. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan model interaktif Miles, Huberman, dan Saldaña yang meliputi kondensasi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Pendidikan Agama Islam berperan dalam membangun resiliensi mental melalui pembelajaran kontekstual, internalisasi nilai-nilai Islam, pembiasaan ibadah, keteladanan guru, dan budaya religius madrasah. Faktor pendukung meliputi komitmen guru, dukungan kepala madrasah, budaya religius sekolah, dan kerja sama dengan orang tua, sedangkan faktor penghambat meliputi tingginya penggunaan media sosial, keterbatasan pendampingan keluarga, serta terbatasnya waktu pembelajaran. Penelitian ini menegaskan bahwa Pendidikan Agama Islam berkontribusi dalam membentuk peserta didik yang tangguh, berkarakter, dan mampu menghadapi tantangan era digital secara bijaksana berdasarkan nilai-nilai Islam.

A. Introduction

Perkembangan teknologi digital telah membawa perubahan yang sangat cepat dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk dunia pendidikan. Kehadiran internet, media sosial, kecerdasan buatan (*Artificial Intelligence*), serta berbagai

platform digital telah mengubah cara peserta didik memperoleh informasi, berinteraksi, dan membangun cara pandang terhadap kehidupan. Transformasi ini memberikan banyak manfaat dalam mendukung akses pembelajaran yang lebih luas dan fleksibel (Rusfi et al., 2025).

Namun, di sisi lain, era digital juga menghadirkan berbagai tantangan yang berpengaruh terhadap kondisi psikologis peserta didik, seperti meningkatnya kecanduan gawai, paparan informasi yang tidak terverifikasi, perundungan siber (*cyberbullying*), tekanan sosial akibat media sosial, serta menurunnya kualitas interaksi sosial secara langsung (Yusuf et al., 2022). Berbagai kondisi tersebut berpotensi memengaruhi kesehatan mental peserta didik apabila tidak diimbangi dengan kemampuan mengelola emosi dan menghadapi berbagai tekanan kehidupan.

Kesehatan mental peserta didik menjadi salah satu isu penting dalam dunia pendidikan saat ini. Peserta didik tidak hanya dituntut memiliki kemampuan akademik yang baik, tetapi juga dituntut memiliki kemampuan untuk beradaptasi terhadap perubahan, mengendalikan tekanan, serta mampu bangkit ketika menghadapi kesulitan. Kemampuan tersebut dikenal sebagai resiliensi mental, yaitu kapasitas individu untuk bertahan, beradaptasi, dan berkembang secara positif meskipun berada dalam situasi yang penuh tekanan atau menghadapi berbagai tantangan kehidupan (Siti Sahrapmahita Saragih, 2023). Resiliensi mental merupakan salah satu kompetensi penting yang perlu dikembangkan sejak usia sekolah karena berperan dalam membentuk kepribadian yang tangguh, optimis, serta mampu menyelesaikan berbagai persoalan secara konstruktif.

Dalam konteks pendidikan di Indonesia, penguatan resiliensi mental menjadi semakin relevan seiring meningkatnya berbagai persoalan psikososial yang dialami peserta didik. Berbagai laporan menunjukkan bahwa masalah kecemasan, stres akademik, tekanan akibat penggunaan media sosial, hingga rendahnya kemampuan mengelola emosi semakin sering ditemukan pada anak dan remaja (Enny Suryani Situmeang, 2024). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pendidikan tidak cukup hanya berorientasi pada pencapaian akademik, tetapi juga harus memberikan perhatian terhadap pembentukan karakter, keseimbangan emosional, serta kesehatan mental peserta didik. Oleh karena itu, sekolah memiliki tanggung jawab

untuk menciptakan lingkungan belajar yang tidak hanya mendukung perkembangan intelektual, tetapi juga memperkuat ketahanan psikologis peserta didik (Fifin Fauziah, 2024).

Salah satu mata pelajaran yang memiliki peran strategis dalam membangun ketahanan mental peserta didik adalah Pendidikan Agama Islam (PAI). Pendidikan Agama Islam tidak hanya bertujuan mentransfer pengetahuan keagamaan, tetapi juga membentuk kepribadian yang beriman, bertakwa, berakhlak mulia, serta mampu mengimplementasikan nilai-nilai Islam dalam kehidupan sehari-hari (Maghfiroh et al., 2024). Nilai-nilai seperti sabar (*ṣabr*), syukur (*syukr*), tawakal (*tawakkul*), ikhtiar, kejujuran, kasih sayang, dan pengendalian diri merupakan bagian dari ajaran Islam yang memiliki relevansi kuat dalam membentuk resiliensi mental peserta didik. Melalui pembelajaran yang kontekstual dan reflektif, Pendidikan Agama Islam dapat menjadi sarana untuk membantu peserta didik memahami makna setiap tantangan kehidupan serta membangun kemampuan menghadapi tekanan secara lebih sehat (Durul Napis, 2026).

Era digital juga menuntut adanya perubahan paradigma dalam pembelajaran Pendidikan Agama Islam. Pembelajaran PAI tidak lagi cukup dilakukan melalui pendekatan hafalan dan ceramah semata, tetapi perlu diarahkan pada penguatan nilai, pembentukan karakter, serta kemampuan peserta didik dalam menghadapi berbagai persoalan nyata yang mereka alami (Rahman, 2025). Guru Pendidikan Agama Islam memiliki peran sebagai pendidik, pembimbing, sekaligus teladan dalam menanamkan nilai-nilai spiritual yang dapat menjadi sumber kekuatan psikologis peserta didik. Dengan demikian, pembelajaran PAI tidak hanya berfungsi sebagai media penyampaian materi keagamaan, tetapi juga menjadi ruang pembentukan karakter yang mampu memperkuat ketahanan mental peserta didik di tengah dinamika kehidupan digital (Yunitasari, 2025).

Berbagai penelitian terdahulu menunjukkan bahwa Pendidikan Agama Islam berkontribusi terhadap pembentukan karakter religius, penguatan akhlak, serta peningkatan kecerdasan spiritual peserta didik. Penelitian lain juga mengungkapkan bahwa religiositas memiliki hubungan positif dengan kemampuan individu dalam mengelola stres dan menghadapi tekanan hidup (Fitri Awan Arif Firmansyah, 2026).

Selain itu, sejumlah studi mengenai kesehatan mental di lingkungan sekolah menekankan pentingnya dukungan spiritual sebagai salah satu faktor protektif terhadap gangguan psikologis. Meskipun demikian, sebagian besar penelitian masih berfokus pada aspek karakter religius, perilaku moral, atau hasil belajar Pendidikan Agama Islam. Kajian yang secara khusus mengeksplorasi bagaimana Pendidikan Agama Islam berperan dalam membangun resiliensi mental peserta didik pada era digital masih relatif terbatas, terutama dalam konteks pendidikan dasar dan madrasah (Jauharotun Ni'mah, 2025).

Berdasarkan kondisi tersebut, terdapat kesenjangan penelitian (research gap) yang menunjukkan perlunya kajian lebih mendalam mengenai integrasi nilai-nilai Pendidikan Agama Islam dalam membangun ketahanan mental peserta didik di tengah tantangan era digital. Penelitian ini tidak hanya memandang Pendidikan Agama Islam sebagai mata pelajaran yang berorientasi pada aspek kognitif, tetapi juga sebagai sarana pembentukan kekuatan psikologis melalui internalisasi nilai-nilai spiritual Islam dalam kehidupan peserta didik. Dengan demikian, penelitian ini memiliki kebaruan (novelty) berupa analisis mengenai peran Pendidikan Agama Islam dalam membangun resiliensi mental peserta didik melalui penanaman nilai sabar, syukur, tawakal, pengendalian diri, serta pembiasaan ibadah sebagai mekanisme penguatan psikologis dalam menghadapi tantangan era digital.

Penelitian ini menjadi penting mengingat meningkatnya kebutuhan akan model pendidikan yang mampu mengintegrasikan penguatan karakter, kesehatan mental, dan nilai-nilai keagamaan secara seimbang. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam pengembangan kajian Pendidikan Agama Islam serta memberikan kontribusi praktis bagi guru, sekolah, dan pengambil kebijakan dalam merancang pembelajaran yang tidak hanya meningkatkan kompetensi keagamaan peserta didik, tetapi juga memperkuat kemampuan mereka dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan pada era digital.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan menganalisis peran Pendidikan Agama Islam dalam membangun resiliensi mental peserta didik di era digital, mengidentifikasi strategi yang diterapkan guru dalam menanamkan nilai-

nilai keislaman sebagai penguat ketahanan mental, serta mengkaji faktor-faktor yang mendukung dan menghambat penguatan resiliensi mental peserta didik melalui pembelajaran Pendidikan Agama Islam.

B. Methods

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk memahami dan mendeskripsikan secara mendalam peran Pendidikan Agama Islam dalam membangun resiliensi mental peserta didik di era digital berdasarkan pengalaman, persepsi, dan praktik yang terjadi di lingkungan madrasah. Penelitian deskriptif memungkinkan peneliti menggambarkan fenomena secara sistematis, faktual, dan komprehensif sehingga mampu memberikan pemahaman mengenai strategi yang diterapkan guru Pendidikan Agama Islam dalam menanamkan nilai-nilai keislaman sebagai penguat resiliensi mental peserta didik (Fiantika Rita Feny, MWasil Mohammad, Jumiyati Sri, Honesti Leli, Wahyuni Sri, 2022).

Penelitian dilaksanakan di MTs Ma'rifatul Ilmi, Kabupaten Bengkulu Selatan. Lokasi penelitian dipilih secara purposive dengan pertimbangan bahwa madrasah tersebut secara aktif melaksanakan pembelajaran Pendidikan Agama Islam yang dipadukan dengan berbagai kegiatan pembinaan karakter, pembiasaan ibadah, serta pemanfaatan media digital dalam proses pembelajaran. Kondisi tersebut menjadikan MTs Ma'rifatul Ilmi relevan sebagai lokasi penelitian untuk mengkaji peran Pendidikan Agama Islam dalam membangun resiliensi mental peserta didik di tengah perkembangan era digital.

Subjek penelitian ditentukan menggunakan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan informan berdasarkan keterlibatan dan pemahaman mereka terhadap fokus penelitian. Informan penelitian terdiri atas kepala madrasah, dua orang guru Pendidikan Agama Islam, satu guru Bimbingan dan Konseling (BK), dua wali kelas, serta delapan peserta didik kelas VIII dan IX yang dipilih berdasarkan variasi kemampuan akademik, keterlibatan dalam kegiatan keagamaan, dan pengalaman mereka dalam menghadapi tantangan penggunaan media digital. Jumlah informan bersifat fleksibel dan dapat berkembang sesuai kebutuhan hingga data yang diperoleh mencapai kejenuhan (data saturation).

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Observasi dilakukan secara langsung terhadap proses pembelajaran Pendidikan Agama Islam, interaksi guru dan peserta didik, kegiatan pembiasaan keagamaan, serta perilaku peserta didik dalam lingkungan madrasah (Abdussamad, 2021). Wawancara semi-terstruktur dilakukan kepada seluruh informan untuk memperoleh informasi mengenai strategi guru dalam menanamkan nilai-nilai Islam, bentuk pembinaan resiliensi mental, tantangan yang dihadapi peserta didik di era digital, serta faktor-faktor yang mendukung dan menghambat pelaksanaan pembelajaran. Dokumentasi digunakan sebagai data pendukung berupa modul ajar, perangkat pembelajaran, program pembiasaan keagamaan, jadwal kegiatan keagamaan, tata tertib madrasah, foto kegiatan, serta dokumen lain yang berkaitan dengan fokus penelitian (Madina & Hartono, 2025).

Instrumen utama dalam penelitian ini adalah peneliti yang berperan sebagai perencana, pelaksana, pengumpul data, penganalisis, sekaligus penafsir data. Untuk membantu proses pengumpulan data, peneliti menggunakan instrumen pendukung berupa pedoman observasi, pedoman wawancara semi-terstruktur, alat perekam suara, kamera, serta lembar dokumentasi. Pedoman observasi disusun untuk mengamati aktivitas pembelajaran Pendidikan Agama Islam, interaksi antara guru dan peserta didik, serta implementasi nilai-nilai keislaman dalam kehidupan sehari-hari di madrasah. Pedoman wawancara digunakan sebagai panduan dalam menggali informasi secara mendalam mengenai pengalaman, pandangan, dan strategi para informan (Nasution, 2023).

Keabsahan data dilakukan melalui triangulasi sumber, triangulasi teknik, dan member checking. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan informasi yang diperoleh dari kepala madrasah, guru Pendidikan Agama Islam, guru BK, wali kelas, dan peserta didik. Triangulasi teknik dilakukan dengan membandingkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi sehingga diperoleh data yang saling menguatkan. Selanjutnya, member checking dilakukan dengan mengonfirmasi kembali hasil wawancara kepada informan untuk memastikan bahwa data yang diperoleh sesuai dengan pengalaman dan pandangan yang mereka sampaikan (Agus Supriatna dkk, 2022).

Analisis data menggunakan model analisis interaktif yang dikembangkan oleh Matthew B. Miles, A. Michael Huberman, dan Johnny Saldaña. Analisis dilakukan secara berkesinambungan sejak awal pengumpulan data hingga penelitian selesai melalui empat tahapan, yaitu pengumpulan data (data collection), kondensasi data (data condensation), penyajian data (data display), serta penarikan dan verifikasi kesimpulan (conclusion drawing and verification) (Sugiyono, 2020). Pada tahap kondensasi, data yang diperoleh diseleksi, dikelompokkan, dan dikategorikan berdasarkan fokus penelitian. Selanjutnya, data disajikan dalam bentuk narasi deskriptif yang didukung oleh kutipan hasil wawancara, hasil observasi, dan dokumentasi. Tahap akhir dilakukan dengan menarik kesimpulan melalui interpretasi terhadap pola-pola yang muncul sehingga diperoleh gambaran mengenai peran Pendidikan Agama Islam dalam membangun resiliensi mental peserta didik di era digital.

Penelitian ini dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip-prinsip etika penelitian. Sebelum pengumpulan data dilakukan, peneliti memperoleh izin dari pihak MTs Ma'rifatul Ilmi serta menyampaikan tujuan penelitian kepada seluruh informan. Setiap informan diberikan kebebasan untuk berpartisipasi secara sukarela, sementara identitas pribadi dijaga kerahasiaannya dan seluruh data yang diperoleh digunakan semata-mata untuk kepentingan akademik. Dengan demikian, penelitian diharapkan dapat menghasilkan temuan yang kredibel, objektif, dan memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian Pendidikan Agama Islam, khususnya dalam membangun resiliensi mental peserta didik di era digital.

C. Result(s)

Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian dilaksanakan di MTs Ma'rifatul Ilmi, Kabupaten Bengkulu Selatan, yang merupakan salah satu lembaga pendidikan Islam tingkat menengah pertama dengan visi membentuk peserta didik yang beriman, berakhlak mulia, berprestasi, dan mampu menghadapi tantangan perkembangan zaman. Madrasah ini mengintegrasikan pendidikan akademik dengan pembinaan karakter melalui kegiatan keagamaan seperti salat berjamaah, tadarus Al-Qur'an, kultum, pembinaan

akhlak, serta pendampingan peserta didik oleh guru Pendidikan Agama Islam dan guru Bimbingan Konseling.

Dalam beberapa tahun terakhir, pihak madrasah mulai memanfaatkan teknologi digital sebagai bagian dari proses pembelajaran. Peserta didik diperbolehkan menggunakan perangkat digital pada kegiatan pembelajaran tertentu di bawah pengawasan guru. Namun, perkembangan teknologi juga menghadirkan tantangan berupa penggunaan media sosial yang berlebihan, penurunan konsentrasi belajar, kecenderungan membandingkan diri dengan orang lain, serta meningkatnya tekanan psikologis akibat paparan informasi digital. Oleh karena itu, Pendidikan Agama Islam dipandang sebagai salah satu sarana untuk memperkuat ketahanan mental peserta didik melalui internalisasi nilai-nilai keislaman dalam kehidupan sehari-hari. Berdasarkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi, diperoleh tiga tema utama, yaitu: (1) peran Pendidikan Agama Islam dalam membangun resiliensi mental peserta didik, (2) strategi guru Pendidikan Agama Islam dalam menanamkan nilai-nilai keislaman untuk memperkuat resiliensi mental, dan (3) faktor pendukung serta faktor penghambat implementasi Pendidikan Agama Islam dalam membangun resiliensi mental peserta didik di era digital.

1. Peran Pendidikan Agama Islam dalam Membangun Resiliensi Mental Peserta Didik

Hasil observasi menunjukkan bahwa pembelajaran Pendidikan Agama Islam di MTs Ma'rifatul Ilmi tidak hanya berorientasi pada penyampaian materi ajar sesuai kurikulum, tetapi juga diarahkan untuk membentuk karakter dan ketahanan mental peserta didik. Guru secara konsisten mengaitkan materi pembelajaran dengan persoalan nyata yang dihadapi peserta didik, seperti penggunaan media sosial, tekanan pergaulan, kecemasan menghadapi ujian, serta pentingnya menjaga keseimbangan antara kehidupan digital dan kehidupan spiritual. Pada saat pembelajaran berlangsung, guru tidak hanya menjelaskan konsep-konsep keagamaan, tetapi juga mengajak peserta didik berdiskusi mengenai cara menghadapi kegagalan, mengelola emosi, menyikapi komentar negatif di media sosial, dan pentingnya memiliki sikap sabar, syukur, serta tawakal. Peserta didik

diberi kesempatan menyampaikan pengalaman pribadi sehingga pembelajaran berlangsung lebih kontekstual dan komunikatif.

Hasil wawancara dengan guru Pendidikan Agama Islam menunjukkan bahwa pembelajaran agama harus mampu menjawab tantangan kehidupan peserta didik pada masa sekarang.

Guru PAI menyampaikan:

"Kami tidak hanya mengajarkan materi fikih atau akidah, tetapi juga mengaitkannya dengan kehidupan sehari-hari. Anak-anak sekarang banyak menghadapi tekanan dari media sosial. Karena itu, mereka perlu memahami bahwa Islam mengajarkan kesabaran, syukur, dan pengendalian diri agar tidak mudah terpengaruh oleh hal-hal yang negatif."

Guru juga menjelaskan bahwa peserta didik sering kali menghadapi tekanan untuk memperoleh pengakuan dari lingkungan digital sehingga mudah merasa rendah diri apabila membandingkan kehidupannya dengan orang lain. Dalam kondisi tersebut, guru berusaha menanamkan pemahaman bahwa nilai seorang manusia tidak ditentukan oleh popularitas di media sosial, melainkan oleh akhlak, keimanan, dan usaha yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Observasi di kelas menunjukkan bahwa peserta didik tampak aktif mengikuti diskusi ketika guru menghubungkan materi dengan fenomena digital yang mereka alami. Mereka lebih mudah memahami nilai-nilai Islam ketika dikaitkan dengan pengalaman nyata dibandingkan ketika pembelajaran hanya berorientasi pada hafalan materi.

2. Strategi Guru Pendidikan Agama Islam dalam Menumbuhkan Resiliensi Mental

Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru menerapkan beberapa strategi untuk membangun resiliensi mental peserta didik. Strategi pertama dilakukan melalui internalisasi nilai-nilai Islam dalam proses pembelajaran. Guru secara rutin mengaitkan materi akhlak, akidah, maupun Al-Qur'an Hadis dengan pentingnya mengendalikan emosi, menerima kegagalan sebagai bagian dari proses kehidupan, serta membangun sikap optimis dalam menghadapi berbagai tantangan.

Guru menjelaskan bahwa setiap kisah nabi yang dipelajari tidak hanya dipahami sebagai sejarah, tetapi juga sebagai teladan dalam menghadapi ujian

kehidupan. Misalnya, kisah Nabi Ayyub mengajarkan kesabaran, Nabi Yusuf mengajarkan keteguhan menghadapi fitnah, sedangkan Nabi Muhammad SAW menjadi teladan dalam menghadapi penolakan dan tekanan sosial. Selain pembelajaran di kelas, guru juga membangun resiliensi mental melalui kegiatan pembiasaan keagamaan seperti salat Duha berjamaah, membaca Al-Qur'an sebelum pembelajaran dimulai, doa bersama, dan kultum singkat yang dilakukan secara bergiliran oleh peserta didik. Kegiatan tersebut bertujuan membentuk kedisiplinan spiritual sekaligus memberikan ruang bagi peserta didik untuk meningkatkan rasa percaya diri.

Guru BK mengungkapkan bahwa peserta didik yang aktif mengikuti kegiatan keagamaan cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengendalikan emosi dan menyelesaikan konflik dengan teman sebaya. Guru BK menyatakan:

"Anak-anak yang rutin mengikuti pembiasaan ibadah biasanya lebih tenang ketika menghadapi masalah. Mereka lebih mudah diajak berdiskusi dan tidak cepat mengambil keputusan yang emosional."

Peserta didik juga mengakui bahwa kegiatan keagamaan di sekolah membantu mereka merasa lebih tenang ketika menghadapi tekanan akademik maupun persoalan pribadi. Salah seorang peserta didik mengatakan:

"Kalau lagi banyak pikiran atau nilai jelek, biasanya setelah salat atau membaca Al-Qur'an rasanya lebih tenang. Guru juga sering mengingatkan supaya jangan putus asa karena setiap masalah pasti ada jalan keluarnya."

Temuan tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran Pendidikan Agama Islam tidak hanya memberikan pengetahuan keagamaan, tetapi juga membentuk mekanisme koping yang positif dalam menghadapi tekanan kehidupan.

3. Faktor Pendukung dan Penghambat

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, keberhasilan pembentukan resiliensi mental dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor pendukung meliputi komitmen guru dalam mengintegrasikan nilai-nilai Islam ke dalam pembelajaran, dukungan kepala madrasah terhadap program pembinaan karakter, budaya religius yang telah terbentuk di lingkungan sekolah, serta kerja sama antara guru Pendidikan Agama Islam, guru BK, wali kelas, dan orang tua peserta didik.

Di sisi lain, penelitian juga menemukan beberapa faktor penghambat. Pengaruh media sosial menjadi tantangan utama karena sebagian peserta didik menghabiskan waktu yang cukup lama menggunakan telepon pintar di luar jam sekolah. Paparan informasi yang berlebihan menyebabkan sebagian peserta didik mengalami penurunan konsentrasi belajar, mudah membandingkan diri dengan orang lain, dan lebih sensitif terhadap komentar negatif di dunia maya. Guru Pendidikan Agama Islam mengungkapkan bahwa pembinaan di sekolah sering kali tidak sejalan dengan kebiasaan peserta didik di rumah apabila tidak ada pengawasan dari keluarga.

Selain itu, keterbatasan waktu pembelajaran Pendidikan Agama Islam menyebabkan guru belum dapat memberikan pendampingan secara intensif kepada seluruh peserta didik yang membutuhkan perhatian khusus terkait kondisi psikologis mereka. Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa Pendidikan Agama Islam di MTs Ma'rifatul Ilmi memiliki peran penting dalam membangun resiliensi mental peserta didik melalui internalisasi nilai-nilai keislaman, pembiasaan ibadah, keteladanan guru, serta pembelajaran yang kontekstual dengan tantangan era digital. Namun, efektivitas upaya tersebut sangat dipengaruhi oleh sinergi antara madrasah, keluarga, dan lingkungan sosial peserta didik. Kolaborasi yang berkelanjutan menjadi kunci agar peserta didik tidak hanya memiliki pemahaman keagamaan yang baik, tetapi juga mampu mengembangkan ketahanan mental, mengelola emosi, dan menghadapi dinamika kehidupan digital secara bijaksana.

D. Analysis and Discussion

Peran Pendidikan Agama Islam dalam Membangun Resiliensi Mental Peserta Didik di Era Digital

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Pendidikan Agama Islam memiliki peran yang sangat penting dalam membangun resiliensi mental peserta didik di era digital. Peran tersebut tidak hanya diwujudkan melalui penyampaian materi keagamaan di dalam kelas, tetapi juga melalui internalisasi nilai-nilai Islam yang membentuk sikap, karakter, dan kemampuan peserta didik dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Pembelajaran Pendidikan Agama Islam di MTs Ma'rifatul Ilmi diarahkan agar peserta didik mampu memahami bahwa setiap

persoalan kehidupan merupakan bagian dari proses pembelajaran yang harus dihadapi dengan kesabaran, keikhlasan, ikhtiar, serta tawakal kepada Allah Swt.

Era digital menghadirkan perubahan yang sangat cepat terhadap pola kehidupan peserta didik. Kemudahan mengakses berbagai informasi melalui internet dan media sosial memberikan banyak manfaat dalam mendukung proses pembelajaran. Namun demikian, perkembangan tersebut juga membawa berbagai konsekuensi terhadap kondisi psikologis peserta didik, seperti meningkatnya kecemasan akibat perbandingan sosial di media digital, ketergantungan terhadap gawai, rendahnya kemampuan mengendalikan emosi, serta menurunnya kualitas interaksi sosial secara langsung. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pembentukan resiliensi mental menjadi kebutuhan penting dalam pendidikan saat ini agar peserta didik memiliki kemampuan beradaptasi terhadap perubahan tanpa kehilangan keseimbangan emosional maupun spiritual.

Temuan penelitian memperlihatkan bahwa guru Pendidikan Agama Islam berperan sebagai pendidik, pembimbing, motivator, sekaligus teladan dalam membentuk ketahanan mental peserta didik. Guru tidak hanya menyampaikan konsep-konsep keislaman secara teoritis, tetapi mengaitkannya dengan persoalan nyata yang dihadapi peserta didik pada era digital. Ketika membahas materi tentang sabar, syukur, tawakal, maupun akhlak, guru memberikan contoh-contoh yang dekat dengan kehidupan peserta didik, seperti cara menyikapi komentar negatif di media sosial, mengendalikan rasa iri terhadap pencapaian orang lain, serta mengelola tekanan akademik secara positif. Pendekatan kontekstual tersebut membuat pembelajaran menjadi lebih bermakna karena peserta didik mampu menghubungkan nilai-nilai agama dengan pengalaman hidup mereka sendiri.

Temuan ini sejalan dengan teori pendidikan Islam yang memandang bahwa tujuan utama Pendidikan Agama Islam bukan sekadar transfer pengetahuan (*transfer of knowledge*), tetapi juga pembentukan akhlak, karakter, dan kepribadian peserta didik (*transfer of values*). Pendidikan Agama Islam berfungsi mengembangkan potensi spiritual, emosional, dan sosial peserta didik agar mampu menjalani kehidupan secara seimbang. Oleh karena itu, keberhasilan pembelajaran Pendidikan Agama Islam tidak hanya diukur melalui aspek kognitif, tetapi juga

melalui perubahan sikap, perilaku, dan kemampuan peserta didik dalam menghadapi berbagai persoalan kehidupan.

Selain itu, temuan penelitian ini juga sejalan dengan konsep resiliensi yang dikemukakan oleh Ann S. Masten, yang menjelaskan bahwa resiliensi merupakan kemampuan individu untuk bertahan, beradaptasi, dan berkembang secara positif ketika menghadapi tekanan, kesulitan, maupun perubahan lingkungan. Dalam konteks penelitian ini, nilai-nilai Islam yang ditanamkan melalui pembelajaran Pendidikan Agama Islam berfungsi sebagai faktor protektif yang membantu peserta didik membangun kemampuan tersebut. Sikap sabar melatih pengendalian diri, syukur membentuk cara pandang positif terhadap kehidupan, sedangkan tawakal memberikan ketenangan batin setelah seseorang berusaha secara maksimal. Ketiga nilai tersebut menjadi fondasi penting dalam membentuk resiliensi mental peserta didik.

Strategi Guru Pendidikan Agama Islam dalam Menanamkan Nilai-Nilai Keislaman

Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru Pendidikan Agama Islam menerapkan berbagai strategi untuk membangun resiliensi mental peserta didik. Strategi tersebut tidak hanya dilakukan melalui proses pembelajaran formal di kelas, tetapi juga melalui pembiasaan budaya religius di lingkungan madrasah. Kegiatan seperti salat Duha berjamaah, membaca Al-Qur'an sebelum pembelajaran dimulai, doa bersama, kultum, dan pembinaan akhlak menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari proses pendidikan.

Pembiasaan tersebut menunjukkan bahwa pembentukan resiliensi mental tidak dapat dilakukan hanya melalui penyampaian teori, tetapi memerlukan pengalaman langsung yang dilakukan secara berulang sehingga menjadi kebiasaan. Melalui pembiasaan ibadah, peserta didik belajar membangun hubungan spiritual dengan Allah Swt. yang memberikan ketenangan psikologis ketika menghadapi berbagai tekanan kehidupan. Ibadah tidak hanya dipahami sebagai kewajiban agama, tetapi juga menjadi media refleksi diri, pengendalian emosi, dan penguatan mental.

Temuan ini memperlihatkan bahwa budaya religius di madrasah memiliki kontribusi besar terhadap pembentukan kesehatan mental peserta didik. Lingkungan sekolah yang membiasakan nilai-nilai keislaman menciptakan suasana belajar yang aman, nyaman, dan penuh kepedulian sehingga peserta didik merasa memiliki tempat untuk memperoleh dukungan ketika menghadapi masalah. Dalam perspektif psikologi pendidikan, lingkungan belajar yang suportif merupakan salah satu faktor eksternal yang memperkuat kemampuan resiliensi individu.

Selain pembiasaan ibadah, guru juga memanfaatkan kisah-kisah para nabi sebagai media pembelajaran. Kisah Nabi Ayyub mengajarkan kesabaran menghadapi ujian, Nabi Yusuf mengajarkan kemampuan memaafkan dan menjaga integritas, sedangkan perjuangan Nabi Muhammad saw. menunjukkan pentingnya keteguhan dalam menghadapi penolakan dan kesulitan. Penyampaian kisah tersebut membuat peserta didik memperoleh contoh nyata mengenai bagaimana menghadapi berbagai persoalan kehidupan dengan cara yang sesuai dengan nilai-nilai Islam.

Faktor Pendukung dan Penghambat dalam Membangun Resiliensi Mental Peserta Didik

Penelitian ini menemukan bahwa keberhasilan Pendidikan Agama Islam dalam membangun resiliensi mental peserta didik dipengaruhi oleh berbagai faktor internal maupun eksternal. Faktor pendukung utama berasal dari komitmen guru, budaya religius madrasah, dukungan kepala madrasah, serta kerja sama antara guru Pendidikan Agama Islam, guru Bimbingan dan Konseling, wali kelas, dan orang tua peserta didik. Kolaborasi tersebut memungkinkan proses pembinaan karakter berlangsung secara berkesinambungan baik di sekolah maupun di lingkungan keluarga.

Di sisi lain, penelitian juga menemukan beberapa faktor penghambat. Penggunaan media sosial yang berlebihan menjadi tantangan terbesar dalam membangun resiliensi mental peserta didik. Sebagian peserta didik menghabiskan waktu yang cukup lama menggunakan telepon pintar sehingga memengaruhi kualitas belajar, pola tidur, dan interaksi sosial. Selain itu, budaya membandingkan

diri dengan orang lain di media sosial menyebabkan sebagian peserta didik merasa kurang percaya diri dan mudah mengalami tekanan emosional.

Kendala lain adalah keterbatasan waktu pembelajaran Pendidikan Agama Islam yang membuat guru belum dapat melakukan pendampingan secara intensif kepada seluruh peserta didik. Di samping itu, tidak semua orang tua memiliki kemampuan atau waktu yang cukup untuk mendampingi penggunaan teknologi digital di rumah. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa keberhasilan membangun resiliensi mental tidak dapat dibebankan sepenuhnya kepada sekolah, tetapi memerlukan keterlibatan keluarga dan lingkungan masyarakat.

Temuan penelitian ini memperlihatkan bahwa pembentukan resiliensi mental merupakan proses yang bersifat multidimensional. Pendidikan Agama Islam memberikan fondasi spiritual dan moral, tetapi efektivitasnya sangat dipengaruhi oleh lingkungan tempat peserta didik tumbuh dan berkembang. Oleh karena itu, diperlukan sinergi antara sekolah, keluarga, dan masyarakat agar nilai-nilai keislaman yang ditanamkan di madrasah dapat terus dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari.

Implikasi Penelitian

Hasil penelitian ini memberikan implikasi bahwa Pendidikan Agama Islam memiliki peran yang lebih luas daripada sekadar membentuk kompetensi keagamaan. Pembelajaran PAI dapat menjadi instrumen strategis dalam memperkuat kesehatan mental peserta didik melalui penanaman nilai sabar, syukur, tawakal, ikhtiar, empati, dan pengendalian diri. Di tengah pesatnya perkembangan teknologi digital, guru Pendidikan Agama Islam perlu terus mengembangkan metode pembelajaran yang kontekstual, dialogis, dan relevan dengan realitas kehidupan peserta didik sehingga nilai-nilai Islam tidak hanya dipahami secara konseptual, tetapi juga menjadi pedoman dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan.

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa Pendidikan Agama Islam di MTs Ma'rifatul Ilmi berperan sebagai fondasi dalam membangun resiliensi mental peserta didik di era digital. Peran tersebut diwujudkan melalui pembelajaran yang kontekstual, pembiasaan budaya religius, keteladanan guru, serta kolaborasi

antara madrasah dan keluarga. Dengan demikian, Pendidikan Agama Islam tidak hanya berkontribusi terhadap pembentukan peserta didik yang memiliki pemahaman keagamaan yang baik, tetapi juga melahirkan generasi yang tangguh secara mental, mampu mengelola tekanan kehidupan, serta memiliki kesiapan menghadapi dinamika masyarakat digital tanpa kehilangan nilai-nilai keislaman sebagai landasan hidup.

E. Conclusion

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa Pendidikan Agama Islam memiliki peran yang strategis dalam membangun resiliensi mental peserta didik di era digital. Peran tersebut diwujudkan melalui proses pembelajaran yang tidak hanya berorientasi pada penguasaan materi keagamaan, tetapi juga pada internalisasi nilai-nilai Islam seperti sabar, syukur, tawakal, ikhtiar, kejujuran, dan pengendalian diri sebagai bekal peserta didik dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Pembelajaran Pendidikan Agama Islam yang dikaitkan dengan realitas kehidupan sehari-hari mampu membantu peserta didik memahami cara menghadapi tekanan psikologis, mengelola emosi, serta menyikapi perkembangan teknologi digital secara lebih bijaksana dan bertanggung jawab.

Penelitian juga menunjukkan bahwa guru Pendidikan Agama Islam di MTs Ma'rifatul Ilmi berperan sebagai pendidik, pembimbing, motivator, dan teladan dalam proses pembentukan resiliensi mental peserta didik. Peran tersebut diwujudkan melalui pembelajaran kontekstual, pembiasaan ibadah, budaya religius di lingkungan madrasah, pemberian nasihat, serta pendampingan kepada peserta didik ketika menghadapi persoalan akademik maupun sosial. Berbagai kegiatan keagamaan yang dilaksanakan secara rutin mampu menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, meningkatkan ketenangan psikologis, memperkuat karakter religius, serta membentuk sikap optimis dan kemampuan peserta didik untuk bangkit ketika menghadapi kesulitan.

Keberhasilan pembentukan resiliensi mental dipengaruhi oleh beberapa faktor pendukung, antara lain komitmen guru, dukungan kepala madrasah, budaya religius sekolah, serta kerja sama antara sekolah dan orang tua. Namun demikian, penelitian ini juga menemukan beberapa faktor penghambat, seperti tingginya

intensitas penggunaan media sosial, keterbatasan pendampingan orang tua dalam penggunaan teknologi digital, serta terbatasnya waktu pembelajaran Pendidikan Agama Islam. Oleh karena itu, penguatan resiliensi mental peserta didik memerlukan sinergi yang berkelanjutan antara madrasah, keluarga, dan masyarakat agar nilai-nilai keislaman yang ditanamkan melalui Pendidikan Agama Islam dapat diimplementasikan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, Pendidikan Agama Islam tidak hanya berperan dalam membentuk peserta didik yang memiliki kompetensi keagamaan, tetapi juga menghasilkan generasi yang tangguh secara mental, berakhlak mulia, adaptif terhadap perkembangan teknologi, dan mampu menghadapi dinamika kehidupan di era digital dengan berlandaskan nilai-nilai Islam.

F. References

Abdussamad, Z. (2021). Metode Penelitian Kualitatif. In *Syakir Media Press*. Syakir Media Press.

Agus Supriatna dkk. (2022). *Metode Penelitian Kualitatif*. PT Literasi Nusantara Abadi Grup.

Durul Napis, I. (2026). Peran Pendidikan Agama Islam dalam Membentuk Ketahanan Mental (Resilience) Siswa menghadapi Tekanan Era Modern Abstrak. *Murid Jurnal Pemikiran Mahasiswa Agama Islam*, *4*(c), 78–91.

Enny Suryani Situmeang. (2024). Peran Pendidikan Agama Islam dalam Membentuk Kesehatan Mental Siswa Enny. *PEDAGOGIK Jurnal Pendidikan Dan Riset*, *2*(3), 393–400.

Fiantika Rita Feny, MWasil Mohammad, Jumiyati Sri, Honesti Leli, Wahyuni Sri, M. E. (2022). Metodologi Penelitian Kualitatif. In Metodologi Penelitian Kualitatif. In *Rake Sarasin* (Issue March). PT. GLOBAL EKSEKUTIF TEKNOLOG.

Fifin Fauziah, et. a. (2024). IMPLEMENTASI NILAI-NILAI AGAMA ISLAM DALAM MENUMBUHKAN RESILIENSI SISWA. *EL-Islam*, *6*(2), 57–70.

Fitri Awan Arif Firmansyah, A. N. E. (2026). PENINGKATAN RESILIENSI MENTAL REMAJA MELALUI PERAN PENDIDIKAN AGAMA ISLAM. *PSIKIS : Jurnal Ilmu Psikiatri Dan Psikologi*, *1*(2), 62–71.

Jauharotun Ni'mah. (2025). Peran Pendidikan Agama Islam terhadap Kesehatan Mental Remaja Generasi-Z yang mendapatkan perhatian global karena berimplikasi langsung. *EDUVIA : Jurnal Pendidikan Dan Pengajaran Islam*, *1*(2), 195–211.

Madina, A., & Hartono, H. (2025). *Studi Kualitatif : Penerapan Metode Tahsin dalam Meningkatkan Pemahaman Membaca Al- Qur ' an pada Anak -anak Remaja*

dalam Pengabdian Masyarakat di Desa Kesatuan Dusun III , Kecamatan. *5*(2), 344–355.

Maghfiroh, H., Sahara, E., & Wahyuni, E. S. (2024). Transformasi Kesehatan Mental Remaja Melalui Pendidikan Agama Islam di Era Global. *Social Science Academic*, *2*(2), 129–142. https://doi.org/10.37680/ssa.v2i2.5796

Nasution, A. F. (2023). Metode Penelitian Kualitatif. In *Harfa Creative* (Vol. 1, Issue 1). Harfa Creative. http://www.biblioteca.pucminas.br/teses/Educacao_PereiraAS_1.pdf%0Ahttp://www.anpocs.org.br/portal/publicacoes/rbcs_00_11/rbcs11_01.htm%0Ahttp://repositorio.ipea.gov.br/bitstream/11058/7845/1/td_2306.pdf%0Ahttps://direitoufma2010.files.wordpress.com/2010/

Rahman, D. M. (2025). Pendidikan Islam sebagai Modal Resiliensi Mental di Era Digital. *AN-Nur Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, *1*(1), 58–82. https://doi.org/10.65802/an-nur.v1i1.4

Rusfi, A., Arsyanti, D., & Robianti, F. (2025). Mengkaji Dampak Entertainful Learning terhadap Pembentukan Mental Resilience Pemuda : Perspektif Nilai Mujahadah dalam Islam. *Journal of Islamic Psychology*, *2*(2), 1–7.

Siti Sahrapmahita Saragih, D. A. (2023). PENDIDIKAN AGAMA ISLAM SEBAGAI FONDASI RESILIENSI SPRITUAL DAN MENTAL DALAM MENGHADAPI DISRUPSI TEKNOOGI SOCIETY 5.0 DI SMK TERPADU AL-FARABI. *Seminar Nasional : Pendidikan Islam Berkeadaban III*, *3*(3), 483–496.

Sugiyono. (2020). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Alfabeta.

Yunitasari, et. a. (2025). Peran Pendidikan Agama Islam dalam Meningkatkan Kesehatan Mental dan Spiritual Peserta Didik. *Jurnal Pendidikan, Kepelatihan. Olahraga Dan Kesehatan*, *1*(2), 115–127.

Yusuf, M., Rahmadani, A. L., Lestari, Y., & Kurniawan, D. S. (2022). Urgensi Pendidikan Islam dalam Menjaga Kesehatan Mental Remaja di Lingkungan Sekolah pada Era Media Sosial. *Jurnal Pendidikan Islam*, *5*(01), 1–17. https://doi.org/10.37542/iq.v5i01.338

DOI, Copyright, and License	**DOI:** **Copyright (c) 2026 author (s) Nikeng Putra Jaya** **This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License**
How to cite	All citations and references must follow the APA 7th Edition guidelines