

AL-QUR'AN DAN KECERDASAN EMOSI: INTEGRASI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DALAM PEMBENTUKAN MENTAL *HEALTH* DI MAS ISLAMİYAH SUNGGAL

Intan Astina Dewi¹, Danny Abrianto²
Universitas Pembangunan Panca Budi Medan

Keywords: *Alquran dan Kecerdasan, Emosi, Integrasi PAI, Mental Health*

***Correspondence Address:**

Intanastinadewi99@gmail.com

dannyabrianto@dosen.pancabudi.ac.id

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana integrasi nilai-nilai Al-Qur'an dalam pembelajaran Pendidikan Agama Islam (PAI) dapat membentuk kecerdasan emosi dan mendukung kesehatan mental (*mental health*) peserta didik di MAS Islamiyah Sunggal. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan studi dokumentasi, serta dianalisis menggunakan model interaktif Miles dan Huberman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru PAI mengintegrasikan nilai-nilai Qur'ani secara tematik dan aplikatif melalui pembelajaran berbasis kisah, tadabbur, serta pembiasaan sikap religius seperti sabar, tawakal, dan syukur. Nilai-nilai ini terbukti membantu siswa dalam mengelola emosi, meningkatkan kesadaran diri, serta membangun hubungan sosial yang sehat. Keteladanan guru dan kolaborasi antara guru PAI dan guru BK juga menjadi faktor kunci dalam keberhasilan pembinaan *mental health* siswa. Penelitian ini menyimpulkan bahwa Al-Qur'an tidak hanya relevan sebagai sumber ajaran keagamaan, tetapi juga memiliki kekuatan transformatif dalam membentuk ketahanan emosional remaja melalui pendekatan pendidikan Islam yang holistik. Temuan ini diharapkan menjadi kontribusi dalam pengembangan model pendidikan yang integratif antara spiritualitas dan psikologi remaja di madrasah.

PENDAHULUAN

Era modern yang sarat dengan tekanan hidup, kompetisi global, serta perkembangan teknologi yang pesat, tantangan terhadap kesehatan mental (*mental health*) remaja semakin kompleks. Data global dan nasional menunjukkan peningkatan gangguan kesehatan mental di kalangan pelajar dan remaja. Laporan WHO menyebutkan bahwa lebih dari 10% remaja mengalami masalah psikologis, seperti kecemasan, stres, dan depresi. Di Indonesia sendiri, data dari Kementerian Kesehatan RI (2023) mencatat bahwa sekitar 6 dari 10 remaja pernah mengalami gangguan kesehatan mental ringan hingga sedang, yang sebagian besar diakibatkan oleh tekanan akademik, persoalan keluarga, serta minimnya kemampuan mengelola emosi.

Fenomena ini tak terkecuali juga terjadi di lingkungan pendidikan Islam. Madrasah Aliyah, sebagai lembaga pendidikan formal yang mengintegrasikan nilai-nilai agama

dengan kurikulum umum, sejatinya memiliki peran strategis dalam menumbuhkan karakter siswa yang bermental kuat dan berakhlak baik. Namun, kenyataan di lapangan menunjukkan bahwa tantangan kesehatan mental juga menghantui siswa madrasah. Banyak peserta didik yang menunjukkan gejala-gejala ketidakseimbangan emosional seperti mudah marah, menarik diri, cemas berlebihan, hingga kurang percaya diri. Hal ini menandakan adanya celah dalam sistem pendidikan yang belum sepenuhnya mampu menjawab kebutuhan emosional dan spiritual siswa secara sempurna (Ismaraidha, 2024).

Kecerdasan emosi menjadi aspek yang penting untuk dibina. Kecerdasan emosi mencakup kemampuan mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri maupun orang lain. Kecerdasan emosi yang baik menjadi fondasi dalam membentuk kepribadian yang stabil, resilien, dan mampu menghadapi tekanan hidup dengan bijak. Kecerdasan emosi bahkan lebih berpengaruh terhadap kesuksesan dan kesejahteraan seseorang dibandingkan kecerdasan intelektual (IQ) semata. Hal ini mengindikasikan bahwa pendidikan seharusnya tidak hanya berfokus pada aspek kognitif, tetapi juga harus menyentuh ranah afektif dan spiritual, yang menjadi pusat dari pembentukan karakter dan kesehatan mental siswa (Faruq & Subhi, 2022).

Kerangka Pendidikan Agama Islam (PAI), Al-Qur'an sebagai sumber utama ajaran Islam, sejatinya memiliki potensi besar dalam membentuk kecerdasan emosi dan mental health. Ayat-ayat Al-Qur'an tidak hanya mengajarkan aspek teologis, tetapi juga menyentuh sisi-sisi psikologis manusia, seperti ketenangan jiwa (*sakînah*), pengendalian diri (*sabr*), optimisme, rasa syukur, dan keberanian menghadapi ujian kehidupan. Misalnya, dalam QS. Al-Ra'd [13]: 28 disebutkan bahwa "Hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenang", menunjukkan pentingnya spiritualitas dalam menjaga kestabilan emosional. Demikian pula, ayat-ayat tentang kesabaran (QS. Al-Baqarah [2]: 153), tawakal (QS. Ali Imran [3]: 159), dan keikhlasan (QS. Al-Insan [76]: 8-9) merupakan landasan konseptual dalam membina kesehatan mental Islami.

Potensi besar ini belum sepenuhnya tergarap dalam praktik pendidikan, khususnya dalam pembelajaran PAI di madrasah. Banyak pengajaran agama Islam yang masih bersifat normatif-doktrinal, berfokus pada hafalan dan pengetahuan kognitif, tanpa menekankan aspek aplikatif dalam kehidupan emosional peserta didik. Pembelajaran agama belum diarahkan secara sistematis untuk menginternalisasi nilai-nilai Qur'ani ke dalam pengelolaan emosi dan pembentukan ketahanan mental siswa (Yunan Harahap et al., 2023).

Secara teoretis, terdapat banyak teori yang menjelaskan tentang kecerdasan emosi, seperti teori Goleman (1995), Salovey dan Mayer (1990), yang menekankan lima domain utama kecerdasan emosi: kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial. Sementara dalam Islam, konsep-konsep ini juga terdapat dalam Al-Qur'an dan Hadis, seperti konsep *mujahadah al-nafs* (melatih jiwa), *tazkiyatun nafs* (pensucian jiwa), dan *shabr* (kesabaran). Namun, secara akademik masih terdapat jarak (*gap*) dalam mengintegrasikan teori barat tentang kecerdasan emosi dengan konsep-konsep Qur'ani secara operasional dalam kurikulum pendidikan Islam. Pendekatan integratif yang menggabungkan keduanya belum dikembangkan secara sistematis dalam proses pembelajaran PAI (Charles Rangkuti, Rustam Ependi, 2023).

Secara empirik, berbagai penelitian telah mengungkap keterkaitan antara nilai-nilai religius dengan kesehatan mental. Misalnya, studi menunjukkan bahwa remaja yang aktif dalam kegiatan keagamaan memiliki tingkat stres lebih rendah dan kemampuan adaptasi sosial yang lebih baik. Penelitian lain menyebutkan bahwa pembacaan dan penghayatan Al-Qur'an dapat menurunkan tingkat kecemasan dan depresi. Namun, banyak dari penelitian tersebut bersifat kuantitatif dan general, tanpa menyentuh aspek integrasi pedagogis secara konkret, terutama dalam pembelajaran PAI di madrasah. Belum banyak kajian yang secara spesifik menggali bagaimana ayat-ayat Al-Qur'an dapat diinternalisasikan dalam pembinaan kecerdasan emosi melalui pendekatan pendidikan agama Islam yang terstruktur dan kontekstual di tingkat sekolah menengah (Ayati, 2019).

Khususnya di lingkungan Madrasah Aliyah Swasta Islamiyah Sunggal, belum ditemukan adanya penelitian yang mengkaji secara mendalam hubungan antara pembelajaran PAI berbasis Al-Qur'an dengan pembentukan mental health siswa melalui pendekatan kecerdasan emosi. Kurangnya kajian kontekstual berbasis lembaga pendidikan tertentu membuat urgensi penelitian ini semakin relevan. Padahal, kondisi psikologis siswa di madrasah ini menunjukkan adanya tantangan emosional yang memerlukan intervensi berbasis nilai-nilai keislaman yang kuat. Dengan demikian, perlu dilakukan riset yang bersifat eksploratif sekaligus aplikatif mengenai bagaimana pendidikan agama Islam dapat difungsikan secara strategis dalam mengintegrasikan kecerdasan emosi untuk memperkuat kesehatan mental siswa.

MAS Islamiyah Sunggal sebagai salah satu lembaga pendidikan Islam yang memiliki komitmen terhadap pembentukan karakter Islami, memerlukan pendekatan

kurikulum dan pedagogi yang menyeluruh. Dalam konteks ini, integrasi antara PAI dan nilai-nilai kecerdasan emosional berbasis Al-Qur'an dapat menjadi solusi strategis dalam menjawab krisis mental remaja. Penelitian ini berupaya menggali bagaimana proses pembelajaran PAI dapat dirancang dan diimplementasikan agar mampu menjadi media transformasi nilai-nilai Qur'ani dalam kehidupan emosional siswa. Pendekatan ini tidak hanya penting untuk mencetak siswa yang religius secara ritual, tetapi juga kuat secara psikis dan sosial. Siswa yang memiliki kecerdasan emosional yang baik akan mampu berinteraksi secara sehat, menyelesaikan konflik dengan bijak, serta menjalani hidup dengan penuh kesyukuran dan optimisme. Semua ini merupakan bagian dari indikator mental health yang saat ini menjadi prioritas dalam pendidikan abad ke-21 (Mubarak et al., 2022).

Secara ilmiah, kajian ini berkontribusi dalam memperkaya khasanah penelitian interdisipliner antara ilmu keislaman, psikologi, dan pendidikan. Kajian ini menjembatani ruang kosong dalam literatur akademik tentang integrasi nilai-nilai Qur'ani dengan teori kecerdasan emosi kontemporer dalam konteks pendidikan formal. Sementara secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan model pembelajaran PAI yang aplikatif untuk diterapkan di madrasah-madrasah lain dalam rangka penguatan mental health siswa melalui pendekatan Qur'ani yang holistik. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya menjawab kebutuhan akademik, tetapi juga kebutuhan praktis lapangan pendidikan dalam menghadapi tantangan psikologis remaja. Pendidikan agama yang selama ini cenderung difungsikan secara dogmatis, harus direvitalisasi sebagai wahana pembinaan emosional dan mental, sejalan dengan fungsi utama Islam sebagai rahmatan lil 'alamin yang membawa kedamaian jiwa dan akal manusia (Rifa, 2017).

Berangkat dari realitas tantangan kesehatan mental remaja, kebutuhan akan pembelajaran agama Islam yang transformatif, serta potensi Al-Qur'an sebagai sumber pembinaan kecerdasan emosional, maka penting untuk meneliti secara mendalam integrasi PAI dalam pembentukan mental health siswa. Kajian ini diharapkan dapat menjadi kontribusi ilmiah dan praktis dalam merumuskan model pendidikan Islam yang relevan dengan kebutuhan zaman dan tantangan psikologis generasi muda. MAS Islamiyah Sunggal sebagai locus penelitian ini akan menjadi contoh nyata bagaimana nilai-nilai Qur'ani dapat dihidupkan dalam dinamika pembelajaran untuk membentuk pribadi siswa yang sehat mental, cerdas emosi, dan religius secara substantif.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus. Pendekatan ini dipilih untuk menggali secara mendalam proses integrasi nilai-nilai Al-Qur'an dalam pembelajaran Pendidikan Agama Islam (PAI) yang berkaitan dengan pembentukan kecerdasan emosi dan kesehatan mental peserta didik di MAS Islamiyah Sunggal. Metode studi kasus memungkinkan peneliti untuk memahami konteks, pola interaksi, dan dinamika pendidikan secara utuh dalam lingkungan yang terbatas namun kaya akan makna (Swendra, 2018).

Penelitian ini dilaksanakan di Madrasah Aliyah Swasta (MAS) Islamiyah Sunggal, Kota Medan, Sumatera Utara. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada pertimbangan bahwa madrasah tersebut memiliki muatan kurikulum agama yang kuat dan aktif menerapkan pembinaan karakter keagamaan kepada siswa (Kadir, 2003).

Sumber data dalam penelitian ini dibagi menjadi dua, yaitu:

1. Data primer, diperoleh melalui wawancara mendalam dengan guru PAI, kepala madrasah, guru bimbingan konseling (BK), dan beberapa siswa yang dipilih secara purposif.
2. Data sekunder, berupa dokumen kurikulum, silabus, RPP, catatan kegiatan keagamaan, serta dokumentasi lain yang relevan dengan pelaksanaan pembelajaran PAI dan kegiatan pembinaan karakter siswa.

Teknik pengumpulan data yang digunakan meliputi. Wawancara mendalam untuk menggali pandangan, pengalaman, dan persepsi para informan mengenai hubungan antara nilai-nilai Qur'ani dan kecerdasan emosi siswa. Observasi partisipatif, untuk melihat secara langsung pelaksanaan pembelajaran PAI dan interaksi antara guru dan siswa. Studi dokumentasi, sebagai pelengkap informasi untuk mendukung data dari wawancara dan observasi (Moeleong, 2006). Analisis data dilakukan dengan model Miles dan Huberman, yang terdiri atas tiga tahapan, yaitu (Ulfatin, 2013):

1. Reduksi data – merangkum, memilih, dan memfokuskan data yang relevan.
2. Penyajian data – menyusun data dalam bentuk naratif, matriks, dan tabel untuk memudahkan pemahaman.
3. Penarikan kesimpulan/verifikasi – mengkaji pola dan makna yang muncul dari data untuk menjawab rumusan masalah.

Untuk menjamin keabsahan data, digunakan teknik triangulasi, yaitu triangulasi

sumber (guru, siswa, kepala madrasah), triangulasi teknik (wawancara, observasi, dokumentasi), dan triangulasi waktu. Teknik ini bertujuan untuk mengecek konsistensi dan validitas informasi dari berbagai sudut pandang, sehingga hasil penelitian dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap bagaimana integrasi nilai-nilai Al-Qur'an dalam pembelajaran Pendidikan Agama Islam (PAI) mampu membentuk kecerdasan emosi peserta didik dan mendukung kesehatan mental mereka di MAS Islamiyah Sunggal. Temuan penelitian diperoleh melalui observasi lapangan, wawancara mendalam, dan studi dokumentasi terhadap guru PAI, guru BK, kepala madrasah, serta beberapa siswa. Hasil penelitian diklasifikasikan ke dalam beberapa tema utama sesuai fokus kajian.

1. Konsep Pemahaman Guru terhadap Al-Qur'an sebagai Sumber Pembentukan Kecerdasan Emosi

Guru-guru PAI di MAS Islamiyah Sunggal memiliki kesadaran tinggi terhadap peran Al-Qur'an sebagai sumber utama pembentukan karakter dan pengendalian emosi. Mereka meyakini bahwa ayat-ayat Al-Qur'an tidak hanya mengandung nilai-nilai akidah dan ibadah, tetapi juga menyimpan dimensi psikologis yang sangat relevan dalam membina mental remaja. Salah seorang guru menyatakan: *"Kami melihat bahwa banyak ayat dalam Al-Qur'an yang mengajarkan pengelolaan emosi tentang sabar, syukur, tawakal, dan tidak putus asa. Ini sangat penting untuk membentuk anak-anak yang kuat mentalnya."* Pemahaman ini menjadi fondasi bagi upaya integratif antara Al-Qur'an dan pengembangan kecerdasan emosi dalam proses pembelajaran.

Strategi integrasi nilai-nilai Qur'ani dalam pembelajaran PAI dilakukan melalui dua pendekatan utama: pendekatan tematik-konseptual dan pendekatan aplikatif-afektif.

- 1) Pendekatan tematik-konseptual diterapkan dengan memilih tema pembelajaran seperti *kesabaran, tawakal, kejujuran, pemaaf, dan pengendalian diri* yang diambil dari kisah-kisah nabi dan ayat-ayat tertentu. Contohnya, saat membahas tema *sabar*, guru merujuk pada kisah Nabi Ayyub dalam Al-Qur'an, lalu mengaitkannya dengan situasi aktual yang sering dihadapi siswa, seperti tekanan ujian atau konflik

sosial.

- 2) Pendekatan aplikatif-afektif dilakukan dengan mengajak siswa untuk menginternalisasi nilai-nilai Al-Qur'an melalui kegiatan rutin seperti tadabbur ayat, muhasabah, dan praktik dzikir bersama sebelum pelajaran dimulai. Guru juga mendorong siswa membuat jurnal harian untuk mencatat pengalaman emosional dan bagaimana nilai-nilai Qur'ani membantu mereka menghadapinya.

2. Implementasi Pendidikan Berbasis Qur'ani dalam Pembentukan Mental Health

Berdasarkan observasi, integrasi nilai-nilai Al-Qur'an dalam pembelajaran PAI di MAS Islamiyah Sunggal berjalan cukup sistematis. Setiap materi pembelajaran dihubungkan dengan kondisi psikologis remaja. Misalnya, dalam mengajarkan konsep *tawakal*, guru mengaitkannya dengan situasi siswa yang gagal dalam ujian atau mengalami tekanan akademik, lalu menguatkan mereka dengan QS. Ali Imran [3]: 159-160 tentang pentingnya menyerahkan hasil kepada Allah setelah berusaha. Kegiatan keagamaan seperti tahfidz, shalat Dhuha, kultum, dan mentoring keislaman juga digunakan sebagai wahana untuk membentuk ketahanan spiritual dan emosional siswa. Kegiatan tersebut tidak hanya bersifat ritual, tetapi diarahkan untuk membentuk kesadaran diri (self-awareness), kemampuan mengelola emosi (self-regulation), serta empati terhadap orang lain.

Seorang siswa menyampaikan: "Saya dulu sering marah-marah dan mudah tersinggung. Tapi setelah sering ikut kultum dan kajian tentang ayat-ayat sabar dan pemaaf, saya lebih bisa menahan diri dan nggak gampang tersulut emosi." Ini menunjukkan adanya perubahan nyata dalam aspek kecerdasan emosi siswa. Guru-guru PAI tidak hanya mengajar secara verbal, tetapi juga menampilkan keteladanan dalam sikap dan cara berinteraksi dengan siswa. Keteladanan ini menjadi bagian penting dalam proses internalisasi nilai Qur'ani ke dalam kehidupan siswa. "*Ustaz kami kalau menegur tidak pernah membentak. Dia sabar, tenang, dan selalu mengingatkan dengan ayat. Kami jadi merasa nyaman dan ikut belajar untuk tenang juga.*" Hal ini memperkuat temuan bahwa pembentukan kecerdasan emosi tidak bisa dilepaskan dari kehadiran guru sebagai *living curriculum* yang menginspirasi.

3. Tantangan dalam Mengintegrasikan Nilai Qur'ani dan Kecerdasan Emosi

Meski secara umum integrasi berjalan baik, guru-guru mengakui adanya sejumlah tantangan, antara lain:

- a) Keterbatasan waktu pembelajaran PAI, yang menyebabkan tidak semua nilai Qur'ani bisa dibahas mendalam.
- b) Keragaman latar belakang siswa, terutama yang belum memiliki fondasi keagamaan kuat dari rumah, menyebabkan proses internalisasi nilai berjalan lambat.
- c) Minimnya pelatihan guru dalam pendekatan psikopedagogik Islami, membuat tidak semua guru memiliki kompetensi untuk mengaitkan ayat Al-Qur'an dengan aspek psikologis secara kontekstual.

Meskipun demikian, pihak madrasah berupaya menjawab tantangan tersebut dengan menambah jam kegiatan keagamaan nonformal, pelatihan guru PAI, serta memperkuat kerja sama antara guru PAI dan guru BK. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, terdapat sejumlah indikator bahwa pembelajaran PAI berbasis nilai Qur'ani memberi dampak positif terhadap kesehatan mental siswa, antara lain:

- a) Menurunnya tingkat kecemasan akademik: Siswa lebih tenang menghadapi ujian atau tekanan belajar karena terbiasa mengamalkan *tawakal* dan *sabar*.
- b) Peningkatan kontrol emosi: Banyak siswa yang menjadi lebih sabar, tidak mudah tersinggung, dan mampu menahan diri saat menghadapi konflik.
- c) Meningkatnya empati dan toleransi: Siswa menjadi lebih peka terhadap perasaan teman dan memiliki dorongan untuk saling menolong.

Guru BK di MAS Islamiyah Sunggal menyampaikan: *"Kami melihat perubahan perilaku anak-anak dalam dua tahun terakhir. Mereka jadi lebih terbuka saat konseling, lebih reflektif, dan punya bekal ayat yang mereka gunakan untuk menguatkan diri saat ada masalah."* Penelitian ini juga menemukan adanya kolaborasi yang baik antara guru PAI dan guru BK dalam membina mental health siswa. Guru BK memanfaatkan pendekatan Qur'ani saat memberikan konseling, sementara guru PAI merujuk siswa ke BK untuk pendampingan lanjutan dalam kasus tertentu. Ini menunjukkan pendekatan integratif tidak hanya terjadi di ruang kelas, tetapi juga dalam layanan non-akademik siswa.

Pembelajaran PAI berbasis Al-Qur'an di MAS Islamiyah Sunggal secara efektif mampu membentuk kecerdasan emosi dan mendukung kesehatan mental siswa. Integrasi nilai-nilai Qur'ani tidak hanya dilakukan secara konseptual, tetapi juga aplikatif, dengan guru berperan sebagai fasilitator dan teladan. Pembelajaran agama yang dikemas dengan pendekatan psikologis-spiritual ternyata mampu menjadi solusi alternatif untuk menangani

krisis emosional remaja dalam konteks madrasah. Model pendidikan ini mencerminkan sebuah sistem pembelajaran Islam holistik yang menggabungkan aspek spiritual, intelektual, dan emosional secara seimbang. Strategi ini dapat menjadi rujukan bagi madrasah lain dalam merancang pembelajaran PAI yang lebih kontekstual dan responsif terhadap tantangan zaman.

B. Pembahasan

Pembahasan ini disusun untuk menganalisis temuan-temuan lapangan secara mendalam dan kritis, dengan mengaitkan antara data hasil penelitian, teori-teori yang relevan, serta temuan penelitian sebelumnya. Fokus pembahasan diarahkan pada integrasi Al-Qur'an dalam pembelajaran PAI sebagai upaya membentuk kecerdasan emosi siswa dan mendukung kesehatan mental mereka.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru-guru PAI di MAS Islamiyah Sunggal telah menerapkan strategi pembelajaran yang berupaya mengaitkan ayat-ayat Al-Qur'an dengan pengembangan kecerdasan emosi siswa. Hal ini mencerminkan pergeseran pendekatan pembelajaran agama dari yang bersifat kognitif-normatif menuju afektif-reflektif. Strategi ini sejalan dengan pandangan Goleman (1995) bahwa kecerdasan emosi terdiri dari lima aspek utama, yaitu kesadaran diri (*self-awareness*), pengendalian diri (*self-regulation*), motivasi, empati, dan keterampilan sosial (*social skill*). Dalam konteks Islam, nilai-nilai tersebut dapat ditemukan dalam ajaran Qur'ani tentang sabar, tawakal, syukur, ikhlas, dan kasih sayang.

Secara filosofis, pendidikan Islam menempatkan manusia sebagai makhluk spiritual-emosional. Al-Ghazali dalam *Ihya' Ulumuddin* menjelaskan bahwa penyucian jiwa (*tazkiyatun nafs*) merupakan pondasi utama dalam pendidikan. Dengan demikian, pengintegrasian nilai-nilai Qur'ani ke dalam kecerdasan emosi merupakan langkah konseptual yang sesuai dengan esensi pendidikan Islam. Integrasi antara Al-Qur'an dan kecerdasan emosi dalam pembelajaran PAI menunjukkan adanya titik temu antara psikologi modern dan spiritualitas Islam (Hidayat & Wijaya, 2017). Misalnya, konsep kesadaran diri dalam teori Goleman dapat dikaitkan dengan perintah dalam Al-Qur'an untuk melakukan *muhasabah* atau introspeksi diri (QS. Al-Hasyr [59]: 18). Begitu pula pengendalian diri merupakan bentuk dari *sabr* yang diperintahkan dalam berbagai ayat, seperti QS. Al-Baqarah [2]: 153.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketika nilai-nilai tersebut diajarkan melalui

kisah-kisah Qur'ani yang kontekstual dan dikaitkan dengan pengalaman emosional siswa, maka siswa lebih mampu memahami, merasakan, dan menginternalisasikannya. Misalnya, pembelajaran tentang *tawakal* membantu siswa menghadapi tekanan akademik, sementara nilai *syukur* mengurangi rasa iri atau frustrasi akibat perbandingan sosial. Hal ini membuktikan bahwa nilai-nilai Qur'ani sangat relevan untuk dijadikan dasar dalam pembinaan kecerdasan emosi. Penekanan pada ketenangan batin (*sakînah*), kesabaran, dan pengendalian diri merupakan elemen yang sejalan dengan upaya menjaga stabilitas emosi dan kesehatan mental. Temuan penelitian mengonfirmasi bahwa PAI yang dikembangkan dengan pendekatan Qur'ani mampu menjadi sarana efektif dalam membentuk *mental health* peserta didik. Ini terlihat dari pernyataan siswa dan guru bahwa terjadi perubahan perilaku ke arah yang lebih tenang, reflektif, dan berempati. Perubahan tersebut mencerminkan terbangunnya aspek-aspek positif dalam kesehatan mental, seperti kemampuan menghadapi tekanan, berpikir jernih dalam situasi sulit, dan membangun hubungan sosial yang sehat (Wanto & Jalwis, 2021).

Menurut WHO (2022), kesehatan mental adalah kondisi kesejahteraan di mana individu menyadari potensinya, dapat mengatasi tekanan hidup, bekerja secara produktif, dan berkontribusi kepada komunitasnya. Dalam kerangka ini, pembelajaran PAI yang menyisipkan nilai-nilai Qur'ani terbukti mampu menumbuhkan potensi-potensi tersebut. Lebih jauh, temuan ini mendukung pandangan Nasr (1989) bahwa Islam menawarkan spiritualitas yang integral dengan kesehatan jiwa. Ketika ajaran Islam dalam hal ini Al-Qur'an diajarkan secara relevan dan aplikatif, maka ia tidak hanya membentuk iman, tetapi juga stabilitas emosi dan ketenangan batin yang menjadi inti dari mental health (Marsyivania Ziven Aghata, 2025).

Faktor lain yang menjadi penentu keberhasilan integrasi nilai Qur'ani dalam pembinaan kecerdasan emosi adalah keteladanan guru. Guru-guru PAI di MAS Islamiyah Sunggal tidak hanya menyampaikan ayat-ayat secara verbal, tetapi mencontohkan sikap sabar, lemah lembut, dan penuh empati dalam berinteraksi. Hal ini sejalan dengan teori pembelajaran sosial Bandura, yang menekankan bahwa manusia belajar melalui observasi dan imitasi terhadap model yang dianggap relevan. Keteladanan (*uswah hasanah*) merupakan metode pendidikan utama sebagaimana dicontohkan oleh Nabi Muhammad SAW. QS. Al-Ahzab [33]: 21 menyatakan: "*Sesungguhnya telah ada pada diri Rasulullah itu suri teladan yang baik bagi kamu...*" Guru sebagai representasi nilai-nilai Islam menjadi

model yang membentuk karakter dan emosi siswa secara tidak langsung (Kosim, 2020).

Keberhasilan pendidikan PAI dalam membentuk kecerdasan emosi sangat ditentukan oleh kepribadian guru itu sendiri. Ketika guru mampu menampilkan karakter Qur'ani, maka nilai-nilai yang diajarkan akan lebih mudah masuk ke dalam kesadaran dan perilaku siswa. Salah satu temuan penting dalam penelitian ini adalah adanya sinergi antara guru PAI dan guru BK dalam menangani kasus-kasus psikologis siswa. Guru BK di madrasah ini secara sadar menggunakan pendekatan Qur'ani dalam konseling, sementara guru PAI merujuk siswa kepada BK untuk pendampingan lanjutan ketika ditemukan gejala gangguan emosional (Lubis et al., 2025).

Model kolaboratif ini sangat positif, karena membuktikan bahwa pendidikan karakter dan kesehatan mental tidak bisa ditangani secara sektoral. Kolaborasi lintas disiplin di dalam madrasah dapat memperkuat daya intervensi pendidikan terhadap masalah-masalah psikologis siswa. Ini sejalan dengan pendekatan holistik dalam pendidikan Islam yang memandang aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik sebagai satu kesatuan yang saling mendukung.

Meskipun hasil penelitian menunjukkan kecenderungan positif, terdapat pula tantangan yang signifikan. Di antaranya adalah keterbatasan waktu pembelajaran PAI dalam kurikulum nasional, sehingga guru kesulitan untuk mengeksplorasi tema-tema emosional secara mendalam. Selain itu, latar belakang siswa yang beragam dalam pemahaman agama menjadi hambatan dalam proses internalisasi nilai Qur'ani (Imelda & Harahap, 2023). Tantangan ini menunjukkan perlunya penguatan struktural dan sistemik, seperti penambahan jam pembelajaran PAI yang bersifat aplikatif, pelatihan guru dalam pendekatan psikopedagogik Islami, serta pembinaan intensif kepada siswa yang menunjukkan gejala gangguan emosional sejak dini. Dalam jangka panjang, madrasah perlu mengembangkan model pembelajaran berbasis integrasi antara Al-Qur'an, kecerdasan emosi, dan pendekatan psikologi Islam agar dapat menjawab tantangan kesehatan mental secara menyeluruh (Hardiyana, 2020).

Penelitian ini memberikan kontribusi teoritis dan praktis. Secara teoritis, penelitian ini memperkaya khazanah pendidikan Islam dengan pendekatan integratif antara ajaran Qur'ani dan teori kecerdasan emosi. Ini sekaligus membantah dikotomi antara ilmu agama dan ilmu psikologi yang selama ini menjadi tantangan dalam pengembangan kurikulum pendidikan Islam. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi model pembelajaran

bagi madrasah lain yang menghadapi tantangan serupa. Pendekatan tematik, aplikatif, dan kontekstual dalam mengajarkan nilai Qur'ani kepada siswa terbukti efektif dalam membina kestabilan emosional dan mental health peserta didik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa integrasi nilai-nilai Al-Qur'an dalam pembelajaran Pendidikan Agama Islam (PAI) di MAS Islamiyah Sunggal memiliki pengaruh yang signifikan dalam membentuk kecerdasan emosi dan mendukung kesehatan mental peserta didik. Proses ini dilakukan secara strategis melalui pendekatan tematik-konseptual dan aplikatif-afektif, yang melibatkan peran aktif guru sebagai pendidik sekaligus teladan dalam kehidupan sehari-hari. Al-Qur'an tidak hanya diajarkan sebagai kitab suci untuk dihafal dan dipahami secara tekstual, tetapi dihidupkan melalui refleksi, tadabbur, dan pembiasaan nilai-nilai spiritual dalam kehidupan siswa.

Pembelajaran PAI yang terintegrasi dengan nilai-nilai Qur'ani telah terbukti mampu membentuk ketenangan batin, pengendalian emosi, dan kesadaran diri siswa sebagai bagian dari indikator utama kesehatan mental. Selain itu, keberhasilan ini tidak terlepas dari dukungan lingkungan sekolah yang kondusif, sinergi antara guru PAI dan guru BK, serta konsistensi madrasah dalam membina akhlak dan karakter religius peserta didik. Adapun tiga poin utama yang menjadi simpulan dari penelitian ini adalah:

1. Al-Qur'an memiliki nilai-nilai psikologis dan spiritual yang sangat relevan untuk membentuk kecerdasan emosi dan menjaga kesehatan mental remaja dalam konteks pendidikan.
2. Integrasi nilai Qur'ani dalam pembelajaran PAI secara aplikatif dan kontekstual mampu membantu siswa dalam menghadapi tekanan psikologis, meningkatkan kontrol diri, serta membangun empati sosial.
3. Keberhasilan integrasi ini ditentukan oleh peran guru sebagai teladan, pendekatan pembelajaran yang reflektif, dan kolaborasi antarkomponen madrasah dalam menciptakan sistem pendidikan yang mendukung kesehatan mental secara holistik.

REFERENSI

- Ayati, N. (2019). Konsep Pendidikan Spiritual. *Jurnal Cakrawala: Studi Manajemen Pendidikan Islam Dan Studi Sosial*, 3(1), 16–46. <http://www.ejournal.iainu-kebumen.ac.id/index.php/cka/article/view/112>
- Charles Rangkuti, Rustam Ependi, N. A. (2023). *Mengembangkan Metode Menghafal Al-Quran: Pendekatan Kecerdasan Majemuk*. PT Green Pustaka Indonesia.
- Faruq, A., & Subhi, M. R. (2022). Pembelajaran Berbasis Kecerdasan Majemuk pada Pendidikan Anak Usia Dini. *Tinta Emas: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 1(2), 127–138. <https://doi.org/10.35878/tintaemas.v1i2.522>
- Hardiyana, A. (2020). Peningkatan kecerdasan interpersonal anak usia dini melalui bermain. *Jurnal Hadlonah: Jurnal Pendidikan Dan Pengasuhan Anak*, 1(1).
- Hidayat, R., & Wijaya, C. (2017). *Ayat-ayat alquran tentang manajemen pendidikan islam*. Lembaga Peduli Pengembangan Pendidikan Indonesia.
- Imelda, R., & Harahap, M. Y. (2023). Muhasabah An-Nafs untuk Mengenali Potensi Diri Siswa di Madrasah Aliyah Swasta Miftahussalam Medan. *Jurnal Pendidikan Dan Kewirausahaan*, 11(2), 400–414. <https://doi.org/10.47668/PKWU.V11I2.748>
- Ismaraidha, M. Y. H. L. H. (2024). Pendidikan Karakter Religius Melalui Budaya Literasi Al-Qur'an Di Madrasah Aliyah Swasta Amaliyah Sunggal. *Jurnal Keislaman*, 7(2), 249–362. <https://doi.org/10.54298/JK.V7I2.264>
- Kadir, A. A. (2003). *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Kualitatif*. Indobis Media Centre.
- Kosim, M. (2020). Penguatan Pendidikan Karakter di Era Industri 4.0: Optimalisasi Pendidikan Agama Islam di Sekolah. *TADRIS: Jurnal Pendidikan Islam*, 15(1), 88. <https://doi.org/10.19105/TJPI.V15I1.2416>
- Lubis, S., Tumiran, Harahap, M. Y., & Rahayu, S. (2025). Teachers' Strategies in Teaching Mawaris Fiqh at the Islamic Tarbiyah Senior High School, Hamparan Perak District. *International Conferance Of Digital Sciences And Engineering Technology*, 129–138. <https://proceeding.pancabudi.ac.id/index.php/ICDSET/article/view/321>
- Marsyivania Ziven Aghata, R. J. R. (2025). Metode Flash dalam Mewujudkan Synergy of Faith and Education di Rumah Tahfidz Al-Quran (RTQ) Aisyiyah Nganjuk. *J+PLUS: Jurnal Mahasiswa Pendidikan Luar Sekolah*, 14(1), 80–86. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-luar-sekolah/oai>
- Moeleong, L. J. (2006). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. PT Remaja Rosdakarya.

- Mubarak, A. F., Noor, W. N., Widat, F., Wafiroh, K., & Hayati, N. (2022). Upaya Guru dalam Membangun Kecerdasan Intrapersonal pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(4), 3782–3792. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i4.2124>
- Rifa, M. A. (2017). Strategi Pengembangan Kecerdasan Moral Siswa di Sekolah Berbasis Islamic Boarding School. *Jurnal Prosiding Konferensi Nasional Kewarganegaraan III, November*, 116–124. <http://eprints.uad.ac.id/9770/1/116-124> Mochamad Arinal Rifa.pdf
- Swendra, I. W. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif dalam Ilmu Sosial, Pendidikan, Kebudayaan dan Keagamaan*. Nilacakra.
- Ulfatin, N. (2013). *Metode Penelitian Kualitatif di Bidang Pendidikan: Teori dan Aplikasinya* (Edisi Pert). Media Nusa Creative.
- Wanto, D., & Jalwis, J. (2021). Character Education in Quran: Thematic Interpretation of QS Luqman: 12-19 and Its Relevance to Character Education by the National Ministry of Education. *AL QUDS: Jurnal Studi Alquran Dan Hadis*, 5(2), 755. <https://doi.org/10.29240/ALQUDS.V5I2.2778>
- Yunan Harahap, M., Ependi, R., & Amin, N. (2023). Model Pendidikan Tazkiyatun Nafs Dalam Membentuk Akhlakul Karimah Peserta Didik di Madrasah Aliyah Swasta Tarbiyah Islamiyah Kab. Deli Serdang. *JIM: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Sejarah*, 8(2), 560–569. <https://doi.org/10.24815/jimps.v8i2.24720>