

Turnitin  
*By* Turnitin

---

WORD COUNT

3662

TIME SUBMITTED

02-JAN-2026 09:51AM

PAPER ID

119734501

## Zakiah Daradjat's Concept of Islamic Education Based on Mental [Konsep Pendidikan Islam Zakiah Daradjat Berbasis Kesehatan Mental]

Fairuz Rahmania Zakkiya <sup>1)</sup>, Moch. Bahak Udin By Arifin <sup>\*,2)</sup>

<sup>1)</sup>Program Studi Pendidikan Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

<sup>2)</sup>Program Studi Pendidikan Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

\*Email Penulis Korespondensi: [bahak.udin@umsida.ac.id](mailto:bahak.udin@umsida.ac.id)

**Abstract.** Education plays a crucial role in optimizing individual potential as a whole, covering intellectual, moral, social, and spiritual aspects, in order to form competitive and strong-characterized human beings. In the context of Islamic education, the concept developed by Zakiah Daradjat emphasizes the importance of balance between academic aspects, character building, and mental health of students. This study aims to examine the concept of Islamic education based on mental health according to Zakiah Daradjat and its relevance in facing the psychological challenges of the younger generation. The method used in this study is a literature study (library research) with a qualitative descriptive approach, analyzing various literature and thoughts of related figures. The results of the study are expected to contribute to the development of a more holistic Islamic education model, by integrating spiritual and psychological aspects in order to create balanced and resilient individuals in facing the dynamics of modern life.

**Keywords** - Islamic Education; Mental Health; Zakiah Daradjat; Educational Psychology

### I. PENDAHULUAN

Pendidikan memegang peranan krusial dalam mengoptimalkan potensi individu secara menyeluruh, meliputi aspek intelektual, moral, sosial, dan spiritual, sehingga mereka dapat menjalani kehidupan yang bermakna dan produktif [1]. Dalam konteks Indonesia, pendidikan berperan strategis pada pembentukan sumber daya manusia yang unggul dan berdaya saing di era globalisasi, namun tetap menjunjung tinggi nilai-nilai dasar yang berakar pada budaya dan agama [2]. Oleh karena itu, pendidikan yang efektif bukan sekedar memfokuskan pada aspek akademik semata, melainkan juga pada pembentukan karakter peserta didik agar mempunyai etika dan moral yang kuat. Dengan demikian, pendidikan di Indonesia perlu bersifat holistik, mengintegrasikan ilmu pengetahuan, keterampilan, dan nilai-nilai pendidikan Islam sebagai fondasi dalam membangun individu yang berkualitas [3]. Dalam kerangka pendidikan Islam, konsep pendidikan melampaui sekadar transfer ilmu pengetahuan, melainkan bertujuan membentuk insan yang berakhlak mulia serta mencapai keseimbangan antara kehidupan duniawi dan ukhrawi. Pendidikan Islam memiliki karakteristik unik karena berbasis pada nilai-nilai tauhid, yang menekankan bahwa seluruh aspek kehidupan harus berlandaskan pada ajaran Islam [4]. Dengan tetap berpegang pada prinsip-prinsip dasar yang terkandung dalam Al-Qur'an dan Hadis, dengan harapan pendidikan Islam mampu menjawab tantangan zaman yang semakin kompleks [5]. Ini menunjukkan bahwa pendidikan Islam memainkan peran krusial guna pembentukan generasi yang bukan sekedar kecerdasan secara intelektual, namun juga mempunyai kesadaran spiritual yang mendalam sebagai bekal dalam menghadapi dinamika kehidupan.

Pendidikan Islam adalah sebuah proses yang dirancang untuk menumbuhkan individu yang berwawasan luas dengan menyelaraskan dimensi intelektual, spiritual, dan moral kehidupan. Berbagai tokoh cendekiawan Muslim telah berkontribusi dalam merumuskan konsep pendidikan Islam yang ideal. Zakiah Daradjat menekankan pentingnya pengembangan individu yang komprehensif, mencakup semua aspek kehidupan: fisik, intelektual, spiritual, dan emosional. Ia berpendapat bahwasanya pendidikan bukan sekedar transfer pengetahuan, namun juga pembentukan karakter untuk kesejahteraan mental. Imam Al-Ghazali menekankan penyucian jiwa (tazkiyatun nafs) sebagai tujuan utama pendidikan Islam untuk mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat [6]. Hasan Langgulung menekankan internalisasi nilai-nilai keislaman dalam kehidupan individu dan masyarakat. Sementara itu, Ahmad Tafsir dan M. Yusuf Al-Qardawi menekankan pembangunan manusia yang memiliki ketahanan moral dan intelektual dalam menghadapi tantangan kehidupan [7]. Konsep-konsep ini menggarisbawahi bahwa pendidikan Islam bukan hanya sekedar transfer ilmu, tetapi juga sebagai sarana pembentukan karakter dan kesehatan mental yang kuat agar individu dapat hidup sesuai dengan nilai-nilai Islam.

Kesehatan mental telah menjadi isu global yang semakin krusial di era modern. Sebagai kondisi psikologis yang dipengaruhi pola pikir, emosi, dan perilaku seseorang, kesehatan mental sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor. Generasi muda menghadapi tekanan hidup yang besar akibat tuntutan sosial, akademik, serta perubahan lingkungan yang cepat. Dalam era Society 5.0, kemajuan teknologi dan kehadiran media sosial berperan penting dalam kehidupan sehari-hari, tetapi juga menimbulkan dampak negatif seperti cyberbullying dan perbandingan sosial yang tidak sehat

[8]. Kondisi ini dapat memicu kecemasan, depresi, serta gangguan mental lainnya. Oleh karena itu, memahami serta menangani tantangan kesehatan mental generasi muda secara menyeluruh menjadi hal yang sangat penting. Di Indonesia sendiri, masalah kesehatan mental pada anak-anak muda semakin meningkat dengan prevalensi gangguan jiwa berat meningkat dari 0,15% menjadi 0,18% antara tahun-tahun belakangan [9]. Selain itu, hanya sedikit remaja yang mencari bantuan profesional persoalan mereka. Ketergantungan pada teknologi juga menjadi faktor utama dalam menurunkan interaksi sosial langsung sehingga memperburuk kondisi keseimbangan emosional individu [10].

Dalam konteks ini konsep pendidikan Islam menurut Zakiah Daradjat memberikan solusi potensial untuk mengatasi tantangan tersebut. Ia menekankan bahwa pendidikan Islam harus bukan sekedar fokus pada transfer ilmu pengetahuan namun juga sebagai instrumen pembentukan karakter serta penguatan aspek spiritual dan emosional peserta didik. Konsep Zakiah Daradjat lebih lanjut menekankan pentingnya praktik keagamaan seperti dzikir sebagai sarana penguatan spiritual guna menjaga stabilitas mental individu. Dengan integrasi nilai-nilai agama seperti sabar (sabar), syukur (syukur), tawakal (tawakkal), ikhlas (ikhlas) dalam proses pembelajaran dapat membantu siswa mengembangkan ketahanan psikologis mereka. Melalui penerapan ajaran agama secara efektif dalam kehidupannya sehari-hari seseorang dapat mencapai ketenangan batin fundamental saat menghadapi berbagai tantangan hidup. Dengan demikian konsep pendidikan Islam berbasis kesehatan mental dari Zakiah Daradjat memberi harapan besar bagi pengembangan kurikulum lebih holistik guna mendukung perkembangan generasi muda secara menyeluruh.

Keluarga dan masyarakat memiliki peran yang sangat krusial dalam mendukung kesehatan mental remaja. Pendidikan agama yang diterapkan di lingkungan keluarga dan institusi pendidikan harus selaras dengan upaya pembentukan karakter yang kuat pada remaja. Oleh karena itu, internalisasi nilai-nilai keagamaan sejak usia dini menjadi aspek fundamental dalam membentuk individu yang bukan sekedar unggul secara akademik, namun juga memiliki kesehatan mental yang optimal. Dengan demikian, pendidikan Islam dapat berperan sebagai instrumen preventif dalam mengatasi permasalahan kesehatan mental di masa yang akan datang [11]. Didalam permasalahan kesehatan mental generasi muda yang telah dijabarkan tentunya yang paling utama aspek psikologis yang perlu fokus untuk dibenahi. Urgensi pendidikan Islam berbasis kesehatan mental semakin relevan dalam era modern, di mana tekanan hidup semakin meningkat dan mempengaruhi kondisi psikologis banyak individu termasuk generasi muda zaman sekarang. Ibn Khaldun dalam Muqaddimah-nya menekankan bahwa pendidikan memiliki peran besar dalam membentuk peradaban yang kuat melalui individu-individu yang stabil secara mental dan emosional [12]. Konsep ini sejalan dengan pemikiran Zakiah Daradjat yang menyatakan bahwa pendidikan Islam harus mampu membentuk individu yang memiliki ketahanan psikologis agar dapat menjalani kehidupan dengan lebih produktif dan selaras dengan nilai-nilai Islam. Pendidikan Islam tidak boleh terpisah dari aspek psikologis karena mental yang sehat merupakan faktor utama dalam keberhasilan proses pembelajaran.

Dalam perspektif psikologi, pemikiran Zakiah Daradjat memberikan kontribusi signifikan terhadap pengembangan teori pendidikan yang lebih holistik. Ia menghubungkan kesehatan mental dengan konsep fitrah manusia yang sehat, yaitu kondisi di mana individu mampu berfungsi secara optimal dalam berbagai aspek kehidupan. Maka pendidikan Islam harus dirancang untuk membimbing individu dalam mencapai keseimbangan yang harmonis antara aspek spiritual, emosional, dan intelektual guna mendukung perkembangan pribadi yang utuh dan berkelanjutan [13]. Dengan demikian, konsep pendidikan Islam Zakiah Daradjat berbasis kesehatan mental menawarkan pendekatan holistik terhadap pendidikan yang bukan sekedar memfokuskan pada aspek akademis tetapi juga pada pembinaan karakter dan kesejahteraan psikologis siswa [14]. Pemikiran ini menjadi landasan bagi pengembangan kurikulum pendidikan yang lebih kontekstual dan sesuai dengan dinamika zaman serta tantangan kehidupan modern. Sebagai kesimpulan, gagasan Zakiah Daradjat mengenai pendidikan Islam berbasis kesehatan mental memiliki relevansi yang tinggi dalam konteks kontemporer. Dengan mengintegrasikan nilai-nilai spiritual ke dalam sistem pendidikan, dapat terbentuk generasi muda yang bukan hanya unggul secara intelektual, namun mempunyai ketahanan mental yang kuat ketika dihadapkan dengan tantangan yang beragam di kehidupan mendatang [15].

Penelitian sebelumnya telah membahas pentingnya pendidikan Islam pada pembentukan karakter dan kesehatan mental peserta didik. Zakiah Daradjat menekankan bahwa pendidikan Islam bukan sekedar berperan dalam pengembangan intelektual, namun juga dalam membangun keseimbangan emosional dan spiritual individu, yang menjadi faktor utama dalam menjaga kesehatan mental. Penelitian oleh Hasan Langgulung juga menegaskan bahwa integrasi nilai-nilai Islam dalam sistem pendidikan dapat membantu peserta didik mengembangkan ketahanan psikologis dalam menghadapi tantangan kehidupan. Selain itu, studi dari Yusuf Al-Qardawi menyoroti bahwa pendidikan Islam yang berbasis pada nilai-nilai tauhid mampu memberikan ketenangan batin dan mengurangi tingkat stres pada individu [16]. Dalam kajian lain, penelitian yang dilakukan oleh Amini menunjukkan bahwa penerapan metode pendidikan Islam berbasis kesehatan mental dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis peserta didik dan membantu mereka dalam mengembangkan mekanisme koping yang lebih baik [17]. Dengan demikian, penelitian-penelitian terdahulu ini menjadi landasan penting dalam memahami relevansi pendidikan Islam dalam membentuk individu yang tidak hanya cerdas secara akademik, tetapi juga memiliki keseimbangan mental dan spiritual yang kuat.

Oleh karena itu, pendekatan Zakiah Daradjat yang menghubungkan pendidikan Islam dengan kesehatan mental menjadi solusi yang sangat dibutuhkan dalam membangun individu yang unggul dan seimbang. Zakiah Daradjat

menawarkan pendekatan yang lebih luas dengan mengintegrasikan psikologi dalam pendidikan Islam sebagai langkah untuk mencegah dan mengatasi berbagai permasalahan kesehatan mental yang menghambat perkembangan individu. Konsep ini sejalan dengan pemikiran Fazlur Rahman yang menekankan pentingnya keseimbangan antara intelektual dan emosional dalam pendidikan Islam. Sebab, penerapan pendidikan Islam berbasis kesehatan mental sangat penting untuk membangun generasi yang kuat secara spiritual, emosional, dan intelektual. Berdasarkan latar belakang tersebut alasan peneliti menghubungkan konsep pendidikan Islam Zakiah Daradjat berbasis kesehatan mental dengan aspek psikologi sebagai langkah solutif kedepannya untuk menghadapi tantangan problematika kesehatan mental pada generasi muda zaman sekarang (18).

## II. METODE

Metode yang peneliti terapkan pada studi ini yaitu kepustakaan, yang merupakan metode penelitian berbasis analisis teks atau wacana. Pendekatan ini bertujuan untuk mengkaji peristiwa tertentu melalui sumber tertulis guna memperoleh keakuratan fakta, termasuk mengungkap latar belakang dan penyebab terjadinya peristiwa tersebut (19). Jenis penelitian kepustakaan dalam penelitian ini diklasifikasikan sebagai penelitian kajian pemikiran tokoh sekaligus penelitian deskriptif. Penelitian kajian pemikiran tokoh bertujuan untuk menggali pemikiran tokoh tertentu melalui karya-karya monumental yang dihasilkannya, baik dalam bentuk buku, surat, pesan, maupun dokumen tertulis lainnya (20). Penelitian ini pun diarahkan untuk mengkaji pemikiran Zakiah Daradjat terkait kesehatan mental dalam bidang pendidikan Islam. Pendekatan yang dipergunakan adalah analisis kepustakaan melalui penelusuran konsep-konsep yang ditawarkan oleh Zakiah Daradjat melalui sumber primer berupa buku-buku karyanya, serta sumber sekunder yang mendukung tema kajian.

Metode utama yang diterapkan adalah studi pustaka (library research). Dalam proses ini, peneliti mengumpulkan data melalui literatur yang beragam, seperti buku, artikel, dan dokumen yang berkenaan dengan topik yang diteliti. Kemudian memanfaatkan pendekatan analisis buku teks dengan mengkaji bahan ajar mulai dari tingkat sekolah dasar hingga perguruan tinggi. Pada jenjang perguruan tinggi, analisis lebih diarahkan pada pengembangan dan implementasi teori yang telah ada melalui pertimbangan perubahan sosial dan budaya masyarakat (21). Pada konteks pendidikan, analisis isi bertujuan untuk memahami pesan dan nilai-nilai pendidikan yang terdapat dalam dokumen penelitian. Sementara itu, Amir Hamzah mengemukakan bahwa pengumpulan data adalah kegiatan yang dilakukan agar didapatkannya informasi yang relevan dengan fokus kajian penelitian. Sumber informasi tersebut meliputi buku ilmiah, laporan penelitian, karya ilmiah, tesis, disertasi, dan sumber tertulis lain yang mendukung (22). Pada pendekatan inilah memungkinkan peneliti untuk menganalisis dan memahami lebih dalam pemikiran Zakiah Daradjat tentang kesehatan mental dalam konteks pendidikan Islam.

Untuk analisis data, peneliti menerapkan metode analisis deskriptif, yang bertujuan untuk mengumpulkan, menyusun, dan menganalisis data yang didapatkan dari literatur yang relevan. Analisis ini akan menghasilkan pemahaman mendalam mengenai bagaimana konsep-konsep pendidikan Islam menurut Zakiah Daradjat dapat berfungsi sebagai sarana untuk meningkatkan kesehatan mental individu pada generasi muda zaman sekarang. Selanjutnya, penelitian ini akan memberikan rekomendasi terkait penerapan konsep-konsep tersebut dalam praktik pendidikan sehari-hari.

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Zakiah Daradjat adalah pelopor psikologi Islam Indonesia yang menekankan pentingnya kesehatan mental dalam pendidikan Islam. Beliau melihat bahwa pendidikan fungsinya bukan hanya sebagai sarana transfer ilmu, tetapi sebagai alat pembinaan kepribadian yang utuh, seimbang antara akal, hati, dan spiritualitas. Dalam pemikirannya, kesehatan mental memiliki korelasi kuat dengan kualitas iman dan akhlak seseorang (23). Penelitian ini menggali gagasan-gagasan utama Zakiah Daradjat dari karya-karya beliau seperti *Ilmu Jiwa Agama*, *Pendidikan Agama dalam Keluarga dan Sekolah*, dan *Peranan Agama dalam Kesehatan Mental*, serta didukung literatur kontemporer dari tahun 2020-an.

Zakiah mendefinisikan kesehatan mental sebagai kemampuan seseorang untuk menerima diri secara positif, mengontrol emosi dengan baik, memiliki ketenangan batin, bersikap sosial secara harmonis, serta beriman kepada Allah secara konsisten. Zakiah memandang bahwa kesehatan mental adalah produk dari iman yang kuat, pemikiran yang seimbang, serta hubungan sosial dan keluarga yang sehat. Pada suatu penelitian ditemukan terdapat tiga pilar utama dalam pendidikan Islam versi Zakiah yang mendukung kesehatan mental:

1. Spiritualitas (tauhid) – Melalui ibadah dan dzikir sebagai bentuk pelatihan diri dan penguatan batin.
2. Pendidikan Akhlak dan Emosi – Seperti sabar, syukur, dan ikhlas yang terbukti menstabilkan emosi.
3. Keluarga sebagai fondasi – Pendidikan Islam dimulai di rumah sebagai lingkungan utama pembentukan kepribadian (24).



Penelitian ini menunjukkan bahwa pemikiran Zakiah Daradjat sangat relevan menghadapi tantangan mental generasi muda, yang kini banyak mengalami: kecemasan sosial, krisis identitas, gangguan fokus akibat media sosial, serta kesepian dan ketergantungan digital. Hal ini Zakiah Daradjat mengintegrasikan psikologi modern dengan nilai-nilai keislaman. Sehingga pada penelitian ini menguatkan bahwa pendekatan beliau berkaitan dengan psikologi positif (positive psychology), yang menekankan pengembangan potensi diri melalui nilai dan makna hidup, serta prinsip Cognitive Behavioral Therapy (CBT) yang secara prinsip mengajak individu mengontrol pikiran negatif sangat mirip dengan konsep husnuzan dan tawakal dalam Islam (25).

Implikasi terhadap pendidikan Islam kontemporer antara lain: kurikulum perlu memuat nilai spiritual-emosional, bimbingan konseling sekolah berbasis nilai Islam, dan pelatihan guru dalam psikologi Islam agar mampu menjadi fasilitator pembentukan kesehatan mental siswa.

1. Pemikiran Zakiah Daradjat meletakkan kesehatan mental sebagai pusat dalam proses pendidikan Islam.
2. Kesehatan mental dalam Islam mencakup keseimbangan iman, akal, emosi, dan sosial.
3. Konsep ini sangat relevan menjawab tantangan psikologis generasi muda di era digital.
4. Diperlukan integrasi konsep Zakiah dalam kurikulum, peran guru, keluarga, dan institusi (26).

Pembahasan dalam penelitian ini difokuskan pada analisis dan interpretasi terhadap konsep pendidikan Islam berbasis kesehatan mental menurut Zakiah Daradjat, serta keterkaitannya dengan dinamika psikologis generasi muda saat ini. Perolehan penelitian memperlihatkan bahwasanya konsep-konsep yang digagas Zakiah tidak hanya relevan secara normatif dalam konteks pendidikan Islam, tetapi juga memiliki nilai praktis yang dapat diterapkan untuk memperkuat ketahanan mental peserta didik di era modern (27). Zakiah Daradjat memandang bahwa nilai-nilai Islam memiliki fungsi terapeutik dalam menstabilkan emosi dan memperkuat kejiwaan. Praktik keagamaan seperti shalat, dzikir, sabar, syukur, dan tawakal tidak hanya bernilai ibadah, tetapi juga berperan sebagai mekanisme pengendalian diri yang memperkuat psikologis individu (28). Ini memiliki relevansi dengan studi Imam (2024) yang menyatakan bahwa remaja yang aktif menjalankan ibadah dan memperoleh pendidikan agama yang baik cenderung mempunyai tingkat kecemasan yang lebih rendah dan ketahanan emosi yang lebih baik (29).

Pemikiran Zakiah Daradjat sangat progresif karena menggabungkan konsep-konsep dalam psikologi Barat dengan nilai-nilai keislaman. Konsep keseimbangan antara akal, perasaan, dan keimanan yang dikembangkan oleh Zakiah Daradjat sangat sejalan dengan pendekatan humanistik dan psikologi positif yang menekankan aktualisasi diri dan kesejahteraan batin. Teori Abraham Maslow tentang kebutuhan hierarkis manusia dan Carl Rogers tentang self-concept memiliki kesamaan dengan gagasan Zakiah mengenai fitrah manusia yang membutuhkan stabilitas spiritual dan sosial.

Sehingga generasi muda saat ini menghadapi suatu tantangan psikologis yang kompleks, seperti tekanan akademik, pengaruh media sosial, cyberbullying, dan krisis identitas. Data dari Kompasiana (Jennifer, 2024) menunjukkan bahwa meningkatnya interaksi digital berbanding lurus dengan menurunnya interaksi sosial nyata, yang memicu kecemasan sosial dan gangguan fokus (30).

Zakiah Daradjat menawarkan pendidikan Islam yang memperhatikan kebutuhan emosional dan spiritual sebagai jawaban atas persoalan tersebut. Gagasan beliau seperti: pendidikan akhlak melalui pengalaman emosional, pendidikan agama berbasis kasih sayang, dan bimbingan psikologis Islami di sekolah menjadi jawaban konkret terhadap tekanan psikososial yang dihadapi pelajar saat ini. Berdasarkan temuan literatur, implementasi konsep Zakiah dapat dilakukan melalui: 1) Kurikulum berbasis karakter dan kesehatan mental Islami; 2) Peningkatan kapasitas guru dan konselor; 3) Keterlibatan keluarga dan komunitas; 4) Pelayanan konseling berbasis nilai-nilai Islam. Semua ini berkontribusi dalam membentuk peserta didik yang kuat secara spiritual, emosional, dan sosial.

## VII. SIMPULAN

Penelitian ini bertujuan mengkaji konsep pendidikan Islam berbasis kesehatan mental menurut Zakiah Daradjat serta relevansinya dalam menghadapi tantangan psikologis generasi muda. Berdasarkan kajian literatur dan analisis mendalam, didapati simpulan bahwasanya konsep pendidikan Islam menurut Zakiah Daradjat menekankan pentingnya keseimbangan antara aspek spiritual, emosional, dan intelektual. Pendidikan Islam harus mampu membentuk insan kamil yang sehat secara mental, kuat secara spiritual, dan tangguh menghadapi dinamika kehidupan modern. Pemikiran Zakiah sangat relevan dengan kebutuhan generasi muda saat ini yang menghadapi tekanan sosial, media digital, dan krisis identitas.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, beberapa saran yang dapat diajukan antara lain:

1. Lembaga pendidikan Islam perlu mengintegrasikan nilai-nilai kesehatan mental dalam kurikulum pembelajaran secara eksplisit.
2. Guru dan tenaga pendidik harus mendapatkan pelatihan khusus mengenai psikologi Islam untuk membimbing peserta didik secara holistik.

3. Keluarga perlu memperkuat peranannya dalam menanamkan nilai-nilai spiritual dan pembentukan karakter sejak dini.
4. Perlu pengembangan layanan bimbingan dan konseling berbasis nilai-nilai Islam yang mampu memberikan dukungan psikologis bagi siswa.
5. Penelitian lanjutan disarankan untuk mengeksplorasi implementasi praktis konsep Zakiah Daradjat di berbagai lembaga pendidikan formal dan nonformal.

### 19 UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan rasa syukur ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunya yang telah melimpahkan kekuatan dan kesempatan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat diselesaikan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana. Meskipun penyusunan skripsi ini masih belum sempurna, penulis bersyukur karya ini dapat diselesaikan sebagaimana yang telah direncanakan. Dalam kesempatan ini, penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Rasa terima kasih sebesar-besarnya penulis sampaikan kepada orang tua, saudara laki-laki, dan seluruh keluarga besar yang senantiasa memberikan doa, perhatian, kasih sayang, serta dukungan moral dan material yang berkelanjutan sehingga penulis mampu menyelesaikan pendidikan dan meraih gelar Sarjana.

2. Tak lupa juga saya ucapkan beribu-ribu terimakasih untuk teman saya yang selalu memberikan dukungan kepada saya, memberikan saya semangat serta bimbingan pada saat saya mengerjakan skripsi dan selalu mendengarkan keluh kesah saya, saya ucapkan terimakasih kepada wiwin, dina, firda serta teman-temanku lainnya yang berada diluar kampus Umsida. Kalian semua ialah teman-temanku yang selalu ada dan selalu memberikan support serta mendukung saya di saat saya mulai menyerah dan terpuruk pada keadaan apapun itu.

3. Dan saya ucapkan untuk yang terakhir yaitu orang yang berjasa dalam hidup saya dia adalah sesosok suami tercinta saya yang sangat baik tak lupa selalu mensupport saya yang Bernama Muhammad Andy Pratama dia laki-laki yang sangat bertanggung jawab, hebat, kuat, tegas, selalu mengusahakan semua kebutuhan saya, orang yang paling sigap Ketika saya membutuhkan pertolongan. Tempat saya bercerita semua masalah yang sedang saya hadapi dengan sigap dia memberi balasan hangat berupa kalimat penenang untuk meredam kondisi saya. Serta anak laki-laki mungil saya yang bernama Sayyid Barra Sean Dyfa dia yang juga memberikan saya semangat.

4. Terimakasih untuk pihak mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo dan beberapa pihak lainnya yang sudah membantu berkontribusi. Sehingga peneliti dapat mengelola serta menghasilkan data sesuai dengan keperluan yang ada.

Untuk yang terakhir kalinya, saya ucapkan terimakasih untuk diri saya sendiri karna sudah mampu berdiri dititik ini, mampu melewati proses kehidupan yang menurut saya sulit tetapi ternyata saya mampu melewati proses tersebut dengan baik, Semoga do'a-do'a yang sudah saya langitkan kepada Allah SWT segera dikabulkan Aamiin allahuma Aamiin.

### REFERENSI

- [1] S. Ulfah Fauziah, Siti Qomariyah And N. N. Babullah, Rubi Jimatul Rizki, "Konsep Pendidikan Holistik Di Sekolah Dasar Islam Terpadu (SDIT) Assajidin Sukabumi," Bersatu J. Pendidik. Bhinneka Tunggal Ika, Vol. 1, NO. 5, Pp. 33-44, 2023, [Online]. Available: <https://journal.politeknik-pratama.ac.id/index.php/Bersatu/Article/View/315>
- [2] A. Pare And H. Sihotang, "Pendidikan Holistik Untuk Mengembangkan Keterampilan Abad 21 Dalam Menghadapi Tantangan Era Digital," J. Pendidik. Tambusai, Vol. 7, No. 3, Pp. 27778-27787, 2023. The Oxford Dictionary of Computing, 5th ed. Oxford: Oxford University Press, 2003.
- [3] Herawati, Pendidikan Holistik Dalam Pembentukan Karakter Multikultural Pada Pesantren Modern Dan Tradisional. 2023. [Online]. Available: [http://repository.iainbengkulu.ac.id/11416/1/Disertasi\\_Herawati\\_2023.Pdf](http://repository.iainbengkulu.ac.id/11416/1/Disertasi_Herawati_2023.Pdf)
- [4] A. History, "Pendidikan Islam Sebagai Sebuah Sistem Dalam Pendidikan Di Indonesia," Vol. 5, No. 6, Pp. 7954-7965, 2024
- [5] R. Hidayat, S. Ag, And M. Pd, Buku Ilmu Pendidikan Rahmat Hidayat & Abdillah. 2019.
- [6] K. Nisa, "Al-Ghazali: Ihya' Ulum Al-Din Dan Pembacanya," J. Ummul Qura, Vol. 8, No. 2, P. 15, 2016.
- [7] A. R. Hamzah, "Konsep Pendidikan Dalam Islam Perspektif Ahmad Tafsir," At-Tajdid J. Pendidik. Dan Pemikir. Islam, Vol. 1, No. 01, Pp. 73-89, 2017, Doi: 10.24127/Att.V1i01.336.

- [8] Jennifer, "Kesehatan Mental Generasi Z Di Era Society 5.0," Kompasiana, 2024. <https://www.kompasiana.com/Jennifer041/662622c514709311887c1d52/Kesehatan-Mental-Generasi-Z-Di-Era-Society-5-0> (Accessed Apr. 22, 2025).
- [9] Wiwin, "Menjawab Tantangan Kesehatan Mental Di Era Milenial," Fk-Kmk Ugm, 2020. <https://fkkmk.ugm.ac.id/Menjawab-Tantangan-Kesehatan-Mental-Di-Era-Milenial/> (Accessed Jan. 14, 2025).
- [10] Imam, "Mengelola Kesehatan Mental Di Era Digital: Tantangan Dan Solusi," Fakultas Psikologi Univ Medan Area, 2024. <https://psikologi.uma.ac.id/Mengelola-Kesehatan-Mental-Di-Era-Digital-Tantangan-Dan-Solusi/> (Accessed Nov. 04, 2025).
- [11] Muhammad Zulham Hidayah Saragih, "Pemikiran Pendidikan Islam Tentang Kesehatan Mental (Studi Komparatif Pemikiran Zakiah Daradjat Dan Hasan Langgunglung)," Uin Sunan Kalijaga, Vol. 6, No. 1, Pp. 1–7, 2018, [Online]. Available: <http://dx.doi.org/10.1016/J.Gde.2016.09.008%0ahttp://dx.doi.org/10.1007/S00412-015-05438%0ahttp://dx.doi.org/10.1038/Nature08473%0ahttp://dx.doi.org/10.1016/J.Jmb.2009.01.007%0ahttp://dx.doi.org/10.1016/J.Jmb.2012.10.008%0ahttp://dx.doi.org/10.1038/S4159>
- [12] Q. N. Dzulhadi, "Konsep Pendidikan Ibn Khaldun Qosim Nursheha Dzulhadi," J. At-Tab'dib, Vol. 9, No. 1, 2014.
- [13] M. Mawangir, "Zakiah Daradjat Dan Pemikirannya Tentang Peran Pendidikan Islam Dalam Kesehatan Mental," Muh. Mawangir Intizar, Vol. 21, No. 1, Pp. 83–94, 2015.
- [14] T. Travelancya Dp And M. Pd, "Analisis Interaksi Sosial Siswa Tuna Rungu Di Sekolah 'Aisyiyah Bustanul Athfal," No. 2, Pp. 9–14, 2022.
- [15] U. Maulana, Spiritual Sebagai Terapi Kesehatan Mental, No. 2. 2019. [Online]. Available: [www.ptiq.ac.id](http://www.ptiq.ac.id)
- [16] Al-Qardhawi, Y. (1995). Pendidikan Islam Dan Tantangan Zaman. Gema Insani.
- [17] Amini, D. (2022). Pendidikan Islam Berbasis Kesehatan Mental Untuk Siswa Sma. Jurnal Pendidikan Islam Modern, 6(3), 213–230.
- [18] Assegaf, A. R. (2021). Relevansi Pendidikan Islam Dengan Kesehatan Mental Remaja. Jurnal Edukasi Islami, 10(2), 235–247.
- [19] Amir Hamzah, Metode Penelitian Kepustakaan (Library Research), (Malang: Literasi Nusantara Abadi, 2020), Hlm. 7
- [20] Amir Hamzah, Metode Penelitian Kepustakaan (Library Research), (Malang: Literasi Nusantara Abadi, 2020), Hlm. 24
- [21] Amir Hamzah, Metode Penelitian Kepustakaan (Library Research), Hlm. 25
- [22] Amir Hamzah, Metode Penelitian Kepustakaan (Library Research), (Malang: Literasi Nusantara Abadi, 2020), Hlm. 59
- [23] Daradjat, Z. (1985). Peranan Agama Dalam Kesehatan Mental. Bulan Bintang.
- [24] Daradjat, Z. (2004). Ilmu Jiwa Agama. Bumi Aksara.
- [25] Fauziah, S. U., Et Al. (2023). Konsep Pendidikan Holistik Di Sdit Assajidin Sukabumi. Bersatu Jurnal Pendidikan, 1(5), 33–44.
- [26] Fitria, A. N. (2022). Kurikulum Pendidikan Islam Dan Kesehatan Mental. Jurnal Al-Tarbawi, 8(1), 99–113.
- [27] Hamzah, A. R. (2017). Konsep Pendidikan Dalam Islam Perspektif Ahmad Tafsir. At-Tajdid: Jurnal Pendidikan Islam, 1(1), 73–89.
- [28] Hidayat, R., & Abdillah. (2019). Ilmu Pendidikan. Kencana.
- [29] Imam. (2024). Mengelola Kesehatan Mental Di Era Digital. Psikologi Uma. <https://psikologi.uma.ac.id/Mengelola-Kesehatan-Mental-Di-Era-Digital-Tantangan-Dan-Solusi/>
- [30] Jennifer. (2024). Kesehatan Mental Generasi Z Di Era Society 5.0. Kompasiana. <https://www.kompasiana.com/Jennifer041/662622c514709311887c1d52/Kesehatan-Mental-Generasi-Z>

**Conflict of Interest Statement:**

The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.

19%

SIMILARITY INDEX

---

PRIMARY SOURCES

---

1	<a href="http://archive.umsida.ac.id">archive.umsida.ac.id</a> Internet	317 words — 9%
2	<a href="http://repository.iainkudus.ac.id">repository.iainkudus.ac.id</a> Internet	32 words — 1%
3	<a href="http://jurnal.radenfatah.ac.id">jurnal.radenfatah.ac.id</a> Internet	24 words — 1%
4	Toni Irawan. "Telaah Kritis Terhadap Pandangan Roh-Roh Teritorial Menurut C. Peter Wagner", CARAKA: Jurnal Teologi Biblika dan Praktika, 2020 Crossref	18 words — 1%
5	<a href="http://repository.uinsu.ac.id">repository.uinsu.ac.id</a> Internet	18 words — 1%
6	<a href="http://etheses.uin-malang.ac.id">etheses.uin-malang.ac.id</a> Internet	16 words — < 1%
7	<a href="http://repository.mercubuana.ac.id">repository.mercubuana.ac.id</a> Internet	15 words — < 1%
8	<a href="http://repository.uac.ac.id">repository.uac.ac.id</a> Internet	13 words — < 1%
9	<a href="http://eprints.uny.ac.id">eprints.uny.ac.id</a> Internet	12 words — < 1%
10	<a href="http://10beritaterpilih.blogspot.com">10beritaterpilih.blogspot.com</a>	



11 words — &lt; 1 %

11 [luaydpk.wordpress.com](https://luaydpk.wordpress.com)  
Internet

11 words — &lt; 1 %

12 [repositori.uin-alauddin.ac.id](https://repositori.uin-alauddin.ac.id)  
Internet

11 words — &lt; 1 %

13 [www.kompasiana.com](https://www.kompasiana.com)  
Internet

11 words — &lt; 1 %

14 [fkkmk.ugm.ac.id](https://fkkmk.ugm.ac.id)  
Internet

10 words — &lt; 1 %

15 [ojs.diniyah.ac.id](https://ojs.diniyah.ac.id)  
Internet

10 words — &lt; 1 %

16 [id.123dok.com](https://id.123dok.com)  
Internet

9 words — &lt; 1 %

17 [saiful-sarifudin.blogspot.co.id](https://saiful-sarifudin.blogspot.co.id)  
Internet

9 words — &lt; 1 %

18 Ahmad Teguh Budiman. "Kesehatan Mental dalam Psikologi Islam: Antara Zakiah Daradjat dan Abu Zayd al-Balkhi", JURNAL AL-AZHAR INDONESIA SERI HUMANIORA, 2025  
Crossref

8 words — &lt; 1 %

19 Andri Andri, Rudy Prasetya, Sepniyanti Sepniyanti. "Penerapan Metode Elemen Hingga untuk Simulasi Perambatan Gelombang dalam Material Anisotropik", MARAS : Jurnal Penelitian Multidisiplin, 2025  
Crossref

8 words — &lt; 1 %

20 Indriani Kurniawati, Wina Silvy, Herlini Puspika Sari. "Pemikiran Al-Ghazali Tentang Filsafat Pendidikan Islam Dan Pembentukan Karakter : Relevansinya

8 words — &lt; 1 %

---

21 Marnaek Nainggolan, Sabar Parlindungan Nababan. "The Significance of Understanding Pentecostal Spirituality for Life Young Generation in the Era of Society 5.0", CARAKA: Jurnal Teologi Biblika dan Praktika, 2025

Crossref

---

22 docplayer.info 8 words — < 1 %

Internet

---

23 e-repository.perpus.iainsalatiga.ac.id 8 words — < 1 %

Internet

---

24 files01.core.ac.uk 8 words — < 1 %

Internet

---

25 fip.um.ac.id 8 words — < 1 %

Internet

---

26 ijemd.umsida.ac.id 8 words — < 1 %

Internet

---

27 prin.or.id 8 words — < 1 %

Internet

---

28 Yenda Puspita, Fitriana. "Peran Orang Tua dalam Menjaga Kesehatan Mental Anak Usia Dini di Tengah Perkembangan Teknologi", JURNAL ARMADA PENDIDIKAN, 2025

Crossref

---

29 ejournal.kopertais4.or.id 7 words — < 1 %

Internet

---

30 repository.radenintan.ac.id 7 words — < 1 %

Internet

---

EXCLUDE QUOTES      ON

EXCLUDE BIBLIOGRAPHY   ON

EXCLUDE SOURCES      OFF

EXCLUDE MATCHES      OFF