

**INTEGRASI PENDIDIKAN ISLAM DAN BIMBINGAN KONSELING DALAM
PENGUATAN MENTAL PESERTA DIDIK GEN ALPHA
DI SMP PLUS INSAN GEMILANG**

Siti Nur Aini¹, Ahmad Syaifulloh², Siti Nurkayati³

IAI Khozinatul Ulum Blora^{1,2,3}

e-mail: ainisitnur149@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan model integrasi Pendidikan Islam dan Bimbingan Konseling (BK) dalam penguatan kesehatan mental peserta didik Generasi Alpha di SMP Plus Insan Gemilang. Latar belakang penelitian ini adalah meningkatnya distraksi digital dan tantangan kesehatan mental generasi muda sehingga diperlukan pendekatan pendidikan yang holistik berbasis nilai spiritual. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara mendalam semi-terstruktur terhadap peserta didik, guru BK, guru PAI, dan kepala sekolah yang dipilih secara purposive. Data dianalisis dengan teknik analisis tematik dan diuji keabsahannya melalui triangulasi sumber dan *member check*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sistem boarding school yang telah menjadi kebijakan sejak berdirinya sekolah, pembatasan penggunaan gawai, pembiasaan ibadah, dan layanan BK Islami berkontribusi positif terhadap ketenangan batin, pengendalian emosi, resiliensi, dan fokus belajar peserta didik. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menegaskan bahwa religiusitas dan dukungan sosial di lingkungan pendidikan Islam berhubungan signifikan dengan kesejahteraan psikologis siswa. Penelitian ini juga menemukan tantangan berupa rasa kangen rumah, kejenuhan akibat jadwal padat, dan kesulitan manajemen waktu yang perlu diatasi melalui pendampingan konseling dan penguatan keterampilan manajemen diri. Kesimpulannya, integrasi Pendidikan Islam dan BK dalam konteks boarding school merupakan pendekatan yang relevan dan efektif untuk memperkuat kesehatan mental peserta didik Generasi Alpha serta dapat menjadi rujukan bagi lembaga pendidikan Islam lainnya.

Kata Kunci: *Bimbingan Konseling Islami, Generasi Alpha, Kesehatan Mental, Pendidikan Islam*

ABSTRACT

This study aims to describe the model of integration of Islamic Education and Guidance Counseling (BK) in strengthening the mental health of Generation Alpha students at SMP Plus Insan Gemilang. The background of this study is the increase in digital distractions and mental health challenges among the younger generation, which requires a holistic educational approach based on spiritual values. This study uses a descriptive qualitative approach with data collection techniques through semi-structured in-depth interviews with students, guidance counselors, Islamic education teachers, and the principal, who were selected purposively. The data were analyzed using thematic analysis techniques and tested for validity through source triangulation and member checking. The results showed that the boarding school system, which has been a policy since the school's establishment, restrictions on the use of electronic devices, the habit of worship, and Islamic counseling services contributed positively to the inner peace, emotional control, resilience, and learning focus of students. These findings are in line with previous studies that confirm that religiosity and social support in Islamic educational environments are significantly related to students' psychological well-being. This study also found challenges in the form of homesickness, boredom due to busy schedules, and difficulties in time management

that need to be overcome through counseling assistance and strengthening self-management skills. In conclusion, the integration of Islamic Education and BK in the context of boarding schools is a relevant and effective approach to strengthening the mental health of Generation Alpha students and can serve as a reference for other Islamic educational institutions.

Keywords: *Islamic Counseling Guidance, Generation Alpha, Mental Health, Islamic Education*

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital membawa dampak signifikan terhadap kesehatan mental generasi muda, khususnya peserta didik Gen Alpha yang lahir di era ini. Penggunaan gawai dan media sosial yang berlebihan dapat menyebabkan kecemasan, stres, mudah menyerah dan penurunan kualitas interaksi sosial secara langsung, yang berujung pada krisis mental pada remaja (Iryadi dkk., 2023). Secara sederhana teknologi dapat membuat lebih pintar di antaranya meningkatkan keterampilan visual, meningkatkan kemampuan koordinasi mata dan kemampuan dalam melakukan tugas, meningkatkan skor dalam tugas (intelegensia test) (Fadlurrohm dkk., 2020). Dengan hal ini hidup di era digital yang serba cepat membuat mereka terbiasa mendapatkan segala sesuatu dengan instan mulai dari hiburan, informasi, hingga pemenuhan kebutuhan sehari-hari. Sehingga membentuk pola pikir bahwa segala sesuatu bisa didapatkan dengan cepat dan mudah, tanpa harus melalui proses yang panjang. Akibatnya, kesabaran dalam menghadapi tantangan dan menghargai usaha yang diperlukan untuk mencapai sesuatu bisa menjadi hal yang kurang mereka biasakan. Oleh karena itu, penguatan mental peserta didik melalui Pendidikan Islam sangat diperlukan dalam konteks pendidikan.

Krisis kesehatan mental di kalangan remaja yang intensif menggunakan *handphone* dan media sosial semakin banyak ditemukan. Banyak penelitian telah menunjukkan hubungan yang signifikan antara penggunaan gadget berlebihan dengan gangguan mental seperti depresi, kecemasan, dan penurunan harga diri pada usia remaja (Jannah dkk., 2023). Peningkatan kasus ini memerlukan respons cepat dan terstruktur dari institusi pendidikan untuk melindungi kesejahteraan siswa. Kondisi ini memberikan urgensi bagi sekolah seperti SMP Plus Insan Gemilang untuk menghadirkan model pendidikan yang mampu menanggulangi masalah tersebut secara sistematis.

Dengan membangun lingkungan belajar yang bebas dari penggunaan *handphone* dan memperkuat pondasi nilai Islam, SMP Plus Insan Gemilang berusaha menciptakan model penguatan mental yang sesuai dengan karakteristik generasi Alpha. Integrasi nilai-nilai Pendidikan Islam dan Psikologi Pendidikan memiliki potensi besar untuk menciptakan pendekatan pendidikan yang holistik (Aldi & Khairanis, 2025). Dengan pendekatan pendidikan yang holistik peserta didik tidak hanya berkembang secara kognitif, tetapi juga secara emosional, sosial, dan spiritual, menjadikan mereka individu yang matang dan berkarakter. Pendekatan terpadu ini diharapkan dapat membekali peserta didik dengan ketahanan mental yang kuat di tengah tantangan digital.

Di SMP Plus Insan Gemilang menerapkan sistem *boarding school* bagi peserta didiknya dan membuat kebijakan tanpa penggunaan *handphone*. Kebijakan ini bertujuan untuk mengurangi dampak negatif digitalisasi yang dapat berisiko terhadap kestabilan mental siswa. Pendidikan Islam memiliki potensi besar untuk membangun ketahanan mental peserta didik dengan menanamkan nilai spiritual, akhlak, dan karakter yang kuat. Nilai-nilai tawakal, sabar, dan rasa syukur dalam Islam dapat menjadi pondasi psikologis yang kokoh bagi peserta didik dalam menghadapi tekanan dan tantangan kehidupan. Penerapan nilai-nilai Islam dalam pendidikan karakter dilakukan melalui berbagai bentuk pendekatan, yang mencakup integrasi nilai-nilai keislaman dalam kurikulum, penguatan karakter melalui kegiatan ekstrakurikuler,

dan peran guru sebagai teladan. Nilai-nilai utama yang diterapkan meliputi kejujuran, kesabaran, rasa tanggung jawab, dan kepedulian (Fadli, 2024). Dengan pembelajaran berbasis integrasi pendidikan Islam, mental siswa diharapkan menjadi lebih kuat dan siap menghadapi dinamika perkembangan zaman.

Penguatan mental dalam perspektif Islam tidak terlepas dari konsep tazkiyatun nafs (penyucian jiwa) dan tarbiyah akhlāq (pembinaan akhlak), yang menekankan pentingnya keseimbangan antara dunia dan akhirat, serta pengendalian diri terhadap hawa nafsu (Al-Ghazali, 2020). Pendekatan ini relevan untuk diterapkan pada Generasi Alpha yang rentan terhadap instabilitas emosional akibat kurangnya interaksi sosial langsung dan dominasi dunia maya. Dengan demikian, integrasi pendidikan Islam diharapkan menjadi fondasi utama dalam membangun ketahanan psikologis siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bentuk integrasi pendidikan Islam dan bimbingan konseling dalam penguatan mental peserta didik Gen Alpha di SMP Plus Insan Gemilang. Hasilnya diharapkan dapat memberikan masukan strategis bagi pengembangan pendidikan Islam yang mampu menghadirkan penguatan mental signifikan bagi generasi muda di era digital ini.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, yakni pendekatan atau metode penelitian yang digunakan untuk memahami secara mendalam integrasi pendidikan Islam berperan dalam penguatan mental peserta didik Generasi Alpha di SMP Plus Insan Gemilang. Data utama dikumpulkan melalui wawancara mendalam (*in-depth interview*), yang merupakan teknik pengumpulan data yang efektif dalam penelitian kualitatif untuk memperoleh informasi rinci dan kontekstual. Subjek penelitian meliputi peserta didik SMP Plus Insan Gemilang, guru BK, guru PAI, dan kepala sekolah sebagai informan kunci. Pemilihan informan dilakukan secara purposive berdasarkan kriteria yang relevan dengan tujuan penelitian.

Penelitian dilakukan melalui beberapa tahap operasional, diantaranya: Pertama, Persiapan yakni peneliti menyusun pedoman wawancara yang mencakup pertanyaan terbuka yang berisi topik-topik seputar pengalaman siswa di lingkungan boarding school, pembatasan gadget, layanan BK Islami, serta tantangan mental yang mereka alami. Selain itu, peneliti melakukan koordinasi dengan pihak sekolah untuk memperoleh izin dan jadwal wawancara. Kedua, Pelaksanaan Wawancara yakni wawancara dilakukan langsung dengan kepala sekolah, guru BK, guru PAI, dan peserta didik. Setiap wawancara direkam dengan perangkat perekam audio setelah memperoleh persetujuan informan. Ketiga, Transkripsi dan Validasi Data yakni rekaman wawancara ditranskrip secara kata-per-kata. Data kemudian divalidasi melalui *member checking* dengan informan untuk memastikan kebenaran informasi.

Metode pengumpulan data utama adalah wawancara semi-terstruktur. Teknik ini dipilih untuk memperoleh informasi yang kaya dan mendalam, sekaligus memberikan ruang fleksibilitas bagi partisipan dalam menjelaskan pengalaman dan pandangan mereka. Instrumen berupa pedoman wawancara semi-terstruktur, yang mencakup pertanyaan utama dan sub-pertanyaan untuk mengeksplorasi pengalaman dan praktik nyata informan. Panduan wawancara berisi topik-topik seputar pengalaman siswa di lingkungan boarding school, pembatasan gadget, layanan BK Islami, serta tantangan mental yang mereka alami.

Untuk menjaga keabsahan data, penelitian ini menerapkan strategi triangulasi sumber (dengan membandingkan data dari berbagai informan) dan *member checking*, yaitu mengonfirmasi kembali hasil interpretasi kepada beberapa informan untuk memastikan akurasi representasi pandangan mereka. Kredibilitas dalam penelitian kualitatif dapat ditingkatkan melalui triangulasi dan konfirmasi hasil temuan kepada informan. Peneliti juga mencatat refleksi untuk menghindari bias.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pendidikan Islam di SMP Plus Insan Gemilang Blora

Tabel 1. Temuan Tematik Pendidikan Islam di SMP Insan Gemilang

Tema Utama	Subtema atau Bentuk Implementasi	Sumber Informasi	Dampak terhadap Siswa / Makna Pendidikan Islam
Integrasi Nilai Islam dalam Kegiatan Sekolah	Pembacaan ayat Al-Qur'an dan terjemahannya sebelum briefing guru, do'a bersama, evaluasi guru piket. Nariyahan, khataman Al Qur'an setiap satu bulan sekali, do'a sebelum belajar disertai artinya dan membaca al qur'an	Kepala Sekolah, Guru PAI	Menanamkan kebiasaan spiritual dan kesadaran nilai Islam dalam aktivitas harian
Pembinaan Mental-Spiritual melalui Ibadah	Salat tahajud terkoordinasi, puasa Senin-Kamis, salat dhuha, salat berjamaah	Kepala Sekolah	Membentuk disiplin, ketenangan batin, dan pengendalian emosi
Keteladanan Guru dalam Pendidikan Islam	Guru memberi contoh melalui nasihat, kisah Nabi, dan perilaku religius	Siswa, Guru PAI	Menumbuhkan motivasi belajar dan perilaku berakhlak mulia
Penerapan Sanksi Edukatif Bernilai Islam	Menulis istighfar, membaca Al-Qur'an setengah juz, "skot jump" ringan	Kepala Sekolah	Menumbuhkan kesadaran moral, bukan hukuman represif
Integrasi Nilai Islam dalam Bimbingan Konseling	Konseling menggunakan ayat Al-Qur'an dan Asmaul Husna	Guru BK	Membentuk cara berpikir religius dan penerimaan diri
Pembatasan Gawai dalam Boarding School Islami	Larangan membawa HP, pengawasan ibadah di asrama	Kepala Sekolah, Guru BK	Meningkatkan fokus ibadah dan interaksi sosial positif
Pembiasaan Religius Kolektif	Kajian rutin, doa bersama, dan salat berjamaah di asrama	Siswa	Memperkuat solidaritas dan semangat beribadah
Kendala dalam Penerapan Pendidikan Islam	Distraksi saat libur, kangen rumah, jenuh sama kegiatan yang terlalu padat, sulit manajemen waktu, pengaruh luar, waktu guru terbatas	Guru PAI	Menjadi tantangan kontinuitas nilai Islami di luar sekolah

Hasil penelitian ini memperoleh delapan tema utama pada aspek pendidikan Islam yang bersumber dari kepala sekolah, guru PAI, guru BK dan siswa. Data yang diperoleh mencakup implementasi dari tema tersebut dan dampak serta makna bagi siswa. Pada Tabel 1 menunjukkan bahwa integrasi nilai Islam melalui pembelajaran PAI, kegiatan religius rutin, teladan guru, sistem *boarding school*, pembatasan gawai, dan sinergi antara guru PAI, guru BK, wali kelas, serta orang tua berperan penting dalam pembinaan mental dan spiritual siswa SMP Insan Gemilang. Temuan ini juga menunjukkan bahwa setiap komponen sekolah memiliki peran saling melengkapi dalam proses pembinaan. Selain itu, dukungan kebijakan sekolah turut memperkuat efektivitas penerapan nilai-nilai Islam dalam kehidupan sehari-hari siswa.

Tabel 2. Temuan Tematik Bimbingan Konseling di SMP Insan Gemilang

Tema Utama	Subtema / Bentuk Implementasi	Sumber Informasi	Makna atau Dampak terhadap Siswa
Integrasi Nilai Islam dalam Konseling	Mengaitkan permasalahan siswa dengan ayat Al-Qur'an dan Asmaul Husna; menanamkan keyakinan bahwa segala ketetapan Allah adalah yang terbaik	Guru BK	Membentuk sikap ikhlas, sabar, dan optimis dalam menghadapi masalah
Pendekatan Konseling Preventif dan Kolaboratif	Pembinaan rutin setiap Senin bersama wali kelas; koordinasi intensif antara BK, wali kelas, guru PAI, dan Kepala Sekolah	Guru BK, Kepala Sekolah	Menumbuhkan rasa tanggung jawab dan keterpaduan layanan terhadap siswa
Kolaborasi Guru BK dan Guru PAI dalam Pembinaan Siswa	Melakukan diskusi rutin terkait perkembangan peserta didik, mencakup aspek spiritual, emosional, dan perilaku	Guru BK, Guru PAI	Meningkatkan efektivitas pembinaan; siswa mendapat pendampingan utuh antara aspek psikologis dan keagamaan sehingga lebih stabil secara emosional dan berperilaku.
Pelibatan Orang Tua dalam Pembinaan Siswa	Pemanggilan orang tua setiap tahun untuk menyamakan pola asuh sekolah dan rumah	Guru BK	Memperkuat kesinambungan pembinaan nilai Islami di rumah dan sekolah
Keteladanan dan Pemantauan Perilaku	Sistem poin pelanggaran dan keteladanan; guru menjadi model perilaku Islami	Guru BK, Kepala Sekolah	Membentuk disiplin, kesadaran moral, dan motivasi berperilaku positif
Program Adaptasi dan Pembiasaan Budaya Islami (Masa Asih Asuh)	Orientasi tiga bulan untuk siswa baru agar beradaptasi dengan budaya <i>boarding school</i>	Guru BK	Membentuk kemandirian, keteraturan ibadah, dan pembiasaan perilaku religius
Dukungan Lingkungan <i>Boarding School</i>	Pengawasan ibadah, pembatasan gawai, dan interaksi sosial positif di asrama	Guru BK, Kepala Sekolah	Meningkatkan ketenangan batin dan kesehatan mental siswa
Motivasi dan Inspirasi Religius	Guru memberi nasihat dengan hadits atau kisah Nabi	Siswa	Menumbuhkan semangat belajar, ketenangan hati, dan rasa kebersamaan
Fokus BK pada Pembinaan Karakter Islami	BK tidak hanya menyelesaikan masalah tetapi juga membina nilai-nilai iman dan akhlak	Guru BK	Menguatkan karakter religius dan ketahanan mental siswa

Hasil penelitian ini memperoleh sembilan tema utama dalam aspek bimbingan konseling yang bersumber dari kepala sekolah, guru PAI, guru BK dan siswa. Pada Tabel 2, hasil wawancara menunjukkan bahwa layanan BK di SMP Insan Gemilang tidak hanya fokus pada pemecahan masalah tetapi juga pada pembinaan nilai Islami, penguatan mental, koordinasi dengan guru lain, serta keterlibatan orang tua. Dengan dukungan sistem *boarding school* dan pembatasan gawai, lingkungan ini dinilai mendukung pembentukan karakter dan kesehatan mental siswa.

Pembahasan

Urgensi Integrasi Pendidikan Islam dan Bimbingan Konseling dalam Penguatan Mental Peserta Didik Gen Alpha

Hasil penelitian SMP Insan Gemilang menunjukkan bahwa kombinasi antara Pendidikan Agama Islam (PAI) dan layanan Bimbingan Konseling (BK), dengan sistem *boarding school* dan kebijakan pembatasan penggunaan gadget, berperan besar dalam pembentukan ketenangan batin dan kecerdasan emosi siswa. Responden menyampaikan bahwa lingkungan asrama tanpa telepon pintar mendorong mereka lebih terarah pada kegiatan ibadah bersama dan interaksi sosial positif. Hal ini meningkatkan mental *resilience* murid dalam menghadapi stres akademik atau tekanan sosial. Temuan ini selaras dengan penelitian Purba (2025), bahwa belajar PAI memberikan sumber dasar nilai spiritual dan moral yang dapat membantu peserta didik mengelola stres dan kecemasan dalam kehidupan sehari-hari.

Di Insan Gemilang layanan Bimbingan dan Konseling (BK) berbasis nilai-nilai Islam tidak hanya berperan reaktif dalam menyelesaikan masalah murid, tetapi juga preventif. Pusat preventifnya itu seolah berlangsung melalui implementasi layanan kelompok, pembiasaan positif, dan keteladanan guru sehari-hari. Pencarian ini diperkuat dengan penelitian yang lalu menyatakan bahwa nilai-nilai Islam seperti sabar, syukur, dan akhlak mulia berperan protektif terhadap kesehatan mental siswa. integrasi nilai-nilai Islam terbukti dalam meningkatkan kecemerlangan emosi dan moral peserta didik melalui pembentukan bakat dan pengendalian diri (Permana & Afandi, 2024).

Temuan di Insan Gemilang menunjukkan bahwa pembatasan penggunaan telepon di lingkungan *boarding school* secara langsung membatasi distraksi digital pada peserta didik. Hal ini diperkuat dengan penelitian sebelumnya bahwa adanya peraturan pembatasan penggunaan *handphone* di lingkungan sekolah berdampak positif terhadap peningkatan minat belajar peserta didik karena mampu menekan distraksi digital dan mendorong keterlibatan siswa dalam aktivitas pembelajaran tatap muka (Noviani dkk., 2022). Oleh karena itu, pembatasan gawai di lingkungan pendidikan dasar dan menengah merupakan langkah preventif untuk menjaga fokus belajar serta kesehatan mental peserta didik pada masa perkembangan.

Di Insan Gemilang, integrasi Pendidikan Agama Islam (PAI) dan layanan BK juga tampak berperan penting dalam memperkuat identitas dan moral siswa. Nilai keteladanan guru, pembiasaan ibadah, refleksi spiritual, serta penggabungan etika Islam dalam proses konseling menjadi ciri khas implementasi di sekolah ini. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Nuzliah dan Niesa (2023) yang menegaskan bahwa layanan BK yang mengintegrasikan nilai agama, moral, sosial, dan disiplin terbukti sangat membantu pembentukan karakter peserta didik (Nuzliah & Niesa, 2023).

Aplikasinya di Insan Gemilang juga menunjukkan bahwa pembentukan mental yang kuat bukan saja dicapai melalui aspek kognitif atau akademik, melainkan juga melalui aspek spiritual dan moral. Keserasian antara ritual keagamaan, keyakinan, dan akhlak yang diterapkan di sekolah ini memberikan kerangka berpikir dan strategi coping yang lebih holistik kepada siswa. Hal ini selaras dengan penalaran para psikologi pendidikan Islam yang mempunyai alasan bahwa pemahaman akan keesaan Allah dapat berfungsi sebagai sumber ketenangan dan resistensi terhadap penekanan dan kecemasan dalam hidup (Jannah & Nurjannah, 2025).

Dengan demikian, pengalaman di Insan Gemilang mempertegas bahwa integrasi Pendidikan Islam dan Bimbingan Konseling menjadi sangat mendesak untuk Generasi Alpha. Kombinasi nilai-nilai agama, konseling preventif-promotif, lingkungan sekolah yang mendukung (*boarding school* dan pembatasan gadget), serta partisipasi aktif guru, wali kelas, dan orang tua membentuk sistem dukungan yang komprehensif. Meski demikian, tantangan seperti menjaga konsistensi penerapan nilai di luar sekolah dan memperkuat kompetensi guru

BK tetap harus diperhatikan agar integrasi ini efektif dan berkelanjutan. Secara keseluruhan, literatur dan hasil penelitian memperkuat temuan ini bahwa untuk membangun generasi yang sehat secara mental dan spiritual di era digital, integrasi antara Pendidikan Islam dan BK bukan sekadar pilihan, melainkan kebutuhan.

Model Integrasi Pendidikan Islam dan Bimbingan Konseling dalam Penguatan Mental Peserta Didik Gen Alpha

Model integrasi yang muncul dari hasil penelitian di Insan Gemilang menunjukkan bahwa: Pertama, Pendidikan Agama Islam (PAI) dan Bimbingan Konseling (BK) tidak berdiri sendiri, melainkan bersinergi dalam satu rangkaian intervensi spiritual-psikologis. Misalnya, materi akidah-akhlak dalam PAI dikaitkan langsung dalam sesi konseling individu maupun kelompok, agar siswa bisa meresapi nilai-nilai seperti sabar, ikhlas, tawakal dalam menghadapi persoalan. Hal ini sejalan dengan konsep integrasi PAI dan BK yang dikemukakan dalam studi Tata dkk. (2024) bahwa integrasi PAI-BK memerlukan pendekatan sistematis dan saling melengkapi, di mana PAI menyampaikan nilai moral dan BK memberikan ruang refleksi dan aplikasi nilai.

Dalam model tersebut, ada struktur tahapan: pendahuluan, proses integrasi, dan evaluasi spiritual-mental. Tahap pendahuluan melibatkan orientasi nilai Islam (pemahaman teori PAI) dan pendeteksian kebutuhan konseling. Tahap proses adalah kolaborasi guru PAI dan konselor BK dalam membimbing siswa melalui refleksi nilai, curhat, dan rujukan ayat atau hadits. Tahap evaluasi mencakup aspek mental, emosional, dan spiritual siswa. Pendekatan serupa juga ditemukan dalam “Implementasi Bimbingan Konseling dalam Pendidikan Islam,” yang menyebut bahwa pendekatan Islami konseling membimbing hati, akal, dan nafsu manusia menuju pribadi akhlakul karimah (Hibatullah, 2022).

Kedua, Model integrasi ini juga menekankan metode kolaboratif guru PAI dan konselor BK. Di Insan Gemilang, guru PAI dan BK merancang program bersama, seperti kajian rutin, sesi curhat religius, dan pemantauan pengamalan nilai di asrama. Hal ini sejalan dengan studi “Sinergi Guru PAI dan BK di MAN 3 Bantul” yang menunjukkan bahwa kegiatan kolaboratif terstruktur pembinaan karakter agama, *mentoring* spiritual, layanan konseling terpadu menjadi wujud integrasi yang nyata (Rohman, 2024).

Ketiga, Dengan dukungan sistem *boarding school* dan pembatasan gawai, lingkungan ini dinilai mendukung pembentukan karakter dan kesehatan mental siswa. Model integrasi Anda di Insan Gemilang yang memanfaatkan lingkungan *boarding school* dan pembatasan gadget semakin relevan sebagai bentuk aplikasi nyata pendekatan tersebut. Selain itu, model integrasi ideal untuk generasi Alpha harus memperhatikan karakteristik mereka terlahir di era digital dan cenderung mencari makna spiritual. Seperti Studi oleh Yunita (2022) menguji “Integrasi Model Pembelajaran PAI dan Layanan BK Islami” dan menemukan bahwa integrasi tersebut berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis siswa di era new normal, yang menunjukkan bahwa siswa merasakan manfaat nyata dari rangkuman ajaran agama dan layanan konseling (Yunita, 2022).

Keempat, Mengaitkan permasalahan siswa dengan ayat Al-Qur’an dan Asmaul Husna; menanamkan keyakinan bahwa segala ketetapan Allah adalah yang terbaik. Metode konseling dan reflektif nilai adalah metode pembelajaran dan pendampingan dengan sentuhan pada proses meditasi diri siswa atas nilai-nilai Islam yang diajarkan, kemudian dihubungkan dengan pengalaman pribadi dan hambatan-hambatan kehidupan sehari-hari. Selama pelaksanaannya, guru PAI dan konselor BK berkolaborasi dalam membantu siswa mengenal perasaan, memaknai peristiwa, serta menginternalisasi ajaran Islam dalam pengambilan keputusan dan pengendalian diri. Reflektif nilai dilaksanakan melalui aktivitas muhasabah, bimbingan

spiritual, diskusi ayat dan hadis, serta konseling individu atau kelompok berdasarkan nilai keislaman. Aplikasi ini bersesuaian dengan pandangan Hidayat (2021) yang menegaskan bahwa bimbingan konseling Islami bukan hanya digunakan sebagai penyelesaian masalah, tetapi juga sebagai media pembentukan kesadaran spiritual dan moral (Hidayat, 2021).

Kelima, Bentuk kolaborasi antara guru BK dan guru PAI juga dilakukan melalui diskusi rutin mengenai perkembangan peserta didik. Guru BK menyampaikan bahwa mereka sering berdiskusi dengan guru PAI tentang aspek ibadah, perilaku, dan semangat belajar siswa untuk menentukan pendekatan pembinaan yang tepat. Guru PAI menambahkan bahwa diskusi tersebut membantu memahami kondisi batin siswa sehingga pembelajaran PAI dapat disesuaikan dengan permasalahan yang sedang mereka hadapi. Evaluasi mental-spiritual berkala dilakukan untuk menilai sejauh mana proses pembelajaran dan layanan konseling Islami berdampak terhadap ketenangan batin, kestabilan emosi, serta penguatan spiritual peserta didik. Evaluasi ini dilakukan secara terencana melalui observasi guru, catatan konseling, dan refleksi siswa di asrama, sehingga perkembangan mental dan spiritual mereka dapat dipantau secara berkelanjutan. Menurut Al Mansyur dan Salim (2024), evaluasi spiritual dalam pendidikan Islam penting dilakukan secara konsisten untuk memastikan nilai-nilai religius tidak hanya dipahami secara kognitif tetapi juga dihayati dan diamalkan dalam perilaku sehari-hari (Mansyur & Salim, 2024). Sementara itu, Sumarta Tata et al. (2024) menegaskan bahwa monitoring berkala terhadap aspek psikologis dan spiritual peserta didik membantu sekolah memberikan intervensi dini bagi siswa yang mengalami stres atau kejenuhan (Tata dkk., 2024). Dengan demikian, evaluasi mental-spiritual berkala menjadi bagian penting dalam menjaga kesinambungan keberhasilan integrasi Pendidikan Islam dan Bimbingan Konseling di SMP Plus Insan Gemilang.

Keenam, Dalam bentuk konseling individu maupun kelompok selalu mengaitkan masalah siswa dengan ayat Al-Qur'an dan Asmaul Husna agar siswa memahami bahwa segala ketetapan Allah adalah yang terbaik. Model ini memasukkan etika Islami dalam konseling, yakni kejujuran, rahmah, hikmah dalam proses konseling bukan sekadar problem solving psikologis, tetapi juga proses spiritual. Artikel "Interkoneksi Etika Bimbingan dan Konseling Berlandaskan Al-Qur'an dan Hadis" menegaskan bahwa integrasi nilai-nilai Qur'an dan Hadis dalam etika BK memperkuat kedalaman moral klien dan membangun kepercayaan proses (Azhar & Irsyadunnas, 2024). Dengan demikian, model integrasi PAI-BK di Insan Gemilang harus menyertakan panduan etika dan pelatihan konselor dalam membaca ayat/hadits yang relevan dalam sesi konseling.

Secara keseluruhan, model integrasi Pendidikan Islam dan BK untuk penguatan mental Generasi Alpha di SMP Plus Insan Gemilang dapat dirumuskan sebagai kerangka holistik: (1) sinergi kurikulum PAI dan modul BK berbasis nilai; (2) kolaborasi guru PAI dan konselor BK; (3) implementasi dalam lingkungan (boarding school, pembatasan gadget); (4) metode reflektif nilai dan konseling; (5) evaluasi mental-spiritual berkala; (6) etika Islami sebagai basis konseling. Model ini tidak hanya memperkuat aspek mental siswa tetapi juga memperkokoh spiritualitas mereka.

Mental Health Peserta didik di SMP Plus Insan Gemilang

Hasil penelitian di SMP Plus Insan Gemilang menampilkan bahwa siswa berada dalam kondisi kesejahteraan mental relatif terbaik. Struktur sekolah asrama sudah menjadi kebijakan wajib sejak sekolah tersebut dibuka dan dilalui oleh siswa sehingga mereka berada dalam lingkungan *boarding school* yang terstruktur dan religius. Sistem lingkungan asrama yang mendukung aktivitas ibadah bersama serta pengaturan penggunaan gawai berperan besar dalam membuat siswa merasa lebih tenang, tidak mudah Cemas, dan lebih konsentrasi belajar. Dari

guru BK juga, bahwa konseling dengan mengaitkan nilai-nilai agama dalam penggunaan layanan BK mempermudah siswa untuk mengemukakan tekanan akademik ataupun sosialnya.

Temuan ini selaras dengan literatur yang menunjukkan bahwa religiusitas memiliki hubungan positif dengan kesejahteraan psikologis. Pendidikan Islam yang menekankan nilai kesabaran, empati, dan penghargaan terhadap sesama mendukung kesehatan mental siswa (Yus dkk., 2023). Spiritualitas juga memberikan kontribusi signifikan terhadap *psychological well-being* siswa lembaga pendidikan Islam (Lisnawati & Al Rahmah, 2019). Hal ini memperkuat bahwa integrasi nilai agama dalam pendidikan dan layanan BK di Insan Gemilang merupakan faktor protektif bagi mental health peserta didik.

Karena sistem *boarding school* merupakan ciri bawaan SMP Plus Insan Gemilang sejak awal berdirinya, lingkungan ini menjadi pondasi utama pembentukan karakter dan kesehatan mental siswa. Lingkungan asrama yang kondusif dan hubungan erat antar siswa serta guru berhubungan signifikan dengan kesejahteraan subjektif remaja (Utami dkk., 2023). Dalam konteks Insan Gemilang, budaya asrama yang telah mengakar sejak awal berdirinya sekolah turut membangun rasa kebersamaan, saling mendukung, dan keteraturan hidup siswa.

Pendidikan Islam di Insan Gemilang bukan sekadar penyampaian materi agama, tetapi strategi untuk mendukung kesehatan mental siswa melalui refleksi nilai, pembiasaan ibadah, dan pembimbingan moral. Strategi pengajaran Islam yang terfokus pada kesejahteraan psikologis efektif memperkuat kesejahteraan emosional siswa (Yus dkk., 2023). Di Insan Gemilang, kegiatan seperti tadarus, muhasabah, dan doa bersama digabungkan dengan layanan BK sehingga siswa memperoleh ruang emosional sekaligus dorongan spiritual yang konsisten dalam kultur *boarding school* yang sudah mapan.

Meskipun sistem *boarding school* sudah ada sejak berdirinya sekolah memberikan banyak manfaat, penelitian ini juga menemukan adanya tantangan. Siswa melaporkan bahwa mereka merasa sering kangen rumah (*homesick*) sehingga mempengaruhi kestabilan emosional, terutama pada masa awal adaptasi di asrama. Selain itu, aktivitas yang terlalu padat terkadang menciptakan kejenuhan dan kelelahan, padahal kemampuan manajemen waktu tetap menjadi penyulit bagi hampir sebagian besar peserta didik. Temuan ini selaras dengan hasil penelitian santri yang mendapati aspek *homesickness*, kebiasaan padat, dan regulasi diri sebagai gangguan psikologis yang sering kali dilakukan santri-santri tersebut (Utami dkk., 2023). Dengan demikian, konseling dukungan yang lebih intensif dan program pembinaan keterampilan manajemen diri perlu ditingkatkan untuk menjaga kesehatan mental siswa.

Secara keseluruhan, mental health peserta didik di SMP Plus Insan Gemilang menunjukkan kondisi yang baik ketika sistem *boarding school* yang merupakan kebijakan sejak awal berdirinya sekolah dijalankan bersama integrasi Pendidikan Islam dan layanan BK. Lingkungan asrama yang religius dan pembatasan gadget menjadi faktor protektif, sedangkan layanan BK Islami membantu siswa mengelola stres, memperkuat identitas spiritual, dan membangun keterampilan sosial. Literatur mendukung bahwa religiusitas, dukungan sosial, dan strategi pengajaran Islami adalah faktor penting dalam kesehatan mental siswa (Yus dkk., 2023; Lisnawati & Al Rahmah, 2019; Sorayati Dwi Utami dkk., 2023).

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa integrasi Pendidikan Islam dan layanan Bimbingan Konseling (BK) di SMP Plus Insan Gemilang yang diterapkan secara sistematis sejak awal berdirinya sekolah melalui sistem *boarding school* dan kebijakan tanpa gawai berdampak positif terhadap pembentukan kesehatan mental peserta didik Generasi Alpha. Nilai-nilai religius yang diinternalisasikan melalui pembelajaran PAI, pembiasaan ibadah bersama, keteladanan guru, dan layanan konseling Islami terbukti membantu siswa mengembangkan

ketenangan batin, kemampuan pengendalian emosi, serta resiliensi menghadapi tantangan akademik dan sosial. Model integrasi PAI–BK di Insan Gemilang secara efektif menggabungkan aspek spiritual, moral, dan psikologis sehingga menciptakan pendekatan pendidikan yang holistik dan sesuai karakteristik Generasi Alpha.

Meskipun demikian, penelitian ini juga mengidentifikasi tantangan yang perlu diperhatikan, seperti rasa kangen rumah (*homesick*), kejenuhan akibat padatnya jadwal kegiatan, serta kesulitan siswa dalam mengelola waktu. Kondisi ini menuntut peningkatan program pendampingan, penguatan keterampilan manajemen diri, serta konseling yang lebih intensif. Dengan demikian, penelitian ini menyimpulkan bahwa integrasi Pendidikan Islam dan BK berbasis nilai Islami dalam konteks *boarding school* merupakan pendekatan yang relevan dan efektif untuk memperkuat mental peserta didik Generasi Alpha. Implementasi model ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi lembaga pendidikan Islam lainnya dalam membangun ketahanan mental-spiritual siswa di era digital.

Kedepannya, perlu pengembangan lebih lanjut dalam bentuk pelatihan konselor BK berbasis nilai Islam, peningkatan koordinasi dengan orang tua, serta penelitian lanjutan yang mengukur dampak jangka panjang integrasi PAI–BK terhadap kesehatan mental dan karakter siswa. Dengan langkah-langkah tersebut, model pendidikan Islami yang diterapkan di SMP Plus Insan Gemilang dapat semakin komprehensif, berkelanjutan, dan memberikan kontribusi nyata bagi pembinaan generasi muda yang sehat secara mental, emosional, dan spiritual.

DAFTAR PUSTAKA

- Aldi, M., & Khairanis, R. (2025). Integrasi Ilmu Pendidikan Islam Dan Psikologi Pendidikan Dalam Membentuk Karakter Dan Kecerdasan Spritual Siswa. *Akhlak: Journal of Education Behavior and Religious Ethics*, 1(1). <https://doi.org/10.30998/jebg.v1i1.3723>
- Al-Ghazali. (2020). *Ihya' Ulumuddin (Jilid 3)*. Marja.
- Azhara, S., & Irsyadunnas, I. (2024). Menguak Kearifan Islam: Integrasi-Interkoneksi Etika Bimbingan dan Konseling Berlandaskan Al-Qur'an dan Al-Hadits. *Hudan Lin Naas: Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 5(1), 41-54. <http://dx.doi.org/10.28944/hudanlinnaas.v5i1.1549>
- Fadli, D. (2024). Integrasi Nilai-Nilai Islam Dalam Pendidikan Keluarga: Strategi Membangun Generasi Berakhlak Mulia. *Jurnal Pendidikan Nusantara*, 9(1), 151-165. <https://journal.sepercenter.org/index.php/jpn/article/view/92>
- Fadlurrohman, I., Husein, A., Yulia, L., Wibowo, H., & Raharjo, S. T. (2019). Memahami perkembangan anak generasi alfa di era industri 4.0. *Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial*, 2(2), 178-186. <https://doi.org/10.24198/focus.v2i2.26235>
- Hibatullah, H. (2022). Implementasi Bimbingan Konseling dalam Pendidikan Islam. *Jurnal At-Tadbir: Media Hukum Dan Pendidikan*, 32(1), 1-11. <https://doi.org/10.52030/attadbir.v32i1.122>
- Hidayat, A. H. (2021). Pola Pelaksanaan Cyber Konseling sebagai Upaya Pengembangan Program Bimbingan Konseling. *Jurnal Al-Irsyad: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(2), 325-342. <https://doi.org/10.24952/bki.v3i2.4673>
- Iryadi, A., Adriani, C. A., Pertiwi, N. S. Q., Rahmawati, R., & Dewi, Z. (2023). Pengaruh Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Remaja. *Eksekusi: Jurnal Ilmu Hukum dan Administrasi Negara*, 2(1), 71–78. <https://doi.org/10.55606/eksekusi.v2i1.796>
- Jannah, M. & Nurjannah. (2025). Menemukan Ketenangan Di Tengah Badai Kecemasan: Pendekatan Konseling Islam. *Counseling For All: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 5(1), 32-43. <https://doi.org/10.57094/jubikon.v5i1.2444>

- Jannah, M., Irdha, M. F., Rambe, M. M. F., & Az-Zahra, T. C. S. (2024). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Emosional Remaja. *Mutiara: Jurnal Penelitian Dan Karya Ilmiah*, 2(1), 93-106. <https://doi.org/10.59059/mutiara.v2i1.861>
- Lisnawati, L., & Al Rahmah, I. A. D. (2019). Kesejahteraan psikologis ditinjau dari spiritualitas siswa di lembaga pendidikan berbasis agama pesantren dan non pesantren. *Jurnal Psikologi Integratif*, 6(2), 190-212. <https://doi.org/10.14421/jpsi.v6i2.1499>
- Mansyur, Y. A., & Salim, H. (2023). Peran Pendidikan Agama Islam (PAI) Dalam Menjaga Kesehatan Mental Siswa di SMP Negeri 2 Wonogiri. *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam*, 12(001). <https://doi.org/10.30868/ei.v12i001.5573>
- Noviani, N., Febrini, D., & Mukti, W. A. H. (2022). Pengaruh Peraturan Pembatasan Penggunaan Handphone Terhadap Minat Belajar Peserta Didik di Sekolah Dasar. *Journal of Primary Education*, 2(2). <https://doi.org/10.29300/jpe.v2i2.3702>
- Nuzliah, N., & Niesa, C. (2023). Integrasi Nilai Agama dalam Pengembangan Bimbingan dan Konseling di SMPN 1 Bandar Dua. *At-Taujih: Bimbingan dan Konseling Islam*, 6(2), 65-78. <https://doi.org/10.22373/taujih.v6i2.20868>
- Permana, M. D., & Afandi, N. K. (2024). Integrasi Nilai-Nilai Agama Islam Dalam Pengembangan Psikologis. *NATHIQIYYAH: Jurnal Psikologi Islam*, 7(2), 217–228. <https://doi.org/10.46781/nathiqiyyah.v7i1>
- Purba, D. J. (2025). Pendidikan Agama Islam Sebagai Bentuk Penguatan Mental Siswa. *Komprehensif*, 3(1), 129-138. <https://ejournal.edutechjaya.com/index.php/komprehensif/article/view/1390>
- Rohman, K. N. (2024). Sinergi Guru Pendidikan Agama Islam dan Bimbingan Konseling dalam Meningkatkan Efikasi Diri Siswa di MAN 3 Bantul. *Indonesian Journal of Action Research*, 3(2), 95-103. <https://doi.org/10.14421/ijar.2024.32-05>
- Tata, S., Suhara, D., & Wulandini, W. N. (2024). Integrasi Pendidikan Agama Islam dengan Bimbingan Konseling dan Dampaknya Terhadap Akhlak Peserta Didik. *TA'DIB: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2(1), 116-126. <https://doi.org/10.69768/jt.v2i1.52>
- Utami, S. D., Asniar, A., & Hayati, W. (2023). Social Support and Subjective Well-Being among Adolescents living in Islamic Boarding School in Rural Indonesia. *International Journal of Nursing Education*, 15(3), 72. <https://doi.org/10.37506/ijone.v15i3.19576>
- Yunita, Y. (2023). Integration of Islamic Guidance Service Model and Islamic Education Learning and its Effect on Students' Psychological Well-Being in the New Normal Era. *At-Ta'lim: Media Informasi Pendidikan Islam*, 22(2), 171-178. <http://dx.doi.org/10.29300/attalim.v22i2.2537>
- Yus, Y. H., Baehaqi, A., Heryana, R., Dwijantie, J. S., & Hartini, Y. (2023). Pendidikan Islam Dan Kesehatan Mental: Strategi Pengajaran Yang Berfokus Pada Kesejahteraan Psikologis Siswa. *Jurnal Penelitian Pendidikan Sosial Humaniora*, 8(2), 195-200. <https://doi.org/10.32696/jp2sh.v8i2.3439>