

Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin

Volume 2, Nomor 9, Oktober 2024, P. 684-686

Licensed by CC BY-SA 4.0

E-ISSN: 2986-6340

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.13910725>

Pengaruh Pendidikan Agama Terhadap Peningkatan Literasi Spiritual dan *Mental Health* di Kalangan Pelajar dan Mahasiswa

Encik Debita Valsamidis^{1*}, Dwi Andiny Fauziyah², Kiesa Zamira³, Nabhan Muhammad Ali³
¹²³⁴Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

*Email: encikdebita@upi.edu¹, dwiandinyfauziyah@upi.edu², kiesazamm@upi.edu³, nabhanmali1@upi.edu⁴

Abstrak

Gangguan mental merupakan penyebab beban sosial yang signifikan karena prevalensi yang tinggi dan dampak yang menghambat. Seperempat populasi dunia merupakan pelajar dan mahasiswa, dimana banyak diantaranya mengalami gangguan mental sejak usia dini. Penulisan ini membahas dengan signifikansi pendidikan Agama dalam meningkatkan kesejahteraan mental Pelajar dan Mahasiswa. Pendidikan agama memiliki potensi besar dalam meningkatkan kesehatan mental remaja dengan memfasilitasi pengembangan respons yang sehat terhadap stress, meningkatkan keterampilan mengatasi masalah, dan mendorong hubungan yang sosial yang positif. Namun, penting untuk mempertimbangkan potensi dampak negatif dan merancang strategi pendidikan yang efektif untuk memaksimalkan manfaatnya. Masalah kesehatan mental semakin menjadi perhatian global, termasuk di kalangan pelajar dan mahasiswa. Berbagai faktor, seperti tekanan akademik, masalah sosial, dan lingkungan yang tidak mendukung, dapat memicu gangguan mental pada mahasiswa dalam konteks ini, agama, khususnya Islam, seringkali dianggap sebagai sumber kekuatan dan dukungan bagi individu.

Kata kunci: Pendidikan Agama, Literasi Spiritual, Mental Health Pelajar Mahasiswa

Abstract

Mental disorders are a significant cause of social burden due to their high prevalence and inhibiting impact. A quarter of the world's population are students, many of whom experience mental disorders from an early age. This article discusses the significance of religious education in improving the mental well-being of students. Religious education has great potential in improving youth mental health by facilitating the development of healthy responses to stress, improving problem-solving skills, and encouraging positive social relationships. However, it is important to consider the potential negative impacts and design effective educational strategies to maximize the benefits.

Keywords: Religious Education, Spiritual Literacy, Mental Health Students

Article Info

Received date: 15 September 2024

Revised date: 25 September 2024

Accepted date: 05 Oktober 2024

PENDAHULUAN

Salah satu komponen penting dari sistem pendidikan adalah pendidikan agama, yang bertujuan untuk membentuk moral dan karakter seseorang. Di era modern, di mana teknologi dan informasi berkembang dengan cepat, masalah yang dihadapi siswa dan mahasiswa semakin kompleks. Masalah sosial, tekanan akademik, dan perubahan lingkungan yang cepat sering mengganggu kesehatan mental mereka. Hal ini menimbulkan kebutuhan mendesak untuk memahami cara pendidikan agama dapat membantu generasi muda meningkatkan literasi spiritual dan kesehatan mental.

Kemampuan seseorang untuk memahami, menilai, dan menerapkan nilai-nilai spiritual dalam kehidupan sehari-hari mereka disebut literasi spiritual. Penelitian menunjukkan bahwa orang yang memiliki literasi spiritual yang baik lebih mampu mengatasi stres, membangun hubungan sosial yang positif, dan memiliki pandangan hidup yang lebih optimis. Oleh karena itu, pendidikan agama dapat membantu meningkatkan literasi spiritual dan kesehatan mental pelajar dan mahasiswa.

Namun, meskipun banyak penelitian yang menyelidiki hubungan antara pendidikan agama dan aspek sosial-emosional, masih ada celah dalam pemahaman kita tentang bagaimana pendidikan agama mempengaruhi literasi spiritual dan kesehatan mental secara khusus. Penelitian ini bertujuan

untuk mengisi celah ini dengan menganalisis bagaimana pendidikan agama mempengaruhi literasi spiritual dan kesehatan mental di kalangan pelajar dan mahasiswa.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif untuk mengukur respons pelajar dan mahasiswa terhadap pengaruh pendidikan agama terhadap literasi spiritual dan kesehatan mental mereka. Data dikumpulkan melalui penggunaan kuisioner yang dibagikan kepada 44 responden. Analisis data dilakukan dengan cara deskriptif dan menghitung skala, dengan menghitung presentase jawaban untuk setiap pertanyaan. Penelitian ini berlangsung dari 24 September 2024 hingga 25 September 2024.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada dasarnya adalah makhluk yang unik. Berbeda dengan makhluk lainnya manusia masihlah perlu bimbingan dan dukungan terlebih pada awal masa kehidupannya. Oleh karena itu perlu adanya pendidikan yang memberikan gambaran dan juga pintu kesempatan manusia untuk dapat memperluas keilmuannya. Salah satunya adalah dengan adanya program pendidikan. Pada penelitian ini di dapat hasil bahwa mayoritas responden berpendapat Pendidikan Agama sangat berpengaruh terhadap literasi spiritual. Hal ini menjadi gambaran bahwa pendidikan agama dapat memberikan dukungan untuk terus memperluas literasi spiritual karena dengan pendidikan agama literatur spiritual dapat terjalin lebih efisien dan terarah.

Tak dapat di pungkiri terdapat banyak literatur spiritual yang belum tentu kebenarannya atau bahkan menyesatkan. Terlebih dengan mudahnya mengakses media informasi pada zaman ini mengakibatkan informasi dengan mudah tersebar bahkan sebelum informasi tersebut tervalidasi kebenarannya. Maka dari itu pendidikan agama yang terstruktur dan tervalidasi sangat menjadi penentu literasi spiritual yang akan di konsumsi masyarakat luas nantinya. Hal ini pun di dukung dengan jawaban responden yang mengatakan teknologi dan informasi sangat berdampak pada pembelajaran nilai agama.

Selain itu Pendidikan Agama memiliki berbagai manfaat seperti yang responden rasakan diantaranya lebih dekat secara mental dan spiritual kepada YME dan Peningkatan Kemampuan untuk Mengatasi Tantangan Hidup dan pengendalian diri.

Responden menyatakan Pendidikan agama berdampak pada kesehatan mentalnya dengan rincian jawaban tidak berdampak 1, cukup berdampak 8, berdampak 16, dan sangat berdampak 19.

Responden juga menyatakan terdapat perbedaan signifikan antara pendidikan formal dan tidak dengan rincian jawaban satu responden mengatakan tidak, 20 responden mengatakan cukup berdampak, 9 responden mengatakan signifikan, dan sangat signifikan 6 responden.

Dari pertanyaan yang kami sampaikan responden mengatakan metode yang paling efektif dalam meningkatkan literasi spiritual dan berpengaruh terhadap kesehatan mental adalah dengan metode problem solving, dengan jumlah jawaban sebanyak 19 jawaban. Rincian dapat di lihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Metode Yang Paling Efektif untuk Meningkatkan Literasi Spiritual dan Berpengaruh terhadap Kesehatan Mental

No	Metode	Jumlah
1.	Literasi visual/Audio visual	11
2.	Tutorial/bimbingan	4
3.	Problem solving (pemecahan masalah)	13
4.	Ceramah	9
5.	Diskusi Kelompok	5

Responden mengatakan komponen yang paling efektivitas pendidikan agama dalam meningkatkan literasi spiritual dan kesehatan mental bagi mahasiswa dan adalah dari metode pembelajarannya.

Adapun responden mengatakan manfaat yang dirasakan dari pendidikan agama yang pertama Lebih dekat secara mental dan spiritual kepada Yang Maha Esa dan Peningkatan Kemampuan untuk Mengatasi Tantangan Hidup dan pengendalian diri.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian tentang "Pengaruh Pendidikan Agama terhadap Peningkatan Literasi Spiritual dan Mental Health di Kalangan Pelajar dan Mahasiswa." Dapat disimpulkan bahwa pendidikan agama memiliki pengaruh positif yang signifikan dalam meningkatkan literasi spiritual dan kesehatan mental. Pelajar dan mahasiswa yang mendapatkan pendidikan agama yang memadai cenderung memiliki pemahaman yang lebih baik tentang spiritualitas, yang pada gilirannya membantu mereka mengembangkan keseimbangan emosional dan mental yang lebih kuat.

Pendidikan, terutama pendidikan agama, sangat penting dalam membimbing dan mendukung individu, terutama di awal kehidupan mereka. Penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden menganggap pendidikan agama berpengaruh signifikan terhadap perkembangan spiritual. Di era informasi yang mudah diakses, pendidikan agama yang terstruktur dan tervalidasi menjadi kunci untuk memastikan masyarakat menerima pemahaman spiritual dan mental health yang benar, mengingat banyaknya informasi yang belum terverifikasi. Teknologi dan informasi juga berpengaruh pada proses pembelajaran agama ataupun pendidikan dan mental health.

REFERENSI

- Hasanah, U. (2019). Pendidikan Agama dalam Meningkatkan Kesadaran Spiritual Siswa. *Jurnal Kajian Pendidikan*, 8(3), 78-90.
- Kurniawan, B. (2022). Dampak Pendidikan Agama terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa. *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 11(4), 200-215.
- Lubis, Askolan. "Peran Agama dalam Kesehatan Mental" *MARTABE: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, t.t.
- Nurhayati, S. (2020). Pendidikan Agama dan Kesehatan Mental: Tinjauan Psikologis. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 12(1), 45-60.
- Rahman, A., & Sari, D. (2021). Literasi Spiritual dan Kesehatan Mental pada Remaja. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 14(2), 100-115