

## **PERAN GURU AKIDAH AKHLAK DALAM MEMBANGUN MENTAL POSITIF SISWA DI ERA DIGITAL**

**Zulfa Nur Afifah<sup>1</sup>, Eti Hadiati<sup>2</sup>, Agus Faisal Asyha<sup>3</sup>**

Program Studi Pendidikan Agama Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung<sup>1,2,3</sup>

e-mail: [zulfanurafifah311@gmail.com](mailto:zulfanurafifah311@gmail.com), [eti.hadiati@radenintan.ac.id](mailto:eti.hadiati@radenintan.ac.id),  
[agusfaisalasyha@radenintan.ac.id](mailto:agusfaisalasyha@radenintan.ac.id)

Diterima: 31/3/2026; Direvisi: 6/4/2026; Diterbitkan: 14/4/2026

### **ABSTRAK**

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pesatnya perkembangan teknologi digital yang membawa dampak negatif signifikan terhadap mental dan karakter peserta didik, seperti munculnya fenomena *social comparison*, kecemasan digital (*FOMO*), hingga degradasi moral. Fokus penelitian ini adalah menganalisis peran guru Akidah Akhlak dalam membangun mental positif siswa di era digital di MTs Walisongo Sukajadi, Lampung Tengah, sebuah madrasah berbasis pesantren yang menerapkan aturan ketat larangan membawa Handphone. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode studi kasus. Data dikumpulkan melalui teknik observasi, wawancara mendalam dengan kepala madrasah, guru Akidah Akhlak, guru BK, dan siswa, serta studi dokumentasi. Analisis data dilakukan melalui tahap reduksi, penyajian data, dan penarikan kesimpulan menggunakan model Miles dan Huberman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru Akidah Akhlak menjalankan peran strategis sebagai filter moral, pembimbing spiritual, dan motivator melalui metode keteladanan (*uswah hasanah*) serta pembiasaan rutin keagamaan seperti tadarus dan shalat dhuha. Sinergi antara guru Akidah Akhlak dan guru Bimbingan Konseling (BK) terbukti efektif dalam membangun resiliensi mental siswa, di mana guru Akidah Akhlak memberikan fondasi spiritual (*iman*) sementara guru BK memberikan pendampingan psikologis. Simpulan penelitian menegaskan bahwa internalisasi nilai-nilai *qanaah* dan *tawakal* mampu mentransformasi rasa iri akibat pengaruh media sosial menjadi mental positif, sehingga siswa tetap memiliki kontrol diri dan fokus belajar meskipun hidup di tengah arus digitalisasi yang masif.

**Kata Kunci:** *Guru Akidah Akhlak, Mental Positif, Era Digital.*

### **ABSTRACT**

This study was motivated by the rapid development of digital technology, which has had a significant negative impact on the mental health and character of students, such as the emergence of social comparison, digital anxiety (*FOMO*), and moral degradation. The focus of this study is to analyze the role of Akidah Akhlak teachers in building positive mentalities among students in the digital era at MTs Walisongo Sukajadi, Central Lampung, a pesantren-based madrasah that strictly prohibits students from bringing mobile phones to school. This study uses a descriptive qualitative approach with a case study method. Data were collected through observation techniques, in-depth interviews with the head of the madrasah, Akidah Akhlak teachers, guidance counselors, and students, as well as documentation studies. Data analysis was carried out through the stages of reduction, data presentation, and conclusion drawing using the Miles and Huberman model. The results showed that Akidah Akhlak teachers played a strategic role as moral filters, spiritual guides, and motivators through the method of exemplary behavior (*uswah hasanah*) and routine religious practices such as tadarus and dhuha.

prayers. The synergy between Akidah Akhlak teachers and Guidance Counseling (BK) teachers proved to be effective in building students' mental resilience, where Akidah Akhlak teachers provided a spiritual foundation (faith) while BK teachers provided psychological assistance. The research conclusion confirms that the internalization of the values of qanaah and tawakal can transform envy caused by the influence of social media into a positive mentality, so that students maintain self-control and focus on learning even though they live in the midst of massive digitalization.

**Keywords:** *Akidah Akhlak teachers, Positive Mentality, Digital Era.*

## PENDAHULUAN

Digitalisasi dalam ekosistem pendidikan saat ini merupakan konsekuensi logis dari percepatan teknologi global yang menuntut institusi untuk segera beradaptasi demi menjaga relevansi ilmu pengetahuan. Pemerintah Indonesia telah merespons fenomena ini dengan mengimplementasikan berbagai kebijakan strategis guna mendukung infrastruktur pembelajaran digital secara merata. Kebijakan tersebut mencakup penyediaan materi ajar berbasis jaringan yang dapat diakses secara luas oleh guru, siswa, maupun masyarakat umum melalui portal rumah belajar. Dalam dukungannya, regulasi nasional menekankan pentingnya pemanfaatan perangkat teknologi informasi seperti komputer dan tablet sebagai komponen operasional sekolah yang esensial. Namun, adopsi teknologi ini bukan sekadar masalah pengadaan perangkat keras, melainkan sebuah keniscayaan yang menuntut kesiapan menyeluruh dari sisi kebijakan serta mentalitas pengguna. Hal terpenting yang sering kali terabaikan adalah kesiapan spiritual peserta didik agar mampu mengoperasikan instrumen digital secara bijak dan bertanggung jawab di tengah arus informasi yang melimpah (Marwah & Abdussalam, 2020; Thahir et al., 2023; Zaini & Nisak, 2021). Oleh karena itu, literasi digital harus dibarengi dengan penguatan karakter agar pemanfaatan teknologi tidak melenceng dari tujuan luhur pendidikan nasional yang ingin mencetak generasi cerdas namun tetap berintegritas tinggi serta memiliki kemandirian dalam mengelola arus informasi komunikasi digital (Kurniawan & Suyatman, 2025; L et al., 2026; Santoso et al., 2026).

Memasuki era modern yang serba terhubung, kehidupan manusia saat ini nyaris mustahil dilepaskan dari pengaruh teknologi digital yang terus berkembang dengan kecepatan eksponensial. Meskipun digitalisasi menawarkan lompatan efisiensi dalam akses informasi dan pembentukan karakter generasi muda, realitas di lapangan menunjukkan sisi gelap yang cukup mengkhawatirkan bagi stabilitas mental peserta didik. Tantangan nyata yang muncul bukan lagi sekadar kendala teknis dalam pengoperasian gawai, melainkan munculnya berbagai fenomena psikologis yang merusak seperti *social comparison* atau kecenderungan membandingkan kehidupan pribadi dengan citra semu orang lain di media sosial. Selain itu, gejala kecemasan digital seperti *fear of missing out* sering kali menghantui perasaan siswa, memicu tekanan emosional yang berujung pada degradasi moral akibat paparan konten negatif yang tidak tersaring. Masalah ini bersifat multidimensional karena menyerang ketenangan spiritualitas sekaligus stabilitas emosional secara simultan. Dampaknya terlihat nyata pada menurunnya intensitas interaksi sosial yang hangat, melemahnya kontrol emosi, serta memudarnya kesadaran beragama dan etika pergaulan yang seharusnya menjadi identitas utama seorang pelajar yang beradab. Kondisi ini menuntut penanganan yang lebih mendalam dari sekadar instruksi teknis di dalam ruang kelas (Abbas & Ibrahim, 2025; Restaviana et al., 2026; Santoso et al., 2026).

Menghadapi kompleksitas gangguan mental dan spiritual di era digital yang semakin sekuler ini, tanggung jawab pendidik tidak lagi bisa dilakukan secara terpisah-pisah dalam sekat

mata pelajaran tertentu. Diperlukan sebuah kolaborasi yang bersifat sinergis antara guru Akidah Akhlak yang berfungsi membangun fondasi nilai-nilai spiritual dengan guru Bimbingan Konseling yang bertindak sebagai pendamping psikologis perilaku siswa. Guru Akidah Akhlak memikul beban berat untuk menanamkan benteng iman agar siswa mampu menyaring pengaruh buruk dari dunia maya yang sering kali bertentangan dengan norma agama. Sementara itu, guru Bimbingan Konseling berperan penting dalam mendeteksi gejala gangguan kesehatan mental yang sering kali tersembunyi di balik layar perangkat digital atau perilaku diam yang menipu saat berada di lingkungan asrama. Sinergi ini menjadi krusial dalam dunia pendidikan Islam agar pencapaian prestasi akademik selalu berjalan selaras dengan pembentukan kepribadian yang sehat dan mental yang positif sesuai ajaran. Tanpa adanya keterpaduan peran antara penyedia filter nilai spiritual dan praktisi kesehatan mental, siswa akan rentan kehilangan arah di tengah arus informasi yang tidak terbatas dan budaya digital yang sering kali mengabaikan adab, etika kesopanan, serta nilai-nilai moralitas keagamaan yang luhur (Feriyadi et al., 2026; Humaira & Amin, 2026; Jaswadi & Junaris, 2025; Maryam et al., 2026).

Fenomena ini menjadi objek kajian yang sangat menarik di lingkungan MTs Walisongo Sukajadi pada tahun ajaran 2025/2026, yang merupakan lembaga pendidikan berbasis pesantren dengan aturan kedisiplinan yang sangat ketat. Meskipun pihak madrasah telah menerapkan kebijakan larangan total bagi santri untuk membawa telepon genggam ke dalam asrama, pengaruh derasnya arus digitalisasi tetap merembes melalui berbagai celah yang tidak terduga. Paparan teknologi digital tersebut masuk ke dalam kehidupan santri melalui interaksi sosial dengan siswa non-mukim yang berasal dari lingkungan desa sekitar dan tidak menetap di asrama. Selain itu, akses terbatas yang diperoleh siswa saat mengikuti pembelajaran teknologi informasi dan komunikasi menggunakan komputer di laboratorium serta momen kunjungan orang tua yang membawa perangkat digital turut menjadi saluran masuknya pengaruh luar. Kondisi ini menciptakan kesenjangan antara kebijakan sekolah yang ingin menciptakan lingkungan steril digital dengan kenyataan interaksi sosial siswa yang tetap terpapar dunia luar secara intens. Tantangan ini menuntut konsistensi dalam penanaman akhlak agar siswa tetap memiliki integritas perilaku meskipun sedang berada di luar pengawasan ketat pihak asrama atau saat terpapar konten digital secara tidak sengaja melalui lingkungan pergaulan sekitarnya (Faturrahmi et al., 2022; Nurhabibah et al., 2025; Sagala et al., 2024).

Inovasi utama dalam penelitian ini terletak pada analisis mendalam mengenai sinergi antara guru Akidah Akhlak dan guru Bimbingan Konseling sebagai filter ganda terhadap kesehatan mental siswa di lingkungan madrasah. Melalui koordinasi yang dilakukan di MTs Walisongo Sukajadi pada tahun ajaran 2025/2026, guru Akidah Akhlak diposisikan sebagai penyedia nilai normatif yang membentengi siswa agar terhindar dari perilaku *fasad* atau kerusakan moral yang merusak iman. Di sisi lain, guru Bimbingan Konseling berperan sebagai praktisi yang melatih *resilience* atau ketangguhan psikologis serta melakukan deteksi dini terhadap gejala perubahan perilaku yang mencurigakan. Kolaborasi ini memastikan bahwa masalah kesehatan mental tidak hanya dipandang secara sempit sebagai masalah kurangnya keimanan, melainkan juga dipahami sebagai dinamika psikologis yang memerlukan bimbingan teknis yang tepat dan personal. Sinergi ini memberikan nilai baru bagi praktik pendidikan Islam dengan menawarkan solusi komprehensif yang memiliki akar spiritual kokoh sekaligus stabilitas emosional yang terjaga dengan baik. Dengan keterlibatan aktif guru sebagai pembimbing spiritual dan teladan moral, diharapkan teknologi dapat dialihfungsikan menjadi sarana peningkatan *akhlakul karimah* bagi peserta didik. Strategi personal yang intensif ini menjadi langkah kunci dalam mewujudkan ekosistem pendidikan yang mampu melahirkan generasi yang selamat secara mental dan mulia secara karakter.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan pendekatan kualitatif dengan jenis deskriptif melalui desain studi kasus guna mengeksplorasi fenomena pendidikan secara mendalam dan naturalistik. Fokus utama prosedur ini adalah menangkap realitas peran pendidik dalam kondisi alami tanpa melakukan manipulasi variabel di lapangan. Lokasi riset ditetapkan secara spesifik di MTs Walisongo Sukajadi, Lampung Tengah, sebuah institusi berbasis pesantren yang memiliki karakteristik unik dalam menghadapi tantangan teknologi. Pemilihan studi kasus memungkinkan peneliti untuk membedah interaksi sosiokultural serta makna di balik perilaku warga sekolah secara tuntas. Melalui kerangka kerja ini, setiap dinamika psikologis siswa di era digital ditransformasikan menjadi narasi ilmiah yang sistematis untuk mengevaluasi efektivitas bimbingan spiritual. Langkah sistematis ini menjamin kedalaman kajian dalam menangkap esensi pembangunan mental tanpa bergantung pada angka statistik yang kaku selama proses evaluasi berlangsung, sehingga diperoleh gambaran yang akurat mengenai strategi perlindungan moral di lingkungan madrasah tersebut secara komprehensif bagi kepentingan ilmu pengetahuan pada tahun 2026 ini.

Sumber informasi primer diperoleh melalui teknik *purposive sampling* untuk menjangkau narasumber kunci yang meliputi kepala madrasah, guru mata pelajaran Akidah Akhlak, guru Bimbingan Konseling, serta para siswa. Prosedur pengumpulan data dilaksanakan melalui integrasi tiga teknik utama, yakni observasi partisipatif, wawancara mendalam, dan studi dokumentasi fisik. Peneliti melakukan pengamatan langsung terhadap rutinitas keagamaan harian seperti tadarus dan shalat dhuha guna merekam pembiasaan perilaku subjek secara objektif. Wawancara semi-terstruktur dijalankan untuk menggali persepsi personal mengenai dampak *social comparison* serta strategi *resilience* mental di tengah kebijakan ketat larangan membawa telepon genggam. Selain itu, teknik dokumentasi diterapkan dengan menghimpun arsip profil madrasah, agenda harian santri, dan catatan layanan konseling sebagai bukti pendukung. Penggunaan berbagai alat bantu ini bertujuan untuk mensinkronkan data lisan dengan fakta sosiologis yang terekam di lingkungan asrama. Seluruh instrumen dirancang agar mampu menangkap nuansa emosional dan stabilitas spiritual responden secara akurat demi mendapatkan kecukupan informasi yang kredibel sesuai fakta lapangan yang terekam secara tuntas.

Tahapan analisis data dijalankan secara sistematis mengikuti model interaktif yang mencakup prosedur reduksi data, penyajian informasi, serta penarikan kesimpulan. Peneliti melakukan seleksi ketat terhadap seluruh informasi mentah untuk menyederhanakan temuan dengan membuang data yang tidak relevan melalui teknik koding tema kesehatan mental. Data yang telah difokuskan kemudian disajikan dalam bentuk uraian naratif deskriptif guna mempermudah identifikasi pola hubungan antara internalisasi nilai *qanaah* dengan kontrol diri siswa. Guna menjamin keabsahan temuan, penelitian ini menerapkan strategi *triangulation* sumber dan teknik dengan membandingkan perspektif lintas informan serta memverifikasi hasil observasi dengan dokumen resmi madrasah. Proses verifikasi dilakukan secara berkelanjutan hingga mencapai titik jenuh informasi guna menghasilkan simpulan logis mengenai efektivitas sinergi filter moral dalam membangun ketangguhan mental. Rangkaian langkah analitis ini memastikan bahwa hasil penelitian didasarkan pada bukti lapangan yang valid, transparan, dan dapat dipertanggungjawabkan secara akademik untuk memetakan transformasi mental positif peserta didik di tengah arus digitalisasi yang masif saat ini secara menyeluruh.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

#### 1. Fenomena Kerentanan Mental Siswa di Tengah Arus Budaya Digital

Kondisi mental siswa di MTs Walisongo Sukajadi saat ini menunjukkan adanya fenomena kerentanan yang cukup signifikan akibat paparan budaya digital yang masif. Meskipun pihak sekolah telah menerapkan kebijakan yang sangat ketat terkait pembatasan penggunaan gawai di lingkungan pendidikan, pengaruh dunia luar tetap merembes masuk ke dalam kesadaran psikologis para siswa. Temuan lapangan mengindikasikan bahwa para remaja ini sering kali terjebak dalam pusaran perbandingan sosial yang tidak sehat saat mereka mendapatkan akses ke media sosial. Fenomena ini menciptakan tekanan batin yang sering kali tidak terlihat secara kasat mata namun berdampak besar pada kesejahteraan emosional mereka. Siswa cenderung mengukur harga diri mereka berdasarkan standar luar yang sering kali tidak realistis, sehingga menciptakan jarak antara realitas kehidupan mereka di sekolah dengan dunia ideal yang ditampilkan di layar digital.

Rasa iri dan ketidakpercayaan diri, atau yang sering dikenal dengan istilah *insecure*, menjadi dampak psikologis utama yang ditemukan pada siswa ketika mereka melihat standar kesuksesan semu di media sosial. Gaya hidup yang tampak sempurna, kemewahan, dan kebebasan tanpa batas yang dipamerkan oleh para figur publik di dunia digital sering kali berbanding terbalik dengan kehidupan pesantren yang penuh kedisiplinan dan kesederhanaan. Hal ini memicu gejolak batin di mana siswa merasa bahwa kehidupan yang mereka jalani saat ini tertinggal atau kurang berharga jika dibandingkan dengan tren global. Perasaan merasa kurang ini jika tidak ditangani dengan tepat dapat menurunkan motivasi belajar dan mengganggu konsentrasi siswa dalam mengikuti kegiatan akademik harian di sekolah. Oleh karena itu, kerentanan mental ini menjadi tantangan utama yang harus dihadapi oleh para pendidik di era modern.

#### 2. Peran Strategis Guru Akidah Akhlak sebagai Pembimbing Spiritual

Guru mata pelajaran Akidah Akhlak, khususnya Ibu Dra. Siti Mu'allimah, memegang peran yang sangat strategis dalam membentengi mental siswa dari pengaruh negatif budaya digital. Dalam praktiknya, peran guru tidak hanya terbatas pada transfer pengetahuan di dalam kelas, tetapi juga mencakup bimbingan spiritual yang komprehensif bagi setiap individu. Beliau bertindak sebagai motivator utama yang senantiasa hadir memberikan dorongan moral ketika siswa tampak menunjukkan tanda-tanda kelelahan psikologis atau kegoyahan iman. Pendekatan yang dilakukan sangatlah humanis, di mana guru berupaya memahami keresahan batin siswa dan memberikan nasihat-nasihat spiritual yang menenangkan. Kehadiran guru sebagai sosok pelindung mental ini menjadi fondasi penting agar siswa tetap memiliki pegangan yang kuat di tengah arus informasi yang sering kali membingungkan dan merusak moralitas remaja.

Lebih jauh lagi, implementasi peran guru Akidah Akhlak ini mencakup upaya integrasi nilai-nilai agama ke dalam penyelesaian masalah sehari-hari yang dihadapi siswa. Guru secara konsisten memberikan pemahaman bahwa kebahagiaan sejati tidak diukur dari apa yang terlihat di media sosial, melainkan dari ketenangan hati dan kedekatan kepada Sang Pencipta. Motivasi yang diberikan secara berkala membantu siswa untuk merekonstruksi kembali cara pandang mereka terhadap standar kesuksesan hidup. Dengan memberikan pendampingan yang intensif, guru mampu mengubah pola pikir siswa yang tadinya mudah merasa rendah diri menjadi lebih bersyukur atas kondisi yang ada. Proses bimbingan spiritual ini menjadi jembatan bagi siswa

untuk tetap fokus pada tujuan pendidikan mereka meskipun bayang-bayang dunia digital terus menggoda melalui persepsi-persepsi yang menyimpang dari nilai-nilai agama.

### **3. Internalisasi Nilai Sabar dan Syukur melalui Keteladanan**

Penerapan metode keteladanan atau *uswah hasanah* yang dilakukan oleh guru menjadi instrumen kunci dalam menanamkan nilai-nilai karakter pada diri siswa. Di MTs Walisongo Sukajadi, nilai sabar dan syukur tidak hanya diajarkan sebagai teori di atas kertas, melainkan ditunjukkan secara langsung melalui perilaku dan tindakan nyata para pendidik. Ibu Dra. Siti Mu'allimah menjadi contoh hidup bagi para siswa dalam menunjukkan ketenangan dan keteguhan hati saat menghadapi berbagai situasi di sekolah. Dengan melihat sosok guru yang konsisten antara perkataan dan perbuatan, siswa lebih mudah untuk mengadopsi nilai-nilai tersebut ke dalam kepribadian mereka sendiri. Keteladanan ini memberikan bukti nyata bahwa sikap sabar dan syukur adalah kunci utama untuk menghadapi segala tantangan hidup, termasuk tekanan emosional yang muncul akibat tren perbandingan sosial di era digital.

Selain keteladanan, program pembiasaan rutin seperti tadarus Al-Qur'an dan pelaksanaan shalat dhuha berjamaah juga menjadi sarana internalisasi nilai yang sangat efektif. Melalui aktivitas spiritual yang terjadwal secara konsisten, siswa secara bertahap belajar untuk meresapi makna syukur dalam setiap tarikan napas mereka. Kegiatan tadarus harian memberikan ketenangan jiwa yang mampu mengalihkan fokus siswa dari hiruk-pikuk dunia digital menuju kedalaman makna spiritual. Sementara itu, pembiasaan shalat dhuha melatih siswa untuk senantiasa mengawali hari dengan energi positif dan rasa ketergantungan hanya kepada Tuhan. Kombinasi antara keteladanan guru dan pembiasaan rutin ini menciptakan lingkungan belajar yang kondusif bagi pertumbuhan karakter, sehingga nilai-nilai luhur agama benar-benar terpatrit dalam sanubari siswa sebagai tameng pertahanan diri yang paling tangguh.

### **4. Sinergi Lingkungan Religius dan Interaksi Sosial Tanpa Gawai**

Lingkungan sekolah yang didesain secara religius dengan aturan yang sangat ketat mengenai pelarangan penggunaan gawai terbukti menciptakan ruang yang sangat sehat bagi perkembangan sosial siswa. Ketiadaan telepon seluler di tangan siswa memaksa mereka untuk keluar dari isolasi digital dan kembali melakukan interaksi nyata secara langsung dengan sesama teman sejawat. Kondisi ini secara alami mengalihkan perasaan negatif seperti iri hati atau minder yang mungkin muncul akibat media sosial menjadi aktivitas kelompok yang lebih produktif dan menyenangkan. Siswa menjadi lebih peka terhadap keadaan teman di sekelilingnya dan mampu membangun empati yang lebih dalam melalui komunikasi tatap muka. Ruang interaksi yang bebas dari gangguan gawai ini memungkinkan terciptanya ikatan persaudaraan yang kuat di antara para siswa di lingkungan sekolah maupun pesantren.

Faktor kebersamaan dan kepadatan kegiatan positif di sekolah menjadi penentu utama dalam membantu siswa menjaga fokus belajar mereka tanpa terganggu oleh distraksi luar. Dengan jadwal kegiatan yang tertata rapi, mulai dari aktivitas akademik hingga kegiatan keagamaan, siswa tidak memiliki banyak waktu luang untuk merenungi hal-hal negatif yang bersumber dari dunia maya. Rasa kebersamaan yang tinggi dalam menjalani aktivitas sehari-hari memberikan dukungan emosional yang besar bagi setiap individu, sehingga mereka merasa tidak sendirian dalam menghadapi tantangan masa remaja. Dukungan dari teman sebaya yang memiliki visi dan rutinitas yang sama menciptakan atmosfer lingkungan yang saling menguatkan. Sinergi antara kebijakan sekolah yang tegas dan interaksi sosial yang hangat inilah yang akhirnya mampu mengalihkan perhatian siswa dari kepalsuan dunia digital menuju realitas hidup yang penuh makna.

## Pembahasan

Pendidik di lembaga pendidikan ini memegang kendali yang jauh melampaui sekadar menyampaikan materi di dalam ruang kelas. Berdasarkan amanat undang-undang nomor 14 tahun 2005, mereka berperan sebagai penyaring nilai moral sekaligus penggerak motivasi yang menjembatani doktrin keagamaan dengan dinamika kehidupan siber yang kompleks. Melalui pendekatan penuh kebijaksanaan sesuai ayat 125, instruktur mengarahkan perkembangan anak didik secara menyeluruh guna menghadapi disrupsi teknologi. Implementasi nyata terlihat dalam kegiatan rutin seperti ceramah singkat setelah ibadah berjamaah atau saat membaca kitab suci bersama. Di momen tersebut, pengajar menyisipkan panduan praktis mengenai etika berinteraksi di jagat maya agar siswa memiliki tameng karakter kuat. Meskipun terdapat aturan ketat penggunaan gawai, fungsi pengawasan moral tetap bekerja secara preventif untuk membangun imunitas mental. Tujuannya memastikan bahwa saat berada di luar pengawasan sekolah, individu memiliki benteng batin terhadap paparan konten merusak. Keberhasilan ini mendorong terjadinya internalisasi nilai budi pekerti luhur sehingga pemahaman kognitif bertransformasi menjadi stabilitas perilaku harian nyata dalam kehidupan masyarakat luas tanpa mengabaikan aspek spiritualitas mendalam bagi seluruh siswa yang sedang aktif menuntut ilmu (Abdilah et al., 2025; Andesmi, 2022; Biantoro & Rahmatullah, 2025; Farid & Rugaiyah, 2023; Sukirman & Mirnawati, 2020).

Kesehatan jiwa dalam ekosistem ini ditandai oleh kemampuan individu untuk mengelola gejolak emosi dan merespons tantangan secara konstruktif. Fenomena siswa yang sanggup kembali memusatkan perhatian pada aktivitas akademik meskipun sempat terpapar rasa iri terhadap tren di media sosial membuktikan adanya regulasi diri atau *self-regulation* yang efektif. Proses ini merupakan bentuk literasi digital berbasis nilai luhur di mana kecerdasan spiritual berfungsi sebagai penyaring informasi. Para pendidik berupaya mengubah orientasi dari ketakutan tertinggal tren atau *fear of missing out* menjadi kebahagiaan dalam pembatasan diri atau *joy of missing out* melalui penanaman rasa syukur atau *qanaah* mendalam sesuai ayat 28. Siswa diajarkan merasa cukup dengan apa yang dimiliki tanpa harus terjebak perbandingan semu di dunia virtual sesuai tuntunan ayat 286. Kemampuan untuk tetap teguh pada kewajiban belajar di tengah distraksi informasi merupakan sebuah pencapaian spiritual signifikan. Kondisi mental positif bukan berarti hilangnya perasaan negatif secara total melainkan kemampuan mengendalikan emosi agar tidak destruktif. Siswa tetap produktif menuntut ilmu dengan hati tenang dan jiwa stabil secara permanen (Burhani & Fadhila, 2023; Hasbiyallah et al., 2022; Islam et al., 2022; Jayanti et al., 2023; Shafwan & Mahmudin, 2024).

Stabilitas kondisi kejiwaan peserta didik sangat bergantung pada kapasitas mereka dalam menyesuaikan diri dengan realitas objektif di sekitarnya. Hubungan harmonis dengan teman sejawat menjadi interaksi sosial yang nyata untuk menggantikan validasi semu yang sering dicari di platform digital. Lingkungan pendidikan yang berbasis pada asrama ini berfungsi sebagai *sanctuary* atau tempat perlindungan dari bisungnya arus informasi jagat raya maya. Di sini, individu tidak terus-menerus terpapar oleh standar hidup atau pencapaian orang lain yang sering kali ditampilkan secara berlebihan di layar gawai. Ketenangan pikiran tersebut merupakan manifestasi dari kesehatan mental yang terjaga dengan baik melalui pendekatan pembersihan jiwa atau *tazkiyatun nafs*. Dukungan sosial yang hadir secara fisik di madrasah memberikan rasa aman dan bahagia yang jauh lebih substansial dibandingkan interaksi virtual. Melalui pengenalan diri yang jujur dan penerimaan terhadap kondisi pribadi, para siswa terhindar dari rasa frustrasi atau kegelisahan yang berkepanjangan. Fokus mereka dialihkan pada pengembangan potensi diri dalam lingkungan yang suportif sehingga tercipta keseimbangan antara kebutuhan intelektual dan ketenangan batin yang bersifat langgeng tanpa

tekanan sosial siber berlebih (Efendi & Bueraheng, 2023; Melviyana et al., 2026; Rofiqi et al., 2023; Shobahiya & Jihad, 2026; Unisa et al., 2025).

Memasuki era serba terkoneksi, tantangan utama yang dihadapi oleh generasi muda adalah tekanan siber atau *cyber-pressure* dan kecenderungan membandingkan diri secara sosial. Namun, dampak negatif diredam melalui penerapan prinsip verifikasi informasi atau *tabayyun* sesuai ayat 6 serta rasa tanggung jawab atas nurani sendiri sesuai ayat 36. Sinergi antara pengajar materi keagamaan dengan konselor pendidikan membentuk sebuah *support system* yang kokoh dalam memantau perkembangan psikologis siswa. Kolaborasi ini memastikan bahwa setiap individu tetap tangguh menghadapi tekanan dari dunia maya yang tidak menentu. Kepadatan jadwal kegiatan di lembaga ini bertindak sebagai sarana pembentukan karakter yang menjauhkan mereka dari perilaku menyimpang atau stres akibat distraksi gawai. Secara teoretis, aktivitas terstruktur dengan baik merupakan strategi pengalihan energi atau *sublimation* di mana dorongan negatif diubah menjadi kegiatan jauh lebih produktif dan bermakna. Siswa didorong menyibukkan diri dengan aktivitas rohani dan pengembangan bakat sehingga tidak ada ruang untuk terlarut dalam pengaruh buruk teknologi. Ekosistem kolaboratif menciptakan ketahanan mental yang memungkinkan siswa tetap teguh memegang nilai moral di tengah dinamika zaman yang sangat cepat berubah sekarang (Aldi & Hanif, 2026; Gunawan et al., 2025; Hastuti & Rohmadi, 2025; Humaira & Amin, 2026).

Secara keseluruhan, analisis ini menegaskan bahwa keberhasilan menjaga stabilitas mental siswa di era digital sangat bergantung pada integrasi antara nilai moral dan pola asuh yang adaptif. Pendidik bukan sekadar pengantar kurikulum melainkan aset strategis yang berfungsi sebagai mercusuar etika di tengah lautan informasi yang tidak bertepi. Dengan mengalihkan fokus dari validasi eksternal menuju kedalaman spiritual, individu mampu mencapai kualitas hidup yang lebih autentik dan bermakna. Dukungan lingkungan pesantren yang membatasi gangguan teknologi memberikan ruang bagi jiwa untuk tumbuh dengan sehat tanpa tekanan kompetisi semu. Hasil penelitian ini memberikan gambaran bahwa resiliensi tidak muncul secara instan melainkan melalui proses panjang internalisasi nilai yang dilakukan secara konsisten oleh seluruh warga sekolah. Penyesuaian diri terhadap realitas sosial yang nyata terbukti jauh lebih efektif dalam menangkal dampak negatif teknologi dibandingkan sekadar larangan fisik. Masa depan pendidikan karakter ditentukan oleh kemampuan lembaga dalam menciptakan ekosistem yang seimbang antara kemajuan zaman dengan keteguhan prinsip spiritual. Sinergi lintas sektor di sekolah memastikan bahwa tantangan digital menjadi peluang untuk memperkuat jati diri bangsa Indonesia masa depan.

## KESIMPULAN

Guru Akidah Akhlak di MTs Walisongo Sukajadi menjalankan peran strategis sebagai penyaring moral dan pembimbing spiritual bagi siswa yang terpapar arus informasi digital. Melalui metode keteladanan atau *uswah hasanah* serta pembiasaan rutin keagamaan seperti tadarus dan shalat dhuha, guru berhasil membangun imunitas mental peserta didik. Tantangan era digital seperti fenomena perbandingan sosial dan kecerobohan etika diredam melalui internalisasi nilai-nilai keislaman yang mendalam. Penemuan riset ini menggarisbawahi bahwa sinergi antara guru mata pelajaran agama dengan guru bimbingan konseling menciptakan sistem pendukung yang kokoh untuk menjaga stabilitas emosional siswa. Sementara guru Akidah Akhlak menanamkan fondasi iman, guru bimbingan konseling memberikan pendampingan psikologis teknis untuk mengatasi gejala kecemasan. Kolaborasi lintas peran ini terbukti efektif dalam memitigasi dampak negatif teknologi, sehingga siswa tetap memiliki integritas perilaku meskipun berada di tengah desakan budaya populer yang sering kali

mengabaikan adab serta nilai moralitas keagamaan yang luhur demi kesuksesan akademik berkelanjutan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penguatan nilai *qanaah* dan tawakal mampu mentransformasi rasa iri akibat pengaruh media sosial menjadi mental positif yang stabil. Pergeseran orientasi dari *fear of missing out* menjadi *joy of missing out* membantu siswa mencapai ketenangan hati melalui aktivitas spiritual yang terencana di madrasah. Kebijakan ketat larangan membawa telepon genggam berfungsi sebagai strategi sublimasi yang mengalihkan energi negatif menjadi kegiatan produktif seperti hafalan kitab suci dan interaksi sosial nyata. Meskipun siswa menunjukkan kerentanan psikologis awal, intervensi ini berhasil meningkatkan regulasi diri secara signifikan. Untuk penelitian kedepannya, disarankan agar dilakukan studi *longitudinal* mengenai dampak jangka panjang bimbingan spiritual ini setelah siswa lulus dan kembali ke lingkungan masyarakat yang sepenuhnya terdigitalisasi. Peneliti selanjutnya juga perlu mengeksplorasi penggunaan teknologi berbasis kecerdasan buatan sebagai alat bantu guru dalam melakukan deteksi dini terhadap kesehatan mental santri. Investigasi mengenai efektivitas literasi digital yang terintegrasi langsung dalam kurikulum pesantren juga menjadi topik krusial untuk dikaji lebih mendalam.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Abbas, M. F. K. A., & Ibrahim, R. (2025). Manajemen pondok pesantren dalam meningkatkan kedisiplinan santri studi pada Pondok Pesantren Albaaba Dawar, Manggis, Mojosoongo, Boyolali. *Manajerial Jurnal Inovasi Manajemen dan Supervisi Pendidikan*, 5(4), 1077. <https://doi.org/10.51878/manajerial.v5i4.8052>
- Abdilah, M. D., Reinaldi, R., & MY, M. (2025). An analysis of the concept of tazkiyah al-nafs in the Qur'anic tafsir and the book Mi'rāj al-Sa'ādah by Aḥmad al-Narāqī. *Tanzil Jurnal Studi Al-Quran*, 8(1), 25. <https://doi.org/10.20871/tjsq.v8i1.461>
- Aldi, M., & Hanif, Muh. (2026). Peran guru dalam penguatan literasi digital peserta didik SMP Raden Fatah Cimanggu. *Learning Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan dan Pembelajaran*, 6(1), 159. <https://doi.org/10.51878/learning.v6i1.8904>
- Andesmi, R. (2022). Internalisasi nilai-nilai spiritual pada konsumen produk HNI-HPAI (Studi kasus di Cordova Halal Mart). *Jurnal Penelitian Ilmu Ushuluddin*, 2(3), 490. <https://doi.org/10.15575/jpiu.14455>
- Biantoro, O. F., & Rahmatullah, A. (2025). Internalisasi nilai-nilai Pendidikan Agama Islam dalam pembinaan moral siswa di sekolah. *Pelita*, 2(2), 225. <https://doi.org/10.38073/pelita.v2i2.3019>
- Burhani, M., & Fadhila, M. (2023). The contribution of mahabbah to academic stress levels students. *Empathy Jurnal Fakultas Psikologi*, 6(1), 39. <https://doi.org/10.12928/empathy.v6i1.25972>
- Efendi, A., & Bueraheng, I. (2023). International Islamic boarding school strategy for realizing superior Islamic boarding school management. *Cendekia Jurnal Kependidikan dan Kemasyarakatan*, 21(1), 80. <https://doi.org/10.21154/cendekia.v21i1.5943>
- Farid, A., & Rugaiyah, R. (2023). Manajemen internalisasi nilai pendidikan karakter pada siswa. *Jurnal Basicedu*, 7(4), 2470. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v7i4.5965>
- Faturrahmi, F., Hanif, A., & Dávid, D. (2022). Pembinaan akhlak siswa pasca Covid-19 melalui kegiatan ekstrakurikuler Rohis. *At-Ta Dib Jurnal Ilmiah Prodi Pendidikan Agama Islam*, 14(2), 176–189. <https://doi.org/10.47498/tadib.v14i2.1756>
- Feriyadi, F., Asriati, N., Purnama, S., Sulistyarini, S., & Utami, T. (2026). Implementasi nilai-nilai religius dalam menguatkan civic responsibility siswa SMP Muhammadiyah 2

- Pontianak. *Learning Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan dan Pembelajaran*, 6(1), 64. <https://doi.org/10.51878/learning.v6i1.7977>
- Gunawan, A. S., Hambali, A. H., Yuni, Y., Yulia, Y., Nurliah, S., & Yuliyanti, Y. (2025). Peran mahasiswa KKM tematik STKIP Bina Mutiara Sukabumi dalam meningkatkan literasi teknologi di Kampung Cinila. *Community Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2), 366. <https://doi.org/10.51878/community.v5i2.7162>
- Hasbiyallah, H., Faznah, F., & Ningsih, A. (2022). Emotion control education in the new normal era through riyadlah dhikr. *Atthulab Islamic Religion Teaching and Learning Journal*, 7(1), 1. <https://doi.org/10.15575/ath.v7i1.12610>
- Hastuti, T., & Rohmadi, S. H. (2025). Implementasi 7 kebiasaan anak Indonesia hebat di Sekolah Dasar Islam Terpadu (SDIT) Arofah 2 Boyolali. *Manajerial Jurnal Inovasi Manajemen dan Supervisi Pendidikan*, 5(4), 1111. <https://doi.org/10.51878/manajerial.v5i4.8049>
- Humaira, H., & Amin, M. A. (2026). Membumikan nilai-nilai tauhid pada siswa SMP IT. *Learning Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan dan Pembelajaran*, 6(2), 1139. <https://doi.org/10.51878/learning.v6i2.9693>
- Islam, S., Muharom, F., Annur, F., Senja, A. A., & Alfi, K. Z. (2022). Strengthening character education for Gen Z in the era of disruption through a personal-constructive Sufi approach. *TADRIS Jurnal Pendidikan Islam*, 17(2), 299. <https://doi.org/10.19105/tjpi.v17i2.6882>
- Jaswadi, J., & Junaris, I. (2025). Implementasi fungsi manajemen pendidikan Islam dalam program literasi Al Qur'an untuk penguatan karakter siswa di MTs Al Huda Bandung. *Community Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2), 400. <https://doi.org/10.51878/community.v5i2.7165>
- Jayanti, N. T., Priyangraeni, W. A., & Ruhaena, L. (2023). Pelatihan emotional spiritual untuk meningkatkan kesadaran diri remaja di SMP N 2 Karanganyar. *Abdi Psikonomi*, 4(1), 34–43. <https://doi.org/10.23917/psikonomi.vi.1509>
- Kurniawan, A., & Suyatman, S. (2025). Manajemen asrama sebagai media pendidikan karakter bagi siswa kelas boarding di MTs Negeri 2 Karanganyar. *Social Jurnal Inovasi Pendidikan IPS*, 5(4), 1343. <https://doi.org/10.51878/social.v5i4.8039>
- L, M. Y., Thohirin, A., & Suyitno, S. (2026). Implementasi manajemen kurikulum berbasis pendidikan karakter dalam membentuk perilaku peserta didik di sekolah menengah kejuruan kesehatan. *Manajerial Jurnal Inovasi Manajemen dan Supervisi Pendidikan*, 6(1), 225. <https://doi.org/10.51878/manajerial.v6i1.9408>
- Marwah, S., & Abdussalam, A. (2020). Tinjauan psikologis humanistik dalam pedagogik spiritual. *Al-Musannif*, 2(1), 15. <https://doi.org/10.56324/al-musannif.v2i1.33>
- Maryam, Q. A., Arief, A., & Ghofur, A. (2026). Peningkatan literasi digital dan kreativitas siswa dalam pembelajaran PAI menggunakan media Chromebook berbasis aplikasi Canva. *Learning Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan dan Pembelajaran*, 6(1), 336. <https://doi.org/10.51878/learning.v6i1.9198>
- Melviyana, E., Mardiyah, A., Luthfinda, M., Famularsih, S., Hanik, U., & Prihananto, A. (2026). Pembinaan ekstrakurikuler Mapsi dan OSN sebagai wadah pengembangan potensi, prestasi, dan karakter religius siswa. *Community Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 205. <https://doi.org/10.51878/community.v6i1.8946>
- Nurhabibah, S., Sari, H. P., & Fatimah, S. (2025). Pendidikan karakter di era digital: Tantangan dan strategi dalam membentuk generasi berakhlak mulia. *Jurnal Manajemen dan Pendidikan Agama Islam*, 3(3), 194–205. <https://doi.org/10.61132/jmpai.v3i3.1099>

- Restaviana, I., Rahayu, S., Chintya, R., Lestari, N. D., & Zulinto, A. (2026). Analisis strategi manajerial kepala sekolah dalam menginternalisasi karakter religius dan disiplin di SMP. *Manajerial Jurnal Inovasi Manajemen dan Supervisi Pendidikan*, 6(1), 137. <https://doi.org/10.51878/manajerial.v6i1.8652>
- Rofiqi, R., Iksan, I., & Mansyur, M. (2023). Melangkah menuju kesehatan mental yang optimal: Program inovatif di lembaga pendidikan Islam. *Edu Consilium Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam*, 4(2), 76. <https://doi.org/10.19105/ec.v4i2.9237>
- Sagala, K., Naibaho, L., & Rantung, D. A. (2024). Tantangan pendidikan karakter di era digital. *Jurnal Kridatama Sains dan Teknologi*, 6(1), 1. <https://doi.org/10.53863/kst.v6i01.1006>
- Santoso, I. M., Indahwati, N., & Putra, D. F. (2026). Sinergi model pendidikan ketarunaan dan lingkungan sosial dalam membentuk karakter siswa. *Social Jurnal Inovasi Pendidikan IPS*, 6(1), 155. <https://doi.org/10.51878/social.v6i1.9393>
- Shafwan, M. H., & Mahmudin, T. (2024). Pengembangan metode pembelajaran berbasis ruqyah syar'iyah untuk peningkatan kemampuan spiritual siswa di SD Muhammadiyah 17 Surabaya. *Studia Religia Jurnal Pemikiran dan Pendidikan Islam*, 8(1), 164. <https://doi.org/10.30651/sr.v8i1.22502>
- Shobahiya, M., & Jihad, F. A. (2026). Strategi program Elderly School of 'Aisyiyah (ESA) Aisyiyah Surakarta dalam memenuhi kebutuhan sosioemosional lansia. *Cendekia Jurnal Ilmu Pengetahuan*, 6(1), 247. <https://doi.org/10.51878/cendekia.v6i1.8870>
- Sukirman, S., & Mirnawati, M. (2020). Pengaruh pembelajaran sastra kreatif berbasis karakter terhadap pengembangan karakter siswa di Madrasah Aliyah Negeri Palopo. *Didaktika Jurnal Kependidikan*, 9(4), 389. <https://doi.org/10.58230/27454312.54>
- Thahir, M., Amalia, K., Thahir, W., Widiawati, W., Asri, K. H., & Nurlatifah, S. (2023). Kesiapan siswa dalam menghadapi pembelajaran digital: Analisis bibliometrik. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 7(2), 275. <https://doi.org/10.30653/001.202372.301>
- Unisa, L., Azzahra, S. F., Juanda, M., Rahmanda, M. D., & Abdurrahmansya, A. (2025). Problematik implementasi penguatan potensi siswa dalam Kurikulum Merdeka di sekolah dasar. *Manajerial Jurnal Inovasi Manajemen dan Supervisi Pendidikan*, 5(4), 931. <https://doi.org/10.51878/manajerial.v5i4.7835>
- Zaini, Z., & Nisak, S. K. (2021). Islam dan piranti manusia modern di era digitalisasi: Kajian konstruk pendidikan Islam. *TADRIS Jurnal Pendidikan Islam*, 16(2), 383. <https://doi.org/10.19105/tjpi.v16i2.4972>