

**PERAN GURU PAI DALAM MEMBINA KESEHATAN MENTAL SISWA
SMP NEGERI 2 KARANGSAMBUNG KEBUMEN**



SKRIPSI

Oleh

**AHMAD ULINNUHA
21110142**

Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi
Syarat-syarat Guna Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Agama Islam
Fakultas Tarbiyah

**INSTITUT AGAMA ISLAM NAHDLATUL ULAMA KEBUMEN
2025**



INSTITUT AGAMA ISLAM NAHDLATUL ULAMA
(IAINU) KEBUMEN

SK. Direktur Jendral Pendidikan Islam No. 3532 Tahun 2013
Jl. Tentara Pelajar No. 55 B. Telp. (0287) 385902 Kebumen 54316

Website: <http://www.iainukebumen.ac.id> Email: iainukebumen55b@gmail.com

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada,
Yth. Dekan Fakultas Tarbiyah IAINU Kebumen
Di Tempat

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Berdasarkan Surat Keputusan Dekan Fakultas Tarbiyah IAINU Kebumen Nomor: In.11/X.10/IAINU/FTY/II/139/2025 Tertanggal 9 Februari 2025 tentang Judul dan Pembimbing Skripsi Mahasiswa Program S.1 Tahun Akademik 2024/2025. Atas tugas kami sebagai Pembimbing Skripsi menyatakan bahwa:

Nama : Ahmad Ulinnuha
NIM : 21110142
Program Studi : PAI
Tahun Akademik : 2024/2025
Judul Skripsi : PERAN GURU PAI DALAM MEMBINA KESEHATAN MENTAL SISWA SMPN 2 KARANGSAMBUNG KEBUMEN

Maka setelah kami teliti dan diadakan perbaikan seperlunya, akhirnya kami anggap Skripsi tersebut sebagai hasil penelitian/kajian mendalam telah memenuhi syarat untuk diajukan ke sidang munaqasyah IAINU Kebumen.

Demikian, semoga dalam waktu dekat bisa dimunaqasyahkan, dan bersama ini kami kirimkan 3 (tiga) eksampler Skripsi dimaksud.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Kebumen, 25 Agustus 2025
Dosen Pembimbing

Nginayatul Khasanah, M.Pd.I
NIDN 2112018702

PENGESAHAN SKRIPSI

**PERAN GURU PAI DALAM MEMBINA KESEHATAN MENTAL SISWA
SMP NEGERI 2 KARANGSAMBUNG KEBUMEN**

OLEH

AHMAD ULINNUHA
21110142

Telah Dimunaqosahkan di Depan Sidang Penguji
Pada Tanggal 2 September 2025
Dan Telah Dinyatakan Memenuhi Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Strata 1 Pendidikan
Pada Tanggal.....:

Pembimbing

Nginayatul Khasanah, M.Pd.I.
NIDN. 2112018702

Penguji I,

Dr. Nurhidayah, M.Pd
NIDN 2101068201

Penguji II,

Syifa Hamama, M.Si
NIDN 2116028603

Pimpinan Sidang

Ketua,

Dr. Imam Subarkah, M. Pd
NIDN 2129078202

Sekretaris,

Akhmad Nurkholis, M.H
NIDN 2115018701

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Tarbiyah



Dr. Umi Arifah, S.Pd.I., M.M.
NIDN 2114088703

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ahmad Ulinnuha

NIM : 21110142

Judul Skripsi : PERAN GURU PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DALAM
MEMBINA KESEHATAN MENTAL SISWA SMP Negeri 2
KARANGSAMBUNG KEBUMEN

Dengan ini saya menyatakan bahwa naskah Skripsi ini adalah benar-benar hasil penelitian/ pengkajian mendalam terhadap suatu pokok masalah yang dilakukan secara mandiri di bawah bimbingan Dosen Pembimbing dan berdasarkan Metodologi Karya Ilmiah yang berlaku di IAINU Kebumen. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacudalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Jika dalam perjalanan waktu terbukti Skripsi karya saya tidak sesuai dengan pernyataan ini, saya bersedia menanggung segala resiko, termasuk pencabutan gelar kesarjanaan yang saya sandang.

Kebumen, 2 September 2025



Ahmad Ulinnuha
NIM 21110142

MOTTO

وَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ ۗ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ

“padahal itu tidak menyenangkan bagimu. Tetapi boleh jadi kamu tidak menyenangi sesuatu, padahal itu baik bagimu, dan boleh jadi kamu menyukai sesuatu, padahal itu tidak baik bagimu. Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui.”¹

(Al Baqarah 2: 216)

¹ Kementrian Agama RI, AL-Qur'an dan Tafsirnya, (Jakarta: Kementrian Agama RI, 2010). 316.

PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirabbil'alamiin, Puji Syukur atas Kehadirat Allah Swt, yang telah memberikan nikmat dan hidayah-Nya kepada penulis. Dengan penuh rasa syukur, segala jerih payah dan do'a terangkum dalam skripsi ini, yang dengan tulus saya persembahkan kepada:

1. Orang tua tercinta (Bapak Muhamad Hayun dan Ibu Umi sangadah)
2. Keluarga tersayang, adik Muhamad Wildan Wafi, Silmi Ziyadatun Nafisah, Ngafifatul Fadilah.
3. Istri saya Isnaeni Nadroh yang tercinta dan tersayang, yang selalu memberikan dukungan, dan do'a terbaik.
4. Seluruh pihak yang terlibat dalam pengerjaan skripsi yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.
5. Segenap pihak sekolah SMPN 2 Karangsembung, Kebumen yang telah bersedia memberikan lapangan penelitian kepada kami.
6. Segenap akademik kampus IAINU Kebumen, Dosen, Karyawan yang telah membimbing dan membantu dalam proses menuntut ilmu dan menyelesaikan skripsi ini.
7. Pembaca yang budiman.

ABSTRAK

Ahmad Ulinnuha. 21110142. Peran Guru PAI dalam Membina Kesehatan Mental Siswa SMP Negeri 2 Karangsambung Kebumen. Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah, Institut Agama Islam Nahdlatul Ulama (IAINU) Kebumen. Pembimbing Nginayatul Khasanah, S.Pd.I., M.Pd.I.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran guru Pendidikan Agama Islam (PAI) dalam membina kesehatan mental siswa serta mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi kondisi tersebut di SMP Negeri 2 Karangsambung. Guru PAI di sekolah ini tidak hanya berperan sebagai pengajar materi agama, tetapi juga sebagai pembina karakter dan pembimbing spiritual yang berupaya menjaga keseimbangan perkembangan jasmani, akal, dan rohani siswa. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode pengumpulan data melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Informan penelitian terdiri dari guru PAI, guru Bimbingan Konseling, kepala sekolah, serta beberapa siswa kelas VIII. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif untuk memberikan gambaran yang utuh mengenai praktik pembinaan kesehatan mental yang dilakukan guru PAI di sekolah.

Berdasarkan hasil penelitian, guru Pendidikan Agama Islam (PAI) di SMP Negeri 2 Karangsambung Kebumen melaksanakan perannya secara menyeluruh, mencakup fungsi sebagai *murabbi* (pendidik), *mu'allim* (pengajar), *muaddib* (teladan), *mudarris* (guru akademik), dan *mursyid* (pembimbing spiritual). Peran tersebut diwujudkan melalui kegiatan keagamaan seperti shalat dzuhur berjamaah, tadarus Al-Qur'an, pembacaan Asmaul Husna, doa harian, dan hafalan surat pendek. Selain itu, guru juga menghadirkan pembelajaran yang terstruktur dan relevan dengan kehidupan siswa, menampilkan keteladanan dalam sikap sehari-hari, serta memberikan bimbingan personal kepada siswa yang menghadapi tekanan emosional maupun spiritual. Data lapangan menunjukkan bahwa di setiap kelas VIII (VIII A–VIII D) terdapat 1–2 siswa yang mengalami gejala gangguan kesehatan mental, misalnya mudah cemas, minder, enggan beribadah, atau menarik diri dari pergaulan. Siswa dengan kondisi sehat mental memiliki fisik yang bugar, emosi stabil, semangat belajar tinggi, serta ketenangan dalam beribadah. Sebaliknya, mereka yang kurang sehat mental tampak kurang percaya diri dan sulit mengendalikan tekanan batin. Kesehatan mental siswa dipengaruhi oleh faktor internal berupa kondisi fisik, psikis, dan spiritual, serta faktor eksternal meliputi dukungan keluarga, lingkungan sekolah, dan pergaulan sosial. Lingkungan sekolah yang religius dengan program rutin seperti pesantren Ramadan dan pembacaan Asmaul Husna berperan penting dalam memperkuat karakter siswa. Keseimbangan kedua faktor ini terbukti mendukung ketenangan batin, motivasi belajar, serta pembentukan karakter Islami yang positif. Dengan peran strategis guru PAI, siswa dapat berkembang menjadi pribadi yang sehat mental, berprestasi, berakhlak mulia, dan religius.

Kata kunci: pendidikan agama Islam, peran guru, kesehatan mental, faktor internal, faktor eksternal.

ABSTRACT

Ahmad Ulinnuha. 21110142. The Role of Islamic Education Teachers (PAI) in Fostering Students' Mental Health at SMP Negeri 2 Karangsambung Kebumen. Islamic Education Study Program, Faculty of Tarbiyah, Nahdlatul Ulama Islamic Institute (IAINU) Kebumen. Advisor: Nginayatul Khasanah, S.Pd.I., M.Pd.I.

This study aims to examine the role of Islamic Education (PAI) teachers in fostering students' mental health and to identify the factors influencing such conditions at SMP Negeri 2 Karangsambung. The findings highlight that PAI teachers are not only responsible for delivering religious knowledge but also act as character educators and spiritual mentors who seek to maintain a balanced development of students' physical, intellectual, and spiritual dimensions. This research employed a qualitative approach, using interviews, observation, and documentation as data collection techniques. The participants included the PAI teacher, the guidance and counseling teacher, the principal, and several eighth-grade students. Data were analyzed descriptively to provide a comprehensive picture of how mental health development is implemented in the school context.

Based on the results, the PAI teacher carries out multiple roles as *murabbi* (educator), *mu'allim* (teacher), *muaddib* (role model), *mudarris* (academic instructor), and *mursyid* (spiritual guide). These roles are reflected through religious practices such as congregational *dzuhur* prayer, Qur'an recitation, *Asmaul Husna*, daily supplications, and short surah memorization. The teacher also presents structured learning relevant to students' daily lives, demonstrates exemplary behavior, and provides personal guidance for students facing emotional or spiritual difficulties. Field data revealed that in each class (VIII A–VIII D), there were 1–2 students experiencing mental health issues such as anxiety, low self-esteem, reluctance to perform worship, or social withdrawal. Students with good mental health displayed physical fitness, emotional stability, high learning motivation, and calmness in worship, while those with poorer mental health tended to lack confidence and struggle to manage inner stress. Students' mental health is influenced by internal factors (physical, psychological, and spiritual conditions) and external factors (family support, school environment, and peer relationships). A religious school atmosphere with regular programs such as Ramadan *pesantren* and *Asmaul Husna* recitations significantly strengthens students' character. The balance between these internal and external factors contributes to inner peace, learning motivation, and positive Islamic character building. Through this strategic role, PAI teachers help students grow into mentally healthy, high-achieving, morally upright, and religious individuals.

Keywords: Islamic education, teacher's role, mental health, internal factors, external factors.

TRANSLITERASI ARAB – LATIN

Transliterasi bahasa Arab ke dalam huruf latin yang digunakan dalam penelitian ini merujuk pada pedoman transliterasi Arab - Latin berdasarkan Surat Keputusan Bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 158 Tahun 1987 dan Nomor 0543 b/U/1987 tertanggal 22 Januari 1988.

A. Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	<i>Alif</i>	<i>Tidak dilambangkan</i>	<i>Tidak dilambangkan</i>
ب	<i>Ba'</i>	<i>B</i>	<i>Be</i>
ت	<i>Ta'</i>	<i>T</i>	<i>Te</i>
ث	<i>Tsa'</i>	<i>Ts</i>	<i>Ted an es</i>
ج	<i>Jim</i>	<i>J</i>	<i>Je</i>
ح	<i>Ha'</i>	<i>H</i>	<i>Ha</i>
خ	<i>Kha'</i>	<i>Kh</i>	<i>Ka dan ha</i>
د	<i>Dal</i>	<i>D</i>	<i>De</i>
ذ	<i>Dzal</i>	<i>Dz</i>	<i>De dan zet</i>
ر	<i>Ra'</i>	<i>R</i>	<i>Er</i>
ز	<i>Zai</i>	<i>Z</i>	<i>Zet</i>
س	<i>Sin</i>	<i>S</i>	<i>Es</i>
ش	<i>Syin</i>	<i>Sy</i>	<i>Es dan ye</i>
ص	<i>Shad</i>	<i>Sh</i>	<i>Es dan ha</i>
ض	<i>Dlad</i>	<i>Dl</i>	<i>De dan el</i>
ط	<i>Tha'</i>	<i>Th</i>	<i>Te dan ha</i>
ظ	<i>Zha'</i>	<i>Zh</i>	<i>Zet dan ha</i>
ع	<i>'Ain</i>	<i>'</i>	<i>Koma atas terbalik</i>
غ	<i>Ghain</i>	<i>Gh</i>	<i>Ge dan ha</i>
ف	<i>Fa'</i>	<i>F</i>	<i>Ef</i>
ق	<i>Qof</i>	<i>Q</i>	<i>Qi</i>
ك	<i>Kaf</i>	<i>K</i>	<i>Ka</i>
ل	<i>Lam</i>	<i>L</i>	<i>El</i>
م	<i>Mim</i>	<i>M</i>	<i>Em</i>
ن	<i>Nun</i>	<i>N</i>	<i>En</i>
و	<i>Wawu</i>	<i>W</i>	<i>We</i>

هـ	<i>Ha'</i>	<i>H</i>	<i>Ha</i>
ء	<i>Hamzah</i>	<i>'</i>	<i>Apostrof</i>
ي	<i>Ya'</i>	<i>Y</i>	<i>Ye</i>

B. Konsonan Rangkap

Konsonan rangkap, termasuk tanda syaddah, ditulis rangkap.

أَحْمَدِيَّة ditulis *Ahmadiyyah*

C. Vokal Tunggal

Vokal pendek	Vokal panjang
A	Ā
I	Ī
U	Ū

D. Vokal Rangkap

Fathah + ya tanpa dua titik yang dimatikan ditulis *ai*, dan *fathah* + wawu mati ditulis *au*.

E. Vokal-vokal Pendek yang Berurutan dalam Satu Kata

Dipisahkan dengan apostrof (')

أَ أَنْتُمْ ditulis *a'antum*

مُؤْنِثْ ditulis *mu'annats*

F. Ta' Marbūtah (ة)

Transliterasi untuk *ta marbutah* ada tiga macam, yaitu:

1. Bila dimatikan ditulis *h*, kecuali untuk kata-kata Arab yang sudah terserap menjadi bahasa Indonesia, seperti *salat*, *zakat*, dan sebagainya.

جَمَاعَة ditulis *jamā'ah*

2. Bila dihidupkan ditulis

كرامة الأولياء ditulis *karāmatu al-awliyā'*

G. Kata Sandang *Alif + Lam*

1. Bila diikuti *huruf qamariyyah* ditulis *al-*
القرآن ditulis *Al-Qur' ān*
2. Bila diikuti *huruf syamsiyyah*, huruf *i* diganti dengan *huruf syamsiyyah*
yang mengikutinya الشيعة ditulis *asy-syīah*

H. Huruf Besar

Penulisan huruf besar disesuaikan dengan EYD

I. Kata dalam Rangkaian Frasa atau Kalimat

1. Ditulis kata per kata, atau
2. Ditulis menurut bunyi atau pengucapannya dalam rangkaian tersebut.
شيخ الإسلام ditulis *Syaikh al-Islām atau Syaikhul-Islām*

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmaanirrahiim

Alhamdulillahillahirabbil'alamiin, segala puji syukur peneliti haturkan kepada Allah Swt, atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya, serta shalawat salam yang senantiasa tercurah kepada junjungan kita Nabi Agung Muhammad Saw atas petunjuknya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Peran Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Membina Kesehatan Mental Siswa SMP Negeri 2 Karangsembung, Kebumen” sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik karena bimbingan dan bantuan beberapa pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih dan hormat kepada:

1. Dr. Benny Kurniawan, M.Pd.I. selaku Rektor IAINU Kebumen.
2. Faisal, M.Ag. selaku Wakil Rektor I IAINU Kebumen.
3. Dr. Imam Subarkah, M.Pd. selaku Wakil Rektor II IAINU Kebumen.
4. Dr. Umi Arifah, S.Pd.I., M.M. selaku Dekan Fakultas Tarbiyah IAINU Kebumen.
5. Dr. Eliyanto, M.Pd. selaku Kaprodi PAI IAINU Kebumen.
6. Nginayatul Khasanah, M.Pd.I. selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang senantiasa meluangkan waktu dan memberi pemahaman serta bimbingan skripsi kepada penulis.
7. Segenap Dosen Fakultas Tarbiyah IAINU Kebumen yang telah membekali banyak sekali ilmu, serta staf dan karyawan IAINU Kebumen yang telah memberikan banyak sekali bantuan dalam pengadaan referensi.
8. Kedua orang tua yang selalu mendo'akan dan memberikan dukungan kepada penulis untuk dapat menyelesaikan skripsi.
9. Istri saya yang tersayang, selalu mendo'akan, memberikan dukungan, dan motivasi penuh untuk menyelesaikan skripsi.
10. Seluruh pihak yang tidak bisa saya sebut satu persatu yang telah membantu selama proses penulisan skripsi.

Kepada semua pihak tersebut, penulis ucapkan banyak terimakasih dan semoga amal kebaikan dibalas dengan pahala yang melimpah dari Allah Swt. Aamiin.

Kebumen, 2 September 2025

Ahmad Ulinnuha
NIM 21110142

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iii
PENGESAHAN SKRIPSI	iv
PERNYATAAN	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	vii
ABSTRAK	viii
TRANSLITERASI ARAB – LATIN	x
KATA PENGANTAR	xiii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Pembatasan Masalah.....	8
C. Perumusan Masalah	8
D. Penegasan Istilah	10
E. Tujuan Penelitian.....	11
F. Kegunaan Penelitian	11
BAB II	13
KAJIAN TEORITIS	13
A. Landasan Teori	13
B. Penelitian yang Relevan.....	45
C. Kerangka Teori.....	52
BAB III	53

METODE PENELITIAN	53
A. Jenis Penelitian	53
B. Tempat dan Waktu Penelitian	53
C. Subjek dan Informan Penelitian	54
D. Teknik Pengumpulan Data	54
E. Teknik Analisis Data.....	55
F. Kerangka Pemikiran	57
BAB IV	58
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	58
A. Gambaran Umum SMP Negeri 2 Karangsembung Kebumen	58
B. Hasil Penelitian dan Pembahasan	62
BAB V	90
PENUTUP	90
A. Kesimpulan.....	90
B. Saran-Saran	92
C. Kata Penutup	93
DAFTAR PUSTAKA	95

DAFTAR TABEL

Tabel 2.B Relevansi Penelitian Sebelumnya

Tabel 1.8 Ruang SMPN 2 Karangsembung

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.8 Papan Nama Sekolah

Gambar 2.8 Letak Geografis

Gambar 1.9 Peran Guru PAI dalam Membina Kesehatan Mental

Gambar 2.9 Peran Guru PAI dalam Membina Kesehatan Mental

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Obsevasi & Riset

Lampiran 2 Surat Selesai Riset

Lampiran 3 Pedoman Penelitian

Lampiran 4 Wawancara Kepala Sekolah

Lampiran 5 Wawancara Guru PAI

Lampiran 6 Transkrip Wawancara Guru BK

Lampiran 7 Transkrip Wawancara Siswa

Lampiran 9 Dokumentasi Kegiatan Pembinaan Kesehatan Mental Siswa SMPN 2
Karangsambung Kebumen

Lampiran 10 Dokumentasi Wawancara

Lampiran 11 Biodata Penulis