

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Di tengah laju revolusi teknologi yang begitu cepat, kecerdasan buatan (Artificial Intelligence/AI) telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan generasi muda. Saat ini remaja tumbuh dalam realitas digital yang bertransformasi dengan cepat, interaksi sosial, proses belajar, bahkan pencarian jati diri yang sebagian besar berlangsung melalui platform dan teknologi berbasis AI. Meskipun teknologi membawa efisiensi dan kemudahan dalam akses informasi serta pembelajaran, tak dapat disangkal bahwa paparan digital yang berlebihan juga memunculkan tantangan baru, khususnya dalam aspek kesehatan mental dan spiritualitas remaja.

Banyak studi menunjukkan bahwa saat ini remaja menghadapi tekanan emosional yang tinggi, meningkatnya kecemasan, perasaan kesepian, serta krisis makna hidup akibat ketergantungan pada teknologi dan minimnya ruang untuk refleksi spiritual. Menurut WHO¹, satu dari tujuh remaja di dunia mengalami gangguan kesehatan mental. Persentasi 1 dari 7 adalah prasentasi angka yang mengkhawatirkan, menunjukkan bahwa ada banyak anak yang menghadapi tekanan kesehatan mental di dunia.

Pendapat Santrock² yang menyatakan bahwa masa remaja merupakan fase rentan di mana individu sedang membangun identitas diri, dan kondisi mental yang tidak stabil dapat memengaruhi perkembangan kognitif dan sosial mereka, mempertegas kondisi remaja yang rentan menghadapi masalah kesehatan mental.

¹ World Health Organization. "Mental Health of Adolescents." News Room Edition October 10, 2024. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health/?utm_source=chatgpt.com.

² Santrock, J. W. . *Adolescence* (14th ed.). (McGraw-Hill, 2011)

Masalah ini menjadi semakin kompleks ketika nilai-nilai spiritual dan moral yang seharusnya menjadi pondasi dalam perkembangan remaja mulai tergerus oleh arus budaya digital yang instan dan pragmatis. Kehampaan makna, kehilangan arah hidup, dan menurunnya ketangguhan mental menjadi fenomena yang banyak ditemukan di kalangan pelajar. Di sinilah pendidikan Islam memiliki peran yang sangat penting, tidak hanya sebagai sarana transmisi ilmu pengetahuan, tetapi juga sebagai medium pembentukan jiwa dan penguatan spiritual.

Pendidikan Islam yang berbasis pada nilai-nilai tauhid, kejujuran, empati, dan kesadaran diri memiliki potensi besar dalam membentuk keseimbangan antara kecerdasan intelektual dan emosional. Pendidikan Islam bukan hanya mendidik 'akal' tetapi juga membina 'qalb' dan 'ruh' peserta didik. Dalam konteks ini, strategi pembelajaran yang terintegrasi dengan pendekatan spiritual dan nilai-nilai keislaman sangat dibutuhkan agar remaja mampu mengelola emosi, mengenali potensi diri, membangun hubungan sosial yang sehat, serta memiliki tujuan hidup yang bermakna.

Lebih lanjut, pendekatan pendidikan Islam yang holistik dapat menjadi solusi dalam menjawab tantangan kesehatan mental remaja. Dengan menanamkan prinsip-prinsip ihsan (berbuat baik), sabar, syukur, dan tawakal, peserta didik diajak untuk tidak hanya cerdas secara akademik, tetapi juga tangguh dalam menghadapi tekanan hidup, serta memiliki ketenangan batin yang bersumber dari hubungan yang kuat dengan Allah SWT.

Fenomena meningkatnya kasus gangguan kesehatan mental di kalangan remaja telah menjadi perhatian utama dalam dunia pendidikan. Sekolah sebagai institusi yang berperan strategis dalam pembentukan karakter dan kesejahteraan siswa kini mulai mengambil langkah nyata dalam menghadapi tantangan tersebut.

Kasus gangguan Kesehatan mental remaja ditemukan di SMA Plus Muthahhari, bentuk gangguan Kesehatan mental terjadi pada beberapa siswa diantaranya bermain game sampai lupa waktu, tidur tidak teratur, sulit bangun pagi, dan kurang semangat dalam belajar.

Berbagai Lembaga Pendidikan melakukan berbagai upaya dalam menghadapi fenomena mental health di kalangan remaja. Di antaranya adalah dengan mengintegrasikan nilai-nilai Islam dan program penguatan kesehatan mental baik dalam kurikulum pembelajaran maupun dalam kegiatan-kegiatan ekstrakurikuler.

Salah satu contoh nyata ditunjukkan oleh **SMA Negeri 2 Makassar**, yang melaksanakan program psikoedukasi kesehatan mental dalam bentuk sesi pembelajaran terstruktur. Program ini mencakup materi pengenalan kesehatan mental, manajemen stres, strategi coping, serta penguatan keterampilan komunikasi interpersonal. Disampaikan dalam enam sesi terintegrasi, kegiatan ini tidak hanya meningkatkan pemahaman siswa, tetapi juga berdampak pada penurunan tingkat kecemasan dan stres, yang secara signifikan memperkuat iklim belajar yang sehat dan suportif.³

Upaya serupa juga dilakukan di **SMP Negeri 21 Tanjung Jabung Timur, Jambi**, melalui pendidikan kesehatan mental berbasis kelas yang melibatkan metode interaktif seperti diskusi dan evaluasi pre-post test. Hasilnya menunjukkan peningkatan signifikan terhadap literasi mental siswa, membuktikan bahwa pendekatan edukatif di ruang kelas dapat menjadi strategi yang efektif dalam membentuk kesadaran dan kesiapan siswa dalam menghadapi tekanan psikososial.⁴

Sementara itu, di tingkat pendidikan dasar, **SDN Krapyak Semarang** mengembangkan model intervensi berbasis komunitas sekolah dengan membentuk *kader kesehatan jiwa* yang terdiri dari siswa dan guru. Program ini memungkinkan deteksi dini terhadap masalah psikologis serta pemberian dukungan awal, yang merupakan langkah preventif penting di usia perkembangan awal. Dengan melibatkan elemen pembelajaran partisipatif dan mentoring sebaya,

³ Alwi, M Ahkam, Kartika Cahyaningrum, Nurfajriyanti Rasyid, et al. *Psikoedukasi Kesehatan Mental Pada Siswa SMA Negeri 2 Makassar*. n.d.

⁴ Nasution, Riska Amalya, Meinarisa, and Ilham Falani. "Mental Health Education for Adolescents at Junior High School 21 Tanjung Jabung Timur District, Jambi." *Journal of Community Engagement Research for Sustainability* 3, no. 3 (2023): 139–45. <https://doi.org/10.31258/cers.3.3.139-145>.

program ini memperkuat sinergi antara pembelajaran dan perhatian terhadap aspek afektif siswa.⁵

Adapun di wilayah **Bogor, Jawa Barat**, empat sekolah menengah telah menjadi bagian dari studi implementasi program kesehatan mental berbasis sekolah. Program yang dilaksanakan meliputi penguatan literasi mental, kampanye anti-bullying, dan penciptaan lingkungan belajar yang positif.⁶

Untuk keberhasilan upaya tersebut maka diperlukan pengelolaan atau manajemen program yang baik, rasional, dan terukur. Beberapa tokoh manajemen menyebutkan tentang unsur-unsur atau fungsi-fungsi manajemen yang harus dipenuhi guna menghasilkan sebuah program yang baik. Fungsi-fungsi itu antara lain meliputi perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan dan pengawasan.

Salah satu tokoh manajemen yaitu Henri Fayol (1841–1925), ia merupakan salah satu pelopor utama dalam pengembangan teori manajemen klasik. Dalam karyanya yang monumental "*Administration Industrielle et Générale*", yang kemudian diterjemahkan ke dalam bahasa Inggris sebagai "*General and Industrial Management*" (1949), Fayol memperkenalkan pendekatan sistematis terhadap manajemen yang menjadi fondasi utama praktik manajerial modern.

"*To manage is to forecast and to plan, to organize, to command, to coordinate and to control.*"⁷ Menurut Fayol, Mengelola berarti meramalkan dan merencanakan, mengorganisasi, memberi perintah, mengoordinasi, dan mengendalikan. Fayol juga berargumen bahwa manajemen adalah keterampilan

⁵ Marianty, Dewi, Annisa Hidayati, and Prasetyo Budi Widodo. "Peran Guru dan Upaya Sekolah Dalam Menangani Kesehatan Mental Siswa di Indonesia: Tinjauan Literatur Sistematis." *Fathana* 3, no. 1 (2025): 49–63. <https://doi.org/10.22373/fjpa.v3i1.587>.

⁶ National Research and Innovation Agency, Indonesia, Indri Yunita Suryaputri, Rofingatul Mubasyiroh, et al. "The Effects of a School-Based Mental Health Program on Students' Knowledge, Behavior, and Depression: A Quasi-Experimental Study in Four Indonesian High Schools." *Journal of Population and Social Studies* 32 (November 2023): 243–61. <https://doi.org/10.25133/JPSSv322024.015>

⁷ Fayol, H.. *General and Industrial Management* (C. Storrs, Trans.). Ltd.(Original work published 1916 as "*Administration Industrielle et Générale*") (London: Sir Isaac Pitman & Sons, 1949)

yang dapat diajarkan dan dipelajari, dan tidak terbatas hanya pada pengalaman praktis atau kepemimpinan alamiah.

Fungsi manajemen Henri Fayol diadaptasi oleh George R. Terry menjadi empat fungsi manajemen yang terdiri dari Perencanaan (*Planing*), Pengorganisasian (*Organizing*), Pelaksanaan (*Actuating*) dan Pengawasan (*Controlling*). Fungsi manajemen ini berlaku secara universal dalam semua organisasi termasuk dalam pengelolaan Lembaga Pendidikan.

Fungsi manajemen PAOC bersifat umum untuk dilaksanakan dalam setiap praktek manajemen, namun saat Lembaga Pendidikan akan mengimplementasikannya dalam sebuah program, diperlukan manajemen dengan pendekatan spesifik (*Program Life Cycle*) seperti yang digagas oleh Project Management Institute⁸, siklus hidup manajemen program berjalan secara runtut melalui tiga tahapan besar yang saling berkesinambungan, yang dimulai dari fase definisi (*program definition*) memuat fungsi perencanaan dan pengorganisasian, dilanjutkan dengan fase pelaksanaan atau pengiriman manfaat (*program delivery*), hingga diakhiri oleh fase penutupan (*program closure*) memuat fungsi *controlling* berupa dampak yang dihasilkan dari program tersebut. Dalam penelitian ini POAC digunakan sebagai fungsi manajemen sedangkan Project Management Institute sebagai siklus program.

Selain fungsi tersebut, terdapat 14 Prinsip Manajemen, yang meliputi prinsip-prinsip seperti pembagian kerja, otoritas dan tanggung jawab, disiplin, kesatuan komando, kesatuan arah, subordinasi kepentingan individu terhadap kepentingan organisasi, serta keadilan dan stabilitas tenaga kerja. Prinsip-prinsip ini bersifat fleksibel dan dapat diadaptasi sesuai dengan kebutuhan dan kondisi organisasi.

Upaya manajemen di atas telah dilakukan oleh Yayasan Muthahhari. Oleh karena itu, peneliti bermaksud melakukan penelitian tentang proses manajemen yang dilakukan oleh SMA Plus Muthahhari dalam mengintegrasikan program

⁸ P Project Management Institute.. *The standard for program management* (5th ed.). (Project Management Institute. 2021) Hal. 54

AIMAH sebagai upaya memberikan penguatan Kesehatan mental remaja pada murid SMA Plus Muthahhari di Era AI.

Penelitian ini memilih **SMA Plus Muthahhari** sebagai lokasi studi karena beberapa pertimbangan yang sangat relevan dengan fokus penelitian mengenai manajemen program AIMAH dalam penguatan kesehatan mental remaja di era AI.

Pertama, SMA Plus Muthahhari memiliki landasan kuat dalam penanaman nilai-nilai Islam dalam keseluruhan sistem pendidikannya. Hal ini krusial mengingat penelitian ini berfokus pada peran pendidikan Islam dalam mendukung kesehatan mental. Keterlibatan aktif sekolah dalam mengintegrasikan nilai-nilai spiritual dalam kurikulum dan kegiatan sehari-hari memberikan konteks yang kaya untuk mengamati bagaimana prinsip-prinsip Islam diaplikasikan dalam pembentukan karakter dan mental remaja.

Kedua, inisiatif inovatif SMA Plus Muthahhari dalam mengembangkan program **AIMAH (AI dan Mental Health)** secara spesifik menargetkan penguatan kesehatan mental siswa di era kecerdasan buatan. Program ini secara langsung beririsan dengan variabel utama penelitian, yaitu penguatan mental remaja di era AI. Keberadaan program AIMAH menunjukkan komitmen strategis sekolah untuk menjawab tantangan dan peluang yang dibawa oleh perkembangan teknologi, sekaligus memitigasi potensi dampak negatifnya terhadap kesejahteraan mental siswa. Ini memberikan kesempatan unik untuk menganalisis bagaimana sebuah institusi pendidikan Islam merumuskan dan mengimplementasikan strategi adaptif dalam konteks modern.

Ketiga, afiliasi SMA Plus Muthahhari dengan **Yayasan Muthahhari sebagai pelopor "Cerdas AI"** semakin memperkuat relevansi lokasi penelitian. Status "pelopor" ini mengindikasikan bahwa Yayasan dan sekolah memiliki visi ke depan yang kuat terkait integrasi AI dalam pendidikan, bukan hanya dari sisi teknologi tetapi juga implikasinya terhadap perkembangan manusia, termasuk aspek mental. Hal ini menunjukkan adanya dukungan kelembagaan yang kuat dan kemungkinan ketersediaan data serta praktik terkait manajemen strategik di bidang ini.

Dengan demikian, SMA Plus Muthahhari bukan hanya menyediakan lingkungan pendidikan Islam, tetapi juga menjadi laboratorium hidup yang ideal untuk mengkaji bagaimana **Manajemen Program AIMAH** diimplementasikan untuk secara proaktif dan inovatif menghadapi isu **penguatan mental remaja di era AI**, melalui program-program konkret dan dukungan institusional yang solid. Data yang diperoleh dari sekolah ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang kaya dan komprehensif mengenai implementasi manajemen strategis yang efektif, yang pada akhirnya akan memperkaya temuan penelitian ini.

Berdasarkan paparan tersebut, maka penelitian ini bertujuan untuk menggali **Manajemen Program AIMAH dalam Penguatan Kesehatan Mental Remaja pada era AI**, agar dapat digunakan untuk merumuskan pendekatan pendidikan yang relevan, adaptif, dan tetap berakar pada nilai-nilai keislaman di tengah dinamika percepatan perkembangan teknologi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Bagaimanakah manajemen program AIMAH di SMA Plus Muthahhari dalam upaya penguatan kesehatan mental remaja pada era AI? Rumusan masalah ini diuraikan dalam bentuk pertanyaan-pertanyaan sebagai berikut:

1. Bagaimana perencanaan program AIMAH dalam penguatan kesehatan mental pada Era AI di SMA Plus Muthahhari Bandung?
2. Bagaimana pelaksanaan program AIMAH dalam penguatan kesehatan mental remaja di SMA Plus Muthahhari Bandung?
3. Bagaimana dampak program AIMAH terhadap kesehatan mental remaja pada era AI di SMA Plus Muthahhari Bandung?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mendeskripsikan proses perencanaan program AIMAH dalam penguatan kesehatan mental pada Era AI di SMA Plus Muthahhari Bandung.
2. Mendeskripsikan proses pelaksanaan program AIMAH dalam penguatan kesehatan mental remaja di SMA Plus Muthahhari Bandung.

3. Mengevaluasi dampak dari program AIMAH terhadap kesehatan mental remaja pada era AI di SMA Plus Muthahhari.

D. Manfaat Hasil Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam dua aspek, yaitu secara teoritis dan secara praktis:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang pendidikan, psikologi pendidikan, dan studi interdisipliner antara teknologi kecerdasan buatan (AI) dan kesehatan mental remaja. Penelitian ini berpotensi memperkaya literatur mengenai model intervensi sekolah berbasis spiritualitas, kecerdasan emosional, dan pemanfaatan teknologi untuk penguatan kesehatan mental peserta didik. Selain itu, temuan dari penelitian ini dapat menjadi referensi awal bagi pengembangan teori-teori baru yang mengintegrasikan pendekatan pendidikan holistik dalam menghadapi tantangan era digital.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan memberikan manfaat langsung bagi berbagai pihak:

- Bagi sekolah (SMA Plus Muthahhari), hasil penelitian ini dapat menjadi bahan evaluasi dan pengembangan lebih lanjut terhadap program AIMAH dalam rangka meningkatkan efektivitasnya dalam mendukung kesehatan mental peserta didik di tengah perkembangan teknologi AI yang pesat.
- Bagi pendidik dan tenaga kependidikan, penelitian ini dapat memberikan wawasan baru mengenai strategi implementasi program berbasis nilai spiritual dan kecerdasan emosional yang relevan dengan kebutuhan remaja masa kini.
- Bagi pembuat kebijakan di bidang pendidikan, hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan dalam merumuskan kebijakan atau program

serupa yang mengintegrasikan teknologi dan kesehatan mental dalam kerangka pendidikan karakter.

- Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat menjadi pijakan awal untuk mengembangkan kajian lebih lanjut tentang intervensi pendidikan yang adaptif terhadap tantangan mental remaja di era digital dan AI, baik dalam konteks sekolah umum maupun sekolah berbasis nilai.

E. Kerangka Berpikir

Perkembangan teknologi kecerdasan buatan (Artificial Intelligence/AI) telah membawa perubahan signifikan dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam dunia pendidikan. Pendidikan Islam, sebagai sistem pembinaan manusia yang menyeluruh dan berakar pada nilai-nilai ilahiyah, dituntut untuk beradaptasi terhadap realitas digital ini tanpa kehilangan ruh spiritualitasnya. Dalam konteks ini, manajemen strategik menjadi instrumen penting untuk memastikan lembaga pendidikan Islam mampu mengintegrasikan nilai-nilai keislaman, penguatan mental health, dan adaptasi teknologi secara sinergis.

Dalam era kecerdasan buatan yang berkembang pesat, pendidikan dituntut untuk adaptif terhadap perubahan zaman agar tetap relevan dengan kebutuhan masyarakat. Prinsip ini sejalan dengan firman Allah dalam Al-Qur'an surah Ar-Ra'du ayat 11:

قَدْ إِنْ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ

".....Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sehingga mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri....." (QS. Ar-Ra'du: 11)⁹

Ayat tersebut menegaskan bahwa perubahan dan kemajuan hanya dapat tercapai melalui usaha manusia untuk beradaptasi, berinovasi, dan memperbaiki diri, termasuk dalam bidang pendidikan yang kini dihadapkan pada tantangan era kecerdasan buatan.

⁹ Al-Qur'an. "Ar-Ra'd 11." *Al-Qur'an dan terjemahannya* (Cetakan pertama). Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an. (Kementerian Agama Republik Indonesia 2019).

Manajemen dalam pendidikan merupakan suatu proses sistematis yang mencakup perencanaan, implementasi, dan evaluasi kebijakan untuk mencapai tujuan jangka panjang lembaga Pendidikan¹⁰. Manajemen adalah proses yang sangat penting untuk dilakukan di dalam sebuah organisasi, baik dilingkungan perusahaan, lingkungan Masyarakat, Lembaga Pendidikan, dan lain-lain.

Dalam lingkungan pendidikan Islam, manajemen tidak hanya bertujuan pada efektivitas kelembagaan, tetapi juga pada keberhasilan membina karakter dan psikologis peserta didik secara utuh¹¹. Proses manajemen selalu berhubungan dengan sumber daya manusia. Setiap proses yang berhubungan dengan manusia, tidak akan terlepas dari karakter dan perasaan yang menjadi kelebihan dari makhluk ciptaan Tuhan. Terlebih lagi, tantangan mental health remaja di era AI semakin kompleks, ditandai oleh tingginya paparan media digital, disrupsi sosial, dan penurunan interaksi spiritual yang bermakna¹².

Pendidikan Islam berperan penting dalam membentuk kepribadian remaja melalui pendekatan integratif antara nilai-nilai keimanan, penguatan akhlak, serta pengembangan potensi akal dan spiritual¹³. Islam hadir untuk menyempurnakan akhlak manusia, Islam juga sangat mengutamakan pendidikan dan memuliakan orang yang melakukan proses pendidikan. Dari proses pendidikan dan pembinaan akhlak yang bersumber dari Al-Quran dan sunnah nabi maka akan terlahir insan-insan kamil yang akan menjadi khalifah di bumi

Kesehatan mental adalah kondisi kesejahteraan psikologis yang memungkinkan siswa mengenali kemampuan dirinya, mengelola tekanan, belajar dengan baik, membangun relasi sosial yang sehat, serta berkontribusi secara

¹⁰ David, *Strategic Management: Concepts and Cases*. David, F. R.. *Strategic Management: Concepts and Cases* (15th ed.). (Pearson Education, 2017)

¹¹ Sallis, *Total Quality Management in Education*. Sallis, E.. *Total Quality Management in Education* (3rd ed.). (Kogan Page, 2022)

¹² World Health Organization, "Mental Health of Adolescents." David, F.R. *Strategic Management: Concepts and Cases*. 15th nd. Pearson Education., 2017.418/ijeqqr.v2i1.39.zation. "Mental Health of Adolescents." October 10, 2024. News Room Edition. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health/?utm_source=chatgpt.com.

¹³ Muhaimin.. *Paradigma Pendidikan Islam: Upaya Mengefektifkan Pendidikan Islam di Sekolah, Madrasah dan Pesantren*. (Bandung, PT. Remaja Rosdakarya, 2003)

positif dalam lingkungan sekolah dan masyarakat. Definisi ini mengacu pada WHO yang menjelaskan kesehatan mental sebagai keadaan mental well-being yang membuat seseorang mampu menghadapi tekanan hidup, menyadari kemampuannya, belajar dan bekerja dengan baik, serta berkontribusi kepada komunitas.

Literasi AI adalah kemampuan siswa dan guru dalam memahami, menggunakan, menilai, dan memanfaatkan Artificial Intelligence secara bijak, kritis, etis, dan bertanggung jawab sebagai alat bantu pembelajaran. UNESCO menekankan bahwa kompetensi AI mencakup pengetahuan, keterampilan, nilai, etika, serta orientasi human-centered agar AI digunakan untuk mendukung pendidikan, bukan menggantikan peran manusia.

Nilai Islam adalah prinsip ajaran Islam yang menjadi dasar pembentukan sikap, perilaku, dan orientasi hidup peserta didik, seperti iman, akhlak terpuji, kejujuran, empati, tanggung jawab, sabar, syukur, tawakal, serta kesadaran bahwa ilmu dan teknologi harus diarahkan untuk kemaslahatan. Dalam konteks penelitian ini, nilai Islam diposisikan sebagai fondasi spiritual dan moral agar penggunaan AI tetap berpihak pada pembentukan manusia yang berakhlak, seimbang, dan bertanggung jawab.

Manajemen program adalah proses pengelolaan program secara sistematis dan terkoordinasi untuk mencapai tujuan serta manfaat tertentu melalui tahapan perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan, pengawasan, dan evaluasi. Dalam konteks tesis ini, manajemen program AIMAH dipahami sebagai pengelolaan program pendidikan yang mencakup perencanaan program, pelaksanaan program, dan evaluasi dampak program. Konsep ini sejalan dengan pandangan PMI bahwa program dikelola secara terkoordinasi untuk memperoleh manfaat yang tidak dapat dicapai jika kegiatan dikelola secara terpisah.

Salah satu cara di mana spiritualitas dapat mempengaruhi kesehatan mental adalah melalui praktik keagamaan yang teratur. partisipasi dalam ibadah, doa, zikir dapat memberikan ketenangan batiniah dan rasa koneksi dengan lebih besar dari diri sendiri, yang dapat membantu mengurangi stres dan kecemasan. Studi juga menunjukkan bahwa praktik keagamaan dapat meningkatkan

ketahanan psikologis seseorang, sehingga membuatnya lebih mampu menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari¹⁴. Oleh karena itu pembinaan dengan penanaman nilai-nilai Islam dan pembinaan karakter sangat penting dilakukan di lingkungan keluarga maupun di sekolah sebagai fondasi kesehatan mental siswa.

Kegiatan-kegiatan ritual keagamaan seperti berdzikir, ritual ibadah bersama yang diselenggarakan di sekolah akan membantu siswa memiliki qalbu salim, ketenangan jiwa dan pikiran yang bisa membentengi jiwa anak-anak agar terhindar dari resistensi kesehatan mental.

Sementara itu, remaja sebagai kelompok usia 12–21 tahun merupakan fase perkembangan kritis, di mana pencarian jati diri, kestabilan emosi, dan kebutuhan akan dukungan psikososial sangat dominan¹⁵. Oleh karena itu, penguatan mental health melalui sistem pendidikan Islam menjadi sangat strategis.

Hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa manajemen pendidikan Islam telah banyak dikaji dalam konteks pengembangan kelembagaan (Silviya et al., 2025) dan penguatan mutu berbasis teknologi (Prasetyo et al., 2023). Di sisi lain, penguatan kesehatan mental melalui pendekatan Islami juga telah dijabarkan melalui pembiasaan ibadah, dzikir, dan pendekatan psikospiritual (Rosmalina, 2024; Hermansyah, dkk., 2023). Penelitian Deprizon, dkk. (2024) bahkan menegaskan pentingnya edukasi digital Islami dalam menangani stres di era digital.

Namun demikian, belum ditemukan penelitian terdahulu yang secara spesifik dan komprehensif mengintegrasikan tiga pilar utama: (1) manajemen program pendidikan Islam, (2) penguatan mental health remaja, dan (3) pemanfaatan teknologi AI dalam satu kerangka konseptual yang utuh. Oleh karena itu, penelitian ini hadir untuk menjembatani kekosongan tersebut dengan membangun suatu model atau strategi manajemen pendidikan Islam yang mampu

¹⁴ Hafizzatun, *Spiritualitas Dan Kesehatan Mental: Menyelami Hubungan*. Hafizzatun, *Spiritualitas dan Kesehatan Mental, Menyelami Hubungan*, 2024 [Spiritualitas dan Kesehatan Mental: Menyelami Hubungan | kumparan.com](https://www.kumparan.com/Spiritualitas-dan-Kesehatan-Mental:Menyelami-Hubungan)

¹⁵ Hurlock, E. B. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. (Erlangga, 2024) Edisi kelima

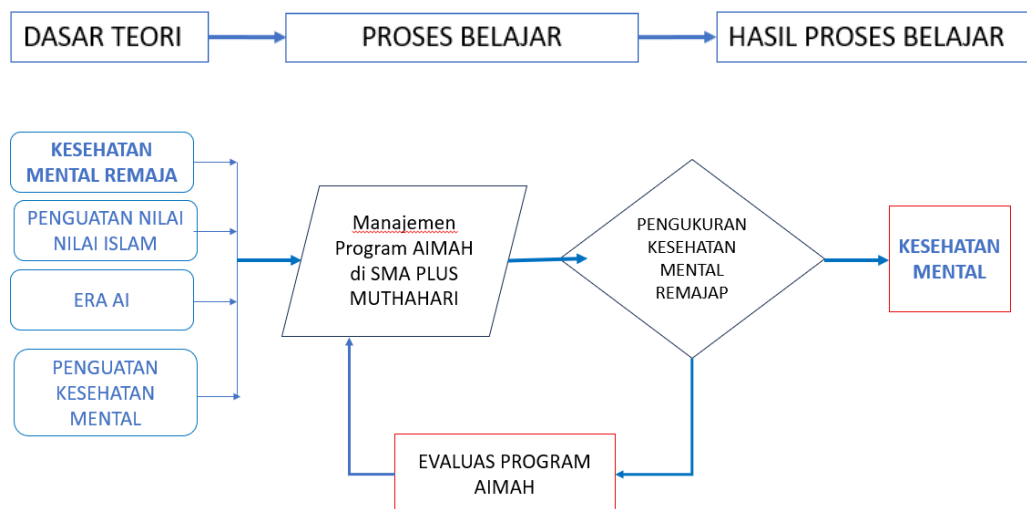
merespons tantangan kesehatan mental remaja melalui pendekatan nilai Islam dan dukungan teknologi AI secara integratif.

Dengan demikian, kerangka pemikiran dalam penelitian ini dibangun atas dasar pemahaman bahwa:

- Pendidikan Islam memiliki kekuatan spiritual dan moral untuk menjadi fondasi ketahanan mental remaja.
- Manajemen program menjadi alat penting untuk merancang, melaksanakan, dan mengevaluasi kebijakan pendidikan yang berorientasi pada kesehatan mental,
- Teknologi AI merupakan peluang baru untuk memperkuat sistem pendampingan psikososial berbasis data dan personalisasi pembelajaran Islami secara digital.

Penelitian ini diharapkan dapat menghasilkan suatu konsep manajemen program pendidikan Islam yang relevan di era AI dan berkontribusi nyata dalam membina kesehatan mental remaja secara preventif, kuratif, dan konstruktif.

Pada tahap akhir, penelitian ini bertujuan untuk merefleksikan hasil implementasi program, mengevaluasi efektivitasnya secara holistik, serta merumuskan rekomendasi untuk pengembangan lebih lanjut. Kerangka pemikiran dalam penelitian ini disusun secara logis dari landasan teoritis hingga implikasi praktis.



Gambar 1. 1 Kerangka Pemikiran

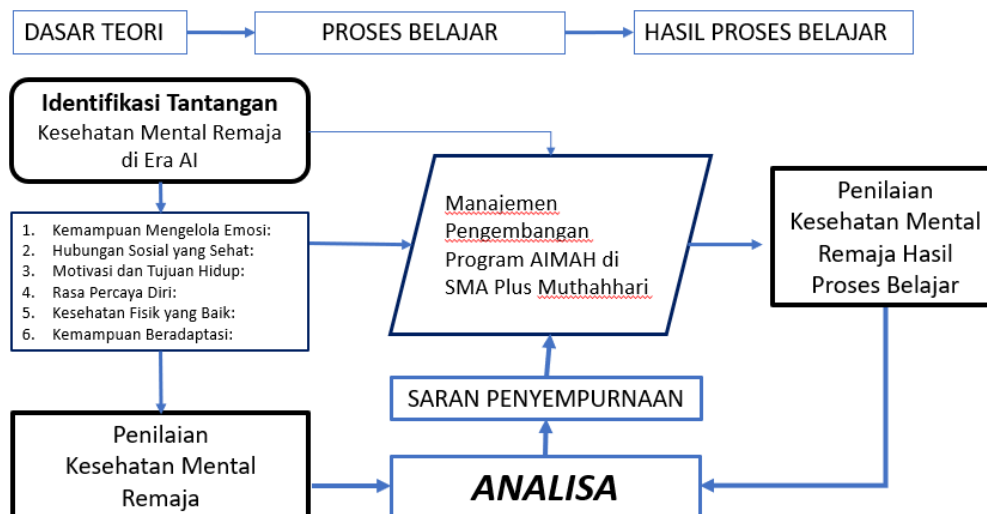
Gambar 1.1 tentang kerangka pemikiran menghubungkan antara landasan teori, identifikasi masalah, proses intervensi, dan hasil yang diharapkan. Diawali dari kajian teoretis mengenai urgensi peningkatan kualitas pendidikan di era digital, kerangka ini menekankan pada tantangan yang dihadapi lembaga pendidikan, khususnya dalam membentuk strategi manajemen pendidikan Islam yang responsif terhadap kebutuhan penguatan mental health remaja.

Langkah pertama dalam kerangka ini adalah identifikasi masalah yang menyangkut lemahnya peran pendidikan agama dalam membentuk daya tahan mental siswa di tengah arus informasi dan tekanan sosial yang tinggi. Permasalahan ini kemudian dijawab melalui perumusan model manajemen strategik berbasis nilai-nilai Islam yang terintegrasi dengan prinsip-prinsip penguatan kesehatan mental.

Tahapan selanjutnya adalah implementasi model secara kontekstual di lingkungan sekolah, yang mengadopsi pendekatan kolaboratif antara guru, siswa, dan pihak manajemen pendidikan. Proses ini dikaji melalui metodologi kualitatif dengan pendekatan studi kasus, yang memungkinkan pemahaman mendalam terhadap dinamika penerapan model di lapangan.

Akhir dari kerangka ini adalah refleksi atas implementasi model, yang mencakup evaluasi efektivitas, identifikasi faktor pendukung dan penghambat, serta perumusan rekomendasi strategis untuk pengembangan model yang lebih adaptif dan berkelanjutan. Dengan demikian, kerangka pemikiran ini tidak hanya menjadi peta konseptual penelitian, tetapi juga instrumen penting dalam merumuskan solusi konkret berbasis data dan teori yang kuat.

Kerangka pendekatan penelitian yang akan dilaksanakan oleh peneliti dapat dilihat pada gambar 1.2 di bawah ini.



Gambar 1. 2 Kerangka Pendekatan Penelitian

Langkah awal dari kerangka pada gambar 1.2 adalah identifikasi isu atau fenomena pendidikan yang relevan dengan konteks kekinian, yaitu tantangan kesehatan mental remaja di tengah derasnya arus digitalisasi. Peneliti memulai dengan observasi awal dan studi literatur untuk menguatkan pijakan teoritis dan menemukan gap yang signifikan antara kondisi ideal dan realitas di lapangan.

Selanjutnya, kerangka mengarahkan proses penelitian pada pengumpulan data melalui wawancara mendalam, dokumentasi, dan observasi partisipatif, yang dilakukan pada subjek dan lingkungan pendidikan yang menjadi fokus kajian. Pendekatan ini menekankan pentingnya pemahaman holistik terhadap dinamika sosial dan psikologis remaja dalam konteks institusi pendidikan.

Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan pendekatan tematik, yang bertujuan mengungkap pola, makna, serta dinamika yang berperan dalam manajemen pendidikan dan kesehatan mental siswa. Dari hasil analisis ini, peneliti merekonstruksi temuan ke dalam bentuk deskripsi konseptual dan model implementatif, yang selanjutnya akan dievaluasi secara reflektif dan kritis.

Tahapan terakhir dalam kerangka ini adalah formulasi rekomendasi strategis, yang tidak hanya bertumpu pada hasil studi, tetapi juga mempertimbangkan relevansi praktisnya terhadap kebijakan pendidikan dan pelatihan guru. Pendekatan ini menghasilkan suatu studi yang bersifat aplikatif,

relevan dengan kebutuhan lapangan, dan mampu memberi kontribusi bagi pengembangan sistem pendidikan yang responsif terhadap tantangan mental health remaja di era AI.

