

**PERAN KESEHATAN MENTAL SISWA TERHADAP
PEMBENTUKAN AKHLAK DI SMA NEGERI 4
PADANGSIDIMPUAN**



SKRIPSI

*Diajukan sebagai Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
dalam Bidang Pendidikan Agama Islam*

Oleh

M. YUNUS SIREGAR

NIM. 2220100205

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY
PADANGSIDIMPUAN**

2026

**PERAN KESEHATAN MENTAL SISWA TERHADAP
PEMBENTUKAN AKHLAK DI SMA NEGERI 4
PADANGSIDIMPUAN**



SKRIPSI

*Diajukan sebagai Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
dalam Bidang Pendidikan Agama Islam*

Oleh

M. YUNUS SIREGAR

NIM. 2220100205

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM

**FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN UNIVERSITAS
ISLAM NEGERI**

SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY

PADANGSIDIMPUAN

2026

**PERAN KESEHATAN MENTAL SISWA TERHADAP
PEMBENTUKAN AKHLAK DI SMA NEGERI 4
PADANGSIDIMPUAN**



SKRIPSI

*Diajukan sebagai Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
dalam Bidang Pendidikan Agama Islam*

Oleh

M. YUNUS SIREGAR

NIM. 2220100205

Pembimbing I

Dr. Lely Hilda, M.Si.
NIP 197109202000032002

Pembimbing II

Efrida Mandasari Dalimunthe, M.Psi.
NIP 198808092019032006

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM

**FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY
PADANGSIDIMPUAN**

2026

SURAT PERNYATAAN PEMBIMBING

Hal : Skripsi
a.n. M. Yunus Siregar
Lampiran : -

Padangsidempuan, 04 Juni 2026
Kepada Yth,
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu
Keguruan UIN Syekh Ali Hasan
Ahmad Addary Padangsidempuan
di-
Padangsidempuan

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Setelah membaca, menelaah dan memberikan saran-saran perbaikan sepenuhnya terhadap skripsi a.n M. Yunus Siregar yang berjudul **"Peran Kesehatan Mental Siswa Terhadap Pembentukan Akhlak Di SMA Negeri 4 Padangsidempuan"**, maka kami berpendapat bahwa skripsi ini telah dapat diterima untuk melengkapi tugas dan syarat-syarat mencapai gelar sarjana pendidikan (S.Pd) dalam bidang Ilmu Program Studi Pendidikan Agama Islam pada Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan.

Seiring dengan hal di atas, maka saudara tersebut dapat menjalani sidang munaqosyah untuk mempertanggung jawabkan skripsi ini.

Demikian kami sampaikan, semoga dapat dimaklumi dan atas perhatiannya diucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

PEMBIMBING I,



Dr. Lelya Hilda, M.Si.

NIP. 19730920 200003 2 002

PEMBIMBING II,



Efrida Mandasari Dalimunthe, M.Psi.

NIP. 19880809 201903 2 006

SURAT PERNYATAAN MENYUSUN SKRIPSI SENDIRI

Dengan menyebut nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, bahwa saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : M. Yunus Siregar
NIM : 2220100205
Program Studi : Pendidikan Agama Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
Judul Skripsi : Peran Kesehatan Mental Siswa Terhadap Pembentukan Akhlak Di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah menyusun skripsi ini sendiri tanpa meminta bantuan yang tidak syah dari pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing dan tidak melakukan plagiasi sesuai dengan Kode Etik Mahasiswa UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan Pasal 14 Ayat 12 Tahun 2023.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi sebagaimana tercantum dalam Pasal 19 Ayat 2 Tahun 2023 tentang Kode Etik Mahasiswa UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan yaitu pencabutan gelar akademik dengan tidak hormat dan sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padangsidimpuan, 08 Juni 2026

Saya yang Menyatakan,



M. Yunus Siregar
NIM. 2220100205

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK**

Sebagai civitas akademika Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : M. Yunus Siregar
NIM : 2220100205
Program Studi : Pendidikan Agama Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan, Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non Exclusive Royalti-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul "Peran Kesehatan Mental Siswa Terhadap Pembentukan Akhlak Di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan" Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai peneliti dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Padangsidimpuan

Pada Tanggal : 08 Juni 2026

Saya yang Menyatakan,



M. Yunus Siregar
NIM. 2220100205



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN

Jalan T. Rizal Nurdin Km. 4,5 Sihitang 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

DEWAN PENGUJI
SIDANG MUNAQASYAH SKRIPSI

Nama : M. Yunus Siregar
NIM : 22 201 00205
Program Studi : Pendidikan Agama Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
Judul Skripsi : Peran Kesehatan Mental Siswa Terhadap Pembentukan Akhlak di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan

Ketua

Ahmadani Tanjung, M. Pd
IP. 199106292019032008

Sekretaris

Wilda Rizkyyahmur Nasution, M. Pd
NIP. 19910610 202203 2 002

Anggota

Ahmadani Tanjung, M. Pd
IP. 199106292019032008

Wilda Rizkyyahmur Nasution, M. Pd
NIP. 19910610 202203 2 002

Fida Mandasari Dalimunthe, M.Psi.
IP. 198808092019032006

Pr. Lazuardi, M.Ag.

NIP. 196809212000031003

Pelaksanaan Sidang Munaqasyah

Di : Ruang Ujian Munaqasyah Prodi PAI
Tanggal : 19 Juni 2026
Waktu : 10:00 WIB s/d 12:00 WIB
Hasil/Nilai : Lulus / 81,5
Indeks Prestasi Kumulatif : Cumlaude/ Pujian



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY PADANGSIDIMPUAN

Jalan T. Rizal Nurdin Km 4,5Sihitang Kota Padang Sidempuan 22733
Telepon (0634) 22080 Faximili (0634) 24022

PENGESAHAN

**JUDUL SKRIPSI : Peran Kesehatan Mental Siswa Terhadap
Pembentukan Akhlak Di SMA Negeri 4
Padangsidimpuan**

NAMA : M. Yunus Siregar

NIM : 2220100205

Telah dapat diterima untuk memenuhi
syarat dalam memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan (S.Pd)

Padangsidimpuan, Juni 2026

Dekan,



Dr. Hamka, M.Hum

NIP. 40840815 200912 1 005

ABSTRAK

Nama : M. Yunus Siregar
NIM : 2220100205
Judul : Peran Kesehatan Mental Siswa Terhadap Pembentukan Akhlak di SMA Negeri 4 Padangsidempuan

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pentingnya kesehatan mental siswa dalam mendukung pembentukan akhlak dan keberhasilan proses pembelajaran di sekolah. Kondisi kesehatan mental yang baik diyakini dapat memengaruhi sikap, perilaku, serta motivasi belajar siswa. Namun, di lapangan masih ditemukan adanya variasi kondisi psikologis siswa yang berpengaruh terhadap pembentukan akhlak di lingkungan sekolah. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana kondisi kesehatan mental siswa di SMA Negeri 4 Padangsidempuan, faktor-faktor yang memengaruhi pembentukan akhlak berbasis kesehatan mental siswa, serta bagaimana peran sekolah dalam pembentukan akhlak berbasis kesehatan mental siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kondisi kesehatan mental siswa, menganalisis faktor internal dan eksternal yang memengaruhi pembentukan akhlak, serta mendeskripsikan peran sekolah dalam pembentukan akhlak berbasis kesehatan mental siswa. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Subjek penelitian meliputi kepala sekolah, guru, serta siswa di SMA Negeri 4 Padangsidempuan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kondisi kesehatan mental siswa berada pada kategori baik yang terlihat dari kemampuan mengelola emosi, konsep diri, hubungan sosial, motivasi belajar, serta sikap spiritual dan moral. Selain itu, pembentukan akhlak siswa dipengaruhi oleh faktor internal seperti kepribadian, motivasi, dan kondisi emosional, serta faktor eksternal seperti keluarga, sekolah, teman sebaya, dan lingkungan sosial. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa sekolah memiliki peran penting dalam pembentukan akhlak berbasis kesehatan mental melalui pembelajaran, keteladanan guru, program pembiasaan, lingkungan sekolah yang kondusif, serta pengawasan dan bimbingan siswa. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa kesehatan mental dan peran sekolah memiliki kontribusi penting dalam pembentukan akhlak siswa. Oleh karena itu, diperlukan sinergi antara sekolah, keluarga, dan lingkungan untuk memperkuat kesehatan mental dan akhlak siswa secara berkelanjutan.

Kata Kunci: Kesehatan Mental, Akhlak Siswa, Motivasi Belajar.

ABSTRACT

Name : M. Yunus Siregar

NIM : 2220100205

Title : The Role of Students' Mental Health in Shaping Moral Character
at SMA Negeri 4 Padangsidempuan

This study is motivated by the importance of students' mental health in supporting moral development and the success of the learning process at school. Good mental health conditions are believed to influence students' attitudes, behavior, and learning motivation. However, in reality, there are still variations in students' psychological conditions that affect moral development within the school environment. The formulation of the problems in this study includes the condition of students' mental health at SMA Negeri 4 Padangsidempuan, the factors influencing mental health-based moral development, and the role of the school in shaping students' morals based on mental health. This study aims to describe students' mental health conditions, analyze internal and external factors influencing moral development, and explain the role of the school in mental health-based moral formation. The research method used is a qualitative approach with data collection techniques through observation, interviews, and documentation. The research subjects consisted of the principal, teachers, and students at SMA Negeri 4 Padangsidempuan. The results of the study indicate that students' mental health conditions are generally in a good category, as seen from their ability to manage emotions, self-concept, social relationships, learning motivation, as well as spiritual and moral attitudes. In addition, students' moral development is influenced by internal factors such as personality, motivation, and emotional condition, as well as external factors such as family, school, peers, and the social environment. This study also shows that the school has an important role in mental health-based moral formation through learning activities, teacher role models, habituation programs, a conducive school environment, as well as supervision and guidance for students. The conclusion of this study shows that mental health and the role of the school have an important contribution to students' moral development. Therefore, synergy between schools, families, and the community is needed to strengthen students' mental health and morals in a sustainable manner.

Keywords: Mental Health, Student Character, Learning Motivation.

خلاصة

الاسم : محمد يونس سيريجار
الرقم الجامعي : ٢٢٢٠١٠٠٢٠٥
العنوان : دور الصحة النفسية للطلاب في التكوين الأخلاقي في
مدرسة بادانجسيديمبوان الثانوية الحكومية رقم ٤

تستند هذه الدراسة إلى أهمية الصحة النفسية للطلاب في دعم النمو الأخلاقي ونجاح العملية التعليمية في المدرسة. يُعتقد أن الحالة النفسية الجيدة تؤثر على مواقف الطلاب وسلوكهم ودافعيتهم للتعلم. ومع ذلك، في الواقع، لا تزال هناك اختلافات في الحالة النفسية للطلاب تؤثر على نموهم الأخلاقي داخل البيئة المدرسية. تتضمن صياغة المشكلات في هذه الدراسة حالة الصحة النفسية للطلاب في مدرسة بادانجسيديمبوان الثانوية في ولاية نيجيري إمبات، والعوامل المؤثرة على النمو الأخلاقي القائم على الصحة النفسية، ودور المدرسة في تشكيل أخلاق الطلاب بناءً على صحتهم النفسية. تهدف هذه الدراسة إلى وصف الحالة النفسية للطلاب، وتحليل العوامل الداخلية والخارجية المؤثرة على نموهم الأخلاقي، وتوضيح دور المدرسة في بناء شخصية أخلاقية قائمة على الصحة النفسية. استخدمت الدراسة المنهج النوعي، مع جمع البيانات من خلال الملاحظة والمقابلات والتوثيق. وشملت عينة البحث مدير المدرسة والمعلمين والطلاب في مدرسة بادانجسيديمبوان الثانوية العليا في ولاية نيجيري إمبات. تشير نتائج الدراسة إلى أن الحالة النفسية للطلاب جيدة عموماً، ويتضح ذلك من خلال قدرتهم على إدارة عواطفهم، ومفهومهم الذاتي، وعلاقاتهم الاجتماعية، ودافعيتهم للتعلم، فضلاً عن توجهاتهم الروحية والأخلاقية. كما يتضح أن نمو الطلاب الأخلاقي يتأثر بعوامل داخلية كالشخصية والدافعية والحالة النفسية، وعوامل خارجية كالأسرة والمدرسة والأقران والبيئة الاجتماعية. وتُظهر الدراسة أيضاً الدور المهم الذي تضطلع به المدرسة في بناء شخصية أخلاقية قائمة على الصحة النفسية، وذلك من خلال الأنشطة التعليمية، ونماذج المعلمين، وبرامج التوعية، وتوفير بيئة مدرسية داعمة، فضلاً عن الإشراف والتوجيه للطلاب. تُشير نتائج هذه الدراسة إلى أن الصحة النفسية ودور المدرسة يُسهمان إسهاماً هاماً في التنمية الأخلاقية للطلاب. لذا، فإن التعاون بين المدارس والأسر والمجتمع ضروري لتعزيز الصحة النفسية والأخلاقية للطلاب بشكل مستدام.

الكلمات المفتاحية: الصحة النفسية، شخصية الطالب، دافعية التعلم.

KATA PENGANTAR

Assalamu'Alaikum Wr. Wb.

Alhamdulillah Robbil A'lamin, segala puji bagi Allah Swt. Yang maha pengasih lagi maha penyayang. Peneliti panjatkan puji syukur atas kehadiran Allah Swt. Yang dimana Dia telah memberikan beribu-ribu nikmat diantaranya nikmat iman dan Islam serta nikmat kesehatan dan kesempatan sehingga peneliti bias menyelesaikan penulisan skripsi ini yang berjudul “ **Peran Kesehatan Mental Siswa Terhadap Pembentukan Akhlak di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan**”. Selanjutnya shalawat dan salam senantiasa kita haturkan kepada baginda alam yakni Nabi besar Muhammad saw. Yang sama-sama kita harapkan syafa'atnya di hari akhir nanti dan telah membawa kita dari alam yang penuh dengan kegelapan kea lam yang terang benderang serta dari alam kejahiliyahan menuju keislaman seperti yang kita rasakan sekarang ini.

Selama penulisan skripsi ini, peneliti mengalami banyak kesulitan dan kendala yang diakibatkan keterbatasan referensi yang sesuai terhadap pembahasan penelitian ini, sedikitnya waktu yang ada dan sedikitnya pula ilmu peneliti. Akan tetapi berkat usaha dan do'a dan atas bantuan dan dukungan dari seluruh pihak yang pada akhirnya skripsi ini bisa terselesaikan. Peneliri tidak bisa dipungkiri bahwa dalam penulisan skripsi ini tidak terlepas dari peran serta orang-orang disekitar peneliti. Untuk itu peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Sumper Mulia Harahap, M.Ag. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan, bersama Bapak Prof. Dr. H. Arbanur Rasyid, M.A. selaku Wakil Rektor Bidang Akademik dan Pengembangan Lembaga, Bapak Prof. Dr. Darwis Harahap, S.H.I., M.Si. selaku Wakil Rektor Bidang Administrasi Umum, Perencanaan, dan Keuangan, serta Bapak Dr. Ikhwanuddin Harahap, M.Ag. selaku Wakil Rektor Bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama.
2. Bapak Dr. Hamka, M.Hum., selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan.
3. Ibu Nursri Hayati MA., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Agama Islam Universitas Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan.
4. Bapak Dr. Lazuardi, M.Ag., selaku dosen Penasehat Akademik.
5. Ibu Dr. Lelya Hilda, M.Si. selaku pembimbing 1, dan Ibu Efrida Mandasari Dalimunthe, M.Psi. selaku pembimbing 2, yang telah memberikan motivasi, kesempatan dan menyediakan tenaga dan waktunya untuk memberikan bimbingan, arahan, dan petunjuk yang sangat berharga bagi penulis dalam menyusun dan menyelesaikan skripsi ini.
6. Seluruh Dosen Bapak/Ibu Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan yang sudah memberikan ilmu pengetahuannya dan mengajar, mendidik, serta memberikan motivasi bagi penulis selama perkuliahan di Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan.

7. Kepada Perpustakaan Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan dan semua pegawai perpustakaan Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan.
8. Kepala Sekolah, Ibu Jahrona Sinaga, S.Pd, dan guru-guru di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan yang ikut serta menyempurnakan penelitian ini serta memberi data yang akurat tentang judul penelitian.
9. Teristimewa peneliti mengucapkan rasa syukur dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ibu tercinta, Rosmina Harahap, yang telah menjadi sosok paling berjasa dalam kehidupan peneliti. Dengan penuh kasih sayang, kesabaran, doa, serta pengorbanan yang tiada henti, beliau selalu memberikan dukungan moral maupun material demi keberhasilan peneliti dalam menyelesaikan pendidikan ini. Semoga segala kebaikan, cinta, dan pengorbanan beliau senantiasa mendapat balasan terbaik dari Allah SWT.
10. Peneliti juga menyampaikan ucapan terima kasih yang tulus kepada abang tercinta, Darwin Siregar dan Salman Paris Siregar, yang selalu memberikan semangat, perhatian, motivasi, serta dukungan kepada peneliti dalam setiap proses penyusunan skripsi ini. Kehadiran dan bantuan mereka menjadi salah satu kekuatan bagi peneliti untuk terus berjuang menyelesaikan pendidikan.
11. Tidak lupa peneliti mengucapkan terima kasih kepada kakak tercinta, Hotma Sary Siregar, yang selalu memberikan doa, dukungan, perhatian, serta nasihat kepada peneliti. Segala bentuk kepedulian dan kasih sayang yang diberikan sangat berarti bagi peneliti dalam menghadapi berbagai tantangan selama masa perkuliahan.

12. Selanjutnya peneliti juga mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ayah tercinta, Kamaluddin Siregar, atas segala doa, kerja keras, pengorbanan, dan dukungan yang telah diberikan kepada peneliti. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan kesehatan, keberkahan, serta kebahagiaan kepada kedua orang tua dan seluruh keluarga tercinta.
13. Teman-teman seperjuangan dari Sobat PAI Nim 22 yang telah memberikan doa dan dukungan bagi peneliti baik masa perkuliahan maupun masa penyusunan skripsi.
14. Terakhir, peneliti mengucapkan terima kasih kepada diri sendiri yang telah mampu bertahan, berjuang, dan tetap semangat dalam menyelesaikan seluruh proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini. Berbagai tantangan, kesulitan, dan hambatan yang dihadapi menjadi pelajaran berharga untuk terus berkembang dan tidak mudah menyerah. Peneliti bersyukur karena mampu melewati setiap proses dengan penuh kesabaran, usaha, doa, dan keyakinan hingga akhirnya dapat menyelesaikan pendidikan ini dengan baik.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penulisan skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan, kesalahan dan bahkan jauh dari kata kesempurnaan. Maka dari itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang dapat membangun demi perbaikan skripsi ini dari para pembaca. Akhirnya kepada Allah Swt. Penulis berserah diri atas segala usaha dan do'a dalam penyusunan skripsi ini. Semoga tulisan ini bermanfaat bagi kita semua.

Padangsidempuan, 13 Mei 2025

M. YUNUS SIREGAR
2220100205

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Penulisan transliterasi Arab-Latin dalam Skripsi ini menggunakan pedoman transliterasi Berdasarkan Keputusan Bersama Menteri Agama RI dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan R.I. No. 158 Tahun 1987 dan No. 0543b/U/1987 yang secara garis besar dapat diuraikan sebagai berikut:

A. Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
أ	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Śa	ś	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ḥa	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	d	De
ذ	Ẓal	ẓ	Zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	r	er
ز	Zai	z	zet
س	Sin	s	es
ش	Syin	sy	es dan ye
ص	Şad	ş	es (dengan titik di bawah)
ض	Ḍad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	Ṭa	ṭ	te (dengan titik di bawah)

ظ	Za	z	zet (dengan titik di bawah)
ع	`ain	`	koma terbalik (di atas)
غ	Gain	g	ge
ف	Fa	f	ef
ق	Qaf	q	ki
ك	Kaf	k	ka
ل	Lam	l	el
م	Mim	m	em
ن	Nun	n	en
و	Wau	w	we
هـ	Ha	h	ha
ء	Hamzah	‘	apostrof
ي	Ya	y	ye

B. Vokal

1. Vokal Tunggal

Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
َ	Fathah	a	a
ِ	Kasrah	i	i
ُ	Dhammah	u	u

2. Vokal Rangkap

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
يَا...	Fathah dan ya	ai	a dan u
وَا...	Fathah dan wau	au	a dan u

Contoh:

- كَتَبَ kataba
- فَعَلَ fa`ala
- سَيْلَ suila

C. Maddah

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
أَا...إِي...	Fathah dan alif atau ya	ā	a dan garis di atas
إِي...	Kasrah dan ya	ī	i dan garis di atas
وَا...	Dammah dan wau	ū	u dan garis di atas

Contoh:

- قَالَ qāla
- قِيلَ qīla
- يَقُولُ yaqūlu

D. Ta' Marbutah

Transliterasi untuk ta' marbutah ada dua, yaitu:

1. Ta' marbutah hidup

Ta' marbutah hidup atau yang mendapat harakat fathah, kasrah, dan dammah, transliterasinya adalah "t".

2. Ta' marbutah mati

Ta' marbutah mati atau yang mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah "h".

3. Kalau pada kata terakhir dengan ta' marbutah diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang *al* serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka ta' marbutah itu ditransliterasikan dengan "h".

Contoh:

- رَوْضَةُ الْأَطْفَالِ raudah al-atfāl/raudahtul atfāl
- طَلْحَةَ talhah

E. Syaddah (Tasydid)

Syaddah atau tasydid yang dalam tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda, tanda syaddah atau tanda tasydid, ditransliterasikan dengan huruf, yaitu huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syaddah itu.

Contoh:

- نَزَّلَ nazzala
- الْبِرُّ al-birr

F. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, yaitu ال, namun dalam transliterasi ini kata sandang itu dibedakan atas:

1. Kata sandang yang diikuti huruf syamsiyah

Kata sandang yang diikuti oleh huruf syamsiyah ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu huruf “l” diganti dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.

2. Kata sandang yang diikuti huruf qamariyah

Kata sandang yang diikuti oleh huruf qamariyah ditransliterasikan dengan sesuai dengan aturan yang digariskan di depan dan sesuai dengan bunyinya.

Baik diikuti oleh huruf syamsiyah maupun qamariyah, kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanpa sempang.

Contoh:

- الرَّجُلُ ar-rajulu
- الْقَلَمُ al-qalamu
- الشَّمْسُ asy-syamsu
- الْجَلَالُ al-jalālu

G. Hamzah

Hamzah ditransliterasikan sebagai apostrof. Namun hal itu hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan di akhir kata. Sementara

hamzah yang terletak di awal kata dilambangkan, karena dalam tulisan Arab berupa alif.

Contoh:

- تَأْخُذُ ta'khuẓu
- شَيْءٌ syai'un
- النَّوْءُ an-nau'u
- إِنَّ inna

H. Penulisan Kata

Pada dasarnya setiap kata, baik fail, isim maupun huruf ditulis terpisah. Hanya kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab sudah lazim dirangkaikan dengan kata lain karena ada huruf atau harkat yang dihilangkan, maka penulisan kata tersebut dirangkaikan juga dengan kata lain yang mengikutinya.

Contoh:

- بِسْمِ اللَّهِ مَجْرَاهَا وَ مُرْسَاهَا Bismillāhi majrehā wa mursāhā

I. Huruf Kapital

Meskipun dalam sistem tulisan Arab huruf kapital tidak dikenal, dalam transliterasi ini huruf tersebut digunakan juga. Penggunaan huruf kapital seperti apa yang berlaku dalam EYD, di antaranya: huruf kapital digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri dan permulaan kalimat. Bilamana nama diri itu didahului oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya.

Contoh:

- الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ Alhamdu lillāhi rabbi al-`ālamīn/
Alhamdu lillāhi rabbil `ālamīn

Penggunaan huruf awal kapital untuk Allah hanya berlaku bila dalam tulisan Arabnya memang lengkap demikian dan kalau penulisan itu disatukan dengan kata lain sehingga ada huruf atau harakat yang dihilangkan, huruf kapital tidak dipergunakan.

Contoh:

- اللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ Allaāhu gafūrun rahīm
- لِلَّهِ الْأُمُورُ جَمِيعًا Lillāhi al-amru jamī`an/Lillāhil-amru jamī`an

J. Tajwid

Bagi mereka yang menginginkan kefasihan dalam bacaan, pedoman transliterasi ini merupakan bagian yang tak terpisahkan dengan Ilmu Tajwid. Karena itu peresmian pedoman transliterasi ini perlu disertai dengan pedoman tajwid.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
LEMBAR PENGESAHAN	
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	iv
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN	ix
DAFTAR ISI	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Batasan Masalah	8
C. Batasan Istilah	9
D. Perumusan Masalah	10
E. Tujuan Penelitian.....	11
F. Manfaat Penelitian.....	11
G. Sistematika Pembahasan	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	14
A. Kajian Teori	14
1. Kesehatan Mental	14
a. Definisi Kesehatan Mental.....	14
b. Komponen Kesehatan Mental	16
c. Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental	18
d. Indikator Kesehatan Mental.....	20
2. Teori dan Konsep Akhlak	22
a. Definisi Akhlak dari Perspektif Pendidikan dan Agama	22
b. Unsur-Unsur Akhlak yang Perlu dibentuk pada Siswa.....	24
c. Peran Akhlak dalam Pembentukan Karakter dan Perilaku Siswa.....	26
3. Pembentukan Akhlak dalam Pendidikan	28
a. Proses Pembentukan Akhlak	28
b. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pembentukan Akhlak	30
c. Peran Sekolah dalam Pembentukan Akhlak Siswa	32
4. Hubungan Antara Kesehatan Mental dan Pembentukan Akhlak	33
a. Teori yang Menghubungkan Kondisi Psikologis dengan Perilaku Moral.....	33
b. Dampak Kesehatan Mental Terhadap Perilaku dan Sikap Siswa.....	35
B. Penelitian Terdahulu	37
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	43
A. Waktu dan Lokasi Penelitian.....	43

B. Jenis Penelitian	44
C. Unit Analisis/ Subjek Penelitian	45
D. Sumber Data	46
E. Teknik Pengumpulan Data	49
F. Teknik Pengecekan Keabsahan Data	51
G. Teknik Pengolahan dan Analisis Data	53
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	56
A. Temuan Umum.....	56
1. Sejarah Singkat SMA Negeri 4 Padangsidimpuan	56
2. Letak Geografis dan Profil Sekolah	58
3. Visi, Misi, dan Tujuan Sekolah	61
4. Struktur Organisasi Sekolah	62
5. Sarana dan Prasarana	65
6. Kegiatan Intrakurikuler dan Ekstrakurikuler	65
7. Program Unggulan dan Budaya Sekolah	66
B. Temuan Khusus	
1. Kondisi Kesehatan Mental Siswa di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan	69
2. Faktor yang Mempengaruhi Pembentukan Akhlak Berbasis Kesehatan Mental di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan	90
3. Peran Sekolah dalam Pembentukan Akhlak Berbasis Kesehatan Mental Siswa di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan.....	108
C. Pengolahan Analisis Data	
1. Kondisi Kesehatan Mental Siswa di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan	117
2. Faktor yang Mempengaruhi Pembentukan Akhlak Berbasis Kesehatan Mental di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan	119
3. Peran Sekolah dalam Pembentukan Akhlak Berbasis Kesehatan Mental Siswa di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan.....	122
D. Pembahasan Hasil Penelitian	
1. Kondisi Kesehatan Mental Siswa di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan	125
2. Faktor yang Mempengaruhi Pembentukan Akhlak Berbasis Kesehatan Mental di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan	127
3. Peran Sekolah dalam Pembentukan Akhlak Berbasis Kesehatan Mental Siswa di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan.....	129
E. Keterbatasan Hasil Penelitian	132
BAB V PENUTUP.....	134
A. Kesimpulan	134
B. Implikasi Hasil Penelitian	134
C. Saran	135
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan fondasi utama dalam membangun peradaban suatu bangsa. Tidak hanya sekadar proses transfer ilmu pengetahuan dan keterampilan, pendidikan juga berperan penting dalam membentuk karakter dan kepribadian peserta didik.¹ Pendidikan merupakan suatu usaha yang terencana secara sadar dalam mewujudkan kondisi belajar dan proses pembelajaran agar siswa dapat mengembangkan kemampuan dan kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, keadilan, kecerdasan akhlak mulia dan keterampilan. Guru sebagai fasilitator dan merupakan bagian penting dalam proses pembelajaran. Guru, siswa, lingkungan belajar, metode dan teknik pengajaran serta media pembelajaran merupakan beberapa dari sekian banyak faktor yang dapat mempengaruhi tercapainya tujuan pembelajaran dalam proses pendidikan. Perangkat pembelajaran dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan berpikir, perasaan, minat dan konsentrasi siswa.²

Dalam konteks ini, pendidikan tidak boleh hanya terfokus pada hasil ujian atau nilai akademik saja. Pembentukan karakter menjadi bagian yang tak terpisahkan dari tujuan pendidikan nasional, karena karakter yang kuat

¹ Kasino, *Pengantar Pendidikan Berbasis Budaya Berorientasi Masa Depan*, (Klaten: Penerbit CV. Sarnu Untung, 2025), hlm. 1.

² Lelya Hilda, "Pengembangan Media Animasi Interaktif Berbasis Artificial Intelligence (AI) Untuk Meningkatkan Pemahaman Siswa Pada Mata Pelajaran Akidah Akhlak Di Madrasah Ibtidaiyah (MI) Negeri 2 Padang Lawas" , *Jurnal: Dinamika Pendidikan Nusantara*, Vol. 6, No. 2, 2025, hlm. 340

dan akhlak yang baik menjadi modal utama bagi seseorang untuk mampu berinteraksi dengan lingkungan sosial secara harmonis dan produktif.

Kesehatan mental menurut World Health Organization (WHO) adalah kondisi kesejahteraan di mana individu mampu menyadari potensi dirinya, mengatasi tekanan hidup yang wajar, bekerja secara produktif, serta berkontribusi terhadap lingkungannya. Dalam konteks pendidikan, kesehatan mental tidak hanya berarti terbebas dari gangguan psikologis, tetapi juga mencakup kemampuan siswa dalam mengelola emosi, mengendalikan stres, menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah, serta membangun hubungan sosial yang positif. Siswa yang memiliki kesehatan mental yang baik cenderung lebih stabil secara emosional, mampu berpikir rasional, dan menunjukkan perilaku yang sesuai dengan norma serta nilai yang berlaku.³

Sementara itu, dalam perspektif pendidikan Islam, akhlak dipahami sebagai sifat yang tertanam dalam jiwa yang darinya lahir perbuatan secara mudah tanpa memerlukan pertimbangan panjang. Pandangan ini sejalan dengan pemikiran Ibn Miskawayh yang menyatakan bahwa akhlak merupakan kondisi batin yang menjadi sumber munculnya perilaku seseorang.⁴ Dengan demikian, akhlak yang baik bukan hanya tampak pada perilaku lahiriah, tetapi merupakan cerminan dari kondisi jiwa yang sehat dan seimbang. Oleh karena itu, kesehatan mental memiliki keterkaitan yang

³ Udi Rosida Hijrianti et al., *Kesehatan Mental: Konsep, Teori, dan Penerapan* (PT. Sonpedia Publishing Indonesia, 2025), hlm. 1.

⁴ Nur Kholik Afandi, *Psikologi Kebersyukuran Perspektif Psikologi Positif dan Relevansinya dengan Pendidikan Islam - Rajawali Pers* (PT. RajaGrafindo Persada, 2021), hlm. 67.

erat dengan pembentukan akhlak siswa dalam kehidupan sehari-hari di lingkungan sekolah.

Pembentukan akhlak merupakan salah satu tujuan utama pendidikan nasional yang tercantum dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional. Akhlak yang baik merupakan cerminan perilaku, sikap, dan nilai moral yang harus dimiliki setiap peserta didik agar dapat menjalani kehidupan bermasyarakat dengan baik dan bertanggung jawab. Akhlak bukan hanya sebuah konsep abstrak, tetapi nyata dalam perilaku sehari-hari yang menunjukkan rasa hormat, kejujuran, kesabaran, tanggung jawab, dan kepedulian terhadap orang lain.⁵

Sekolah memiliki peran sentral dalam menanamkan nilai-nilai akhlak tersebut. Melalui kurikulum, kegiatan ekstrakurikuler, serta interaksi sosial yang terjadi di lingkungan sekolah, siswa dapat belajar dan mempraktikkan sikap dan nilai moral yang diharapkan. Pembentukan akhlak yang baik tidak hanya akan membentuk individu yang bermoral, tetapi juga akan memberikan kontribusi positif terhadap kehidupan sosial dan keutuhan bangsa.⁶ Dengan memiliki akhlak yang baik, siswa dapat menjadi agen perubahan yang membawa dampak positif bagi masyarakat luas.

Namun demikian, pembentukan akhlak yang baik pada siswa menghadapi berbagai tantangan, terutama di era modern saat ini.

⁵ Imran K. Kesa, *Potensi Akhlak Dalam Pendidikan Islam: Perspektif Andre Gurutta Kh. Abdurrahman Ambo Dalle*, (Yogyakarta: Penerbit KBM Indonesia, 2024), hlm. 58.

⁶ Shalahuddin Muhammad, "Penanaman Nilai Akhlak Berbasis Pendidikan Islam Sebagai Landasan Teori Pendidikan Karakter Di Sekolah", *Jurnal Pusat Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, Vol. 2, No. 4, 2024, hlm. 13.

Perkembangan teknologi yang pesat, khususnya media sosial, membawa dampak yang kompleks terhadap perkembangan moral dan perilaku siswa. Informasi dan budaya yang tersebar secara bebas di dunia maya seringkali mengandung nilai-nilai yang tidak selalu sejalan dengan norma dan nilai budaya lokal maupun agama.

Hal ini sejalan dengan firman Allah Swt. dalam QS. Asy-Syams ayat 9–10 yang menegaskan bahwa keberuntungan diperoleh oleh orang yang menyucikan jiwanya. Ayat ini menekankan bahwa kualitas jiwa sangat menentukan kualitas perilaku seseorang. QS. Asy Syam Ayat 9-10:

قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا ۙ (٩)

Artinya: sungguh beruntung orang yang menyucikannya (jiwa itu)

وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا ۙ (١٠)

Artinya: dan sungguh rugi orang yang mengotorinya.

Fenomena negatif seperti perundungan (*bullying*), sikap tidak hormat kepada guru dan orang tua, perilaku agresif, hingga penyimpangan sosial seperti kenakalan remaja semakin sering ditemukan di lingkungan sekolah. Banyak siswa yang mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitar, baik secara langsung maupun melalui media digital, sehingga menyebabkan mereka sulit mengendalikan diri dan mematuhi norma yang ada. Hal ini tentu menjadi perhatian penting bagi pihak sekolah dan masyarakat untuk bersama-sama menangani permasalahan tersebut agar tidak berdampak buruk pada masa depan generasi muda.

Salah satu faktor yang sangat memengaruhi pembentukan akhlak siswa adalah kondisi kesehatan mental mereka. Kesehatan mental berperan penting dalam bagaimana seseorang berpikir, merasakan, dan bertindak dalam kehidupan sehari-hari. Siswa yang memiliki kesehatan mental yang baik biasanya mampu mengelola emosi dan stres dengan baik, sehingga mereka lebih mudah menunjukkan perilaku positif seperti empati, rasa hormat, kesabaran, dan disiplin.⁷

Sebaliknya, gangguan mental seperti kecemasan, stres akibat beban belajar, tekanan lingkungan, dan kurangnya dukungan emosional dapat menyebabkan siswa mengalami kesulitan dalam mengendalikan perilaku. Hal ini bisa berujung pada perilaku negatif yang bertentangan dengan nilai-nilai akhlak, seperti ketidaksabaran, kemarahan berlebihan, atau bahkan perbuatan yang melanggar norma sosial. Oleh karena itu, perhatian terhadap kesehatan mental siswa menjadi sangat penting sebagai bagian dari upaya pembentukan karakter dan akhlak yang baik di lingkungan sekolah.⁸

Penelitian yang dilakukan dalam jurnal berjudul “*Pengaruh Pelayanan Bimbingan dan Konseling terhadap Pembentukan Akhlak Siswa*” (2023) menjelaskan bahwa layanan bimbingan dan konseling memiliki pengaruh signifikan terhadap pembentukan akhlak siswa di tingkat madrasah. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif

⁷ Sri Yunita, “Analisis Bullying Di Sekolah: Kurangnya Pendidikan Tentang Toleransi Dan Rasa Hormat”, *Jurnal: Hukum Motivasi Pendidikan Masyarakat Dan Bahasa Harapan*, Vol. 3, No. 5, 2025, hlm. 3.

⁸ Lindarda S. Panggalo, *Kesehatan Mental*, (Jambi: PT. Sonpedia Publishing Indonesia, 2024), hlm. 48.

dengan analisis korelasi untuk melihat hubungan antara variabel layanan BK dan akhlak siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembinaan melalui konseling mampu meningkatkan kedisiplinan dan sikap religius siswa. Namun, penelitian ini lebih menitikberatkan pada aspek layanan pendidikan tanpa mengkaji kondisi kesehatan mental siswa secara komprehensif sebagai faktor utama pembentukan akhlak.⁹

Penelitian lain berjudul *“Peran Pendidikan Mental dalam Membangun Karakter Peserta Didik Perspektif Hadis”* (2025) membahas pentingnya pendidikan mental dalam membentuk karakter siswa berdasarkan kajian literatur keislaman. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif studi pustaka dan menekankan bahwa kesehatan mental berkaitan erat dengan pembentukan akhlak yang baik. Akan tetapi, penelitian tersebut bersifat konseptual dan belum menguji secara empiris hubungan kesehatan mental dan akhlak pada siswa di lingkungan sekolah menengah atas.¹⁰

Penelitian *“Internalization of Sufi Values in Modern Education to Build Students' Mental Health”* (2025) mengkaji bagaimana nilai-nilai spiritual dapat membentuk kesehatan mental siswa. Penelitian ini menunjukkan bahwa internalisasi nilai keagamaan berkontribusi terhadap stabilitas emosi dan kesejahteraan psikologis peserta didik. Meskipun

⁹ Resti Indah Yuniarti and Marhamah, “Pengaruh Pelayanan Bimbingan Dan Konseling Terhadap Pembentukan Akhlak Siswa MTs Al-Muhlisin,” *Al-Ubudiyah: Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam* 5, no. 1 (June 2024): 11–17, <https://doi.org/10.55623/au.v5i1.283>.

¹⁰ Shinta Rohimah et al., “PERAN PENTING PENDIDIKAN MENTAL DALAM MEMBANGUN KARAKTER PESERTA DIDIK PERSPEKTIF HADIS,” *MERDEKA: Jurnal Ilmiah Multidisiplin* 2, no. 6 (June 2025): 531–39, <https://doi.org/10.62017/merdeka.v2i6.5080>.

demikian, fokus penelitian ini lebih kepada peningkatan kesehatan mental melalui pendekatan spiritual dan belum secara spesifik menghubungkannya dengan pembentukan akhlak siswa dalam konteks perilaku sehari-hari di sekolah.¹¹

Observasi di SMA Negeri 4 Padangsidempuan mengungkap bahwa sebagian besar siswa menghadapi tekanan akademik yang tinggi, yang berdampak pada tingkat stres dan kecemasan. Beberapa siswa menunjukkan tanda-tanda kelelahan emosional seperti mudah marah, kurang fokus, dan rasa putus asa dalam menghadapi tuntutan sekolah. Fasilitas konseling yang ada masih terbatas dan belum optimal dalam menjangkau seluruh siswa yang membutuhkan dukungan psikologis.

Perilaku siswa juga beragam; meskipun sebagian besar berperilaku sopan dan taat aturan, masih ditemukan siswa yang kurang mengendalikan emosi dan melakukan pelanggaran tata tertib sekolah. Hubungan antara kesehatan mental dan akhlak ini terlihat jelas, dimana siswa dengan kesehatan mental yang stabil cenderung lebih mampu mengendalikan diri dan menunjukkan akhlak baik dibandingkan yang mengalami tekanan psikologis.¹²

Penelitian ini sangat penting karena hingga kini belum banyak studi yang mengkaji secara khusus peran kesehatan mental dalam pembentukan

¹¹ Riska Aulia Nurul Fatimah et al., "Internalization of Sufi Values in Modern Education to Build Students' Mental Health," *Halaqa: Islamic Education Journal* 9, no. 2 (December 2025): 151–61, <https://doi.org/10.21070/halaqa.v9i2.1801>.

¹² Observasi awal peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidempuan, pada Tanggal 25-27 September, 2025.

akhlak siswa di SMA Negeri 4 Padangsidempuan. Data empiris yang dihasilkan akan membantu guru, konselor, dan pihak sekolah untuk memahami kondisi nyata siswa dan mengembangkan strategi pembinaan karakter yang terintegrasi dengan perhatian pada kesehatan mental, sehingga pembentukan akhlak dapat berjalan lebih efektif dan menyeluruh.

Penelitian ini berfokus pada bagaimana kesehatan mental siswa berperan dalam mempengaruhi pembentukan akhlak yang baik di SMA Negeri 4 Padangsidempuan, dengan mengkaji kondisi kesehatan mental siswa, perilaku akhlak yang ditunjukkan, serta hubungan antara keduanya, sekaligus mengevaluasi faktor pendukung dan penghambat dalam pembinaan akhlak berbasis kesehatan mental di lingkungan sekolah tersebut.

B. Batasan Masalah

Adapun batasan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Penelitian ini hanya berfokus pada peran kesehatan mental siswa dalam pembentukan akhlak yang baik di SMA Negeri 4 Padangsidempuan.
2. Penelitian ini hanya mengkaji kondisi kesehatan mental siswa yang meliputi kemampuan mengelola emosi, interaksi sosial, dan stabilitas psikologis.
3. Penelitian ini dibatasi pada pengaruh kesehatan mental terhadap perilaku akhlak siswa di lingkungan sekolah.

4. Penelitian ini hanya membahas faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan akhlak berbasis kesehatan mental, baik faktor internal maupun eksternal.
5. Penelitian ini hanya mengkaji peran sekolah dalam pembentukan akhlak siswa melalui pembelajaran, keteladanan guru, dan program pembiasaan di sekolah.
6. Penelitian ini tidak membahas secara mendalam aspek prestasi akademik siswa di luar kaitannya dengan kesehatan mental.
7. Penelitian ini tidak mengkaji secara mendalam pengaruh lingkungan keluarga secara menyeluruh, kecuali yang berhubungan langsung dengan pembentukan akhlak di sekolah.

C. Batasan Istilah

Untuk menghindari kesalahpahaman dalam penafsiran istilah yang digunakan dalam penelitian ini, berikut dijelaskan beberapa batasan istilah:

1. Kesehatan Mental

Menurut Anak Agung Sri Sanjiwani, kesehatan mental adalah suatu kondisi di mana individu mampu menyadari potensinya, mengelola stres sehari-hari, bekerja produktif, dan memberikan kontribusi pada komunitasnya.¹³ Sedangkan peneliti menyatakan bahwa kesehatan mental siswa sangat berpengaruh pada kemampuan belajar

¹³ Anak Agung Sri Sanjiwani, *Pendekatan Mindfulness dalam Menjaga Kesehatan Mental*, (Pekalongan: Penerbit NEM, 2023), hlm.. 2.

dan pengelolaan emosi, sehingga mendukung terciptanya lingkungan belajar yang kondusif dan pembentukan karakter yang sehat.

2. Akhlak

Asep Usman Ismail mendefinisikan akhlak sebagai disposition (kebiasaan) yang terbentuk melalui latihan sehingga menghasilkan perilaku baik yang konsisten dan terpuji.¹⁴ Sedangkan peneliti menekankan bahwa akhlak merupakan tujuan utama pendidikan selain penguasaan ilmu pengetahuan karena akhlak mencerminkan integritas moral individu.

3. Pembentukan Akhlak

Lahmuddin Lubis menyatakan bahwa pembentukan akhlak adalah proses internalisasi nilai moral yang diperoleh melalui pengalaman dan interaksi sosial, yang membentuk kebiasaan positif dalam perilaku.¹⁵ Menurut peneliti dalam konteks pendidikan, pembentukan akhlak memerlukan bimbingan dan dukungan lingkungan yang konsisten agar nilai moral dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

¹⁴ Asep Usman Ismail, *Kuliah Akhlak Tasawuf*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2023), hlm. 136.

¹⁵ Lahmuddin Lubis, *Isu-Isu Kontemporer Pendidikan Islam Di Indonesia*, (Medan: UMSU Press, 2025), hlm. 290.

1. Bagaimana kondisi kesehatan mental siswa di SMA Negeri 4 Padangsidempuan?
2. Apa saja faktor yang mempengaruhi pembentukan akhlak berbasis kesehatan mental di SMA Negeri 4 Padangsidempuan?
3. Bagaimana Peran Sekolah dalam Pembentukan Akhlak Berbasis Kesehatan Mental Siswa di SMA Negeri 4 Padangsidempuan?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Mengeksplorasi kondisi kesehatan mental siswa di SMA Negeri 4 Padangsidempuan.
2. Mengetahui faktor yang mempengaruhi pembentukan akhlak berbasis kesehatan mental di sekolah tersebut.
3. Mengetahui Peran Sekolah dalam Pembentukan Akhlak Berbasis Kesehatan Mental Siswa di SMA Negeri 4 Padangsidempuan

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoretis

Memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian ilmu pendidikan, khususnya terkait hubungan antara kesehatan mental dan pembentukan akhlak siswa. Menambah referensi ilmiah mengenai peran

kesehatan mental dalam proses pembentukan karakter dan akhlak di lingkungan sekolah.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Sekolah

Menjadi bahan evaluasi dan pengembangan strategi pembinaan karakter yang mengintegrasikan aspek kesehatan mental siswa untuk meningkatkan akhlak yang baik.

b. Bagi Guru dan Konselor

Memberikan gambaran tentang pentingnya perhatian terhadap kesehatan mental dalam pembinaan akhlak serta langkah-langkah konkret yang dapat dilakukan untuk mendukung siswa.

c. Bagi Siswa

Membantu siswa memahami pentingnya menjaga kesehatan mental sebagai bagian dari upaya pembentukan akhlak yang baik dan karakter positif.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Memberikan rujukan dan dasar bagi penelitian lanjutan terkait hubungan kesehatan mental dan pendidikan karakter di sekolah menengah.

G. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan dalam penelitian ini disusun ke dalam lima bab utama agar penyajian materi lebih terarah dan mudah dipahami.

Bab I merupakan pendahuluan yang berisi gambaran umum mengenai penelitian, meliputi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, batasan masalah, batasan istilah, serta sistematika penulisan.

Bab II membahas tinjauan pustaka yang memuat teori-teori relevan sebagai landasan penelitian. Pada bagian ini dijelaskan konsep kesehatan mental, teori akhlak dalam perspektif pendidikan dan agama, proses pembentukan akhlak, serta hubungan antara kesehatan mental dengan akhlak siswa.

Bab III menjelaskan metodologi penelitian, meliputi pendekatan, lokasi dan waktu penelitian, subjek dan sumber data, teknik pengumpulan data (observasi, wawancara, dokumentasi), serta teknik analisis data.

Bab IV memuat hasil penelitian dan pembahasan yang diperoleh dari lapangan. Bab ini menguraikan kondisi kesehatan mental siswa, pelaksanaan pembinaan akhlak, peran kesehatan mental terhadap pembentukan akhlak, serta faktor pendukung dan penghambatnya.

Bab V merupakan penutup yang berisi kesimpulan dan saran yang ditujukan kepada pihak terkait serta peneliti selanjutnya. Bab ini menyajikan rekomendasi sebagai implikasi praktis dan teoretis dari hasil penelitian.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Kesehatan Mental

a. Definisi Kesehatan Mental

Kesehatan mental adalah kondisi kejiwaan seseorang yang mencerminkan keseimbangan antara aspek emosional, psikologis, sosial, dan spiritual sehingga individu mampu berfungsi secara optimal dalam kehidupan sehari-hari. Secara umum, kesehatan mental bukan hanya ketiadaan gangguan jiwa, tetapi mencakup kemampuan mengelola pikiran, perasaan, dan perilaku secara adaptif.¹⁶

Dalam perspektif psikologi modern, kesehatan mental dipahami sebagai kapasitas individu dalam mengembangkan pola pikir positif, menjaga kontrol diri, serta menunjukkan resiliensi dalam menghadapi tantangan dan perubahan kehidupan. Seseorang dikatakan sehat secara mental apabila ia mampu memproses emosi secara realistis, mengambil keputusan secara bertanggung jawab, serta menunjukkan penyesuaian diri yang baik terhadap norma sosial.¹⁷

¹⁶ Eny Qurniyawati, *Pengantar Epidemiologi*, (Serang: Sada Kurnia Pustaka, 2023), hlm. 170.

¹⁷ Bangun Triharyanto, *Meraih Kedamaian Jiwa: Panduan Psikologi Islami Menghadapi Cemas, Stres, dan Depresi*, (Bogor: Kreatifa Prima, 2025), hlm. 99.

Konsep kesehatan mental dalam Islam berkaitan erat dengan ketenangan hati dan keseimbangan jiwa. Allah Swt. berfirman dalam QS. Ar-Ra'd ayat 28:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ

الْقُلُوبُ ۚ (٢٨)

Artinya: “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram.” (Qur'an, QS. Ar-Ra'd: 28)¹⁸

Ayat ini menunjukkan bahwa ketenangan hati (ketenteraman batin) merupakan salah satu indikator kesehatan mental dalam perspektif Islam. Ketika hati tenang, individu lebih mampu mengendalikan emosi, berpikir secara jernih, serta bersikap bijaksana dalam menghadapi permasalahan hidup. Sementara itu, dalam perspektif Islam, konsep kesehatan mental tidak hanya berfokus pada kondisi psikologis, tetapi juga mencakup keseimbangan antara hati (*qalb*), akal, dan spiritualitas. Tokoh-tokoh Islam seperti Al-Ghazali menjelaskan bahwa kesehatan mental terkait erat dengan kebersihan hati, ketenangan batin, kedisiplinan moral, serta kedekatan seseorang kepada Allah Swt. Individu dinilai sehat mentalnya ketika ia mampu mengendalikan hawa nafsu, memiliki akhlak yang baik, menjalani hidup dengan

¹⁸ QS. Ar-Ra'd: 28

tujuan yang mulia, serta merasa damai dengan takdir dan ujian hidup.¹⁹

Dalam konteks pendidikan, kesehatan mental siswa berarti kondisi psikis yang memungkinkan mereka belajar dengan baik, memiliki motivasi, konsentrasi, serta keterlibatan yang positif dalam aktivitas akademik maupun sosial di sekolah. Siswa yang memiliki kesehatan mental yang baik cenderung menunjukkan perilaku adaptif, berfikir jernih, mampu bekerja sama dengan teman sebaya, serta dapat mengelola tekanan akademik tanpa mengalami stres berlebihan.²⁰

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa kesehatan mental merupakan aspek fundamental yang memengaruhi proses perkembangan individu, terutama pada masa sekolah. Kesehatan mental yang baik menjadi dasar bagi pembentukan sikap, karakter, prestasi belajar, serta interaksi sosial yang harmonis.

b. Komponen Kesehatan Mental

Kesehatan mental terdiri dari beberapa komponen yang saling berkaitan dan membentuk keseimbangan dalam diri individu. Komponen ini menjadi dasar untuk menilai bagaimana seseorang berfungsi secara emosional, sosial, maupun psikologis dalam

¹⁹ Widodo Winarso, *Model Konseling Ekspresif Islam untuk Kesehatan Mental Holistik*, (Malang: PT. Literasi Nusantara Abadi Grup, 2024), hlm. 68.

²⁰ Denny Aulia Rachmawati, *Pengantar Pendidikan*, (Agam: Yayasan Tri Edukasi Ilmiah, 2024), hlm. 54.

kehidupan sehari-hari.²¹ Dalam konteks pendidikan, memahami komponen kesehatan mental pada siswa penting agar sekolah dapat memberikan dukungan yang tepat dalam proses perkembangan diri, pembelajaran, dan pembentukan karakter. Beberapa komponen utama kesehatan mental antara lain:

- 1) Aspek Emosional: kemampuan mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi secara wajar.
- 2) Aspek Kognitif: kemampuan berpikir logis, memecahkan masalah, dan mengambil keputusan.
- 3) Aspek Sosial: kemampuan menjalin hubungan interpersonal, bekerja sama, dan berkomunikasi efektif.
- 4) Aspek Perilaku dan Penyesuaian Diri: kemampuan berperilaku sesuai norma, disiplin, serta beradaptasi dengan situasi baru.
- 5) Aspek Spiritual: keyakinan, nilai moral, dan makna hidup yang memberikan arah perilaku dan ketenangan batin.²²

Kelima komponen tersebut tidak berdiri sendiri, tetapi bekerja secara terintegrasi dalam membentuk keadaan mental siswa. Ketidakseimbangan pada salah satu aspek dapat memengaruhi aspek lain dan berdampak pada kemampuan siswa dalam belajar, berinteraksi, serta mengendalikan diri. Oleh karena itu, penguatan seluruh komponen kesehatan mental menjadi penting agar siswa

²¹ Serena Wijaya, *Keluarga, Pilar Sosial Utama Untuk Kesehatan Mental Individu*, (Yogyakarta: Penerbit Andi, 2025), hlm. 14.

²² Kartini, *Antropologi Kesehatan*, (Purbalingga: CV Eureka Media Aksara, 2023), hlm. 111.

tidak hanya berkembang secara akademik, tetapi juga tumbuh sebagai pribadi yang stabil, percaya diri, dan memiliki karakter yang baik.

c. Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental

Kesehatan mental dipengaruhi oleh dua kelompok faktor utama, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Kedua faktor ini saling berkaitan dan dapat menentukan bagaimana seseorang berpikir, merasa, serta merespons situasi di sekitarnya. Pada siswa, kedua faktor ini berperan penting dalam menentukan motivasi belajar, hubungan sosial, pengendalian emosi, dan perilaku sehari-hari.

1) Faktor Internal

Faktor internal berasal dari dalam diri individu dan berkaitan dengan aspek biologis maupun psikologis. Beberapa bentuk faktor internal antara lain:

- a) Genetik atau bawaan biologis
- b) Kepribadian dan karakter individu
- c) Pola pikir dan persepsi diri
- d) Harga diri dan kepercayaan diri
- e) Kemampuan regulasi emosi
- f) Resiliensi atau kemampuan menghadapi tekanan

Faktor internal ini mempengaruhi bagaimana siswa memahami dirinya, menilai suatu situasi, serta menentukan cara

cara menghadapi tantangan. Siswa dengan kepercayaan diri baik dan pola pikir positif biasanya lebih mampu mengelola stres dan beradaptasi dalam lingkungan sekolah.²³

Faktor internal seperti kepribadian, harga diri, dan kemampuan regulasi emosi sangat menentukan cara siswa menghadapi tekanan. Hal ini sejalan dengan hadis Nabi Muhammad Saw. yang menyatakan bahwa :

Artinya: Mukmin yang kuat lebih dicintai Allah daripada mukmin yang lemah, dan pada masing-masing terdapat kebaikan. Mohonlah pertolongan kepada Allah dan jangan merasa lemah.

2) Faktor Eksternal

Faktor eksternal berasal dari lingkungan di luar diri individu dan memberikan pengaruh melalui interaksi sosial dan pengalaman hidup. Faktor eksternal tersebut meliputi:

- a) Lingkungan keluarga dan pola asuh
- b) Lingkungan sekolah, guru, dan teman sebaya
- c) Tekanan akademik atau tugas sekolah
- d) Lingkungan sosial dan budaya
- e) Media sosial dan teknologi
- f) Akses terhadap dukungan emosional dan layanan konseling

Lingkungan eksternal yang suportif dapat memperkuat kondisi mental siswa, sedangkan lingkungan yang penuh

²³ Andi Haslinda, *Pengantar Psikologi*, (Kab. Agam: Yayasan Tri Edukasi Ilmiah, 2025), hlm. 121.

tekanan, konflik, atau bullying dapat meningkatkan risiko gangguan emosional dan stres.²⁴

Faktor internal dan eksternal bekerja secara saling mempengaruhi. Kesehatan mental yang baik terjadi ketika individu memiliki kesiapan diri secara psikologis dan didukung oleh lingkungan yang aman, positif, serta kondusif bagi perkembangan emosional dan sosial. Oleh karena itu, dukungan keluarga, sekolah, dan masyarakat sangat diperlukan untuk membantu siswa berkembang dengan mental yang sehat.

d. Indikator Kesehatan Mental

Indikator kesehatan mental digunakan untuk melihat sejauh mana individu berada dalam kondisi psikologis yang sehat dan mampu berfungsi dengan baik dalam kehidupan sehari-hari. Pada siswa, indikator ini dapat terlihat dari cara mereka belajar, berinteraksi, mengelola emosi, dan menghadapi tekanan. Indikator tersebut bukan hanya menilai ketiadaan gangguan mental, tetapi juga mencerminkan kemampuan siswa dalam menunjukkan perilaku positif, kesejahteraan emosional, serta penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah dan sosial.²⁵ Beberapa indikator menurut Muhammad Yusuf kesehatan mental pada siswa antara lain:

²⁴ Anak Agung Sri Sanjiwani, *Pendekatan Mindfulness dalam Menjaga Kesehatan Mental*, (Pekalongan: Penerbit NEM, 2023), hlm. 5.

²⁵ Nur Hidayah, *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa Dan Psikososial*, (Jakarta: Nuansa Fajar Cemerlang, 2024), hlm. 154.

- 1) Mampu mengelola emosi dengan baik, seperti tidak mudah marah, tidak mudah cemas, dan mampu menenangkan diri saat menghadapi tekanan.
- 2) Memiliki konsep diri dan kepercayaan diri positif, termasuk merasa mampu, berharga, dan tidak mudah merasa gagal.
- 3) Memiliki hubungan sosial yang baik, mampu berkomunikasi dengan sopan, bekerja sama, serta tidak mudah terlibat konflik.
- 4) Mampu menyelesaikan masalah dan mengambil keputusan secara rasional, bukan hanya berdasarkan emosi sesaat.
- 5) Memiliki motivasi belajar dan sikap positif terhadap tugas, menunjukkan konsistensi, tanggung jawab, dan disiplin.
- 6) Memiliki sikap spiritual dan moral yang baik, seperti rasa syukur, sabar, dan perilaku sesuai nilai agama serta norma sosial.²⁶

Indikator-indikator tersebut menunjukkan bahwa kesehatan mental mencakup berbagai aspek yang saling berkaitan, mulai dari emosi, perilaku, pola pikir, hingga spiritualitas. Semakin banyak indikator positif yang dimiliki siswa, semakin baik kondisi kesehatan mentalnya. Oleh karena itu, pemantauan indikator kesehatan mental penting dilakukan untuk mendukung

²⁶ Muhammad Yusuf, *Pendidikan Dan Dakwah Untuk Gen Z: Perspektif Hadis Dalam Menghadapi Tantangan Zaman*, (Bandung: Penerbit Widana, 2025), hlm. 62.

perkembangan siswa secara utuh, baik dalam aspek akademik maupun pembentukan karakter.

2. Teori dan Konsep Akhlak

a. Definisi Akhlak dari Perspektif Pendidikan dan Agama

Akhlak merupakan konsep penting dalam pendidikan, terutama dalam pendidikan Islam, karena berkaitan dengan pembentukan perilaku, sikap, dan kepribadian seseorang. Secara bahasa, istilah akhlak berasal dari kata Arab al-khuluq yang berarti perangai, karakter, atau kebiasaan yang melekat pada diri seseorang. Dalam konteks ilmu pendidikan, akhlak dipahami sebagai kebiasaan bertindak yang berulang sehingga menjadi bagian dari kepribadian siswa, baik dalam ucapan, tindakan, maupun sikap terhadap orang lain dan lingkungan.²⁷

Dalam perspektif agama Islam, akhlak memiliki kedudukan yang sangat penting. Para ulama seperti Imam Al-Ghazali mendefinisikan akhlak sebagai sifat yang tertanam dalam jiwa yang melahirkan perbuatan secara spontan tanpa memerlukan pertimbangan terlebih dahulu. Hal ini menunjukkan bahwa akhlak bukan sekadar tingkah laku yang tampak, tetapi mencerminkan kondisi batin, nilai moral, dan kualitas iman seseorang.²⁸ Rasulullah SAW juga menegaskan pentingnya akhlak melalui sabdanya,

²⁷ Nurhadi, *Konsep Pendidikan Akhlak, Moral Dan Karakter Dalam Islam*, (Bogor: Guepedia, 2020), hlm. 19.

²⁸ Wahyu Oktavianingsih, *Konsep Pendidikan Akhlak Berbasis Pembiasaan: Studi Komparatif Ki Hajar Dewantara dan Ibnu Sina*, (Ponorogo: Najaha, 2022), hlm. 10.

إِنَّمَا بُعِثْتُ لِأَتَمِّمَ مَكَارِمَ الْأَخْلَاقِ

Artinya: “*Sesungguhnya aku diutus untuk menyempurnakan kemuliaan akhlak*” (HR. Ahmad).

Hal ini menunjukkan bahwa tujuan utama pendidikan dalam Islam tidak hanya menanamkan pengetahuan, tetapi juga membentuk perilaku mulia.

Sementara dalam perspektif pendidikan modern, akhlak dapat dihubungkan dengan konsep moral, etika, dan karakter. Pendidikan memandang akhlak sebagai bagian dari perkembangan sosial-emosional yang mempengaruhi kemampuan siswa berinteraksi, membuat keputusan, serta bertanggung jawab atas tindakannya.²⁹

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa akhlak merupakan fondasi utama dalam pembentukan perilaku dan karakter siswa. Baik dalam perspektif pendidikan maupun agama, akhlak menjadi pedoman bagi siswa untuk bertindak sesuai nilai moral, ajaran agama, serta norma sosial yang berlaku. Oleh karena itu, pembinaan akhlak perlu menjadi bagian integral dalam proses pendidikan untuk menciptakan generasi yang cerdas, beradab, dan berakhlak mulia.

b. Unsur-Unsur Akhlak yang Perlu dibentuk pada Siswa

²⁹ Muhammad Khoiruddin, *Konsep pendidikan sosial berbasis tauhid dalam perspektif Al-Qur'an*, (Jepara: UNISNU Press, 2023), hlm. 162.

Pembentukan akhlak pada siswa tidak dapat dilakukan secara sembarangan, tetapi perlu mengacu pada unsur-unsur yang menjadi dasar perilaku moral. Unsur-unsur akhlak ini merupakan bagian penting yang membentuk identitas, sikap, dan tindakan siswa dalam kehidupan sehari-hari. Dalam pendidikan Islam, pembinaan akhlak diarahkan bukan hanya untuk membentuk perilaku baik secara lahiriah, tetapi juga untuk menanamkan nilai batin yang tulus, sehingga perilaku yang muncul bersifat konsisten dan tidak bergantung pada situasi tertentu.³⁰

Beberapa unsur akhlak yang perlu dibentuk pada siswa antara lain:

- 1) Akhlak kepada Allah, yang mencakup keimanan, ketaatan, rasa syukur, ikhlas, dan menjauhi larangan-Nya. Rasulullah SAW bersabda:

اتَّقِ اللَّهَ حَيْثُمَا كُنْتَ

Artinya: “Bertakwalah kepada Allah di mana pun engkau berada.” (HR. At-Tirmidzi, no. 1987).

- 2) Akhlak kepada diri sendiri, seperti menjaga kebersihan, memiliki rasa malu yang positif, percaya diri, disiplin, dan mampu mengendalikan hawa nafsu. Rasulullah SAW bersabda:

الطُّهُورُ شَطْرُ الْإِيمَانِ

³⁰ Dadan Nurulhaq, *Manajemen Pembelajaran Sejarah Kebudayaan Islam*, (Bandung: Cendekia Press, 2018), hlm. 23.

Artinya: “*Kebersihan adalah sebagian dari iman.*” (HR. Muslim, no. 223).

- 3) Akhlak kepada sesama manusia, yang tercermin melalui sikap hormat kepada guru dan orang tua, sopan santun, kerja sama, empati, dan amanah.
- 4) Akhlak kepada lingkungan, yang mencakup kepedulian, menjaga kebersihan, tidak merusak fasilitas, serta menghormati makhluk hidup.
- 5) Akhlak dalam belajar dan bekerja, seperti tanggung jawab, ketekunan, kejujuran akademik, dan komitmen menyelesaikan tugas.³¹

Unsur-unsur tersebut menjadi pedoman dalam membentuk perilaku siswa sehingga mampu menjalankan fungsi sosial dan spiritual secara seimbang. Akhlak yang baik tidak hanya terlihat dari sopan santun secara fisik, tetapi juga dari kesadaran moral yang terinternalisasi dalam pikiran, perasaan, dan tindakan. Dengan demikian, pembentukan unsur-akhlak ini diharapkan dapat menciptakan pribadi siswa yang berkarakter mulia, bertanggung jawab, beretika, serta mampu menghadapi tantangan kehidupan dengan nilai moral yang kokoh.

c. Peran Akhlak dalam Pembentukan Karakter dan Perilaku Siswa

³¹ Miftahul Jannah, “Peran Pembelajaran Aqidah Akhlak Untuk Menanamkan Nilai Pendidikan Karakter Siswa”, *Jurnal: Ilmiah Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, Vol 4, No. 2, 2020, hlm. 243.

Akhlak memiliki peran sentral dalam membentuk karakter dan perilaku siswa, baik dalam konteks pendidikan formal maupun kehidupan sehari-hari. Dalam pendidikan Islam, akhlak bukan hanya dipahami sebagai aturan moral, tetapi sebagai panduan hidup yang mengarahkan peserta didik untuk berpikir, bersikap, dan bertindak sesuai nilai-nilai kebaikan dan ajaran agama. Melalui pembiasaan, keteladanan guru, serta lingkungan pendidikan yang kondusif, akhlak dapat berkembang menjadi karakter yang melekat dan menjadi bagian dari kepribadian siswa.³²

Berikut beberapa peran akhlak dalam pembentukan karakter siswa:

1. Membangun Moralitas dan Etika

Akhlak membantu siswa memahami batasan antara perilaku yang baik dan buruk, benar atau salah. Hal ini mendorong peserta didik untuk berperilaku sesuai norma agama dan sosial.

2. Menumbuhkan Tanggung Jawab

Akhlak mengajarkan siswa untuk bertanggung jawab atas tugas, keputusan, dan tindakan mereka, baik terhadap diri sendiri maupun orang lain.

3. Meningkatkan Sikap Hormat dan Toleransi

³² Hamdi Abdillah, *Buku Kompetensi Guru Pendidikan Agama Islam*, (Bandung: Penerbit Widana, 2025), hlm. 99.

Siswa yang memiliki akhlak yang baik cenderung menghargai guru, teman, dan lingkungan sekitarnya. Hal ini menciptakan hubungan sosial yang harmonis.

4. Membentuk Disiplin Diri

Akhlak mendorong penerapan disiplin dalam belajar, beribadah, serta menjaga perilaku, sehingga siswa lebih terarah dalam menjalani aktivitas harian.

5. Membentuk Kepribadian Berkarakter

Dengan pendidikan akhlak yang konsisten, siswa dapat membangun karakter kuat seperti jujur, adil, amanah, rendah hati, dan sabar.

6. Menjadi Pedoman dalam Pengambilan Keputusan

Akhlak memberikan dasar pertimbangan ketika siswa dihadapkan pada pilihan atau konflik moral, sehingga mereka mampu memilih tindakan terbaik sesuai nilai agama.³³

Akhlak bukan sekadar aspek tambahan dalam pendidikan, tetapi fondasi utama dalam membentuk kepribadian siswa yang berkarakter mulia, beretika, serta mampu menjalani kehidupan dengan tanggung jawab dan integritas.

3. Pembentukan Akhlak dalam Pendidikan

a. Proses Pembentukan Akhlak

³³ Ashari, *Pendidikan Agama Islam dalam Lensa Filsafat Ilmu*, (Ponorogo: Uwais Inspirasi Indonesia, 2025), hlm. 33.

Proses pembentukan akhlak pada siswa merupakan langkah sistematis yang bertujuan menanamkan nilai moral, etika, dan perilaku terpuji dalam kehidupan nyata. Pembentukan akhlak tidak hanya dilakukan melalui penyampaian teori, tetapi juga melalui praktik, pembiasaan, dan keteladanan yang diberikan oleh lingkungan sekolah maupun keluarga. Dalam pendidikan Islam, pembentukan akhlak dipandang sebagai proses yang melibatkan hati, pikiran, dan tindakan, sehingga seorang siswa tidak hanya mengetahui nilai kebaikan, tetapi mampu mengamalkannya secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari. Proses ini dapat dipahami melalui beberapa tahapan sebagai berikut:

1) Pemahaman Nilai (*Knowing the Good*)

Siswa diperkenalkan dengan konsep dan nilai akhlak seperti kejujuran, tanggung jawab, sopan santun, dan disiplin melalui pembelajaran formal, nasihat, atau materi keagamaan.

2) Penghayatan Nilai (*Feeling the Good*)

Pada tahap ini siswa mulai merasakan pentingnya nilai-nilai tersebut dan memahami alasan moral mengapa nilai tersebut harus dilakukan.

3) Keteladanan (*Role Model/Uswah Hasanah*)

Guru, orang tua, dan lingkungan menjadi contoh nyata dalam berperilaku. Dalam Islam, metode teladan adalah cara

paling efektif karena siswa lebih mudah meniru daripada sekadar mendengar teori.

4) Pembiasaan (*Habituation*)

Nilai yang telah dipahami kemudian dilatih secara terus menerus melalui tindakan konkret seperti membiasakan salam, mengikuti tata tertib, menjaga kebersihan, dan bersikap sopan.

5) Penguatan dan Evaluasi (*Reinforcement*)

Penguatan dapat berupa penghargaan atas perilaku baik atau koreksi terhadap perilaku yang belum sesuai dengan nilai dan norma, sehingga siswa terdorong mempertahankan akhlak yang benar.³⁴

Tahapan-tahapan tersebut saling berkaitan dan tidak selalu terjadi secara berurutan, tetapi berjalan secara beriringan dalam proses pendidikan. Dengan adanya proses yang konsisten dan lingkungan yang mendukung, pembentukan akhlak pada siswa dapat berlangsung secara optimal sehingga menghasilkan pribadi yang berakarakter, berakhlak mulia, dan memiliki kesadaran moral dalam kehidupan.

b. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pembentukan Akhlak

Faktor-faktor yang memengaruhi pembentukan akhlak dapat dibedakan menjadi dua bagian utama, yaitu:

1) Faktor Internal

³⁴ Samsul Munir Amin, *Ilmu Akhlak*, (Jakarta: Amzah, 2022), hlm. 27.

a) Potensi fitrah sejak lahir

Anak lahir dengan kecenderungan untuk menerima kebaikan, sehingga pendidikan menjadi penting untuk mengarahkan fitrah tersebut.

b) Kepribadian dan karakter bawaan

Setiap siswa memiliki temperamen yang berbeda sehingga respons terhadap nilai moral pun berbeda.

c) Kesehatan mental dan emosional

Siswa dengan kondisi psikologis stabil lebih mudah menerima dan menerapkan nilai akhlak.

d) Motivasi dan kesadaran diri

Keinginan pribadi untuk memperbaiki diri turut menentukan keberhasilan pembentukan akhlak.³⁵

2) Faktor Eksternal

a) Lingkungan keluarga

Orang tua sebagai pendidik pertama memberikan role model, pembiasaan, dan kontrol perilaku.

b) Sekolah dan guru

Sekolah memberikan pendidikan formal dan guru menjadi teladan utama dalam perilaku dan sikap.

³⁵ Hilyah Ashoumi, *Budaya Religius Basis Pembentukan Kepribadian Religius*, (Jombang: LPPM Universitas KH. A. Wahab Hasbullah, 2019), hlm. 11.

c) Teman sebaya (peer group)

Lingkungan pertemanan berpengaruh kuat terutama pada masa remaja karena siswa cenderung meniru kelompoknya.

d) Lingkungan sosial dan budaya

Norma, adat, dan budaya masyarakat dapat memperkuat atau melemahkan nilai akhlak yang diajarkan.

e) Media dan teknologi

Informasi positif dapat menjadi sarana pembelajaran moral, sementara akses tanpa kontrol dapat membawa pengaruh negatif.³⁶

Faktor internal dan eksternal bekerja secara dinamis dalam memengaruhi akhlak siswa. Oleh karena itu, pembentukan akhlak memerlukan pendekatan menyeluruh yang melibatkan keluarga, sekolah, dan masyarakat agar siswa berkembang menjadi pribadi yang beretika, berkarakter, dan mampu menerapkan nilai moral dalam kehidupan sehari-hari.

c. Peran Sekolah dalam Pembentukan Akhlak Siswa

Sekolah memiliki peran strategis dalam proses pembentukan akhlak siswa karena menjadi lingkungan pendidikan yang terstruktur dan sistematis. Selain sebagai tempat transfer ilmu

³⁶ Muhammad Mukaddar, *Pendidikan Islam: Sebuah Bingkai Pluralitas*, (Serang: Penerbit A-Empat, 2018), hlm. 195.

pengetahuan, sekolah juga menjadi ruang pembiasaan nilai, interaksi sosial, serta pembentukan karakter.³⁷ Peran sekolah dalam pembentukan akhlak siswa dapat diwujudkan melalui beberapa aspek, antara lain:

1) Integrasi Nilai Akhlak dalam Kurikulum

Nilai akhlak diajarkan tidak hanya melalui mata pelajaran agama, tetapi juga terintegrasi dalam seluruh mata pelajaran dan kegiatan pembelajaran.

2) Keteladanan Guru

Guru menjadi role model bagi siswa. Cara berbicara, bersikap, berpakaian, dan menyelesaikan masalah akan dijadikan contoh oleh siswa dalam kehidupan sehari-hari.

3) Pembiasaan Melalui Program Sekolah

Program seperti salam, shalat berjamaah, piket kebersihan, tata tertib, dan kegiatan ekstrakurikuler menjadi sarana latihan nyata dalam membentuk akhlak.

4) Lingkungan Sekolah yang Kondusif

Sekolah perlu menciptakan suasana yang aman, disiplin, menghargai perbedaan, dan menanamkan budaya positif agar siswa merasa nyaman dan termotivasi berperilaku baik.

5) Penguatan Karakter melalui Pengawasan dan Bimbingan

³⁷ Syamsul Kurniawan, *Pendidikan Karakter di Sekolah: Revitalisasi Peran Sekolah dalam Menyiapkan Generasi Bangsa Berkarakter*, (Yogyakarta: Samudra Biru, 2017), hlm. 48.

Pembentukan akhlak dilakukan melalui bimbingan konseling, penegakan aturan, penghargaan atas perilaku baik, dan pembinaan sikap melalui pendekatan edukatif.³⁸

Dengan menjalankan peran tersebut, sekolah berfungsi sebagai tempat yang tidak hanya mengajarkan teori moral, tetapi juga membantu siswa menerapkannya dalam tindakan nyata. Keteladanan, pembiasaan, dan pembinaan yang berkesinambungan dari sekolah menjadi kunci keberhasilan dalam mencetak peserta didik yang memiliki akhlak mulia dan karakter yang kuat sesuai nilai-nilai agama dan budaya.

4. Hubungan Antara Kesehatan Mental dan Pembentukan Akhlak

a. Teori yang Menghubungkan Kondisi Psikologis dengan Perilaku Moral

Hubungan antara kesehatan mental dan pembentukan akhlak dapat dipahami melalui berbagai teori psikologi dan pendidikan moral. Secara umum, teori-teori tersebut menjelaskan bahwa perilaku moral seseorang tidak hanya dipengaruhi oleh nilai atau aturan yang dipelajari, tetapi juga oleh kondisi psikologis seperti emosi, mental state, dan kemampuan berpikir. Dengan kata lain, seseorang yang memiliki kesehatan mental yang baik cenderung lebih mampu mengendalikan diri, berpikir jernih, dan bertindak

³⁸ Maulana Ishak, *Penguatan Karakter Peserta Didik*, (Banyumas: Wawasan Ilmu, 2023), hlm. 4.

sesuai norma moral dan ajaran agama. Sebaliknya, kondisi mental yang terganggu dapat menyebabkan kesulitan dalam mengontrol perilaku, mengambil keputusan etis, atau membedakan benar dan salah.³⁹

Beberapa teori yang menjelaskan hubungan tersebut antara lain:

1) Teori Perkembangan Moral Kohlberg

Teori ini menjelaskan bahwa perkembangan moral dipengaruhi oleh kemampuan kognitif seseorang. Semakin matang fungsi psikologis dan kemampuan berpikir, semakin tinggi tingkat moral yang dimiliki individu.

2) Teori Self-Regulation Bandura

Perilaku moral muncul melalui proses pengendalian diri (self-regulation). Kondisi mental yang stabil mendukung individu untuk mengontrol emosi, menghindari perilaku buruk, dan mengikuti nilai moral yang diyakini.

3) Teori Kecerdasan Emosional Daniel Goleman

Kecerdasan emosional, yang mencakup empati, pengendalian emosi, dan kesadaran diri, berperan penting dalam membentuk perilaku etis dan hubungan sosial yang sehat.

4) Perspektif Psikologi Islam

³⁹ Ahmad Ramadhani, *Psikologi Spiritualitas: Membandingkan Islam dan Kepercayaan Dunia*, (Malang: Penerbit: Kramantara JS, 2025), hlm. 14.

Dalam pandangan Islam, perilaku moral dipengaruhi oleh kondisi hati (qalb), pikiran (aql), dan jiwa (nafs). Jika hati dan pikiran seseorang dalam keadaan tenang dan sehat secara emosional, maka akhlak yang baik lebih mudah tumbuh dan diterapkan.⁴⁰

Teori-teori tersebut menunjukkan bahwa akhlak tidak hanya merupakan hasil pembelajaran nilai moral, tetapi juga bergantung pada kondisi mental siswa. Dengan kesehatan mental yang baik, siswa lebih mampu memahami, menginternalisasi, dan menerapkan akhlak mulia dalam kehidupan sehari-hari.

b. Dampak Kesehatan Mental Terhadap Perilaku dan Sikap Siswa

Kesehatan mental memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap bagaimana siswa berpikir, merasakan, dan bertindak dalam kehidupan sehari-hari. Kondisi mental yang sehat membantu siswa memiliki kontrol diri, kestabilan emosi, motivasi belajar, serta kemampuan berinteraksi secara positif dengan orang lain. Sebaliknya, apabila siswa mengalami gangguan mental seperti stres berat, kecemasan, rendah diri, atau tekanan emosional, maka perilaku dan sikap mereka dapat terganggu.⁴¹

Beberapa dampak kesehatan mental terhadap sikap dan perilaku siswa antara lain:

⁴⁰ Alam, *Kriminologi Suatu Pengantar: Edisi Pertama*, (Jakarta: Prenada Media, 2018), hlm. 56.

⁴¹ Nurul Zuhriyah, *Buku Ajar Pendidikan Karakter*, (Jambi: PT. Sonpedia Publishing Indonesia, 2024), hlm. 17.

1) Pengendalian Emosi dan Perilaku

Siswa dengan mental sehat lebih mampu mengendalikan emosi sehingga tidak mudah marah, melakukan tindakan impulsif, atau menyakiti orang lain.

2) Kemampuan Berpikir dan Mengambil Keputusan Moral

Kesehatan mental mendukung proses berpikir rasional sehingga siswa dapat membedakan mana yang benar dan salah, serta bertindak sesuai nilai moral.

3) Motivasi Belajar dan Tanggung Jawab

Siswa dengan kondisi psikologis yang baik memiliki motivasi yang stabil, merasa berharga, dan mampu bertanggung jawab terhadap tugas akademik maupun sosial.

4) Hubungan Sosial yang Baik

Mental yang sehat membuat siswa lebih mudah bekerja sama, menghargai orang lain, bersikap sopan, dan menunjukkan empati.

5) Munculnya Perilaku Positif

Siswa akan lebih mudah menunjukkan perilaku seperti disiplin, jujur, menghormati guru, menghargai teman, dan mematuhi tata tertib.⁴²

⁴² Syamsul Bachri Thalib, *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*, (Jakarta: Kencana, 2017), hlm. 261.

Sebaliknya, ketika siswa mengalami gangguan mental, dapat muncul perilaku negatif seperti menentang aturan, menarik diri dari lingkungan, kehilangan motivasi belajar, mudah tersinggung, bahkan berperilaku agresif atau menyimpang. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental merupakan fondasi penting dalam mendukung terbentuknya akhlak yang baik. Apabila kondisi mental siswa terjaga, maka proses pendidikan akhlak dapat berjalan lebih efektif dan menghasilkan pribadi yang seimbang secara spiritual, sosial, dan emosional.

B. Penelitian Terdahulu

1. Penelitian yang dilakukan oleh Wulandari Rahayu Atika (2021) berjudul “Peran Guru Pendidikan Agama Islam dalam Membina Mental Keagamaan Siswa di SMP Negeri 4 Padangsidempuan” bertujuan untuk mengetahui bagaimana peran guru Pendidikan Agama Islam dalam membina mental keagamaan siswa serta mengidentifikasi faktor pendukung dan penghambat dalam pelaksanaannya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru Pendidikan Agama Islam telah menjalankan perannya dengan baik melalui strategi pembinaan seperti keteladanan, pembiasaan, nasihat, perhatian, dan pemberian hukuman mendidik. Namun, upaya pembinaan tersebut masih menghadapi tantangan seperti kurangnya kedisiplinan, keterlambatan

siswa, minimnya waktu belajar, serta pengaruh lingkungan keluarga dan teman sebaya. Faktor pendukung yang ditemukan dalam penelitian ini meliputi lingkungan sekolah yang religius, dukungan masyarakat, dan perkembangan teknologi yang mempermudah akses siswa terhadap materi keagamaan.⁴³

Jika dibandingkan dengan penelitian ini, terdapat beberapa persamaan dan perbedaan penting. Persamaannya terletak pada fokus penelitian yang sama-sama membahas pembentukan karakter atau akhlak siswa dalam konteks pendidikan Islam serta sama-sama menggunakan pendekatan penelitian kualitatif. Selain itu, keduanya juga mengkaji faktor pendukung dan penghambat dalam proses pembinaan peserta didik. Namun, penelitian ini memiliki perbedaan mendasar dari sisi variabel kajian, di mana penelitian sebelumnya berfokus pada peran guru Pendidikan Agama Islam, sementara penelitian ini memusatkan perhatian pada peran kesehatan mental dalam pembentukan akhlak siswa. Dari sisi lokasi dan subjek penelitian juga berbeda, yaitu penelitian terdahulu dilakukan di tingkat sekolah menengah pertama (SMP), sedangkan penelitian ini dilakukan di sekolah menengah atas (SMA) sehingga tingkat perkembangan psikologis siswa turut membedakan ruang lingkup kajian. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya melengkapi penelitian terdahulu,

⁴³ Rahayu Atika Wulandari, "Peran guru pendidikan agama Islam dalam membina mental keagamaan siswa di SMP Negeri 4 Padangsidempuan", *Skripsi*, (Padangsidempuan: UIN Syahada Padangsidempuan, 2021).

tetapi juga memberikan perspektif baru dengan memasukkan unsur kesehatan mental sebagai variabel yang berpengaruh terhadap pembentukan akhlak siswa.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Abdurrochim dan Sholihul Anshori berjudul “Peran Guru Pendidikan Agama Islam dalam Menyiapkan Kesehatan Mental Siswa di SMA Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang” bertujuan untuk mengetahui bagaimana peran guru Pendidikan Agama Islam dalam menyiapkan kesehatan mental siswa serta faktor pendukung dan penghambat dalam pelaksanaannya. Penelitian ini menunjukkan bahwa guru Pendidikan Agama Islam memiliki peran penting dalam mengarahkan, mengembangkan, mendidik, dan mengevaluasi siswa agar memiliki akhlak mulia dan kesiapan mental yang baik. Upaya yang dilakukan guru dalam membina kesehatan mental siswa mencakup pendidikan spiritual, pendampingan psikologis, serta pemberian teladan moral yang konsisten. Hasil penelitian juga mengungkapkan bahwa keberhasilan pembinaan dipengaruhi oleh faktor internal seperti sikap dan karakter guru, serta faktor eksternal berupa lingkungan sekolah dan pola komunikasi antara guru dengan siswa. Sementara hambatan yang muncul berkaitan dengan kurangnya kesadaran siswa terhadap pentingnya kesehatan mental dan

masih terbatasnya pendekatan yang digunakan guru dalam pendampingan psikologis berbasis agama.⁴⁴

Jika dibandingkan dengan penelitian ini, terdapat beberapa persamaan dan perbedaan signifikan. Persamaan penelitian terletak pada tema besar yang sama-sama mengkaji hubungan antara pendidikan agama, pembinaan perilaku, dan kesehatan mental siswa. Selain itu, kedua penelitian membahas faktor pendukung dan penghambat dalam proses pembinaan, serta sama-sama menekankan peran aspek psikologis dalam pengembangan akhlak atau karakter siswa. Namun penelitian ini berbeda pada fokus kajian dan variabel analisis. Penelitian Abdurrochim dan Anshori memfokuskan kajiannya pada peran guru sebagai agen utama pembentukan kesehatan mental siswa, sedangkan penelitian ini menitikberatkan pada bagaimana kondisi kesehatan mental siswa berpengaruh terhadap pembentukan akhlak di sekolah. Selain itu, objek penelitian juga berbeda dari sisi lokasi dan karakter institusi pendidikan, di mana penelitian terdahulu dilakukan di lingkungan sekolah berbasis pesantren, sedangkan penelitian ini dilakukan di sekolah negeri. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memperluas perspektif keilmuan dengan menganalisis hubungan kesehatan mental dan akhlak dari sudut pandang siswa, bukan semata dari peran guru, sehingga

⁴⁴ Abdurrochim Abdurrochim & Sholihul Anshori, "Peran Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Menyiapkan Kesehatan Mental Siswa Sma Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang", *Jurnal: JINU (Jurnal Ilmiah Nusantara)*, Vol. 1, No. 4, 2024).

memberikan kontribusi baru dalam kajian pendidikan Islam berbasis psikologi.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Bismi Musad Hasyim berjudul “Peran Guru Pendidikan Agama Islam dan Dukungan Emosional Keluarga dalam Menjaga Kesehatan Mental Siswa Madrasah Aliyah Fathul Huda Demak” berfokus pada bagaimana kontribusi guru Pendidikan Agama Islam dan dukungan keluarga dalam menjaga stabilitas kesehatan mental siswa, khususnya generasi Z yang sedang berada pada fase pencarian jati diri. Penelitian ini menegaskan bahwa pendidikan agama Islam tidak hanya berfungsi sebagai pengajaran materi keagamaan, tetapi juga berperan dalam membentuk sikap, karakter, spiritualitas, serta kemampuan siswa dalam mengontrol diri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru Pendidikan Agama Islam memiliki peran penting dalam memberikan bimbingan moral, spiritual, dan psikologis melalui pembelajaran, keteladanan, pendampingan emosional, serta evaluasi perilaku siswa. Selain itu, dukungan emosional keluarga menjadi faktor signifikan dalam menjaga kesehatan mental siswa, terutama melalui perhatian, komunikasi yang sehat, serta pemberian dorongan positif yang menumbuhkan rasa percaya diri dan ketahanan psikologis dalam menghadapi tekanan akademik maupun sosial.⁴⁵

⁴⁵ Bismi Musad Hasyim, "Peran Guru Pendidikan Agama Islam Dan Dukungan Emosional Keluarga Dalam Menjaga Kesehatan Mental Siswa Madrasah Aliyah Fathul Huda Demak", *Skripsi*, (Semarang: Universitas Islam Sultan Agung Semarang, 2025).

Jika dikaitkan dengan penelitian ini, terdapat beberapa persamaan yang relevan, terutama dari sisi tema besar yang mengkaji kesehatan mental siswa dalam perspektif pendidikan Islam dan pembentukan karakter. Keduanya juga menyoroti adanya faktor pendukung dan penghambat dalam proses pembinaan mental siswa serta menggunakan pendekatan kualitatif dalam pelaksanaan penelitian. Namun, terdapat perbedaan yang cukup mendasar pada fokus kajian. Penelitian Hasyim menitikberatkan perannya pada kombinasi peran guru Pendidikan Agama Islam dan dukungan keluarga sebagai faktor eksternal yang mempengaruhi kesehatan mental siswa. Sedangkan penelitian ini memusatkan analisis pada bagaimana kondisi kesehatan mental siswa itu sendiri berperan dalam proses pembentukan akhlak di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan. Dengan demikian, penelitian ini merupakan pengembangan dari penelitian sebelumnya karena menempatkan kesehatan mental sebagai variabel utama dan bukan sekadar hasil dari intervensi pendidik atau keluarga, sehingga memberikan perspektif baru dalam kajian hubungan antara mentalitas dan akhlak dalam konteks pendidikan Islam modern.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Waktu dan Lokasi Penelitian

1. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan mulai bulan Oktober 2025 sampai waktu yang tidak ditentukan. Rentang waktu tersebut mencakup tahap persiapan instrumen, pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dokumentasi, serta proses analisis dan penyusunan laporan penelitian.

No	Kegiatan Penelitian	Okt 2025	Nov 2025	Des 2025	Jan 2026	Feb 2026	Mar 2026	Mei 2026
1	Pengajuan Judul	✓						
2	Bimbingan Proposal		✓	✓				
3	Seminar Proposal (Sempro)				✓			
4	Revisi Proposal				✓			
5	Penyusunan Instrumen Penelitian				✓	✓		
6	Penelitian / Pengumpulan Data				✓	✓		
7	Analisis Data				✓	✓		
8	Penyusunan Hasil Penelitian				✓	✓		
9	Bimbingan Skripsi				✓	✓	✓	
10	Seminar Hasil (Semhas)							✓
11	Revisi Skripsi							✓

2. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 4 Padangsidempuan, yang beralamat di Kota Padangsidempuan, Provinsi Sumatera Utara. Pemilihan lokasi ini berdasarkan pertimbangan bahwa sekolah tersebut menerapkan berbagai program pembinaan akhlak dan memiliki layanan konseling siswa yang berhubungan dengan kondisi kesehatan mental.

B. Jenis dan Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini berupaya memahami fenomena secara mendalam mengenai peran kesehatan mental siswa terhadap pembentukan akhlak yang baik di lingkungan sekolah, bukan untuk menguji hipotesis atau menghasilkan data numerik.⁴⁶

Penelitian deskriptif bertujuan untuk menggambarkan kondisi, fakta, dan temuan di lapangan sebagaimana adanya, sesuai konteks dan situasi nyata yang dialami oleh siswa, guru, serta lingkungan sekolah. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran jelas mengenai bagaimana kesehatan mental berkontribusi dalam membentuk perilaku dan akhlak siswa di SMA Negeri 4 Padangsidempuan.

⁴⁶ Abdullah, *Berbagai Metodologi dalam Penelitian Pendidikan dan Manajemen*, (Jakarta: Gunadarma Ilmu, 2018), hlm.2.

2. Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah metode studi lapangan (*field research*), di mana peneliti terjun langsung ke lokasi penelitian untuk melakukan pengumpulan data melalui observasi, wawancara, serta dokumentasi.⁴⁷ Melalui metode ini, peneliti dapat memperoleh data autentik dan alami mengenai kondisi objek penelitian tanpa intervensi atau manipulasi variabel.

C. Unit Analisis/ Subjek Penelitian

Subjek penelitian disebut sebagai informan penelitian, adalah orang yang dimanfaatkan untuk memberikan informasi tentang situasi dan kondisi tempat penelitian.⁴⁸ Subjek dalam penelitian ini adalah guru PAI, Guru BK, siswa, kepala sekolah dan wakil kepala sekolah SMA Negeri 4 Padangsidempuan. Adapun teknik dari penelitian ini adalah informan penelitian yaitu dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Menurut Feri Sulianta, dalam penelitian kualitatif teknik sampling yang lebih sering digunakan adalah *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu, misalnya orang tersebut dianggap paling tahu tentang apa yang kita harapkan.⁴⁹

⁴⁷ Herda Ariyani, *Metode Penelitian* (Padang: PT. Global Eksekutif Teknologi, 2022), hlm. 142.

⁴⁸ Luthfiyah, *Metodologi Penelitian: Penelitian Kualitatif, Tindakan Kelas & Studi Kasus*, (Sukabumi: CV Jejak (Jejak Publisher), 2018), hlm. 152.

⁴⁹ Feri Sulianta, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Feri Sulianta, 2021), hlm. 66.

D. Sumber Data

Dalam suatu penelitian, keberadaan data merupakan bagian yang sangat penting dan tidak dapat dipisahkan dari keseluruhan proses penelitian. Tanpa adanya data, penelitian tidak dapat menghasilkan kesimpulan ataupun jawaban dari rumusan masalah yang telah dirumuskan. Dengan demikian, data berfungsi sebagai bukti empiris yang memperkuat landasan teori serta memberikan jawaban terhadap fokus penelitian.

Sumber data dalam penelitian adalah pihak atau objek yang memberikan informasi secara langsung maupun tidak langsung kepada peneliti. Apabila proses pengumpulan data dilakukan melalui wawancara atau kuesioner, maka sumber data tersebut disebut responden, yaitu individu yang memberikan jawaban baik secara tertulis maupun lisan berdasarkan pertanyaan yang disusun oleh peneliti.⁵⁰

Dalam penelitian ini, sumber data diperoleh melalui informan kunci (*key person*). Informan kunci adalah individu yang dianggap mengetahui secara mendalam fenomena yang diteliti, baik dari segi latar belakang, kondisi, maupun dinamika yang terjadi di lingkungan penelitian. Informan tersebut memiliki peran penting dalam memberikan pandangan, pengalaman, serta informasi aktual mengenai hubungan antara kesehatan mental siswa dan pembentukan akhlak di sekolah.⁵¹

⁵⁰ Mochamad Nashrullah, dkk, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Jawa Timur : UMSIDA Press, 2023), hlm.21-22.

⁵¹ Gusti Made Riko Hendrajan, dkk, *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian* (Padang: Penerbit PT. Mafy Media Literasi Indonesia, 2023), hlm. 77.

Oleh karena itu, untuk memperoleh data yang akurat sesuai fokus penelitian, peneliti melibatkan informan kunci sebagai sumber utama dalam proses pengumpulan data. Informan yang dipilih adalah mereka yang memiliki kapasitas, pengalaman, dan pengetahuan terkait kondisi siswa serta proses pembinaan akhlak di sekolah. Berikut daftar sumber data key person dalam penelitian ini:

Tabel 3.1

Sumber Data Key Person

No	Sumber Data/Informan
1	Kepala Sekolah
2	Guru Bimbingan Konseling (BK)
3	Guru Pendidikan Agama Islam
4	Perwakilan Siswa SMA Negeri 4 Padangsidempuan

Data yang dibutuhkan dalam penelitian ini diperoleh dari dua jenis sumber, yaitu:

1. Sumber Data Primer

Sumber data primer adalah data yang diperoleh secara langsung dari narasumber melalui wawancara, observasi, dan interaksi langsung di lapangan. Data ini belum pernah diolah oleh pihak lain dan merupakan informasi asli sesuai kondisi nyata.⁵²

Dalam penelitian ini, data primer mencakup informasi mengenai:

- a. Kondisi kesehatan mental siswa di SMA Negeri 4 Padangsidempuan
- b. Bentuk pembinaan akhlak yang diterapkan sekolah
- c. Peran guru, layanan konseling, dan lingkungan sekolah dalam mendukung kesehatan mental dan pembentukan akhlak siswa

⁵² Lin Rosini, Metode Penelitian Akuntansi Kuantitatif dan kualitatif, (Jawa Barat : CV Adanu Abimata, 2023), hlm.82.

Sumber primer diperoleh dari:

- a. Kepala Sekolah
- b. Guru BK
- c. Guru Pendidikan Agama Islam
- d. Wali kelas
- e. Perwakilan siswa

2. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder merupakan kegiatan menghimpun data yang telah tersedia dan dipublikasikan oleh pihak lain sebelumnya. Data ini dapat diperoleh dari berbagai sumber, antara lain laporan pemerintah, karya ilmiah, publikasi akademik, basis data perusahaan, arsip sejarah, data statistik nasional, jurnal ilmiah, serta berbagai sumber daring. Penggunaan data sekunder mampu memberikan informasi yang luas dan mendalam, khususnya ketika data primer sulit diperoleh atau membutuhkan waktu serta biaya yang besar dalam proses pengumpulannya.⁵³ Data ini dapat berasal dari buku, jurnal, laporan sekolah, program pembinaan karakter, dan sumber elektronik lain yang memiliki relevansi dengan topik penelitian. Data sekunder ini digunakan untuk memperkuat temuan penelitian dan melengkapi data primer yang diperoleh di lapangan.

E. Teknik Pengumpulan Data

⁵³ Anas Hidayat, *Metodologi Penelitian Kuantitatif*, (Padang: Takaza Innovatix Labs, 2024), hlm. 86.

Data merupakan komponen yang sangat penting dalam penelitian, karena tanpa adanya data maka penelitian tidak akan dapat memberikan gambaran jelas mengenai objek yang dikaji. Data menjadi dasar dalam proses analisis, penyusunan kesimpulan, serta pembuktian teori yang digunakan dalam penelitian.⁵⁴ Oleh karena itu, agar penelitian ini dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah, peneliti menggunakan beberapa teknik pengumpulan data yang relevan dengan fokus penelitian mengenai Peran Kesehatan Mental Siswa terhadap Pembentukan Akhlak yang Baik di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Observasi

Observasi dalam penelitian ini dilakukan untuk memperoleh informasi secara langsung mengenai kondisi kesehatan mental siswa serta perilaku akhlak yang tampak dalam keseharian mereka di sekolah. Observasi merupakan teknik pengumpulan data dengan cara mengamati dan mencatat gejala atau aktivitas yang terjadi secara sistematis.

Jenis observasi yang digunakan adalah Observasi Partisipan (*Participant Observation*). Dalam metode ini, peneliti hadir secara langsung di lingkungan sekolah, mengikuti kegiatan pembelajaran, kegiatan konseling, maupun aktivitas siswa di luar kelas. Kehadiran

⁵⁴ Siti Maryam, dkk, *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data* (Padang: Penerbit Get Press Indonesia, 2022), hlm. 103.

peneliti diketahui oleh informan sehingga observasi dilakukan secara terbuka.⁵⁵

Tabel instrumen pengumpulan data observasi ditampilkan berikut:

Tabel 3.2

Instrumen Pengumpulan Data dalam Observasi

Instrumen Pengumpulan Data	Data yang Dibutuhkan
Observasi	a. Kondisi kesehatan mental siswa dalam interaksi sehari-hari. b. Sikap, perilaku, dan akhlak siswa di lingkungan sekolah. c. Peran sekolah (guru PAI, guru BK, dan wali kelas) dalam membimbing akhlak dan kesehatan mental siswa.

2. Wawancara

Wawancara dilakukan untuk menggali informasi secara lebih mendalam terkait peran kesehatan mental dalam pembentukan akhlak siswa. Wawancara merupakan proses komunikasi dua arah melalui tanya jawab, sehingga peneliti dapat memahami pemikiran, sikap, pengalaman, dan pandangan informan terhadap fenomena penelitian.

Jenis wawancara yang digunakan adalah Wawancara Terstruktur, yaitu wawancara yang menggunakan panduan pertanyaan yang telah disusun sebelumnya, dan urutan pertanyaan tidak diubah.⁵⁶ Instrumen wawancara disajikan pada tabel berikut:

Tabel 3.3

⁵⁵ Sudaryono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Jakarta : Kencana, 2016), hlm. 82.

⁵⁶ R. A. Fadhallah, *Wawancara* (Jakarta Timur: UNJ Press, 2021), hlm. 8.

Instrumen Pengumpulan Data dalam Wawancara

Instrumen Pengumpulan Data	Data yang Dibutuhkan
Wawancara	a. Pandangan guru dan pihak sekolah mengenai kesehatan mental siswa. b. Program dan strategi sekolah dalam mendukung kesehatan mental siswa. c. Peran guru PAI dan BK dalam pembentukan akhlak siswa. d. Faktor pendukung dan penghambat pembentukan akhlak melalui pendekatan kesehatan mental. e. Dampak kesehatan mental siswa terhadap perilaku dan akhlak mereka di sekolah.

3. Dokumentasi

Dokumentasi digunakan untuk melengkapi data hasil observasi dan wawancara. Dokumen merupakan catatan tertulis atau visual mengenai kejadian masa lalu maupun program yang sedang berjalan.⁵⁷

Dalam penelitian ini, dokumentasi yang dikumpulkan berupa:

- Program pembinaan akhlak sekolah
- Catatan layanan konseling siswa
- Tata tertib sekolah
- Foto kegiatan pembinaan karakter
- Data profil sekolah

F. Teknik Pengecekan Keabsahan Data

Untuk memperoleh keabsahan data dalam penelitian yang berjudul “Peran Kesehatan Mental Siswa terhadap Pembentukan Akhlak di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan”, peneliti melakukan uji kredibilitas data melalui beberapa teknik sebagai berikut:

⁵⁷ Sudaryono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Jakarta : Kencana, 2016), hlm. 90.

1. Perpanjangan Waktu Penelitian

Dalam penelitian kualitatif, peneliti merupakan instrumen utama dalam pengumpulan data. Oleh karena itu, keterlibatan peneliti dilakukan secara intensif dan tidak dalam waktu yang singkat. Peneliti melakukan perpanjangan waktu penelitian guna memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai kondisi kesehatan mental siswa serta kaitannya dengan pembentukan akhlak di lingkungan sekolah.

Perpanjangan waktu ini memungkinkan peneliti melakukan pengamatan berulang terhadap perilaku siswa, berinteraksi lebih dekat dengan informan seperti guru BK, guru PAI, dan siswa, serta melakukan klarifikasi terhadap data yang masih kurang jelas. Dengan demikian, data yang diperoleh menjadi lebih mendalam, akurat, dan dapat dipercaya.

2. Ketekunan Pengamatan

Ketekunan pengamatan dilakukan dengan cara mengamati secara cermat dan berkesinambungan berbagai aktivitas siswa di sekolah, baik di dalam kelas maupun di luar kelas. Peneliti memfokuskan perhatian pada aspek-aspek yang berkaitan dengan kondisi kesehatan mental siswa, seperti kestabilan emosi, kemampuan berinteraksi sosial, sikap disiplin, serta perilaku yang mencerminkan akhlak terpuji.

Melalui ketekunan pengamatan, peneliti dapat membedakan perilaku yang bersifat sementara dengan pola perilaku yang

menunjukkan hubungan antara kesehatan mental dan pembentukan akhlak siswa. Pencatatan dilakukan secara teliti dan sistematis agar data yang diperoleh benar-benar relevan dengan fokus penelitian.

3. Kecukupan Referensi

Untuk memperkuat keabsahan data, peneliti menggunakan kecukupan referensi berupa dokumentasi sebagai bahan pendukung dan pembanding. Dokumentasi tersebut meliputi catatan sekolah, tata tertib siswa, laporan guru BK, program pembinaan akhlak, serta foto kegiatan sekolah yang berkaitan dengan pembentukan karakter siswa.

Dokumen-dokumen tersebut digunakan untuk mendukung hasil wawancara dan observasi sehingga data yang diperoleh tidak hanya bersumber dari satu teknik pengumpulan data saja. Dengan demikian, hasil penelitian memiliki dasar yang lebih kuat serta dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.⁵⁸

G. Teknik Pengolahan dan Analisis Data

Analisis data dilakukan secara bertahap sejak data dikumpulkan hingga penyusunan laporan akhir. Analisis data merupakan proses menyusun informasi secara sistematis berdasarkan wawancara, observasi, dan dokumentasi agar dapat dipahami dan menghasilkan kesimpulan yang sesuai dengan tujuan penelitian. Tahapan analisis data meliputi:

1. Reduksi Data

⁵⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2019), hlm. 366.

Reduksi data merupakan proses pemilihan, penyederhanaan, dan pemfokusan data berdasarkan tujuan penelitian.⁵⁹ Pada tahap ini, peneliti memilih data yang relevan mengenai:

- a. Kondisi kesehatan mental siswa
- b. Faktor yang mempengaruhi kesehatan mental
- c. Bentuk pembinaan akhlak
- d. Peran guru PAI, guru BK, dan pihak sekolah

Data yang tidak relevan atau tidak mendukung fokus penelitian disisihkan agar analisis lebih terarah.

2. Penyajian Data

Penyajian data dilakukan dalam bentuk uraian naratif, tabel, atau kategori tematik yang menggambarkan hubungan antara kondisi kesehatan mental siswa dengan pembentukan akhlak mereka di sekolah. Penyajian data ini bertujuan agar peneliti dapat melihat pola, hubungan, serta interpretasi terhadap fenomena yang diteliti.⁶⁰

3. Penarikan Kesimpulan (*Verifikasi*)

Tahap ini merupakan langkah untuk menarik makna atau interpretasi akhir dari data yang telah dikumpulkan dan dianalisis. Kesimpulan bersifat sementara selama proses pengumpulan data berlangsung, namun menjadi semakin valid setelah diverifikasi dengan data tambahan atau pembuktian lapangan.⁶¹

⁵⁹ Said Maskur, *Prak s Belajar Metodologi Peneli an Bidang Psikologi Pendidikan dan Imu Pendidikan (Buku Ajar Mata Kuliah)*, (Riau: PT. Indragiri Dot Com, 2024), hlm. 116.

⁶⁰ B. Bungin. *Penelitian Kualitatif: Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik, dan Ilmu Sosial Lainnya*, (Jakarta: Kencana, 2017), hlm. 316.

⁶¹ Ahmad Nizar Rangkuti, *Metode Pendidikan Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Ptk, Dan Penelitian Pengembangan*, (Bandung: Cipta Pustaka Media, 2019), hlm. 17.

Kesimpulan akhir penelitian berupa deskripsi mengenai bagaimana peran kesehatan mental siswa berpengaruh terhadap pembentukan akhlak yang baik di SMA Negeri 4 Padangsidempuan, serta faktor pendukung dan penghambatnya.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Temuan Umum

1. Sejarah Singkat SMA Negeri 4 Padangsidimpuan

SMA Negeri 4 Padangsidimpuan merupakan salah satu lembaga pendidikan menengah atas negeri yang berada di Kota Padangsidimpuan, Sumatera Utara. Sekolah ini didirikan pada tanggal 8 September 1985 berdasarkan Surat Keputusan pendirian sekolah dan hadir sebagai bentuk upaya pemerintah dalam memperluas akses pendidikan menengah bagi masyarakat di Kota Padangsidimpuan.

Pada awal berdirinya, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan dibentuk untuk memenuhi kebutuhan masyarakat terhadap lembaga pendidikan yang berkualitas, sekaligus mendukung peningkatan mutu sumber daya manusia di daerah. Kehadiran sekolah ini menjadi salah satu langkah strategis pemerintah dalam pemerataan pendidikan, khususnya pendidikan tingkat menengah atas.

Pada masa awal operasionalnya, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan masih memiliki fasilitas yang sederhana dan jumlah peserta didik yang terbatas. Namun, seiring berjalannya waktu sekolah ini mengalami perkembangan yang cukup pesat, baik dari segi sarana prasarana, jumlah siswa, tenaga pendidik, maupun kualitas layanan pendidikan. Perkembangan tersebut ditandai dengan peningkatan fasilitas belajar, penambahan ruang kelas, laboratorium, perpustakaan,

serta berbagai fasilitas penunjang lain yang mendukung proses pembelajaran.

Dalam perjalanannya, SMA Negeri 4 Padangsidempuan tidak hanya berfokus pada pencapaian akademik, tetapi juga pada pembinaan karakter, kedisiplinan, dan penguatan nilai-nilai moral peserta didik. Hal ini terlihat dari berbagai program pembinaan yang dilakukan sekolah dalam membentuk peserta didik yang berprestasi, berakhlak, dan bertanggung jawab.

Sebagai lembaga pendidikan formal, SMA Negeri 4 Padangsidempuan terus berupaya menyesuaikan diri dengan perkembangan zaman dan tuntutan dunia pendidikan. Berbagai inovasi dilakukan, baik dalam penerapan kurikulum, penggunaan media pembelajaran, maupun peningkatan kompetensi tenaga pendidik agar mampu menciptakan proses pembelajaran yang efektif dan berkualitas.

Seiring perkembangannya, SMA Negeri 4 Padangsidempuan juga menunjukkan kemajuan melalui berbagai prestasi yang diraih baik di bidang akademik maupun non-akademik. Prestasi tersebut menjadi indikator bahwa sekolah ini terus berupaya meningkatkan mutu pendidikan serta mengembangkan potensi peserta didik secara optimal.

Selain itu, sekolah ini dikenal memiliki komitmen dalam menciptakan lingkungan pendidikan yang kondusif, disiplin, dan mendukung pembentukan karakter siswa. Budaya sekolah yang menjunjung nilai religius, tanggung jawab, dan kerja sama menjadi

bagian penting dalam proses pendidikan di SMA Negeri 4 Padangsidempuan.

Hingga saat ini, SMA Negeri 4 Padangsidempuan terus berkembang sebagai salah satu sekolah negeri yang berperan penting dalam mencetak generasi yang unggul, berkarakter, dan mampu bersaing dalam perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi. Dengan dukungan tenaga pendidik yang profesional, sarana prasarana yang memadai, serta program pendidikan yang terus berkembang, sekolah ini menjadi salah satu lembaga pendidikan yang dipercaya masyarakat sebagai tempat pembinaan generasi muda.

Sejarah perkembangan SMA Negeri 4 Padangsidempuan menunjukkan bahwa sekolah ini tidak hanya tumbuh secara fisik, tetapi juga berkembang dalam kualitas pendidikan dan kontribusinya bagi masyarakat. Oleh karena itu, sekolah ini layak menjadi objek penelitian karena memiliki karakteristik yang relevan dengan fokus penelitian yang dilakukan.⁶²

2. Letak Geografis dan Profil Sekolah

SMA Negeri 4 Padangsidempuan merupakan salah satu lembaga pendidikan menengah atas yang berada di Kota Padangsidempuan, Provinsi Sumatera Utara. Sekolah ini beralamat di Jalan Sutan Soripada Mulia, Kota Padangsidempuan, dengan lokasi yang cukup strategis dan

⁶² Data Pokok SMA Negeri 4 Padangsidempuan (Dapodik), Kemendikdasmen, diakses 20 April 2026, <https://sekolah.data.kemendikdasmen.go.id/profil-sekolah/F7ACB2C9-1A06-493C-98E9-39E201A27B47>.

mudah dijangkau oleh peserta didik maupun masyarakat sekitar. Letak sekolah yang berada di kawasan pendidikan dan permukiman masyarakat menjadikan suasana lingkungan sekolah relatif kondusif untuk mendukung kegiatan belajar mengajar.

Secara geografis, posisi sekolah berada pada lingkungan yang mendukung penyelenggaraan pendidikan karena jauh dari gangguan yang dapat menghambat proses pembelajaran. Kondisi lingkungan yang aman, nyaman, dan tertib turut menjadi faktor penunjang terciptanya suasana belajar yang efektif bagi peserta didik. Adapun batas-batas wilayah SMA Negeri 4 Padangsidimpuan secara umum dapat dijelaskan sebagai berikut:

- a. Sebelah Utara berbatasan dengan permukiman masyarakat. Sebelah
- b. Selatan berbatasan dengan jalan umum dan area fasilitas publik.
- c. Sebelah Timur berbatasan dengan lingkungan masyarakat dan kawasan pendidikan.
- d. Sebelah Barat berbatasan dengan jalan akses utama dan permukiman warga.

Letak geografis sekolah yang strategis ini memberikan kemudahan akses transportasi bagi peserta didik dari berbagai wilayah di Kota Padangsidimpuan. Selain itu, lingkungan sekolah yang berada di area yang cukup tenang juga mendukung terciptanya proses pembelajaran yang nyaman dan kondusif.

Dilihat dari kondisi fisik, SMA Negeri 4 Padangsidempuan memiliki area sekolah yang cukup luas dan tertata dengan baik. Tata ruang sekolah disusun sedemikian rupa agar mendukung kegiatan akademik maupun non-akademik. Ruang kelas, kantor guru, perpustakaan, laboratorium, lapangan olahraga, mushalla, serta fasilitas penunjang lainnya berada dalam satu lingkungan yang terintegrasi.⁶³

Sebagai lembaga pendidikan formal, SMA Negeri 4 Padangsidempuan memiliki profil sekolah yang mencerminkan komitmen terhadap mutu pendidikan. Sekolah ini berstatus sekolah negeri di bawah naungan Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi yang menyelenggarakan pendidikan pada jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA). Secara umum profil SMA Negeri 4 Padangsidempuan meliputi:

- a. Nama Sekolah : SMA Negeri 4 Padangsidempuan
- b. Status Sekolah : Negeri
- c. Jenjang Pendidikan : Sekolah Menengah Atas (SMA)
- d. Akreditasi : (disesuaikan data terbaru sekolah)
- e. Alamat : Jl. Sutan Soripada Mulia, Padangsidempuan
- f. Provinsi : Sumatera Utara

Selain sebagai tempat pelaksanaan pendidikan formal, sekolah ini juga menjadi wadah pembinaan karakter, pengembangan bakat, dan peningkatan keterampilan peserta didik. Hal ini terlihat dari berbagai program pembelajaran maupun kegiatan penunjang yang diselenggarakan sekolah.

⁶³ Data Pokok SMA Negeri 4 Padangsidempuan (Dapodik), Kemendikdasmen, diakses 20 April 2026, <https://sekolah.data.kemendikdasmen.go.id/profil-sekolah/F7ACB2C9-1A06-493C-98E9-39E201A27B47>.

Lingkungan sekolah yang mendukung, baik secara fisik maupun sosial, turut berpengaruh terhadap keberhasilan proses pendidikan. Hubungan yang baik antara warga sekolah, guru, peserta didik, serta masyarakat sekitar menciptakan suasana yang harmonis dan mendukung terbentuknya budaya sekolah yang positif.

Berdasarkan kondisi geografis dan profil sekolah tersebut, SMA Negeri 4 Padangsidempuan dinilai memiliki lingkungan yang representatif sebagai lokasi penelitian. Kondisi sekolah yang kondusif, fasilitas yang mendukung, serta karakteristik peserta didik yang beragam menjadikan sekolah ini relevan sebagai objek penelitian sesuai fokus kajian yang dilakukan.⁶⁴

3. Visi, Misi, dan Tujuan Sekolah

a. Visi Sekolah

Visi SMA Negeri 4 Padangsidempuan adalah:

“Terwujudnya peserta didik yang beriman dan bertakwa, berprestasi, berakarakter, serta berwawasan lingkungan.”

Visi tersebut menunjukkan bahwa sekolah berupaya membentuk peserta didik yang tidak hanya unggul secara akademik, tetapi juga memiliki akhlak yang baik, disiplin, dan peduli terhadap lingkungan.

b. Misi Sekolah

⁶⁴ Data Pokok SMA Negeri 4 Padangsidempuan (Dapodik), Kemendikdasmen, diakses 20 April 2026, <https://sekolah.data.kemendikdasmen.go.id/profil-sekolah/F7ACB2C9-1A06-493C-98E9-39E201A27B47>.

Untuk mewujudkan visi tersebut, sekolah memiliki beberapa misi, yaitu:

- 1) Menyelenggarakan pembelajaran yang efektif dan berkualitas.
- 2) Menanamkan nilai-nilai keimanan dan ketakwaan.
- 3) Mengembangkan potensi peserta didik dalam bidang akademik dan nonakademik.
- 4) Membina karakter peserta didik agar disiplin dan bertanggung jawab.
- 5) Menciptakan lingkungan sekolah yang aman, nyaman, dan kondusif.
- 6) Menumbuhkan kepedulian terhadap lingkungan.
- 7) Meningkatkan profesionalitas tenaga pendidik dan kependidikan.

Misi tersebut menjadi pedoman dalam pelaksanaan seluruh kegiatan pendidikan di sekolah.

c. Tujuan Sekolah

Tujuan SMA Negeri 4 Padangsidempuan adalah:

- 1) Meningkatkan mutu pembelajaran dan prestasi peserta didik.
- 2) Membentuk siswa yang beriman, berakhlak mulia, dan berkarakter.
- 3) Mengembangkan bakat dan potensi siswa secara optimal.
- 4) Mewujudkan lulusan yang berkualitas dan mampu bersaing.
- 5) Menciptakan lingkungan sekolah yang tertib, nyaman, dan berbudaya.

Dengan visi, misi, dan tujuan tersebut, SMA Negeri 4 Padangsidempuan berupaya menjadi lembaga pendidikan yang mampu menghasilkan peserta didik yang unggul baik dalam bidang akademik maupun pembentukan karakter.⁶⁵

4. Struktur Organisasi Sekolah

⁶⁵ Data Pokok SMA Negeri 4 Padangsidempuan (Dapodik), Kemendikdasen, diakses 20 April 2026, <https://sekolah.data.kemendikdasmen.go.id/profil-sekolah/F7ACB2C9-1A06-493C-98E9-39E201A27B47>.

Struktur organisasi sekolah merupakan susunan kepengurusan yang dibentuk untuk mendukung kelancaran pelaksanaan kegiatan pendidikan di sekolah. Dengan adanya struktur organisasi, pembagian tugas, tanggung jawab, dan koordinasi antarwarga sekolah dapat berjalan secara terarah dan efektif.

SMA Negeri 4 Padangsidimpuan memiliki struktur organisasi yang terdiri atas kepala sekolah, wakil kepala sekolah, tenaga pendidik, tenaga kependidikan, serta organisasi peserta didik yang saling bekerja sama dalam mencapai tujuan pendidikan.

a. Kepala Sekolah

Kepala sekolah memiliki peran sebagai pemimpin dan penanggung jawab utama dalam penyelenggaraan pendidikan di sekolah. Kepala sekolah bertugas mengelola, membina, mengawasi, serta mengembangkan mutu pendidikan di sekolah.

b. Wakil Kepala Sekolah

Dalam menjalankan tugasnya, kepala sekolah dibantu oleh wakil kepala sekolah yang terdiri dari:

- 1) Wakil Kepala Sekolah Bidang Kurikulum, bertugas mengelola kegiatan pembelajaran dan program akademik.
 - 2) Wakil Kepala Sekolah Bidang Kesiswaan, bertugas membina kegiatan peserta didik.
 - 3) Wakil Kepala Sekolah Bidang Sarana dan Prasarana, bertugas mengelola fasilitas sekolah.
 - 4) Wakil Kepala Sekolah Bidang Hubungan Masyarakat, bertugas menjalin hubungan sekolah dengan masyarakat.
- c. Tenaga Pendidik (Guru)

Guru berperan melaksanakan proses pembelajaran, membimbing, mendidik, dan membina peserta didik baik dalam aspek akademik maupun karakter.

d. Tenaga Kependidikan

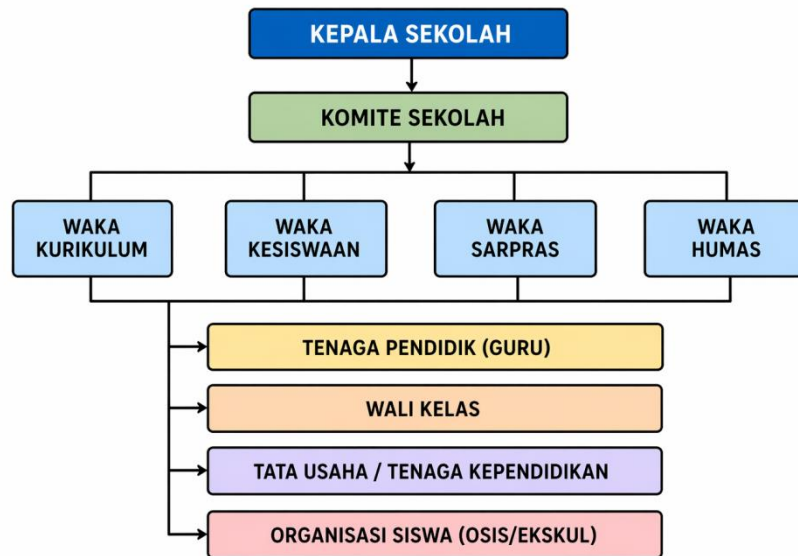
Tenaga kependidikan meliputi staf tata usaha dan pegawai lainnya yang membantu kelancaran administrasi dan operasional sekolah.

e. Organisasi Siswa

Selain unsur pimpinan dan tenaga pendidik, sekolah juga memiliki organisasi siswa seperti OSIS dan kegiatan ekstrakurikuler sebagai wadah pengembangan kepemimpinan dan bakat peserta didik.⁶⁶

Dengan adanya struktur organisasi tersebut, pelaksanaan program sekolah dapat berjalan secara sistematis dan mendukung tercapainya tujuan pendidikan di SMA Negeri 4 Padangsidempuan.

⁶⁶ Data Pokok SMA Negeri 4 Padangsidempuan (Dapodik), Kemendikdasen, diakses 20 April 2026, <https://sekolah.data.kemendikdasmen.go.id/profil-sekolah/F7ACB2C9-1A06-493C-98E9-39E201A27B47>.



5. Sarana dan Prasarana

Sarana dan prasarana merupakan faktor penting dalam menunjang proses belajar mengajar. SMA Negeri 4 Padangsidempuan memiliki fasilitas yang cukup memadai untuk mendukung kegiatan pendidikan. Adapun sarana dan prasarana yang tersedia antara lain:

a. Sarana Pembelajaran

- 1) Ruang kelas
- 2) Perpustakaan
- 3) Laboratorium
- 4) Ruang guru
- 5) Media pembelajaran

b. Sarana Penunjang

- 1) Mushalla
- 2) UKS
- 3) Kantin sekolah
- 4) Lapangan olahraga
- 5) Ruang OSIS

c. Prasarana Pendukung

- 1) Gedung sekolah
- 2) Halaman sekolah
- 3) Jaringan listrik dan internet
- 4) Fasilitas sanitasi
- 5) Area parkir

Keberadaan fasilitas tersebut membantu menciptakan proses pembelajaran yang efektif dan mendukung kegiatan akademik maupun non-akademik peserta didik.⁶⁷

6. Kegiatan Intrakurikuler dan Ekstrakurikuler

Selain kegiatan pembelajaran di kelas, SMA Negeri 4 Padangsidempuan juga melaksanakan berbagai kegiatan intrakurikuler dan ekstrakurikuler sebagai bagian dari pengembangan potensi peserta didik.

Kegiatan intrakurikuler dilaksanakan melalui proses pembelajaran sesuai kurikulum yang berlaku, sedangkan kegiatan ekstrakurikuler menjadi wadah bagi siswa untuk mengembangkan bakat, minat, dan keterampilan. Beberapa kegiatan ekstrakurikuler yang terdapat di sekolah antara lain:

- a. Organisasi Siswa Intra Sekolah (OSIS)
- b. Pramuka
- c. Rohani Islam (Rohis)
- d. Kegiatan olahraga
- e. Kegiatan seni dan budaya
- f. Kegiatan sosial dan keagamaan

Melalui kegiatan tersebut, peserta didik tidak hanya berkembang secara akademik, tetapi juga memperoleh pembinaan karakter, kepemimpinan, disiplin, dan kerja sama. Kegiatan-kegiatan ini menjadi

⁶⁷ Data Pokok SMA Negeri 4 Padangsidempuan (Dapodik), Kemendikdasen, diakses 20 April 2026, <https://sekolah.data.kemendikdasmen.go.id/profil-sekolah/F7ACB2C9-1A06-493C-98E9-39E201A27B47>.

bagian penting dalam mendukung tujuan pendidikan di SMA Negeri 4 Padangsidempuan.⁶⁸

7. Program Unggulan dan Budaya Sekolah

SMA Negeri 4 Padangsidempuan memiliki berbagai program unggulan dan budaya sekolah yang mendukung terciptanya lingkungan pendidikan yang kondusif serta pembentukan karakter peserta didik. Program-program tersebut dirancang tidak hanya untuk meningkatkan prestasi akademik, tetapi juga untuk menanamkan nilai-nilai disiplin, religius, dan tanggung jawab.

Salah satu program unggulan sekolah adalah pembinaan karakter melalui pembiasaan disiplin dan kegiatan religius. Program ini diwujudkan melalui berbagai aktivitas seperti pembiasaan salam, sopan santun, doa sebelum dan sesudah pembelajaran, serta kegiatan keagamaan yang mendukung pembentukan akhlak peserta didik.

Selain itu, sekolah juga memiliki budaya sekolah yang menekankan kedisiplinan, kebersihan, dan tanggung jawab. Budaya ini diterapkan melalui tata tertib sekolah, pembiasaan hidup bersih, serta sikap saling menghormati antara guru dan peserta didik.

Dalam bidang akademik, program unggulan sekolah diwujudkan melalui peningkatan mutu pembelajaran, pembinaan prestasi siswa,

⁶⁸ Data Pokok SMA Negeri 4 Padangsidempuan (Dapodik), Kemendikdasen, diakses 20 April 2026, <https://sekolah.data.kemendikdasmen.go.id/profil-sekolah/F7ACB2C9-1A06-493C-98E9-39E201A27B47>.

serta kegiatan yang mendorong pengembangan potensi peserta didik baik di bidang akademik maupun non-akademik.

Sekolah juga melaksanakan program pembinaan melalui kegiatan ekstrakurikuler dan organisasi siswa yang bertujuan menumbuhkan jiwa kepemimpinan, kerja sama, serta rasa tanggung jawab. Adapun budaya sekolah yang berkembang di SMA Negeri 4 Padangsidempuan antara lain:

- a. Budaya disiplin dalam mematuhi tata tertib sekolah.
- b. Budaya religius melalui pembiasaan kegiatan keagamaan.
- c. Budaya kebersihan dan kepedulian lingkungan.
- d. Budaya sopan santun dan saling menghormati.
- e. Budaya belajar dan berprestasi.

Program unggulan dan budaya sekolah tersebut menjadi bagian penting dalam mendukung tercapainya tujuan pendidikan, khususnya dalam membentuk peserta didik yang berkarakter, berakhlak, dan berprestasi.⁶⁹

B. Temuan Khusus

1. Kondisi Kesehatan Mental Siswa di SMA Negeri 4 Padangsidempuan

Indikator kesehatan mental adalah kondisi psikologis individu yang sehat dan mampu berfungsi optimal dalam kehidupan sehari-hari. Kesehatan mental tidak hanya berarti bebas dari gangguan, tetapi juga kemampuan mengelola emosi, konsep diri positif, hubungan sosial yang baik, dan sikap sesuai nilai moral. Pada siswa, hal ini terlihat dari cara belajar, berinteraksi, dan menyelesaikan masalah. Hasil observasi

⁶⁹ Data Pokok SMA Negeri 4 Padangsidempuan (Dapodik), Kemendikdasen, diakses 20 April 2026, <https://sekolah.data.kemendikdasmen.go.id/profil-sekolah/F7ACB2C9-1A06-493C-98E9-39E201A27B47>.

menunjukkan kesehatan mental siswa baik dengan sikap antusias, kerja sama, dan kedisiplinan yang baik. Namun masih ditemukan sebagian siswa yang mengalami kecemasan, kurang percaya diri, dan emosi yang belum stabil.⁷⁰ Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, indikator kesehatan mental siswa dapat diuraikan sebagai berikut:

a. Mampu Mengelola Emosi dengan Baik

Kemampuan mengelola emosi merupakan indikator penting kesehatan mental, tidak hanya berkaitan dengan menahan marah atau sedih, tetapi juga kemampuan menyesuaikan respons terhadap tekanan, konflik, dan tantangan belajar. Berdasarkan observasi siswa yang sehat secara mental umumnya mampu menghadapi tekanan dengan tenang, tidak mudah bereaksi berlebihan, dan dapat mengarahkan emosi secara positif.⁷¹ Berdasarkan wawancara dengan Kepala Sekolah, Jahrona Sinaga, S.Pd, kondisi emosional siswa secara umum baik meskipun masih ada beberapa yang memerlukan perhatian khusus. Beliau menyampaikan:

“Secara umum kesehatan mental siswa di sekolah ini berada pada kategori baik. Sebagian besar siswa mampu mengontrol emosi mereka dalam pembelajaran maupun pergaulan. Ketika menghadapi tekanan belajar atau masalah pribadi, siswa umumnya masih dapat diarahkan melalui pembinaan guru. Meskipun demikian, terdapat beberapa siswa yang terkadang mudah tersinggung atau menunjukkan ketidakstabilan emosi,

⁷⁰ Observasi Peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 10 Maret–10 April 2026.

⁷¹ Observasi Peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 10 Maret–10 April 2026.

yang umumnya dipengaruhi oleh tekanan tertentu dan masih dapat ditangani melalui pendekatan sekolah.”⁷²

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kemampuan mengelola emosi siswa secara umum berada pada kategori baik, meskipun masih terdapat perbedaan pada tiap siswa. Pengelolaan emosi dipengaruhi oleh lingkungan sekolah, pembinaan guru, dan kondisi psikologis siswa. Hal senada juga disampaikan Juliana Hasibuan, S.Pd selaku guru BK. Beliau menjelaskan:

“Kalau dilihat dari pendampingan konseling, banyak siswa sebenarnya mampu mengendalikan emosinya dengan baik. Saat menghadapi tekanan belajar, konflik teman, atau masalah pribadi, sebagian siswa sudah mulai bisa mencari cara menenangkan diri. Ada yang memilih berkonsultasi, ada yang berbicara dengan guru, ada yang mencoba menyelesaikan dengan diskusi. Itu menunjukkan kemampuan regulasi emosi mereka berkembang.”⁷³

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kestabilan emosi merupakan ciri penting kesehatan mental siswa, yang terlihat dari kemampuan mengendalikan diri dan tidak bereaksi secara impulsif. Hal ini menunjukkan bahwa perkembangan pengendalian diri siswa berada pada kategori baik. Hal yang sama juga diperkuat oleh Ahmad Munir Silalahi, S.Pd selaku guru PAI. Beliau menyampaikan:

“Kondisi mental siswa sangat berpengaruh terhadap pengendalian emosi mereka. Kalau mental siswa baik, biasanya lebih sabar, lebih tenang menerima arahan, dan tidak

⁷² Ibu Jahrona Sinaga, kepala sekolah, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 15 Maret 2026.

⁷³ Ibu Juliana Hasibuan, guru BK, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 1 April 2026.

mudah terpancing emosi. Itu juga berpengaruh terhadap akhlak mereka. Anak yang bisa mengendalikan emosi biasanya lebih mudah dibina dalam sikap dan perilakunya.”⁷⁴

Pernyataan ini menunjukkan bahwa pengelolaan emosi bukan hanya berkaitan dengan kondisi psikologis, tetapi juga berkaitan erat dengan pembentukan akhlak siswa. Hasil wawancara dengan peserta didik juga memperkuat temuan tersebut. Zaskia Azzahra menyampaikan:

“Selama belajar di sekolah saya merasa cukup nyaman. Memang kadang kalau tugas banyak saya merasa stres, tapi biasanya saya berusaha menenangkan diri dulu. Kalau ada masalah saya lebih suka bicara dengan teman atau guru supaya tidak dipendam sendiri.”⁷⁵

Pernyataan tersebut menunjukkan adanya kesadaran siswa dalam mengelola tekanan secara positif. Hal senada diungkapkan Meisyarah Putri:

“Kalau sedang banyak pikiran memang emosi kadang berubah, tapi saya berusaha jangan sampai memengaruhi sikap ke teman. Biasanya saya coba berpikir positif dulu supaya lebih tenang.”⁷⁶

Pernyataan ini menunjukkan adanya usaha siswa mengontrol respons emosional ketika menghadapi tekanan. Agustina Putri juga menyampaikan:

“Kadang kalau jenuh belajar atau ada masalah memang merasa tertekan, tapi saya biasanya mencoba tenang dan cari

⁷⁴ Bapak Ahmad Munir Silalahi, guru PAI, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 3 April 2026.

⁷⁵ Zaskia Azzahra, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 16 Maret 2026.

⁷⁶ Meisyarah Putri, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 16 Maret 2026.

solusi. Kalau ada yang mengganggu pikiran saya lebih baik cerita ke guru atau teman dekat.”⁷⁷

Pernyataan ini menunjukkan kemampuan siswa dalam mencari dukungan ketika menghadapi tekanan merupakan bagian dari pengelolaan emosi yang sehat. Muhammad Akbar menyatakan:

“Kalau saya menghadapi tekanan, biasanya saya berusaha tidak langsung emosi. Saya pikirkan dulu supaya tidak salah bertindak. Kalau sedang kesal saya biasanya diam dulu supaya lebih tenang.”⁷⁸

Dari pernyataan tersebut terlihat adanya kontrol diri dalam menghadapi emosi negatif. Hal yang sama juga disampaikan Ali Hasibuan:

“Kalau kondisi pikiran sedang baik biasanya saya lebih sabar dan gampang bergaul. Kalau ada masalah saya berusaha tidak langsung marah, tapi mencari cara supaya selesai baik-baik.”⁷⁹

Pernyataan ini menunjukkan bahwa kemampuan mengelola emosi siswa berkaitan dengan kemampuan menjaga hubungan sosial yang positif. Berdasarkan hasil wawancara, kemampuan mengelola emosi siswa tergolong baik. terlihat dari kemampuan mengontrol emosi, menghadapi tekanan dengan tenang, dan mencari bantuan saat stres. Meskipun masih ada siswa yang belum stabil secara emosional, secara umum indikator ini menunjukkan kondisi kesehatan mental yang positif.

⁷⁷ Agustina Putri, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 6 April 2026.

⁷⁸ Muhammad Akbar, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 7 April 2026.

⁷⁹ Ali Hasibuan, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 8 April 2026.

b. Memiliki Konsep Diri dan Kepercayaan Diri Positif

Konsep diri dan kepercayaan diri merupakan indikator penting kesehatan mental yang berkaitan dengan cara siswa memandang dirinya, menilai kemampuan, serta menyikapi keberhasilan dan kegagalan. Siswa dengan konsep diri positif cenderung merasa berharga, mampu berkembang, dan berani berinteraksi, belajar, serta mengambil keputusan. Hasil observasi menunjukkan bahwa kepercayaan diri siswa berada pada kategori baik. terlihat dari keberanian berpendapat, aktif bertanya, dan partisipasi dalam kegiatan sekolah, meskipun masih ada siswa yang kurang percaya diri saat menghadapi tekanan akademik.⁸⁰ Berdasarkan wawancara dengan Jahrona Sinaga, S.Pd selaku Kepala Sekolah, kepercayaan diri siswa secara umum cukup berkembang baik. Beliau menyampaikan:

“Kalau dilihat secara umum, banyak siswa memiliki rasa percaya diri yang baik. Mereka berani tampil, berani bertanya, berani menyampaikan pendapat, dan cukup aktif dalam kegiatan sekolah. Itu menunjukkan siswa memiliki pandangan yang cukup positif terhadap dirinya. Meskipun ada beberapa yang masih pemalu atau kurang yakin pada dirinya, secara umum perkembangan mereka baik.”⁸¹

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kepercayaan diri siswa merupakan indikator kesehatan mental yang terlihat dalam kehidupan sekolah, ditandai dengan keberanian tampil dan

⁸⁰ Observasi Peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 10 Maret–10 April 2026.

⁸¹ Ibu Jahrona Sinaga, kepala sekolah, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 15 Maret 2026.

berpartisipasi sebagai bentuk keyakinan terhadap kemampuan diri.

Hal senada juga disampaikan oleh Gesman Hutaauruk, S.Th selaku

Wakil Kepala Sekolah bidang Kesiswaan. Beliau menyampaikan:

“Siswa yang mentalnya baik biasanya lebih percaya diri dalam bergaul maupun belajar. Mereka tidak mudah minder, lebih berani terlibat dalam kegiatan, dan biasanya lebih terbuka menerima tantangan. Ini terlihat dalam kegiatan sekolah maupun interaksi sehari-hari.”⁸²

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa konsep diri dan kepercayaan diri siswa dipengaruhi oleh kondisi psikologis serta dukungan pembinaan dari lingkungan sekolah. Guru BK Juliana Hasibuan, S.Pd juga menjelaskan bahwa konsep diri berkaitan erat dengan kesehatan mental siswa. Beliau menyampaikan:

“Kalau siswa memiliki konsep diri positif, biasanya mereka tidak mudah merasa gagal atau putus asa. Mereka melihat kesulitan sebagai proses belajar. Itu berbeda dengan siswa yang kondisi mentalnya sedang terganggu, biasanya lebih mudah merasa rendah diri atau merasa tidak mampu.”⁸³

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa konsep diri positif berperan penting dalam membangun ketahanan mental siswa ketika menghadapi tekanan maupun tantangan belajar. Hal yang sama diperkuat oleh Ahmad Munir Silalahi, S.Pd selaku guru PAI. Beliau menyampaikan:

“Kesehatan mental yang baik biasanya membuat siswa memiliki keyakinan terhadap dirinya. Mereka lebih optimis, lebih mudah menerima pembinaan, dan tidak mudah putus asa ketika mengalami kesulitan. Ini juga berpengaruh pada akhlak,

⁸² Bapak Gesman Hutaauruk, wakil kepala sekolah, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 17 Maret 2026.

⁸³ Ibu Juliana Hasibuan, guru BK, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 1 April 2026.

karena siswa yang percaya diri cenderung lebih stabil sikapnya.”⁸⁴

Pernyataan ini menunjukkan bahwa konsep diri positif bukan hanya berkaitan dengan aspek psikologis, tetapi juga mendukung pembentukan karakter dan akhlak siswa. Hasil wawancara dengan peserta didik juga memperkuat temuan tersebut. Zaskia Azzahra menyampaikan:

“Saya merasa cukup percaya diri saat belajar, terutama kalau sudah memahami materi. Kalau ada kesulitan saya berusaha jangan langsung merasa tidak bisa, tapi mencoba lagi. Kalau gagal biasanya saya anggap sebagai pelajaran.”⁸⁵

Pernyataan tersebut menunjukkan adanya pandangan positif terhadap diri sendiri dan kemampuan untuk menyikapi kegagalan secara sehat. Meisyarah Putri juga menyampaikan:

“Kalau saya biasanya berusaha yakin dengan kemampuan sendiri. Memang kadang ada rasa takut salah, tapi saya berusaha tetap berani mencoba, terutama kalau disuruh menjawab atau menyampaikan pendapat.”⁸⁶

Pernyataan ini menunjukkan adanya perkembangan rasa percaya diri siswa dalam proses belajar dan interaksi sosial. Agustina Putri menyatakan:

“Saya merasa pembinaan di sekolah membuat saya lebih percaya diri. Dulu saya kadang ragu menyampaikan pendapat, tapi sekarang lebih berani. Kalau mengalami kesulitan saya tidak langsung merasa gagal.”

⁸⁴ Bapak Ahmad Munir Silalahi, guru PAI, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 3 April 2026.

⁸⁵ Zaskia Azzahra, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 16 Maret 2026.

⁸⁶ Meisyarah Putri, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 16 Maret 2026.

87

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa pembinaan di sekolah berkontribusi terhadap terbentuknya konsep diri yang lebih positif. Hal senada disampaikan Muhammad Akbar:

“Ketika saya memperoleh nilai yang belum memuaskan, saya berusaha untuk tidak larut dalam kekecewaan. Saya menjadikannya sebagai motivasi untuk belajar lebih giat, karena saya meyakini bahwa dengan usaha yang maksimal, hasil yang lebih baik dapat dicapai.”⁸⁸

Pernyataan ini menunjukkan adanya sikap optimis dan keyakinan terhadap kemampuan diri sebagai bagian dari kesehatan mental yang baik. Ali Hasibuan juga menyampaikan:

“Saya merasa kalau pikiran tenang dan mental baik, kita lebih yakin sama diri sendiri. Jadi lebih berani bergaul, lebih berani bertanya, dan tidak mudah minder.”⁸⁹

Berdasarkan hasil wawancara, konsep diri dan kepercayaan diri siswa secara umum tergolong baik, terlihat dari keyakinan terhadap kemampuan diri, keberanian menghadapi tantangan, dan sikap optimis dalam menghadapi kesulitan. Dengan demikian, indikator ini menunjukkan bahwa kesehatan mental berkaitan erat dengan cara siswa memandang diri, menyikapi tantangan, dan mengembangkan potensi secara positif.

c. Memiliki Hubungan Sosial yang Baik

⁸⁷ Agustina Putri, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 6 April 2026.

⁸⁸ Muhammad Akbar, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 7 April 2026.

⁸⁹ Ali Hasibuan, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 8 April 2026.

Hubungan sosial yang baik merupakan indikator penting kesehatan mental karena berkaitan dengan kemampuan beradaptasi, berinteraksi, bekerja sama, serta membangun hubungan positif dengan lingkungan sekitar. Siswa yang sehat secara mental umumnya mampu berkomunikasi dengan baik, menghargai orang lain, berempati, dan menjaga hubungan harmonis dengan guru maupun teman. Hasil observasi (10 Maret–10 April 2026) menunjukkan bahwa hubungan sosial siswa tergolong baik, terlihat dari interaksi yang sopan, kerja sama, sikap saling membantu, dan kepedulian terhadap teman.⁹⁰ Hal ini diperkuat oleh wawancara dengan Jahrona Sinaga, S.Pd selaku Kepala Sekolah bahwa hubungan sosial siswa berjalan baik dan menjadi kekuatan dalam pembinaan akhlak serta kesehatan mental. Beliau menyampaikan:

“Secara umum, hubungan sosial siswa tergolong baik. Hal ini terlihat dari kemampuan mereka dalam berinteraksi dengan guru maupun teman secara sopan serta saling menghargai. Dalam kegiatan sekolah, kerja sama antarsiswa juga menunjukkan pola interaksi yang positif. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa siswa memiliki perkembangan sosial yang mendukung kesehatan mental mereka.”⁹¹

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa hubungan sosial yang sehat merupakan bentuk kesejahteraan psikologis siswa, karena interaksi positif membuat siswa merasa diterima, nyaman, dan berkembang secara sosial. Hal senada juga disampaikan

⁹⁰ Observasi Peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 10 Maret–10 April 2026.

⁹¹ Ibu Jahrona Sinaga, kepala sekolah, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 15 Maret 2026.

Gesman Hutaaruk, S.Th selaku Wakil Kepala Sekolah bidang Kesiswaan. Beliau menyampaikan:

“Hubungan sosial siswa secara umum cukup positif. Mereka terbiasa berinteraksi, bekerja sama, dan saling mendukung dalam kegiatan belajar maupun kegiatan sekolah lainnya. Ini penting karena hubungan sosial yang baik membantu siswa berkembang secara emosional dan perilaku.”⁹²

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa hubungan sosial siswa tidak hanya ditandai minimnya konflik, tetapi juga kemampuan mengelola interaksi dan menyelesaikan perbedaan secara positif. Guru BK Juliana Hasibuan, S.Pd juga menjelaskan bahwa hubungan sosial berkaitan erat dengan kesehatan mental siswa. Beliau menyampaikan:

“Siswa yang kondisi mentalnya baik biasanya lebih mudah bergaul, lebih terbuka, dan tidak kesulitan membangun hubungan dengan teman atau guru. Mereka biasanya juga punya empati yang baik dan tidak mudah terlibat konflik.”⁹³

Pernyataan ini menunjukkan bahwa kualitas hubungan sosial dapat menjadi indikator untuk melihat kondisi kesehatan mental siswa. Hal yang sama juga diperkuat oleh Ahmad Munir Silalahi, S.Pd selaku guru PAI. Beliau menyampaikan:

Hubungan sosial yang baik sangat berkaitan dengan akhlak siswa. Ketika siswa sehat secara mental, biasanya mereka lebih mudah menghormati teman, sopan kepada guru, mau bekerja sama, dan menunjukkan kepedulian terhadap orang lain.”⁹⁴

⁹² Bapak Gesman Hutaaruk, wakil kepala sekolah, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 17 Maret 2026.

⁹³ Ibu Juliana Hasibuan, guru BK, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 1 April 2026.

⁹⁴ Bapak Ahmad Munir Silalahi, guru PAI, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 3 April 2026.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa hubungan sosial tidak hanya dipahami sebagai kemampuan bergaul, tetapi juga berkaitan dengan nilai moral dan akhlak siswa. Hasil wawancara dengan peserta didik juga memperkuat temuan tersebut. Zaskia Azzahra menyampaikan:

“Saya merasa hubungan dengan teman-teman berjalan dengan baik. Ketika ada teman yang mengalami kesulitan, kami saling membantu. Di dalam kelas, terutama saat kegiatan diskusi, kami juga saling bekerja sama.”⁹⁵

Pernyataan ini menunjukkan adanya kerja sama dan hubungan sosial yang positif dalam kehidupan belajar siswa. Meisyarah Putri juga menyampaikan:

“Menurut saya lingkungan sekolah cukup mendukung. Teman-teman saling mendukung dan kalau ada masalah biasanya bisa dibicarakan baik-baik.”⁹⁶

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa siswa merasakan adanya lingkungan sosial yang aman dan suportif. Agustina Putri menyatakan:

“Saya merasa nyaman di sekolah karena hubungan dengan teman-teman baik. Ketika ada teman yang mengalami kesulitan, kami saling membantu, sehingga suasana belajar menjadi lebih kondusif dan menyenangkan.”⁹⁷

⁹⁵ Zaskia Azzahra, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 16 Maret 2026.

⁹⁶ Meisyarah Putri, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 16 Maret 2026.

⁹⁷ Agustina Putri, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 6 April 2026.

Pernyataan ini menunjukkan adanya sikap empati dan kepedulian sosial yang menjadi bagian dari hubungan sosial sehat.

Hal senada juga disampaikan Muhammad Akbar:

“Kalau kondisi pikiran tenang biasanya saya lebih mudah bergaul dan menjaga hubungan baik dengan teman. Saya juga merasa kalau ada masalah lebih baik diselesaikan baik-baik daripada bertengkar.”⁹⁸

Pernyataan ini menunjukkan hubungan antara kestabilan mental dengan kemampuan menjaga hubungan sosial. Ali Hasibuan juga menyampaikan:

“Saya merasa hubungan sosial di sekolah berjalan dengan baik. Teman-teman saling mendukung, dan ketika mengerjakan tugas kelompok, kami dapat bekerja sama dengan baik.”⁹⁹

Hasil wawancara menunjukkan adanya sikap empati dan tolong-menolong di kalangan siswa, seperti membantu teman yang kesulitan, memberi dukungan, dan peduli dalam interaksi sehari-hari, yang menjadi indikator penting kesehatan mental karena menunjukkan relasi sosial dan emosional yang baik. Namun masih ditemukan konflik kecil atau perbedaan pendapat, meskipun dapat diselesaikan melalui komunikasi dan pembinaan, sehingga hubungan sosial siswa tetap perlu penguatan. Dengan demikian, hubungan sosial yang baik menunjukkan bahwa kesehatan mental

⁹⁸ Muhammad Akbar, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 7 April 2026.

⁹⁹ Ali Hasibuan, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 8 April 2026.

tidak hanya terlihat dari kestabilan emosi, tetapi juga kemampuan membangun relasi sosial yang sehat dan mendukung akhlak positif.

d. Mampu Menyelesaikan Masalah dan Mengambil Keputusan Secara Rasional

Kemampuan menyelesaikan masalah dan mengambil keputusan secara rasional merupakan indikator penting kesehatan mental siswa, yang mencakup kemampuan menghadapi tekanan, berpikir tenang, mempertimbangkan akibat tindakan, dan mencari solusi yang tepat. Siswa yang sehat secara mental tidak mudah larut dalam masalah dan mampu mengambil keputusan secara bijak tanpa didominasi emosi. Hasil observasi (10 Maret–10 April 2026) menunjukkan sebagian besar siswa baik dalam menghadapi masalah, terlihat dari penyelesaian konflik melalui komunikasi, meminta arahan guru, dan kesadaran mencari bantuan, meskipun masih ada siswa yang membutuhkan pendampingan.¹⁰⁰ Berdasarkan wawancara dengan Jahrona Sinaga, S.Pd selaku Kepala Sekolah, beliau menyampaikan:

“Secara umum, siswa mampu menghadapi masalah yang mereka alami, baik dalam aspek pembelajaran maupun pergaulan dengan teman. Ketika menghadapi permasalahan, siswa umumnya dibimbing untuk menyelesaikannya melalui komunikasi yang baik, bukan dengan emosi. Hal ini menunjukkan bahwa perkembangan penyesuaian diri siswa berada pada kategori baik.”¹⁰¹

¹⁰⁰ Observasi Peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 10 Maret–10 April 2026.

¹⁰¹ Ibu Jahrona Sinaga, kepala sekolah, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 15 Maret 2026.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kemampuan menyelesaikan masalah pada siswa telah berkembang melalui pembinaan dan lingkungan sekolah yang mendukung. Hal senada disampaikan Gesman Hutaauruk, S.Th selaku Wakil Kepala Sekolah bidang Kesiswaan. Beliau menyampaikan:

“Sebagian besar siswa jika menghadapi persoalan biasanya mau diarahkan. Mereka cenderung bisa diajak musyawarah dan mencari solusi bersama. Ini menunjukkan mereka mulai memiliki kemampuan mengambil keputusan secara lebih dewasa.”¹⁰²

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kemampuan pemecahan masalah siswa berkembang melalui proses pembinaan dan pendampingan. Guru BK Juliana Hasibuan, S.Pd juga menyampaikan:

“Dalam layanan konseling terlihat banyak siswa yang mulai mampu mengenali masalah dan mencari solusi. Ada yang datang berkonsultasi, ada yang terbuka menceritakan persoalannya, ini menunjukkan kesadaran dalam menyelesaikan masalah.”¹⁰³

Pernyataan ini menunjukkan bahwa kemampuan problem solving menjadi salah satu ciri kesehatan mental yang baik. Guru PAI Ahmad Munir Silalahi, S.Pd juga menyampaikan:

“Siswa yang kondisi mentalnya baik biasanya lebih bijak menghadapi persoalan, tidak mudah terbawa emosi, dan mampu mempertimbangkan mana yang baik untuk dilakukan.”¹⁰⁴

¹⁰² Bapak Gesman Hutaauruk, wakil kepala sekolah, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 17 Maret 2026.

¹⁰³ Ibu Juliana Hasibuan, guru BK, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 1 April 2026.

¹⁰⁴ Bapak Ahmad Munir Silalahi, guru PAI, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 3 April 2026.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kemampuan mengambil keputusan rasional juga berkaitan erat dengan pembentukan akhlak. Hasil wawancara dengan peserta didik juga memperkuat temuan ini. Zaskia Azzahra menyampaikan:

“Kalau saya menghadapi masalah biasanya saya mencoba tenang dulu, baru berpikir bagaimana menyelesaikannya. Kalau tidak bisa sendiri biasanya saya minta saran guru.”¹⁰⁵

Meisjarah Putri juga menyampaikan:

“Kalau ada masalah saya biasanya tidak langsung bertindak karena emosi. Saya pikirkan dulu dan biasanya cerita ke orang yang saya percaya.”¹⁰⁶

Agustina Putri menyatakan:

“Saya berusaha kalau ada kesulitan jangan dipendam sendiri. Biasanya saya cari solusi atau minta arahan guru supaya masalahnya tidak makin berat.”¹⁰⁷

Muhammad Akbar juga mengatakan:

“Kalau ada konflik dengan teman saya lebih suka dibicarakan baik-baik daripada diperbesar.”¹⁰⁸

Ali Hasibuan menyampaikan:

“Kalau menghadapi tekanan saya berusaha tetap tenang dan berpikir dulu sebelum mengambil keputusan.”¹⁰⁹

¹⁰⁵ Zaskia Azzahra, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 16 Maret 2026.

¹⁰⁶ Meisjarah Putri, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 16 Maret 2026.

¹⁰⁷ Agustina Putri, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 6 April 2026.

¹⁰⁸ Muhammad Akbar, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 7 April 2026.

¹⁰⁹ Ali Hasibuan, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 8 April 2026.

Dari hasil wawancara tersebut terlihat bahwa siswa cukup memiliki kemampuan menyelesaikan masalah dan mengambil keputusan secara rasional. Mereka menunjukkan kesadaran mencari solusi, mempertimbangkan tindakan, dan tidak semata mengikuti dorongan emosi.

Dengan demikian, indikator kemampuan menyelesaikan masalah dan mengambil keputusan secara rasional dalam penelitian ini menunjukkan kondisi kesehatan mental siswa yang baik dan berpengaruh terhadap pembentukan perilaku positif.

e. Memiliki Motivasi Belajar dan Sikap Positif terhadap Tugas

Motivasi belajar dan sikap positif terhadap tugas merupakan indikator kesehatan mental yang berkaitan dengan semangat belajar, tanggung jawab, kedisiplinan, dan kesiapan siswa dalam menjalankan kewajibannya. Siswa dengan kesehatan mental baik umumnya antusias belajar, memiliki dorongan berkembang, dan memandang tugas sebagai tanggung jawab. Hasil observasi (10 Maret–10 April 2026) menunjukkan motivasi belajar siswa kategori baik, terlihat dari keaktifan, keterlibatan diskusi, kedisiplinan, dan kehadiran yang tertib, meskipun masih ada sebagian siswa yang mengalami tekanan akademik.¹¹⁰ Berdasarkan wawancara dengan Jahrona Sinaga, S.Pd selaku Kepala Sekolah, beliau menyampaikan:

“Sebagian besar siswa memiliki motivasi belajar yang baik. Hal ini terlihat dari kesungguhan mereka dalam mengikuti

¹¹⁰ Observasi Peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 10 Maret–10 April 2026.

pembelajaran serta tanggung jawab terhadap tugas yang diberikan.”¹¹¹

Pernyataan ini menunjukkan bahwa motivasi belajar berkaitan erat dengan kondisi psikologis siswa. Hal senada juga disampaikan Gesman Hutaaruk, S.Th, beliau menyampaikan:

“Siswa yang sehat secara mental biasanya punya semangat belajar yang lebih baik. Mereka lebih bertanggung jawab dan tidak mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan.”¹¹²

Pernyataan tersebut menunjukkan motivasi belajar menjadi salah satu cerminan kesejahteraan psikologis siswa. Guru BK Juliana Hasibuan, S.Pd menyampaikan:

“Siswa yang kondisi mentalnya baik biasanya lebih konsisten belajar, lebih bertanggung jawab, dan tidak mudah kehilangan semangat ketika menghadapi tekanan akademik.”¹¹³

Pernyataan ini menunjukkan bahwa motivasi belajar juga dapat menjadi indikator untuk melihat kesehatan mental siswa. Guru PAI Ahmad Munir Silalahi, S.Pd juga menyampaikan:

“Ketika siswa memiliki kesehatan mental baik, mereka lebih mudah menerima pembelajaran, lebih antusias, dan lebih bertanggung jawab terhadap tugas-tugasnya.”¹¹⁴

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa motivasi belajar memiliki hubungan dengan pembentukan karakter siswa. Hasil

¹¹¹ Ibu Jahrona Sinaga, kepala sekolah, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 15 Maret 2026.

¹¹² Bapak Gesman Hutaaruk, wakil kepala sekolah, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 17 Maret 2026.

¹¹³ Ibu Juliana Hasibuan, guru BK, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 1 April 2026.

¹¹⁴ Bapak Ahmad Munir Silalahi, guru PAI, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 3 April 2026.

wawancara dengan peserta didik juga memperkuat hal ini. Zaskia

Azzahra menyampaikan:

“Kalau kondisi pikiran tenang saya lebih semangat belajar. Saya juga berusaha bertanggung jawab menyelesaikan tugas.”¹¹⁵

Meisyarah Putri mengatakan:

“Kalau saya merasa nyaman dan mental baik biasanya belajar lebih fokus dan tugas terasa lebih ringan dijalankan.”¹¹⁶

Agustina Putri menyatakan:

“Saya berusaha tetap semangat belajar walaupun kadang tugas banyak. Kalau pikiran tenang biasanya lebih mudah menjalankannya.”¹¹⁷

Muhammad Akbar juga menyampaikan:

“Menurut saya kalau mental kita baik, belajar lebih fokus dan tidak gampang menyerah kalau ada kesulitan.”¹¹⁸

Ali Hasibuan mengatakan:

“Saya merasa kondisi mental sangat berpengaruh pada semangat belajar. Kalau pikiran tenang kita lebih bertanggung jawab terhadap tugas.”¹¹⁹

Pernyataan-pernyataan tersebut menunjukkan bahwa siswa memiliki kesadaran tentang hubungan kondisi mental dengan motivasi belajar.

¹¹⁵ Zaskia Azzahra, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 16 Maret 2026.

¹¹⁶ Meisyarah Putri, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 16 Maret 2026.

¹¹⁷ Agustina Putri, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 6 April 2026.

¹¹⁸ Muhammad Akbar, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 7 April 2026.

¹¹⁹ Ali Hasibuan, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 8 April 2026.

Berdasarkan hasil wawancara tersebut dapat dipahami bahwa motivasi belajar dan sikap positif terhadap tugas siswa secara umum berada dalam kondisi baik. Siswa menunjukkan tanggung jawab, disiplin, semangat belajar, dan ketekunan yang baik sebagai bagian dari indikator kesehatan mental.

Dengan demikian, indikator motivasi belajar dan sikap positif terhadap tugas menunjukkan bahwa kesehatan mental siswa berperan penting dalam mendukung tanggung jawab akademik, kedisiplinan, dan pembentukan perilaku positif di sekolah.

f. Memiliki Sikap Spiritual dan Moral yang Baik

Sikap spiritual dan moral yang baik merupakan indikator penting kesehatan mental karena tidak hanya berkaitan dengan emosi, cara berpikir, dan hubungan sosial, tetapi juga nilai batin yang membentuk perilaku. Pada siswa, hal ini terlihat dari sikap religius, ibadah, sopan santun, tanggung jawab, kejujuran, dan kesabaran sesuai nilai agama dan norma. Hasil observasi (10 Maret–10 April 2026) menunjukkan sikap spiritual dan moral siswa kategori baik, ditandai dengan sopan santun, kepatuhan aturan, kegiatan keagamaan, serta sikap saling menghargai, meskipun masih perlu penguatan disiplin dan nilai moral.¹²⁰ Berdasarkan wawancara dengan Jahrona Sinaga, S.Pd selaku Kepala Sekolah, beliau menyampaikan:

¹²⁰ Observasi Peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 10 Maret–10 April 2026.

“Pembinaan kesehatan mental dan pembinaan akhlak pada dasarnya saling berkaitan. Siswa yang kondisi mentalnya baik biasanya lebih mudah menunjukkan perilaku sopan, disiplin, dan bertanggung jawab. Secara umum siswa di sekolah ini menunjukkan perkembangan akhlak yang baik.”¹²¹

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kondisi psikologis yang sehat berpengaruh terhadap terbentuknya sikap spiritual dan moral siswa. Hal senada disampaikan oleh Gesman Hutaeruk, S.Th selaku Wakil Kepala Sekolah bidang Kesiswaan. Beliau menyampaikan:

“Sikap spiritual dan moral siswa baik. Hal itu terlihat dari kebiasaan menghormati guru, kepatuhan terhadap aturan, dan keterlibatan dalam kegiatan pembinaan akhlak. Ini menjadi indikator bahwa siswa memiliki perkembangan mental dan karakter yang cukup positif.”¹²²

Pernyataan tersebut menunjukkan adanya hubungan erat antara kesehatan mental dan pembentukan moral siswa. Guru BK Juliana Hasibuan, S.Pd juga menyampaikan:

“Dalam pendampingan siswa terlihat bahwa kondisi mental yang baik biasanya berpengaruh terhadap perilaku. Siswa lebih mampu mengontrol sikap, lebih sabar, lebih menghargai orang lain, dan lebih mudah dibimbing.”¹²³

Pernyataan ini menunjukkan bahwa perkembangan moral siswa tidak terlepas dari kondisi kesehatan mental mereka. Hal yang

¹²¹ Ibu Jahrona Sinaga, kepala sekolah, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 15 Maret 2026.

¹²² Bapak Gesman Hutaeruk, wakil kepala sekolah, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 17 Maret 2026.

¹²³ Ibu Juliana Hasibuan, guru BK, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 1 April 2026.

sama diperkuat oleh Ahmad Munir Silalahi, S.Pd selaku guru PAI.

Beliau menyampaikan:

“Siswa yang mentalnya sehat umumnya lebih mudah menerima nilai-nilai agama, lebih disiplin dalam sikap, dan lebih menunjukkan akhlak yang baik. Kesehatan mental sangat mendukung pembentukan perilaku religius dan moral.”¹²⁴

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa aspek spiritual dan moral merupakan bagian integral dari kesehatan mental siswa. Hasil wawancara dengan peserta didik juga memperkuat temuan tersebut.

Zaskia Azzahra menyampaikan:

“Saya merasa pembinaan di sekolah membuat saya lebih berusaha menjaga sikap, lebih disiplin, dan lebih menghormati guru maupun teman.”¹²⁵

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa pembinaan sekolah berpengaruh terhadap perkembangan akhlak siswa. Meisyarah Putri menyampaikan:

“Kalau kondisi hati tenang biasanya saya lebih mudah bersikap sabar, menghargai orang lain, dan berusaha menjaga perilaku.”¹²⁶

Pernyataan ini menunjukkan adanya hubungan antara keseimbangan psikologis dengan perilaku moral. Agustina Putri juga menyatakan:

¹²⁴ Bapak Ahmad Munir Silalahi, guru PAI, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 3 April 2026.

¹²⁵ Zaskia Azzahra, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 16 Maret 2026.

¹²⁶ Meisyarah Putri, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 16 Maret 2026.

“Setelah mengikuti pembinaan di sekolah saya merasa lebih berusaha menjaga ucapan, menghormati guru, dan menerapkan perilaku yang baik.”¹²⁷

Pernyataan ini menunjukkan perkembangan kesadaran moral siswa sebagai bagian dari kesehatan mental yang positif.

Muhammad Akbar menyampaikan:

“Menurut saya kalau pikiran tenang, kita lebih mudah menjaga sikap, tidak mudah emosi, dan lebih bisa berbuat baik kepada orang lain.”¹²⁸

Pernyataan tersebut menunjukkan hubungan antara kestabilan mental dengan pembentukan perilaku positif. Ali Hasibuan juga mengatakan:

“Lingkungan sekolah cukup membantu saya menjadi lebih baik. Ada pembiasaan positif dan guru juga memberi contoh yang baik sehingga kami berusaha menjaga akhlak.”¹²⁹

Pernyataan ini menunjukkan bahwa sikap spiritual dan moral siswa dipengaruhi oleh lingkungan pendidikan serta tercermin dalam perilaku sopan, disiplin, saling menghormati, dan kepedulian sosial sebagai bagian dari kesehatan mental. Namun, pembentukannya masih menghadapi tantangan seperti pengaruh luar sekolah, teknologi, dan perbedaan karakter siswa, sehingga tetap memerlukan pembinaan berkelanjutan dari sekolah, guru, dan keluarga. Dengan demikian, indikator ini menegaskan bahwa

¹²⁷ Agustina Putri, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 6 April 2026.

¹²⁸ Muhammad Akbar, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 7 April 2026.

¹²⁹ Ali Hasibuan, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 8 April 2026.

kesehatan mental siswa tidak hanya mencakup aspek emosional dan sosial, tetapi juga berkaitan erat dengan pembentukan akhlak, nilai religius, dan perilaku positif dalam kehidupan sehari-hari.

2. Faktor yang Mempengaruhi Pembentukan Akhlak Berbasis Kesehatan Mental di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan

a. Faktor Eksternal

Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri siswa yang turut memengaruhi pembentukan akhlak berbasis kesehatan mental. Faktor ini berkaitan dengan potensi dasar individu, kondisi psikologis, karakter bawaan, serta dorongan kesadaran dalam diri siswa. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti pada tanggal 10 Maret 2026 sampai 10 April 2026, ditemukan bahwa pembentukan akhlak siswa tidak hanya dipengaruhi pembinaan dari luar, tetapi juga dipengaruhi kondisi internal siswa yang berkaitan dengan fitrah, kepribadian, kesehatan mental, serta motivasi diri.¹³⁰ Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, faktor internal tersebut dapat diuraikan sebagai berikut:

1) Potensi fitrah sejak lahir

Potensi fitrah merupakan kecenderungan dasar yang dimiliki setiap individu untuk menerima nilai-nilai kebaikan dan kebenaran. Dalam pembentukan akhlak berbasis kesehatan

¹³⁰ Observasi Peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 10 Maret–10 April 2026.

mental, fitrah menjadi landasan awal bagi siswa untuk menerima pembinaan moral, keagamaan, dan perilaku positif.

Berdasarkan hasil observasi, sebagian besar siswa menunjukkan kecenderungan dasar untuk berbuat baik, seperti menghormati guru, menjaga sopan santun, dan menunjukkan kepedulian terhadap sesama. Hal ini menunjukkan adanya potensi fitrah yang berkembang melalui proses pendidikan.¹³¹

Berdasarkan wawancara dengan Kepala Sekolah Jahrona Sinaga, S.Pd, beliau menyampaikan:

"Pada dasarnya setiap anak memiliki potensi untuk berbuat baik. Tugas pendidikan adalah mengarahkan dan membina potensi itu agar berkembang menjadi akhlak yang baik."¹³²

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa fitrah menjadi dasar awal dalam pembentukan akhlak siswa dan memerlukan pembinaan agar berkembang secara optimal. Hal senada juga disampaikan Juliana Hasibuan, S.Pd selaku guru BK:

"Setiap siswa sebenarnya memiliki sisi positif dalam dirinya. Melalui pembinaan dan pendampingan, potensi itu bisa tumbuh menjadi perilaku yang baik."¹³³

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa potensi fitrah siswa berkembang melalui bimbingan dan lingkungan

¹³¹ Observasi Peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 10 Maret–10 April 2026.

¹³² Ibu Jahrona Sinaga, kepala sekolah, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 15 Maret 2026.

¹³³ Ibu Juliana Hasibuan, guru BK, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 1 April 2026.

pendidikan yang mendukung. Selanjutnya Ahmad Munir Silalahi, S.Pd selaku guru PAI menyampaikan:

"Dalam setiap anak ada fitrah untuk menerima kebaikan. Ketika dibimbing dengan nilai agama dan akhlak, fitrah itu akan berkembang."¹³⁴

Pernyataan ini menunjukkan bahwa nilai keagamaan menjadi sarana penting dalam menguatkan potensi fitrah menuju pembentukan akhlak. Hal yang sama diungkapkan Zaskia Azzahra:

"Dari kecil memang diajarkan berbuat baik, menghormati guru dan orang tua, jadi itu sudah terbiasa."¹³⁵

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa fitrah yang didukung pembiasaan sejak dini berkontribusi terhadap terbentuknya akhlak siswa. Berdasarkan hasil wawancara tersebut dapat dipahami bahwa potensi fitrah sejak lahir merupakan salah satu faktor internal yang memengaruhi pembentukan akhlak siswa.

2) Kepribadian dan karakter bawaan

Kepribadian dan karakter bawaan merupakan faktor internal yang turut memengaruhi pembentukan akhlak siswa, karena setiap siswa memiliki temperamen dan kecenderungan

¹³⁴ Bapak Ahmad Munir Silalahi, guru PAI, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 3 April 2026.

¹³⁵ Zaskia Azzahra, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 16 Maret 2026.

perilaku yang berbeda dalam merespons pembinaan maupun lingkungan sosial.

Berdasarkan hasil observasi ditemukan bahwa siswa memiliki karakter yang beragam. Ada siswa yang mudah diarahkan dan disiplin, namun ada pula yang membutuhkan pendekatan khusus dalam pembinaan akhlak.¹³⁶ Berdasarkan wawancara dengan Jahrona Sinaga, S.Pd, beliau menyampaikan:

"Setiap siswa memiliki karakter berbeda. Ada yang cepat menerima pembinaan, ada yang perlu pendekatan lebih khusus. Karakter ini memengaruhi proses pembentukan akhlaknya."¹³⁷

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa karakter bawaan berpengaruh terhadap keberhasilan pembinaan akhlak siswa. Hal senada disampaikan Juliana Hasibuan, S.Pd:

"Karakter bawaan siswa memengaruhi cara mereka merespons masalah, tekanan, dan pembinaan."¹³⁸

Pernyataan ini menunjukkan bahwa karakter siswa berkaitan erat dengan kondisi psikologis serta perilaku mereka sehari-hari. Selanjutnya Ahmad Munir Silalahi, S.Pd menjelaskan:

"Anak yang karakternya tenang biasanya lebih mudah dibina, sementara yang temperamental butuh pendekatan berbeda."¹³⁹

¹³⁶ Observasi Peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 10 Maret–10 April 2026.

¹³⁷ Ibu Jahrona Sinaga, kepala sekolah, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 15 Maret 2026.

¹³⁸ Ibu Juliana Hasibuan, guru BK, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 1 April 2026.

¹³⁹ Bapak Ahmad Munir Silalahi, guru PAI, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 3 April 2026.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa perbedaan karakter menuntut bentuk pembinaan akhlak yang juga berbeda. Meisjarah Putri menyampaikan:

"Setiap orang beda sifatnya, jadi cara menyikapi masalah dan menjaga sikap juga beda-beda."¹⁴⁰

Pernyataan tersebut memperkuat bahwa karakter bawaan menjadi salah satu faktor yang memengaruhi pembentukan akhlak siswa. Berdasarkan temuan tersebut dapat dipahami bahwa kepribadian dan karakter bawaan memiliki pengaruh terhadap pembentukan akhlak berbasis kesehatan mental.s

3) Kesehatan mental dan emosional

Kesehatan mental dan emosional merupakan faktor penting dalam pembentukan akhlak siswa, karena kondisi psikologis yang stabil berpengaruh terhadap pengendalian diri, perilaku, dan kemampuan siswa menjalankan nilai-nilai akhlak.

Berdasarkan hasil observasi ditemukan bahwa siswa dengan kondisi mental yang baik cenderung lebih tenang, disiplin, dan mudah menerima pembinaan.¹⁴¹ Berdasarkan wawancara dengan Jahrona Sinaga, S.Pd, beliau menyampaikan:

"Kondisi mental siswa sangat berpengaruh terhadap perilaku mereka. Kalau mentalnya baik biasanya lebih mudah menjaga sikap dan menerima pembinaan."¹⁴²

¹⁴⁰ Meisjarah Putri, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 16 Maret 2026.

¹⁴¹ Observasi Peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 10 Maret–10 April 2026.

¹⁴² Ibu Jahrona Sinaga, kepala sekolah, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 15 Maret 2026.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kesehatan mental berkontribusi langsung terhadap pembentukan akhlak siswa. Hal senada disampaikan Juliana Hasibuan, S.Pd:

"Kesehatan mental berkaitan langsung dengan perilaku siswa. Kalau emosinya stabil biasanya lebih mudah mengontrol diri dan berakhlak baik."¹⁴³

Pernyataan ini menunjukkan bahwa kestabilan emosi menjadi bagian penting dalam mendukung perilaku moral siswa.

Selanjutnya Ahmad Munir Silalahi, S.Pd menjelaskan:

"Mental yang sehat sangat mendukung pembentukan akhlak, karena siswa lebih sabar, lebih tenang, dan lebih mudah diarahkan."¹⁴⁴

Pernyataan tersebut menunjukkan adanya hubungan erat antara kesehatan mental dan pembentukan akhlak siswa. Hal yang sama disampaikan Muhammad Akbar:

"Kalau pikiran tenang biasanya lebih mudah menjaga emosi dan sikap terhadap orang lain."¹⁴⁵

Pernyataan ini memperkuat bahwa kondisi psikologis yang baik mendukung kemampuan siswa menjaga akhlak dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian dapat dipahami bahwa kesehatan mental dan emosional menjadi faktor internal yang sangat memengaruhi pembentukan akhlak siswa.

¹⁴³ Ibu Juliana Hasibuan, guru BK, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 1 April 2026.

¹⁴⁴ Bapak Ahmad Munir Silalahi, guru PAI, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 3 April 2026.

¹⁴⁵ Muhammad Akbar, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 7 April 2026.

4) Motivasi dan kesadaran diri

Motivasi dan kesadaran diri merupakan dorongan internal yang menentukan keberhasilan pembentukan akhlak siswa. Pembinaan akhlak akan lebih efektif apabila muncul kemauan dari dalam diri siswa untuk berubah dan memperbaiki diri.

Berdasarkan hasil observasi, terlihat bahwa siswa yang memiliki motivasi dan kesadaran diri cenderung lebih disiplin, bertanggung jawab, dan konsisten dalam menjaga perilaku.¹⁴⁶ Berdasarkan wawancara dengan Jahrona Sinaga, S.Pd, beliau menyampaikan:

"Pembentukan akhlak tidak hanya karena aturan sekolah, tetapi juga karena kesadaran siswa sendiri untuk berubah menjadi lebih baik."¹⁴⁷

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kesadaran diri menjadi fondasi penting dalam keberhasilan pembentukan akhlak. Hal senada disampaikan Juliana Hasibuan, S.Pd:

"Kalau siswa punya motivasi memperbaiki diri, pembinaan akhlak biasanya lebih mudah berhasil."¹⁴⁸

Pernyataan ini menunjukkan bahwa motivasi internal menjadi pendorong siswa dalam menerima pembinaan akhlak. Selanjutnya Ahmad Munir Silalahi, S.Pd menjelaskan:

¹⁴⁶ Observasi Peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 10 Maret–10 April 2026.

¹⁴⁷ Ibu Jahrona Sinaga, kepala sekolah, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 15 Maret 2026.

¹⁴⁸ Ibu Juliana Hasibuan, guru BK, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 1 April 2026.

"Kesadaran diri sangat penting dalam pembentukan akhlak, karena perubahan yang berasal dari dalam diri biasanya lebih kuat."¹⁴⁹

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa perubahan yang lahir dari kesadaran pribadi cenderung lebih bertahan. Hal yang sama disampaikan Ali Hasibuan:

"Kalau dari diri sendiri sudah ada niat berbuat baik, biasanya lebih mudah menjaga sikap."¹⁵⁰

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kemauan pribadi siswa menjadi dasar penting dalam menjaga konsistensi perilaku yang baik. Dengan demikian dapat dipahami bahwa motivasi dan kesadaran diri menjadi salah satu faktor internal yang memengaruhi pembentukan akhlak berbasis kesehatan mental siswa.

b. Faktor Internal

Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar diri siswa yang turut memengaruhi pembentukan akhlak berbasis kesehatan mental. Faktor ini berkaitan dengan lingkungan keluarga, sekolah, teman sebaya, budaya masyarakat, serta perkembangan media dan teknologi yang menjadi bagian dari kehidupan siswa. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti, ditemukan bahwa pembentukan akhlak siswa tidak hanya dipengaruhi oleh

¹⁴⁹ Bapak Ahmad Munir Silalahi, guru PAI, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 3 April 2026.

¹⁵⁰ Ali Hasibuan, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 8 April 2026.

kondisi internal, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh lingkungan eksternal yang membentuk kebiasaan, sikap, dan perilaku siswa.¹⁵¹

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, faktor eksternal tersebut dapat diuraikan sebagai berikut:

1) Lingkungan keluarga

Lingkungan keluarga merupakan faktor eksternal pertama dan utama dalam pembentukan akhlak siswa. Keluarga menjadi tempat awal anak menerima pendidikan, pembiasaan, serta penanaman nilai moral dan agama yang menjadi dasar pembentukan akhlak.

Berdasarkan hasil observasi, terlihat bahwa siswa yang mendapatkan perhatian, pembinaan, dan pengawasan yang baik dari keluarga cenderung menunjukkan perilaku yang lebih disiplin, sopan, dan bertanggung jawab di sekolah. Berdasarkan wawancara dengan Kepala Sekolah Jahrona Sinaga, S.Pd, beliau menyampaikan:

"Pembentukan akhlak siswa banyak dipengaruhi oleh pendidikan dari rumah. Siswa yang mendapat pembinaan baik dari keluarga biasanya lebih mudah diarahkan di sekolah."¹⁵²

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa keluarga memiliki peran mendasar dalam membentuk karakter dan akhlak

¹⁵¹ Observasi Peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 10 Maret–10 April 2026.

¹⁵² Ibu Jahrona Sinaga, kepala sekolah, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 15 Maret 2026.

siswa. Hal senada disampaikan Juliana Hasibuan, S.Pd selaku guru BK:

"Latar belakang keluarga sangat memengaruhi perilaku siswa. Dukungan orang tua biasanya berpengaruh terhadap kestabilan mental dan sikap anak."¹⁵³

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa peran keluarga tidak hanya memengaruhi akhlak, tetapi juga berkaitan dengan kesehatan mental siswa. Selanjutnya Ahmad Munir Silalahi, S.Pd selaku guru PAI menyampaikan:

"Pembiasaan dari rumah seperti sopan santun, tanggung jawab, dan nilai agama sangat berpengaruh terhadap akhlak siswa di sekolah."¹⁵⁴

Pernyataan ini menunjukkan bahwa pembinaan keluarga menjadi fondasi penting bagi pembentukan akhlak siswa. Hal yang sama diungkapkan Muhammad Akbar:

"Orang tua banyak mengingatkan saya tentang adab dan sikap, jadi itu terbawa juga di sekolah."¹⁵⁵

Pernyataan tersebut memperkuat bahwa lingkungan keluarga menjadi salah satu faktor penting dalam pembentukan akhlak siswa. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi tersebut, dapat disimpulkan bahwa lingkungan keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk akhlak

¹⁵³ Ibu Juliana Hasibuan, guru BK, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 1 April 2026.

¹⁵⁴ Bapak Ahmad Munir Silalahi, guru PAI, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 3 April 2026.

¹⁵⁵ Muhammad Akbar, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 7 April 2026.

siswa melalui pembiasaan, keteladanan, dan pengawasan orang tua. Dukungan keluarga juga berpengaruh terhadap kestabilan mental siswa sehingga berdampak pada perilaku dan sikap mereka di sekolah. Dengan demikian, lingkungan keluarga menjadi faktor utama yang mendasari pembentukan akhlak berbasis kesehatan mental siswa.

2) Sekolah dan guru

Sekolah dan guru merupakan faktor eksternal yang memiliki pengaruh besar terhadap pembentukan akhlak siswa melalui pembelajaran, keteladanan, pembiasaan, dan pembinaan yang dilakukan secara berkelanjutan. Berdasarkan hasil observasi, terlihat bahwa budaya sekolah, tata tertib, kegiatan keagamaan, serta keteladanan guru menjadi bagian penting dalam membentuk perilaku siswa.¹⁵⁶ Berdasarkan wawancara dengan Jahrona Sinaga, S.Pd, beliau menyampaikan:

"Sekolah bukan hanya tempat belajar ilmu, tetapi juga tempat membina karakter dan akhlak siswa melalui pembiasaan dan keteladanan."¹⁵⁷

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa lingkungan sekolah berperan dalam membentuk perilaku dan nilai moral siswa. Hal senada disampaikan Juliana Hasibuan, S.Pd:

¹⁵⁶ Observasi Peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 10 Maret–10 April 2026.

¹⁵⁷ Ibu Jahrona Sinaga, kepala sekolah, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 15 Maret 2026.

"Guru memiliki pengaruh besar terhadap perilaku siswa, karena siswa banyak belajar dari contoh yang mereka lihat setiap hari."¹⁵⁸

Pernyataan ini menunjukkan bahwa keteladanan guru menjadi salah satu unsur penting dalam pembentukan akhlak.

Selanjutnya Ahmad Munir Silalahi, S.Pd menjelaskan:

"Pembinaan akhlak di sekolah tidak hanya melalui materi, tetapi juga melalui contoh, nasihat, dan pembiasaan."¹⁵⁹

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa sekolah berfungsi sebagai lingkungan pembinaan akhlak yang strategis.

Hal yang sama disampaikan Ali Hasibuan:

"Guru sering memberi contoh tentang disiplin, sopan santun, dan itu banyak memengaruhi perilaku kami."¹⁶⁰

Pernyataan tersebut memperkuat bahwa sekolah dan guru berperan besar dalam pembentukan akhlak siswa. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi tersebut, dapat disimpulkan bahwa sekolah dan guru memiliki peran yang sangat penting dalam pembentukan akhlak siswa melalui pembiasaan, keteladanan, serta pembinaan yang dilakukan secara berkelanjutan. Lingkungan sekolah yang kondusif dan sikap guru sebagai teladan turut membentuk perilaku, kedisiplinan, serta nilai moral siswa dalam kehidupan sehari-hari. Dengan

¹⁵⁸ Ibu Juliana Hasibuan, guru BK, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 1 April 2026.

¹⁵⁹ Bapak Ahmad Munir Silalahi, guru PAI, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 3 April 2026.

¹⁶⁰ Ali Hasibuan, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 8 April 2026.

demikian, sekolah dan guru menjadi faktor eksternal yang sangat berpengaruh dalam pembentukan akhlak berbasis kesehatan mental siswa.

3) Teman sebaya (peer group)

Teman sebaya merupakan faktor eksternal yang cukup kuat memengaruhi pembentukan akhlak siswa, terutama karena pada masa remaja siswa cenderung banyak berinteraksi dan belajar dari lingkungan pertemanan. Berdasarkan hasil observasi, terlihat bahwa pergaulan siswa memberi pengaruh terhadap kebiasaan, sikap, dan perilaku, baik dalam bentuk positif maupun negatif.¹⁶¹ Berdasarkan wawancara dengan Jahrona Sinaga, S.Pd, beliau menyampaikan:

"Lingkungan teman sangat berpengaruh karena siswa cenderung meniru kelompok pergaulannya."¹⁶²

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa teman sebaya memiliki kontribusi besar terhadap pembentukan perilaku siswa.

Hal senada disampaikan Juliana Hasibuan, S.Pd:

"Pergaulan yang positif dapat mendukung perkembangan siswa secara optimal, sedangkan lingkungan pergaulan yang tidak kondusif berpotensi memberikan pengaruh negatif terhadap pembentukan akhlak siswa."¹⁶³

¹⁶¹ Observasi Peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 10 Maret–10 April 2026.

¹⁶² Ibu Jahrona Sinaga, kepala sekolah, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 15 Maret 2026.

¹⁶³ Ibu Juliana Hasibuan, guru BK, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 1 April 2026.

Pernyataan ini menunjukkan bahwa teman sebaya dapat menjadi faktor pendukung maupun tantangan dalam pembentukan akhlak. Selanjutnya Ahmad Munir Silalahi, S.Pd menjelaskan:

"Teman bergaul sering menjadi pengaruh kuat dalam sikap dan kebiasaan siswa."¹⁶⁴

Pernyataan tersebut menunjukkan pentingnya lingkungan pertemanan yang sehat dalam mendukung akhlak siswa. Meisyarah Putri juga menyampaikan:

"Kalau berteman dengan lingkungan yang baik biasanya ikut terdorong berperilaku baik juga."¹⁶⁵

Pernyataan tersebut memperkuat bahwa teman sebaya menjadi faktor yang memengaruhi pembentukan akhlak siswa. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi tersebut, dapat disimpulkan bahwa teman sebaya memiliki pengaruh yang cukup besar dalam pembentukan akhlak siswa, karena intensitas interaksi dalam pergaulan sehari-hari dapat membentuk kebiasaan dan sikap siswa. Lingkungan pertemanan yang positif dapat mendorong terbentuknya akhlak yang baik, sedangkan lingkungan pertemanan yang tidak kondusif berpotensi menjadi hambatan dalam proses pembinaan akhlak. Dengan demikian, teman sebaya merupakan salah satu faktor eksternal yang

¹⁶⁴ Bapak Ahmad Munir Silalahi, guru PAI, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 3 April 2026.

¹⁶⁵ Meisyarah Putri, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 16 Maret 2026.

memiliki pengaruh signifikan dalam pembentukan akhlak berbasis kesehatan mental siswa.

4) Lingkungan sosial dan budaya

Lingkungan sosial dan budaya turut menjadi faktor eksternal yang memengaruhi pembentukan akhlak siswa melalui norma, kebiasaan, dan nilai-nilai yang berkembang di masyarakat. Berdasarkan hasil observasi, ditemukan bahwa budaya sosial di lingkungan sekitar siswa turut memengaruhi cara siswa berperilaku dan memandang nilai moral.¹⁶⁶ Berdasarkan wawancara dengan Jahrona Sinaga, S.Pd, beliau menyampaikan:

"Lingkungan masyarakat dan budaya sekitar sangat berpengaruh terhadap sikap siswa karena banyak nilai yang terbentuk dari kebiasaan sosial."¹⁶⁷

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa lingkungan sosial berperan dalam membentuk pola perilaku siswa. Hal senada disampaikan Ahmad Munir Silalahi, S.Pd:

"Budaya yang baik biasanya mendukung pembentukan akhlak, karena siswa terbiasa hidup dengan nilai sopan santun dan penghormatan."¹⁶⁸

¹⁶⁶ Observasi Peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 10 Maret–10 April 2026.

¹⁶⁷ Ibu Jahrona Sinaga, kepala sekolah, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 15 Maret 2026.

¹⁶⁸ Bapak Ahmad Munir Silalahi, guru PAI, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 3 April 2026.

Pernyataan ini menunjukkan bahwa budaya masyarakat dapat memperkuat nilai akhlak siswa. Zaskia Azzahra juga menyampaikan:

"Lingkungan tempat tinggal juga memengaruhi kebiasaan dan sikap sehari-hari."¹⁶⁹

Pernyataan tersebut memperkuat bahwa lingkungan sosial dan budaya menjadi salah satu faktor pembentuk akhlak siswa. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi tersebut, dapat disimpulkan bahwa lingkungan sosial dan budaya memiliki pengaruh dalam pembentukan akhlak siswa melalui nilai, norma, dan kebiasaan yang berkembang di masyarakat. Lingkungan yang menjunjung tinggi sopan santun dan nilai moral akan memperkuat pembentukan akhlak yang baik pada siswa. Dengan demikian, lingkungan sosial dan budaya menjadi salah satu faktor eksternal yang berkontribusi dalam pembentukan akhlak berbasis kesehatan mental siswa.

5) Media dan teknologi

Media dan teknologi juga menjadi faktor eksternal yang memengaruhi pembentukan akhlak siswa, baik melalui dampak positif maupun negatif terhadap perilaku dan pola pikir siswa. Berdasarkan hasil observasi, penggunaan media sosial dan teknologi cukup berpengaruh terhadap cara siswa berinteraksi,

¹⁶⁹ Zaskia Azzahra, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 16 Maret 2026.

memperoleh informasi, dan membentuk kebiasaan.¹⁷⁰

Berdasarkan wawancara dengan Jahrona Sinaga, S.Pd, beliau menyampaikan:

"Teknologi memberi manfaat besar, tetapi tanpa pengawasan juga bisa memberi pengaruh negatif terhadap perilaku siswa."¹⁷¹

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa media dan teknologi memiliki pengaruh terhadap pembentukan akhlak siswa. Hal senada disampaikan Juliana Hasibuan, S.Pd:

"Media sosial dapat memberi pengaruh positif untuk belajar, tetapi juga bisa memengaruhi sikap siswa jika tidak digunakan secara bijak."¹⁷²

Pernyataan ini menunjukkan pentingnya kontrol dan pendampingan dalam penggunaan media dan teknologi.

Selanjutnya Ahmad Munir Silalahi, S.Pd menjelaskan:

"Teknologi dapat menjadi sarana dalam menanamkan nilai-nilai positif, namun juga berpotensi memberikan pengaruh negatif apabila tidak digunakan secara bijak dan tidak disertai dengan penyaringan informasi."¹⁷³

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa media dan teknologi memiliki dua sisi dalam pembentukan akhlak siswa.

Hal yang sama disampaikan Agustina Putri:

¹⁷⁰ Observasi Peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 10 Maret–10 April 2026.

¹⁷¹ Ibu Jahrona Sinaga, kepala sekolah, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 15 Maret 2026.

¹⁷² Ibu Juliana Hasibuan, guru BK, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 1 April 2026.

¹⁷³ Bapak Ahmad Munir Silalahi, guru PAI, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 3 April 2026.

"Media sosial bisa memberi banyak hal baik, tapi kita juga harus pandai memilih supaya tidak terpengaruh buruk."¹⁷⁴

Pernyataan tersebut memperkuat bahwa penggunaan teknologi secara bijak berpengaruh terhadap pembentukan akhlak siswa. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi tersebut, dapat disimpulkan bahwa media dan teknologi memiliki pengaruh yang cukup besar dalam pembentukan akhlak siswa, baik secara positif maupun negatif, tergantung pada cara penggunaannya. Penggunaan media sosial secara bijak dapat mendukung proses pembelajaran serta pembentukan perilaku yang positif, namun tanpa pengawasan yang memadai berpotensi memberikan dampak negatif terhadap akhlak siswa. Dengan demikian, media dan teknologi menjadi salah satu faktor eksternal yang perlu mendapat perhatian dalam pembentukan akhlak berbasis kesehatan mental siswa.

3. Peran Sekolah dalam Pembentuk Akhlak Siswa

a. Integrasi Nilai Akhlak dalam Kurikulum

Integrasi nilai akhlak dalam kurikulum menjadi salah satu bentuk peran sekolah dalam membentuk akhlak siswa melalui proses pembelajaran yang terarah dan berkesinambungan. Berdasarkan hasil observasi, ditemukan bahwa nilai-nilai akhlak tidak hanya diajarkan melalui mata pelajaran Pendidikan Agama

¹⁷⁴ Agustina Putri, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 6 April 2026.

Islam, tetapi juga diintegrasikan dalam berbagai kegiatan pembelajaran dan aktivitas sekolah sehari-hari. Guru berupaya menanamkan nilai kejujuran, disiplin, tanggung jawab, dan sopan santun dalam setiap proses belajar mengajar.¹⁷⁵

Berdasarkan wawancara dengan Jahrona Sinaga, S.Pd, beliau menyampaikan:

“Nilai akhlak selalu kami kaitkan dalam pembelajaran agar siswa tidak hanya memahami materi pelajaran, tetapi juga memiliki sikap dan perilaku yang baik.”¹⁷⁶

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa integrasi nilai akhlak dalam kurikulum dilakukan melalui penyisipan nilai moral dalam kegiatan pembelajaran. Hal senada disampaikan Ahmad Munir Silalahi, S.Pd:

“Dalam proses belajar, guru tidak hanya fokus pada pengetahuan, tetapi juga membiasakan siswa untuk disiplin, jujur, dan menghargai sesama.”¹⁷⁷

Pernyataan ini menunjukkan bahwa kurikulum berfungsi sebagai sarana untuk menanamkan nilai akhlak kepada siswa melalui pembiasaan sikap positif selama pembelajaran berlangsung.

Zaskia Azzahra juga menyampaikan:

“Guru sering mengingatkan kami untuk bersikap sopan dan bertanggung jawab saat belajar maupun di luar kelas.”¹⁷⁸

¹⁷⁵ Observasi Peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 10 Maret–10 April 2026.

¹⁷⁶ Ibu Jahrona Sinaga, kepala sekolah, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 15 Maret 2026.

¹⁷⁷ Bapak Ahmad Munir Silalahi, guru PAI, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 3 April 2026.

¹⁷⁸ Zaskia Azzahra, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 16 Maret 2026.

Pernyataan tersebut memperkuat bahwa integrasi nilai akhlak dalam kurikulum memberikan pengaruh terhadap perilaku siswa dalam kehidupan sehari-hari di lingkungan sekolah. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi tersebut, dapat disimpulkan bahwa integrasi nilai akhlak dalam kurikulum berperan penting dalam pembentukan akhlak siswa. Nilai-nilai moral yang ditanamkan melalui proses pembelajaran mampu membentuk sikap disiplin, tanggung jawab, dan sopan santun pada siswa. Dengan demikian, integrasi nilai akhlak dalam kurikulum menjadi salah satu upaya sekolah dalam membentuk akhlak siswa berbasis kesehatan mental.

b. Keteladanan Guru

Keteladanan guru menjadi salah satu faktor penting dalam pembentukan akhlak siswa karena guru merupakan sosok yang sering dijadikan panutan dalam lingkungan sekolah. Berdasarkan hasil observasi, ditemukan bahwa sikap dan perilaku guru dalam keseharian memberikan pengaruh terhadap cara siswa bersikap, berbicara, dan berinteraksi dengan orang lain. Guru tidak hanya berperan sebagai penyampai materi pelajaran, tetapi juga sebagai teladan dalam menunjukkan perilaku yang baik kepada siswa.¹⁷⁹ Berdasarkan wawancara dengan Jahrona Sinaga, S.Pd, beliau menyampaikan:

¹⁷⁹ Observasi Peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 10 Maret–10 April 2026.

“Guru harus memberikan contoh yang baik kepada siswa, karena siswa biasanya meniru sikap dan perilaku gurunya.”¹⁸⁰

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa keteladanan guru memiliki pengaruh dalam pembentukan akhlak siswa. Hal senada disampaikan Juliana Hasibuan, S.Pd:

“Sikap guru dalam berbicara, bersikap sopan, dan disiplin menjadi contoh yang sering diperhatikan oleh siswa.”¹⁸¹

Pernyataan ini menunjukkan bahwa perilaku guru sehari-hari dapat menjadi pembelajaran langsung bagi siswa dalam membentuk sikap dan akhlak yang baik. Selanjutnya Ahmad Munir Silalahi, S.Pd menjelaskan:

“Keteladanan guru sangat penting karena pendidikan akhlak tidak cukup hanya melalui nasihat, tetapi juga harus dibuktikan melalui tindakan nyata.”¹⁸²

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa contoh perilaku yang ditunjukkan guru menjadi bagian penting dalam proses pendidikan akhlak siswa. Hal yang sama disampaikan Agustina Putri:

“Guru yang ramah, disiplin, dan peduli membuat kami lebih mudah mencontoh perilaku yang baik.”¹⁸³

Pernyataan tersebut memperkuat bahwa keteladanan guru berpengaruh terhadap pembentukan sikap positif siswa di

¹⁸⁰ Ibu Jahrona Sinaga, kepala sekolah, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 15 Maret 2026.

¹⁸¹ Ibu Juliana Hasibuan, guru BK, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 1 April 2026.

¹⁸² Bapak Ahmad Munir Silalahi, guru PAI, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 3 April 2026.

¹⁸³ Agustina Putri, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 6 April 2026.

lingkungan sekolah. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi tersebut, dapat disimpulkan bahwa keteladanan guru memiliki peran penting dalam pembentukan akhlak siswa. Sikap disiplin, sopan santun, tanggung jawab, dan perilaku baik yang ditunjukkan guru mampu menjadi contoh nyata bagi siswa dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, keteladanan guru menjadi salah satu bentuk peran sekolah dalam membentuk akhlak siswa berbasis kesehatan mental.

c. Pembiasaan Melalui Program Sekolah

Pembiasaan melalui program sekolah menjadi salah satu bentuk peran sekolah dalam pembentukan akhlak siswa melalui kegiatan yang dilakukan secara rutin dan berkesinambungan. Berdasarkan hasil observasi, ditemukan bahwa sekolah melaksanakan berbagai program pembiasaan yang bertujuan menanamkan nilai disiplin, tanggung jawab, religius, dan sopan santun kepada siswa. Program-program tersebut dilakukan dalam aktivitas sehari-hari sehingga membantu siswa membentuk kebiasaan yang positif di lingkungan sekolah.¹⁸⁴ Berdasarkan wawancara dengan Jahrona Sinaga, S.Pd, beliau menyampaikan:

“Program pembiasaan di sekolah sangat membantu dalam membentuk karakter siswa karena dilakukan setiap hari secara terus-menerus.”

¹⁸⁴ Observasi Peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 10 Maret–10 April 2026.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa pembiasaan melalui program sekolah memiliki pengaruh terhadap pembentukan akhlak siswa. Hal senada disampaikan Juliana Hasibuan, S.Pd:

“Kegiatan seperti salam, doa bersama, menjaga kebersihan, dan disiplin waktu menjadi cara sekolah melatih siswa agar terbiasa berperilaku baik.”

Pernyataan ini menunjukkan bahwa program sekolah menjadi sarana dalam menanamkan nilai akhlak kepada siswa melalui kebiasaan positif. Selanjutnya Ahmad Munir Silalahi, S.Pd menjelaskan:

“Pembentukan akhlak akan lebih efektif jika siswa dibiasakan melakukan hal-hal baik secara rutin dalam kehidupan sekolah.”¹⁸⁵

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa pembiasaan yang dilakukan secara berulang dapat membantu membentuk perilaku positif pada siswa. Meisjarah Putri juga menyampaikan:

“Program sekolah membuat kami lebih terbiasa disiplin, menghormati guru, dan menjaga sikap dengan teman.”¹⁸⁶

Pernyataan tersebut memperkuat bahwa pembiasaan melalui program sekolah memberikan pengaruh terhadap perilaku siswa sehari-hari. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi tersebut, dapat disimpulkan bahwa pembiasaan melalui program sekolah memiliki peran penting dalam pembentukan akhlak siswa. Kegiatan yang dilakukan secara rutin mampu menanamkan nilai disiplin,

¹⁸⁵ Bapak Ahmad Munir Silalahi, guru PAI, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 3 April 2026.

¹⁸⁶ Meisjarah Putri, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 16 Maret 2026.

tanggung jawab, religius, dan sopan santun dalam kehidupan siswa.¹⁸⁷ Dengan demikian, pembiasaan melalui program sekolah menjadi salah satu bentuk peran sekolah dalam membentuk akhlak siswa berbasis kesehatan mental.

d. Lingkungan Sekolah yang Kondusif

Lingkungan sekolah yang kondusif menjadi salah satu bentuk peran sekolah dalam pembentukan akhlak siswa karena suasana sekolah yang nyaman, tertib, dan religius dapat mendukung perkembangan perilaku positif siswa. Berdasarkan hasil observasi, terlihat bahwa lingkungan sekolah yang bersih, disiplin, serta adanya hubungan yang baik antara guru dan siswa memberikan pengaruh terhadap sikap dan perilaku siswa dalam kehidupan sehari-hari di sekolah.¹⁸⁸ Berdasarkan wawancara dengan Jahrona Sinaga, S.Pd, beliau menyampaikan:

“Lingkungan sekolah yang baik dapat membantu siswa merasa nyaman sehingga lebih mudah diarahkan dalam pembentukan akhlak.”¹⁸⁹

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa suasana sekolah memiliki pengaruh terhadap pembentukan perilaku siswa. Hal senada disampaikan Juliana Hasibuan, S.Pd:

¹⁸⁷ Observasi Peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 10 Maret–10 April 2026.

¹⁸⁸ Observasi Peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 10 Maret–10 April 2026.

¹⁸⁹ Ibu Jahrona Sinaga, kepala sekolah, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 15 Maret 2026.

“Sekolah yang tertib, aman, dan penuh pembiasaan positif akan mendukung siswa untuk berperilaku disiplin dan sopan.”¹⁹⁰

Pernyataan ini menunjukkan bahwa lingkungan sekolah yang kondusif dapat menjadi sarana pembentukan nilai moral dan kedisiplinan siswa. Selanjutnya Ahmad Munir Silalahi, S.Pd menjelaskan:

“Lingkungan sekolah yang nyaman dan religius sangat membantu dalam menanamkan nilai akhlak kepada siswa melalui kebiasaan sehari-hari.”¹⁹¹

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kondisi lingkungan sekolah berperan penting dalam mendukung pembinaan akhlak siswa. Hal yang sama disampaikan Ali Hasibuan:

“Kalau lingkungan sekolah tertib dan guru-gurunya baik, kami juga jadi lebih nyaman dan terbiasa menjaga sikap.”¹⁹²

Pernyataan tersebut memperkuat bahwa lingkungan sekolah yang kondusif berpengaruh terhadap perilaku dan kebiasaan positif siswa. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi tersebut, dapat disimpulkan bahwa lingkungan sekolah yang kondusif memiliki peran penting dalam pembentukan akhlak siswa. Suasana sekolah yang aman, tertib, religius, dan penuh pembiasaan positif mampu membantu siswa membentuk sikap disiplin, sopan santun, serta

¹⁹⁰ Ibu Juliana Hasibuan, guru BK, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 1 April 2026.

¹⁹¹ Bapak Ahmad Munir Silalahi, guru PAI, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 3 April 2026.

¹⁹² Ali Hasibuan, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 8 April 2026.

tanggung jawab dalam kehidupan sehari-hari.¹⁹³ Dengan demikian, lingkungan sekolah yang kondusif menjadi salah satu bentuk peran sekolah dalam membentuk akhlak siswa berbasis kesehatan mental.

e. Penguatan Karakter melalui Pengawasan dan Bimbingan

Penguatan karakter melalui pengawasan dan bimbingan menjadi salah satu bentuk peran sekolah dalam pembentukan akhlak siswa. Melalui pengawasan dan bimbingan yang dilakukan secara berkelanjutan, sekolah dapat membantu siswa memahami perilaku yang baik serta mengarahkan mereka agar mampu menerapkan nilai-nilai akhlak dalam kehidupan sehari-hari. Berdasarkan hasil observasi, terlihat bahwa guru dan pihak sekolah secara aktif memberikan arahan, nasihat, serta pengawasan terhadap perilaku siswa baik di dalam maupun di luar kelas.¹⁹⁴ Berdasarkan wawancara dengan Kepala Sekolah Jahrona Sinaga, S.Pd, beliau menyampaikan:

“Pengawasan dan bimbingan sangat penting dilakukan agar siswa dapat terus diarahkan dalam membentuk perilaku dan akhlak yang baik.”¹⁹⁵

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa pengawasan menjadi bagian penting dalam proses pembentukan karakter siswa. Hal senada disampaikan Juliana Hasibuan, S.Pd selaku guru BK:

¹⁹³ Observasi Peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 10 Maret–10 April 2026.

¹⁹⁴ Observasi Peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 10 Maret–10 April 2026.

¹⁹⁵ Ibu Jahrona Sinaga, kepala sekolah, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 15 Maret 2026.

“Bimbingan kepada siswa dilakukan tidak hanya saat ada masalah, tetapi juga untuk membantu mereka memahami sikap dan perilaku yang baik.”¹⁹⁶

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa bimbingan yang diberikan sekolah berperan dalam membentuk kestabilan sikap dan perilaku siswa. Selanjutnya Ahmad Munir Silalahi, S.Pd selaku guru PAI menyampaikan:

“Penguatan karakter akan lebih efektif jika siswa terus dibimbing dan diingatkan tentang pentingnya disiplin, tanggung jawab, dan sopan santun.”¹⁹⁷

Pernyataan ini menunjukkan bahwa pengawasan dan pembinaan secara terus-menerus membantu siswa membiasakan diri dengan perilaku positif. Hal yang sama diungkapkan Muhammad Akbar:

“Guru sering menasihati dan mengingatkan kami jika melakukan kesalahan, jadi kami lebih memahami bagaimana harus bersikap.”¹⁹⁸

Pernyataan tersebut memperkuat bahwa pengawasan dan bimbingan dari guru memberikan pengaruh terhadap pembentukan akhlak siswa. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi tersebut, dapat disimpulkan bahwa penguatan karakter melalui pengawasan dan bimbingan memiliki peran penting dalam pembentukan akhlak siswa. Pengawasan yang dilakukan secara berkelanjutan serta

¹⁹⁶ Ibu Juliana Hasibuan, guru BK, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 1 April 2026.

¹⁹⁷ Bapak Ahmad Munir Silalahi, guru PAI, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 3 April 2026.

¹⁹⁸ Muhammad Akbar, siswa kelas X, wawancara langsung oleh peneliti, SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 7 April 2026.

bimbingan yang diberikan guru mampu membantu siswa memahami dan membiasakan perilaku yang baik dalam kehidupan sehari-hari.¹⁹⁹ Dengan demikian, penguatan karakter melalui pengawasan dan bimbingan menjadi salah satu bentuk peran sekolah dalam membentuk akhlak siswa berbasis kesehatan mental.

C. Pengolahan Analisis Data

1. Kondisi Kesehatan Mental Siswa di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, data menunjukkan bahwa kondisi kesehatan mental siswa secara umum berada pada kategori baik.²⁰⁰ Hal ini ditinjau dari enam indikator utama, yaitu kemampuan mengelola emosi, konsep diri dan kepercayaan diri, hubungan sosial, kemampuan menyelesaikan masalah, motivasi belajar, serta sikap spiritual dan moral.

- a. Pengelolaan emosi, data menunjukkan bahwa siswa sebagian besar mampu mengontrol emosi, bersikap tenang dalam menghadapi tekanan, serta mencari bantuan ketika mengalami stres. Meskipun demikian, masih ditemukan sebagian kecil siswa yang belum stabil secara emosional.
- b. Konsep diri dan kepercayaan diri, siswa cenderung memiliki pandangan positif terhadap diri sendiri, berani berpartisipasi dalam pembelajaran, dan cukup aktif dalam kegiatan sekolah. Namun,

¹⁹⁹ Observasi Peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 10 Maret–10 April 2026.

²⁰⁰ Observasi Peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 10 Maret–10 April 2026.

terdapat variasi tingkat kepercayaan diri, terutama pada siswa yang mengalami tekanan akademik.

- c. Hubungan sosial, data menunjukkan interaksi siswa tergolong baik, ditandai dengan sikap saling menghargai, kerja sama, empati, serta hubungan yang harmonis dengan guru dan teman. Konflik yang muncul bersifat ringan dan masih dapat diselesaikan melalui komunikasi.
- d. Kemampuan menyelesaikan masalah, siswa umumnya mampu menghadapi persoalan secara rasional, menghindari tindakan emosional, serta mencari solusi melalui diskusi atau bantuan guru. Hal ini menunjukkan perkembangan kemampuan problem solving yang baik.
- e. Motivasi belajar, siswa menunjukkan sikap positif terhadap pembelajaran, kedisiplinan, serta tanggung jawab terhadap tugas. Walaupun terdapat tekanan akademik pada sebagian siswa, secara umum motivasi belajar masih dalam kategori baik.
- f. Sikap spiritual dan moral, siswa menunjukkan perilaku religius, sopan santun, disiplin, serta kepedulian sosial yang baik. Namun, pengaruh lingkungan luar dan perkembangan teknologi masih menjadi tantangan dalam penguatan konsistensi perilaku moral siswa.

Dengan demikian, hasil analisis menunjukkan bahwa kesehatan mental siswa berada pada kategori baik, ditandai dengan dominasi

perilaku positif pada seluruh indikator. Meskipun demikian, masih diperlukan penguatan pembinaan terutama pada aspek kestabilan emosi, kepercayaan diri, dan konsistensi sikap moral melalui peran sekolah, guru, dan lingkungan keluarga.

2. Faktor yang Mempengaruhi Pembentukan Akhlak Berbasis Kesehatan Mental di SMA Negeri 4 Padangsidempuan

Berdasarkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi yang dilakukan peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidempuan, ditemukan bahwa pembentukan akhlak siswa berbasis kesehatan mental dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu faktor internal dan faktor eksternal.²⁰¹ Kedua faktor ini saling berkaitan dalam membentuk perilaku, sikap, serta kestabilan emosional siswa dalam kehidupan sehari-hari. Adapun hasil analisis data tersebut dapat diuraikan sebagai berikut:

a. Faktor Internal

Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri siswa yang memengaruhi pembentukan akhlak. Berdasarkan hasil penelitian, faktor internal ini terdiri dari beberapa aspek, yaitu:

1) Potensi fitrah sejak lahir

Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa memiliki kecenderungan dasar untuk menerima nilai-nilai kebaikan. Hal

²⁰¹ Observasi Peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 10 Maret–10 April 2026.

ini terlihat dari sikap hormat, sopan santun, dan kepedulian yang muncul dalam diri siswa, meskipun tetap membutuhkan pembinaan melalui proses pendidikan agar berkembang secara optimal.

2) Kepribadian dan karakter bawaan

Setiap siswa memiliki karakter yang berbeda-beda, sehingga dalam proses pembinaan akhlak juga menunjukkan respons yang berbeda. Ada siswa yang mudah diarahkan, namun ada pula yang membutuhkan pendekatan khusus dalam pembinaan sikap dan perilaku.

3) Kesehatan mental dan emosional

Kondisi psikologis siswa memiliki pengaruh terhadap pembentukan akhlak. Siswa yang memiliki kesehatan mental yang baik cenderung lebih mudah menerima arahan, mampu mengendalikan emosi, serta menunjukkan perilaku yang lebih positif dalam kehidupan sehari-hari.

4) Motivasi dan kesadaran diri

Motivasi dan kesadaran diri menjadi faktor penting dalam pembentukan akhlak siswa. Hal ini karena perubahan perilaku yang berasal dari kesadaran diri sendiri cenderung lebih kuat dan bertahan dalam jangka panjang dibandingkan paksaan dari luar.

b. Faktor Eksternal

Selain faktor internal, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa pembentukan akhlak siswa dipengaruhi oleh faktor dari luar diri siswa, yaitu:

1) Lingkungan keluarga

Keluarga merupakan faktor utama dalam pembentukan akhlak siswa karena orang tua menjadi teladan pertama dalam memberikan pembiasaan, pengawasan, serta penanaman nilai moral dan agama kepada anak.

2) Sekolah dan guru

Sekolah melalui proses pembelajaran serta keteladanan guru berperan penting dalam menanamkan nilai-nilai akhlak kepada siswa. Guru tidak hanya menyampaikan materi, tetapi juga menjadi contoh dalam sikap dan perilaku sehari-hari.

3) Teman sebaya (peer group)

Lingkungan pertemanan memiliki pengaruh yang cukup besar terhadap pembentukan akhlak siswa. Interaksi dengan teman sebaya dapat memberikan pengaruh positif maupun negatif terhadap perilaku dan kebiasaan siswa.

4) Lingkungan sosial dan budaya

Norma, nilai, serta budaya masyarakat sekitar turut memengaruhi pembentukan akhlak siswa. Lingkungan sosial yang baik akan mendukung terbentuknya akhlak yang baik, begitu juga sebaliknya.

5) Media dan teknologi

Media dan teknologi memberikan pengaruh terhadap pembentukan akhlak siswa, baik sebagai sarana pembelajaran nilai positif maupun sebagai tantangan apabila tidak digunakan secara bijak dan tanpa pengawasan.

Berdasarkan hasil analisis data tersebut, dapat dipahami bahwa pembentukan akhlak siswa berbasis kesehatan mental dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal yang saling berhubungan. Faktor internal berperan dalam membentuk kesiapan pribadi siswa dari dalam diri, sedangkan faktor eksternal berperan dalam memberikan pengaruh dari lingkungan yang membentuk dan mengarahkan perilaku siswa dalam kehidupan sehari-hari.

3. Peran Sekolah dalam Pembentukan Akhlak Siswa

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, data menunjukkan bahwa sekolah memiliki peran penting dalam pembentukan akhlak siswa melalui berbagai bentuk pembinaan yang dilakukan secara terarah dan berkelanjutan. Peran tersebut diwujudkan melalui integrasi nilai akhlak dalam pembelajaran, keteladanan guru, pembiasaan melalui program sekolah, lingkungan sekolah yang kondusif, serta penguatan karakter melalui pengawasan dan bimbingan.

- a. Integrasi nilai akhlak dalam kurikulum, data menunjukkan bahwa nilai-nilai akhlak telah diterapkan dalam proses pembelajaran melalui penanaman sikap disiplin, tanggung jawab, kejujuran, dan

sopan santun. Guru tidak hanya menyampaikan materi pelajaran, tetapi juga mengaitkan pembelajaran dengan nilai moral sehingga siswa terbiasa menerapkan perilaku positif dalam kehidupan sehari-hari.

- b. Keteladanan guru, data menunjukkan bahwa guru menjadi contoh penting dalam pembentukan akhlak siswa. Sikap disiplin, ramah, sopan, dan tanggung jawab yang ditunjukkan guru memberikan pengaruh terhadap perilaku siswa karena siswa cenderung meniru sikap dan tindakan yang mereka lihat setiap hari di lingkungan sekolah.
- c. Pembiasaan melalui program sekolah, data menunjukkan bahwa program-program sekolah seperti doa bersama, salam, menjaga kebersihan, kegiatan keagamaan, dan disiplin waktu membantu membentuk kebiasaan positif pada siswa. Pembiasaan yang dilakukan secara rutin mampu menanamkan nilai religius, kedisiplinan, dan rasa tanggung jawab dalam diri siswa.
- d. Lingkungan sekolah yang kondusif, data menunjukkan bahwa suasana sekolah yang aman, tertib, bersih, dan religius memberikan pengaruh positif terhadap pembentukan akhlak siswa. Hubungan yang baik antara guru dan siswa serta budaya sekolah yang mendukung membuat siswa lebih nyaman dan mudah diarahkan dalam berperilaku baik.

- e. Penguatan karakter melalui pengawasan dan bimbingan, data menunjukkan bahwa pengawasan dan bimbingan yang dilakukan guru secara berkelanjutan membantu siswa memahami perilaku yang baik dan menghindari perilaku negatif. Guru memberikan arahan, nasihat, serta pembinaan kepada siswa agar nilai-nilai akhlak dapat diterapkan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari.

Dengan demikian, hasil analisis menunjukkan bahwa sekolah memiliki peran yang sangat penting dalam pembentukan akhlak siswa. Peran tersebut terlihat melalui integrasi nilai akhlak dalam pembelajaran, keteladanan guru, pembiasaan positif, lingkungan sekolah yang kondusif, serta pengawasan dan bimbingan yang dilakukan secara berkelanjutan. Melalui berbagai upaya tersebut, sekolah berkontribusi dalam membentuk siswa yang memiliki perilaku baik, disiplin, bertanggung jawab, dan berakhlak mulia.

D. Pembahasan Hasil Penelitian

1. Kondisi Kesehatan Mental Siswa di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, data menunjukkan bahwa kondisi kesehatan mental siswa secara umum berada pada kategori baik. Hal ini ditinjau dari enam indikator utama, yaitu kemampuan mengelola emosi, konsep diri dan kepercayaan diri, hubungan sosial, kemampuan menyelesaikan masalah, motivasi belajar,

serta sikap spiritual dan moral.²⁰² Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa kesehatan mental siswa berhubungan erat dengan stabilitas emosi, motivasi belajar, dan interaksi sosial di lingkungan sekolah.²⁰³

Pada aspek pengelolaan emosi, siswa sebagian besar mampu mengontrol emosi, bersikap tenang dalam menghadapi tekanan, serta mencari bantuan ketika mengalami stres, meskipun masih terdapat sebagian kecil siswa yang belum stabil secara emosional. Hal ini sesuai dengan kajian bahwa regulasi emosi siswa sangat dipengaruhi oleh dukungan lingkungan sekolah dan guru.²⁰⁴

Selanjutnya pada konsep diri dan kepercayaan diri, siswa cenderung memiliki pandangan positif terhadap diri sendiri, berani berpartisipasi dalam pembelajaran, dan cukup aktif dalam kegiatan sekolah, meskipun terdapat variasi tingkat kepercayaan diri terutama pada siswa yang mengalami tekanan akademik.

Pada aspek hubungan sosial, siswa menunjukkan interaksi yang baik ditandai dengan sikap saling menghargai, kerja sama, empati, serta hubungan harmonis dengan guru dan teman. Konflik yang muncul bersifat ringan dan dapat diselesaikan melalui komunikasi. Hal ini

²⁰² Observasi Peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 10 Maret–10 April 2026.

²⁰³ Asriana Kibtiyah, Ikhsan Gunadi, and Khoirul Umam, “Kesehatan Mental Dan Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar,” *Al-Adawat : Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah* 2, no. 01 (2023): 12–22, <https://doi.org/10.33752/aldawat.v2i01.3723>.

²⁰⁴ Benny Maria Lumbantoruan et al., “Hubungan Pengetahuan Dan Perilaku Siswa Tentang Bullying Terhadap Kesehatan Mental Siswa Kelas Xii Ipa 1 Di Sma Negeri 1 Doloksanggul Tahun 2024,” *Jurnal STIKes Kesehatan Baru* 2, no. 2 (November 2024): 89–95, <https://doi.org/10.70751/stikeskbdoloksanggul.v2i2.92>.

sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa kesehatan mental yang baik tercermin dari kemampuan membangun relasi sosial yang positif.²⁰⁵

Pada kemampuan menyelesaikan masalah, siswa umumnya mampu menghadapi persoalan secara rasional, tidak emosional, serta mencari solusi melalui diskusi atau bantuan guru. Hal ini menunjukkan perkembangan kemampuan problem solving yang baik sebagaimana ditemukan dalam berbagai penelitian terbaru tentang penguatan regulasi diri siswa.²⁰⁶

Pada motivasi belajar, siswa menunjukkan sikap positif terhadap pembelajaran, kedisiplinan, serta tanggung jawab terhadap tugas. Walaupun terdapat tekanan akademik pada sebagian siswa, secara umum motivasi belajar masih dalam kategori baik, sesuai dengan temuan bahwa kesehatan mental berpengaruh langsung terhadap motivasi belajar siswa.²⁰⁷

Pada sikap spiritual dan moral, siswa menunjukkan perilaku religius, sopan santun, disiplin, serta kepedulian sosial yang baik, meskipun pengaruh lingkungan luar dan teknologi masih menjadi

²⁰⁵ Aida Nurul Hikmah and Surawan Surawan, “Spirualitas Dan Kesehatan Mental: Sinergi Nilai Agama Dalam Lingkungan Pendidikan Formal Di SDN 5 Menteng Palangka Raya,” *Jurnal Pendidikan Tambusai* 9, no. 2 (June 2025): 16709–15, <https://doi.org/10.31004/jptam.v9i2.28411>.

²⁰⁶ Asriana Kibtiyah, Ikhsan Gunadi, and Khoirul Umam, “Kesehatan Mental Dan Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar,” *Al-Adawat : Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah* 2, no. 01 (2023): 12–22, <https://doi.org/10.33752/aldawat.v2i01.3723>.

²⁰⁷ Benny Maria Lumbantoruan et al., “Hubungan Pengetahuan Dan Perilaku Siswa Tentang Bullying Terhadap Kesehatan Mental Siswa Kelas Xii Ipa 1 Di Sma Negeri 1 Doloksanggul Tahun 2024,” *Jurnal STIKes Kesehatan Baru* 2, no. 2 (November 2024): 89–95, <https://doi.org/10.70751/stikeskbdoloksanggul.v2i2.92>.

tantangan. Hal ini sejalan dengan kajian bahwa pembentukan akhlak siswa sangat dipengaruhi oleh sinergi antara keluarga, sekolah, dan lingkungan sosial.²⁰⁸

Dengan demikian, hasil analisis menunjukkan bahwa kesehatan mental siswa berada pada kategori baik, ditandai dengan dominasi perilaku positif pada seluruh indikator. Meskipun demikian, masih diperlukan penguatan pembinaan terutama pada aspek kestabilan emosi, kepercayaan diri, dan konsistensi sikap moral melalui peran sekolah, guru, dan lingkungan keluarga.

2. Faktor yang Mempengaruhi Pembentukan Akhlak Berbasis Kesehatan Mental di SMA Negeri 4 Padangsidempuan

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, pembentukan akhlak siswa berbasis kesehatan mental dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu faktor internal dan faktor eksternal yang saling berkaitan dalam membentuk perilaku dan kestabilan emosional siswa.²⁰⁹

Faktor internal berasal dari dalam diri siswa yang meliputi potensi fitrah, kepribadian, kondisi kesehatan mental, serta motivasi dan kesadaran diri. Siswa yang memiliki kesehatan mental yang baik cenderung lebih mudah menerima nilai-nilai kebaikan, mampu mengendalikan emosi, serta menunjukkan perilaku yang positif dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini didukung oleh kajian yang menyatakan

²⁰⁸ Aida Nurul Hikmah and Surawan Surawan, "Spirualitas Dan Kesehatan Mental: Sinergi Nilai Agama Dalam Lingkungan Pendidikan Formal Di SDN 5 Menteng Palangka Raya," *Jurnal Pendidikan Tambusai* 9, no. 2 (June 2025): 16709–15, <https://doi.org/10.31004/jptam.v9i2.28411>.

²⁰⁹ Observasi Peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidempuan, 10 Maret–10 April 2026.

bahwa kesehatan mental merupakan dasar penting dalam pembentukan sikap dan perilaku peserta didik.²¹⁰

Selain itu, faktor eksternal juga memiliki peran yang sangat besar dalam pembentukan akhlak siswa, yang meliputi lingkungan keluarga, sekolah dan guru, teman sebaya, lingkungan sosial budaya, serta media dan teknologi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa pembentukan karakter siswa sangat dipengaruhi oleh sinergi antara lingkungan keluarga dan sekolah.²¹¹

Lebih lanjut, pengaruh teman sebaya dan lingkungan sosial juga sangat menentukan dalam pembentukan perilaku siswa, baik positif maupun negatif, tergantung pada pergaulan yang dibangun. Sementara itu, media dan teknologi dapat menjadi faktor pendukung maupun penghambat dalam pembentukan akhlak jika tidak digunakan secara bijak. Hal ini diperkuat oleh kajian yang menyatakan bahwa lingkungan sosial dan perkembangan teknologi memiliki pengaruh signifikan terhadap pembentukan karakter dan kesehatan mental siswa.²¹²

Dengan demikian, dapat dipahami bahwa pembentukan akhlak siswa berbasis kesehatan mental merupakan hasil interaksi antara faktor internal dan eksternal yang saling memengaruhi. Keseimbangan kedua

²¹⁰ Bulu Bulu et al., “Sikap Peserta Didik Pada Pembinaan Kesehatan Mental Berbasis Bimbingan Dan Konseling Islam,” *Jurnal Konsepsi* 10, no. 3 (November 2021): 174–86.

²¹¹ Suharyani Suharyani, Farida Herna Astuti, and Jessica Festi Maharani, “Manajemen ‘Tripusat Pendidikan’ Dalam Membentuk Karakter Siswa Di Sd It Ash-Shiddiqin,” *EduTech: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Ilmu Sosial* 10, no. 1 (August 2024): 16–30, <https://doi.org/10.30596/edutech.v10i1.19258>.

²¹² Pajar Nopal Akbar et al., “Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Kesehatan Mental Dan Karakter Peserta Didik Di SMPN 2 Tanjungsang,” *Archive: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 4, no. 1 (November 2024): 86–92, <https://doi.org/10.55506/arch.v4i1.125>.

faktor tersebut sangat menentukan terbentuknya siswa yang tidak hanya cerdas secara akademik, tetapi juga matang secara emosional dan berakhlak baik.

3. Peran Sekolah dalam Pembentukan Akhlak Siswa

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, data menunjukkan bahwa sekolah memiliki peran penting dalam pembentukan akhlak berbasis kesehatan mental siswa di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan. Peran tersebut dilakukan melalui berbagai bentuk pembinaan yang mendukung perkembangan perilaku, sikap, serta kestabilan emosional siswa. Hal ini terlihat dari adanya integrasi nilai akhlak dalam pembelajaran, keteladanan guru, pembiasaan melalui program sekolah, lingkungan sekolah yang kondusif, serta penguatan karakter melalui pengawasan dan bimbingan. Upaya tersebut tidak hanya bertujuan membentuk perilaku yang baik, tetapi juga membantu siswa memiliki kesehatan mental yang lebih stabil dalam kehidupan sehari-hari.²¹³

- a. Integrasi nilai akhlak dalam kurikulum, data menunjukkan bahwa nilai-nilai akhlak telah diterapkan dalam proses pembelajaran melalui penanaman sikap disiplin, tanggung jawab, kejujuran, dan sopan santun. Guru tidak hanya menyampaikan materi pelajaran, tetapi juga mengaitkannya dengan nilai moral dan pembentukan karakter siswa. Hal ini berkontribusi dalam membentuk sikap positif

²¹³ Observasi Peneliti di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, 10 Maret–10 April 2026.

serta membantu siswa mengembangkan kontrol diri dan kestabilan perilaku sebagai bagian dari kesehatan mental yang baik.²¹⁴

- b. Keteladanan guru, data menunjukkan bahwa guru menjadi figur penting dalam pembentukan akhlak berbasis kesehatan mental siswa. Sikap disiplin, ramah, peduli, dan bertanggung jawab yang ditunjukkan guru memberikan pengaruh terhadap perilaku siswa karena siswa cenderung meniru apa yang mereka lihat di lingkungan sekolah. Keteladanan guru juga membantu siswa merasa diperhatikan dan dihargai sehingga berdampak positif terhadap kondisi emosional dan perkembangan mental mereka.²¹⁵
- c. Pembiasaan melalui program sekolah, data menunjukkan bahwa berbagai program sekolah seperti doa bersama, salam, menjaga kebersihan, disiplin waktu, dan kegiatan keagamaan membantu membentuk kebiasaan positif siswa. Pembiasaan yang dilakukan secara rutin mampu menanamkan nilai religius, disiplin, dan tanggung jawab sehingga siswa terbiasa berperilaku baik serta memiliki keteraturan dalam kehidupan sehari-hari yang mendukung kesehatan mental mereka.²¹⁶

²¹⁴ Hairun Hasanah Sagala and Muhammad Hasan Nasution, "Integrasi Nilai Akhlak Dalam Dinamika Pembelajaran PAI Di Ruang Kelas," *Karakter: Jurnal Riset Ilmu Pendidikan Islam* 3, no. 1 (February 2026): 207–15, <https://doi.org/10.61132/karakter.v3i1.1927>.

²¹⁵ Intan Nurbela and Nenden Munawaroh, "Keteladanan Guru Pendidikan Agama Islam Terhadap Akhlak Siswa," *Jurnal Pendidikan Agama Islam* 1, no. 2 (September 2022): 47–54, <https://doi.org/10.52434/jpai.v1i2.2690>.

²¹⁶ Jessyca Imelda Putri et al., *Analisis Program Pembiasaan Religius Dalam Pembentukan Karakter Siswa | JIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, n.d., accessed May 10, 2026, https://jiip.stkipyapisdampu.ac.id/jiip/index.php/JIIP/article/view/10443?utm_source=chatgpt.com.

- d. Lingkungan sekolah yang kondusif, data menunjukkan bahwa suasana sekolah yang aman, tertib, bersih, dan religius memberikan pengaruh positif terhadap pembentukan akhlak siswa. Lingkungan sekolah yang nyaman serta hubungan yang baik antara guru dan siswa membuat siswa merasa lebih tenang, aman, dan mudah beradaptasi. Kondisi tersebut membantu siswa dalam menjaga kestabilan emosi dan membentuk perilaku sosial yang baik.²¹⁷
- e. Penguatan karakter melalui pengawasan dan bimbingan, data menunjukkan bahwa pengawasan dan bimbingan yang dilakukan guru secara berkelanjutan membantu siswa memahami perilaku yang baik dan menghindari perilaku negatif. Guru memberikan arahan, nasihat, serta pembinaan kepada siswa agar nilai-nilai akhlak dapat diterapkan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari. Bimbingan tersebut juga membantu siswa menghadapi masalah pribadi maupun sosial sehingga mendukung pembentukan kesehatan mental yang lebih baik.²¹⁸

Dengan demikian, hasil analisis menunjukkan bahwa sekolah memiliki peran yang sangat penting dalam pembentukan akhlak berbasis kesehatan mental siswa di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan.

²¹⁷ Umi Nahdiyah, Nanang Zamroji, and Khoirul Wafa, "Pembentukan Karakter Siswa Melalui Peran Guru PAI Dan Pembiasaan Sekolah Di SMPN Doko 2 Blitar," *Jurnal Pendidikan: Riset Dan Konseptual* 8, no. 3 (July 2024): 481–88, https://doi.org/10.28926/riset_konseptual.v8i3.1015.

²¹⁸ Fatimah Ibda, "FIGUR GURU SEBAGAI MODEL PEMBENTUKAN AKHLAK BAGI SISWA," *Intelektualita: Journal of Education Sciences and Teacher Training* 2, no. 1 (December 2014), <https://doi.org/10.22373/ji.v2i1.24990>.

Peran tersebut terlihat melalui integrasi nilai akhlak dalam pembelajaran, keteladanan guru, pembiasaan positif, lingkungan sekolah yang kondusif, serta pengawasan dan bimbingan yang dilakukan secara berkelanjutan. Melalui berbagai upaya tersebut, sekolah tidak hanya membentuk siswa yang berakhlak baik, tetapi juga membantu menciptakan kondisi mental yang sehat, stabil, dan positif pada siswa.

E. Keterbatasan Hasil Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu dipahami dalam membaca hasil penelitian ini, yaitu sebagai berikut:

1. Waktu penelitian yang terbatas menyebabkan data yang diperoleh hanya menggambarkan kondisi kesehatan mental siswa pada saat penelitian berlangsung, sehingga belum sepenuhnya mencerminkan perubahan kondisi dalam jangka waktu yang lebih panjang.
2. Subjek penelitian yang dilibatkan masih terbatas pada pihak sekolah dan beberapa siswa, sehingga belum semua pandangan siswa dapat terwakili secara menyeluruh.
3. Terdapat kemungkinan subjektivitas dalam jawaban responden pada saat wawancara, sehingga beberapa informasi yang diperoleh dapat dipengaruhi oleh persepsi masing-masing informan.
4. Ruang lingkup penelitian masih terbatas pada kesehatan mental siswa dan pembentukan akhlak di lingkungan sekolah, sehingga faktor-faktor dari luar sekolah belum dikaji secara lebih mendalam.

Dengan demikian, keterbatasan ini diharapkan dapat menjadi pertimbangan dalam memahami hasil penelitian serta dapat menjadi bahan perbaikan untuk penelitian selanjutnya.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Kondisi kesehatan mental siswa di SMA Negeri 4 Padang disimpulkan secara umum tergolong baik, terlihat dari kemampuan mengelola emosi, hubungan sosial, motivasi belajar, serta sikap moral dan spiritual siswa.
2. Pembentukan akhlak siswa dipengaruhi oleh faktor internal seperti kondisi psikologis dan motivasi, serta faktor eksternal seperti keluarga, sekolah, teman sebaya, lingkungan sosial, dan media teknologi.
3. Sekolah berperan dalam pembentukan akhlak berbasis kesehatan mental melalui pembelajaran, keteladanan guru, pembiasaan, lingkungan sekolah yang kondusif, serta pengawasan dan bimbingan siswa.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini memiliki beberapa implikasi penting, baik secara teoritis maupun praktis. Secara teoritis, penelitian ini memperkuat pemahaman bahwa kesehatan mental memiliki hubungan yang erat dengan pembentukan akhlak siswa, terutama dalam aspek emosi, sosial, motivasi belajar, serta perilaku sehari-hari di lingkungan sekolah.

1. Secara praktis, hasil penelitian ini memberikan implikasi bagi pihak sekolah untuk lebih memperhatikan aspek kesehatan mental siswa dalam proses pendidikan, tidak hanya pada pencapaian akademik tetapi juga pada pembinaan karakter dan akhlak. Sekolah diharapkan dapat memperkuat layanan bimbingan konseling serta menciptakan lingkungan belajar yang kondusif bagi perkembangan psikologis siswa.
2. Bagi guru, hasil penelitian ini menjadi acuan untuk lebih peka terhadap kondisi emosional siswa serta memberikan pendekatan pembelajaran yang lebih mendukung perkembangan mental dan moral siswa. Sementara itu, bagi orang tua, hasil penelitian ini mengimplikasikan pentingnya peran keluarga dalam memberikan dukungan emosional dan pembinaan nilai-nilai moral di rumah.

Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar pertimbangan dalam meningkatkan kualitas kesehatan mental dan pembentukan akhlak siswa secara berkelanjutan.

C. Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai peran kesehatan mental siswa terhadap pembentukan akhlak di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Pihak Sekolah

Diharapkan sekolah dapat meningkatkan program bimbingan dan konseling secara lebih aktif dan terstruktur, khususnya dalam

mendeteksi dan menangani permasalahan kesehatan mental siswa sejak dini

2. Bagi Guru (khususnya Guru Pendidikan Agama Islam dan Guru BK)

Guru diharapkan lebih memperhatikan kondisi emosional siswa dalam proses pembelajaran, tidak hanya berfokus pada aspek akademik.

3. Bagi Siswa

Siswa diharapkan mampu menjaga kesehatan mental dengan cara mengelola emosi secara baik, meningkatkan rasa percaya diri, serta membangun hubungan sosial yang positif dengan guru maupun teman sebaya.

4. Bagi Orang Tua

Orang tua diharapkan dapat memberikan dukungan emosional dan perhatian yang cukup kepada anak, serta menciptakan lingkungan keluarga yang harmonis.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan ruang lingkup yang lebih luas, tidak hanya di lingkungan sekolah tetapi juga melibatkan faktor keluarga, media sosial, dan lingkungan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, H. (2025). *Buku kompetensi guru pendidikan agama Islam*. Bandung: Penerbit Widana.
- Abdullah. (2018). *Berbagai metodologi dalam penelitian pendidikan dan manajemen*. Jakarta: Gunadarma Ilmu.
- Abdurrochim, A., & Anshori, S. (2024). Peran guru pendidikan agama Islam dalam menyiapkan kesehatan mental siswa SMA Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang. *JINU (Jurnal Ilmiah Nusantara)*, 1(4).
- Afandi, N. K. (2021). *Psikologi kebersyukuran perspektif psikologi positif dan relevansinya dengan pendidikan Islam*. Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada.
- Alam. (2018). *Kriminologi suatu pengantar* (Edisi pertama). Jakarta: Prenada Media.
- Al-Qur'an, QS. Ar-Ra'd: 28.
- Amin, S. M. (2022). *Ilmu akhlak*. Jakarta: Amzah.
- Ariyani, H. (2022). *Metode penelitian*. Padang: PT. Global Eksekutif Teknologi.
- Ashari. (2025). *Pendidikan agama Islam dalam lensa filsafat ilmu*. Ponorogo: Uwais Inspirasi Indonesia.
- Ashoumi, H. (2019). *Budaya religius basis pembentukan kepribadian religius*. Jombang: LPPM Universitas KH. A. Wahab Hasbullah.
- Bungin, B. (2017). *Penelitian kualitatif: Komunikasi, ekonomi, kebijakan publik, dan ilmu sosial lainnya*. Jakarta: Kencana.
- Fadhallah, R. A. (2021). *Wawancara*. Jakarta Timur: UNJ Press.
- Fatimah, R. A. N., et al. (2025). Internalization of sufi values in modern education to build students' mental health. *Halaqa: Islamic Education Journal*, 9(2), 151–161. <https://doi.org/10.21070/halaqa.v9i2.1801>
- Haslindah, A. (2025). *Pengantar psikologi*. Agam: Yayasan Tri Edukasi Ilmiah.
- Hasyim, B. M. (2025). *Peran guru pendidikan agama Islam dan dukungan emosional keluarga dalam menjaga kesehatan mental siswa Madrasah Aliyah Fathul Huda Demak* (Skripsi). Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

- Hendrajan, G. M. R., et al. (2023). *Dasar-dasar metodologi penelitian*. Padang: PT. Mafy Media Literasi Indonesia.
- Hidayah, N. (2024). *Buku ajar keperawatan kesehatan jiwa dan psikososial*. Jakarta: Nuansa Fajar Cemerlang.
- Hidayat, A. (2024). *Metodologi penelitian kuantitatif*. Padang: Takaza Innovatix Labs.
- Hijrianti, U. R., et al. (2025). *Kesehatan mental: Konsep, teori, dan penerapan*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Hilda, L. (2025). Pengembangan media animasi interaktif berbasis artificial intelligence (AI) untuk meningkatkan pemahaman siswa pada mata pelajaran akidah akhlak di Madrasah Ibtidaiyah (MI) Negeri 2 Padang Lawas. *Dinamika Pendidikan Nusantara*, 6(2), 340.
- Ishak, M. (2023). *Penguatan karakter peserta didik*. Banyumas: Wawasan Ilmu.
- Ismail, A. U. (2023). *Kuliah akhlak tasawuf*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Jannah, M. (2020). Peran pembelajaran aqidah akhlak untuk menanamkan nilai pendidikan karakter siswa. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, 4(2), 243.
- Kartini. (2023). *Antropologi kesehatan*. Purbalingga: CV Eureka Media Aksara.
- Kesa, I. K. (2024). *Potensi akhlak dalam pendidikan Islam: Perspektif Andre Gurutta KH. Abdurrahman Ambo Dalle*. Yogyakarta: KBM Indonesia.
- Khoiruddin, M. (2023). *Konsep pendidikan sosial berbasis tauhid dalam perspektif Al-Qur'an*. Jepara: UNISNU Press.
- Kurniawan, S. (2017). *Pendidikan karakter di sekolah: Revitalisasi peran sekolah dalam menyiapkan generasi bangsa berakhlak*. Yogyakarta: Samudra Biru.
- Lubis, L. (2025). *Isu-isu kontemporer pendidikan Islam di Indonesia*. Medan: UMSU Press.
- Luthfiyah. (2018). *Metodologi penelitian: Penelitian kualitatif, tindakan kelas & studi kasus*. Sukabumi: CV Jejak.
- Maryam, S., et al. (2022). *Metode penelitian kebidanan dan teknik analisis data*. Padang: Get Press Indonesia.

- Maskur, S. (2024). *Praktis belajar metodologi penelitian bidang psikologi pendidikan dan ilmu pendidikan*. Riau: PT. Indragiri Dot Com.
- Muhammad, S. (2024). Penanaman nilai akhlak berbasis pendidikan Islam sebagai landasan teori pendidikan karakter di sekolah. *Jurnal Pusat Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(4), 13.
- Mukaddar, M. (2018). *Pendidikan Islam: Sebuah bingkai pluralitas*. Serang: Penerbit A-Empat.
- Nashrullah, M., et al. (2023). *Metodologi penelitian pendidikan*. Jawa Timur: UMSIDA Press.
- Nurhadi. (2020). *Konsep pendidikan akhlak, moral dan karakter dalam Islam*. Bogor: Guepedia.
- Nurulhaq, D. (2018). *Manajemen pembelajaran sejarah kebudayaan Islam*. Bandung: Cendekia Press.
- Oktavianingsih, W. (2022). *Konsep pendidikan akhlak berbasis pembiasaan: Studi komparatif Ki Hajar Dewantara dan Ibnu Sina*. Ponorogo: Najaha.
- Panggalo, L. S. (2024). *Kesehatan mental*. Jambi: PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Qurniyawati, E. (2023). *Pengantar epidemiologi*. Serang: Sada Kurnia Pustaka.
- Rachmawati, D. A. (2024). *Pengantar pendidikan*. Agam: Yayasan Tri Edukasi Ilmiah.
- Ramadhani, A. (2025). *Psikologi spiritualitas: Membandingkan Islam dan kepercayaan dunia*. Malang: Kramantara JS.
- Rangkuti, A. N. (2019). *Metode pendidikan penelitian pendekatan kuantitatif, kualitatif, PTK, dan penelitian pengembangan*. Bandung: Cipta Pustaka Media.
- Rohimah, S., et al. (2025). Peran penting pendidikan mental dalam membangun karakter peserta didik perspektif hadis. *MERDEKA: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(6), 531–539. <https://doi.org/10.62017/merdeka.v2i6.5080>
- Rosini, L. (2023). *Metode penelitian akuntansi kuantitatif dan kualitatif*. Jawa Barat: CV Adanu Abimata.
- Sanjiwani, A. A. S. (2023). *Pendekatan mindfulness dalam menjaga kesehatan mental*. Pekalongan: Penerbit NEM.

- Sudaryono. (2016). *Metode penelitian pendidikan*. Jakarta: Kencana.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kualitatif, kuantitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulianta, F. (2021). *Metode penelitian kualitatif*. Bandung: Feri Sulianta.
- Thalib, S. B. (2017). *Psikologi pendidikan berbasis analisis empiris aplikatif*. Jakarta: Kencana.
- Triharyanto, B. (2025). *Meraih kedamaian jiwa: Panduan psikologi Islami menghadapi cemas, stres, dan depresi*. Bogor: Kreatifa Prima.
- Wijaya, S. (2025). *Keluarga, pilar sosial utama untuk kesehatan mental individu*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Winarso, W. (2024). *Model konseling ekspresif Islam untuk kesehatan mental holistik*. Malang: PT. Literasi Nusantara Abadi Grup.
- Wulandari, R. A. (2021). *Peran guru pendidikan agama Islam dalam membina mental keagamaan siswa di SMP Negeri 4 Padangsidempuan* (Skripsi). UIN Syahada Padangsidempuan.
- Yuniarti, R. I., & Marhamah. (2024). Pengaruh pelayanan bimbingan dan konseling terhadap pembentukan akhlak siswa MTs Al-Muhlisin. *Al-Ubudiyah: Jurnal Pendidikan dan Studi Islam*, 5(1), 11–17. <https://doi.org/10.55623/au.v5i1.283>
- Yunita, S. (2025). Analisis bullying di sekolah: Kurangnya pendidikan tentang toleransi dan rasa hormat. *Hukum Motivasi Pendidikan Masyarakat dan Bahasa Harapan*, 3(5), 3.
- Yusuf, M. (2025). *Pendidikan dan dakwah untuk Gen Z: Perspektif hadis dalam menghadapi tantangan zaman*. Bandung: Penerbit Widana.
- Zuhriyah, N. (2024). *Buku ajar pendidikan karakter*. Jambi: PT. Sonpedia Publishing Indonesia.

PEDOMAN OBSERVASI

Dalam melakukan penelitian ini, peneliti menggunakan pedoman observasi untuk mempermudah proses pengumpulan data. Pedoman observasi disusun berdasarkan fokus penelitian mengenai **“Peran Kesehatan Mental Siswa terhadap Pembentukan Akhlak yang Baik di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan.”** Adapun aspek observasi sebagai berikut:

No	Aspek yang Diamati	Indikator	Ya	Tidak	Keterangan
1	Kondisi Emosional dan Psikologis Siswa	Ekspresi siswa menunjukkan antusias, fokus, dan keterlibatan dalam pembelajaran			
		Siswa mampu berinteraksi baik dengan guru dan teman secara sopan			
		Siswa mampu mengendalikan emosi saat pembelajaran atau konflik ringan			
2	Perilaku dan Akhlak Sehari-hari	Siswa menunjukkan sikap sopan santun dalam lingkungan sekolah			
		Siswa mematuhi aturan dan tata tertib sekolah			
		Siswa menunjukkan kedisiplinan dalam kehadiran, tugas, dan kegiatan			
3	Lingkungan Pembelajaran dan Dukungan Sekolah	Tersedianya layanan BK/konseling yang dapat dimanfaatkan siswa			
		Terdapat program pembinaan akhlak dan mental di sekolah			
		Iklim sekolah kondusif, aman, dan mendukung pembelajaran			
4	Hubungan Sosial Siswa	Siswa berani menyampaikan pendapat dalam pembelajaran			

		Siswa menunjukkan sikap empati dan saling tolong-menolong			
		Siswa mampu bekerja sama dalam tugas kelompok			
5	Respons Siswa terhadap Masalah atau Tekanan	Siswa mampu menyelesaikan konflik secara baik			
		Siswa merespons kegagalan secara positif atau sebagai evaluasi			
		Siswa mencari bantuan saat mengalami stres atau tekanan			

PEDOMAN WAWANCARA

Pedoman wawancara ini digunakan untuk memperoleh data tentang peran kesehatan mental dalam pembentukan akhlak siswa di SMA Negeri 4 Padangsidimpuan. Wawancara dilakukan kepada beberapa pihak sesuai kebutuhan penelitian.

Pedoman Wawancara Kepala Sekolah

No	Pertanyaan
1	Bagaimana kondisi umum kesehatan mental siswa di sekolah ini?
2	Apakah sekolah memiliki program khusus untuk pembinaan karakter dan kesehatan mental siswa?
3	Bagaimana peran layanan Bimbingan Konseling dalam membantu siswa menghadapi masalah emosional atau perilaku?
4	Apa kebijakan sekolah terkait pembinaan akhlak dan kesejahteraan psikologis siswa?
5	Sejauh mana kesehatan mental siswa memengaruhi akhlak dan perilaku mereka di sekolah?

Pedoman Wawancara Wakil Kepala Sekolah Bidang Kesiswaan

No	Pertanyaan
1	Bagaimana pelaksanaan program pembinaan akhlak di sekolah?
2	Apa saja faktor yang memengaruhi kesehatan mental siswa di sekolah?
3	Bagaimana kerja sama sekolah, guru, dan BK dalam menangani siswa yang memiliki masalah mental atau perilaku?
4	Apa tantangan yang dihadapi sekolah dalam membina akhlak siswa?
5	Bagaimana respons sekolah terhadap siswa yang menunjukkan perilaku menyimpang atau emosional?

Pedoman Wawancara Guru BK / Konselor

No	Pertanyaan
1	Bagaimana prosedur pendampingan siswa yang mengalami gangguan kesehatan mental?
2	Apa bentuk layanan konseling yang tersedia di sekolah?
3	Masalah mental apa yang paling sering dihadapi siswa (kecemasan, bullying, tekanan akademik)?
4	Apakah terdapat hubungan antara gangguan mental dengan perilaku atau akhlak siswa?
5	Bagaimana hasil layanan konseling memengaruhi perkembangan akhlak siswa?

Pedoman Wawancara Guru PAI

No	Pertanyaan
1	Bagaimana pengaruh kondisi mental siswa terhadap penerimaan materi akhlak?
2	Metode apa yang digunakan dalam membina akhlak positif pada siswa?
3	Apakah siswa dengan kesehatan mental yang baik menunjukkan sikap religius dan etika yang lebih baik?
4	Apa tantangan dalam menanamkan nilai akhlak pada siswa dengan kondisi mental kurang stabil?
5	Bagaimana koordinasi guru PAI dengan BK dalam pembinaan akhlak siswa?

Pedoman Wawancara Peserta Didik

No	Pertanyaan
1	Bagaimana perasaan dan suasana mental Anda selama mengikuti kegiatan belajar di sekolah?
2	Apakah sekolah atau guru membantu ketika Anda sedang stres atau bermasalah?
3	Apakah kesehatan mental berpengaruh terhadap perilaku atau cara Anda memperlakukan orang lain?
4	Perubahan sikap atau akhlak apa yang Anda rasakan setelah mengikuti pembinaan di sekolah?
5	Apakah lingkungan sekolah membuat Anda lebih nyaman menjadi pribadi yang lebih baik?

Hasil Observasi

No	Aspek yang Diamati	Indikator	Ya	Tidak	Keterangan
1	Kondisi Emosional dan Psikologis Siswa	Ekspresi siswa saat pembelajaran menunjukkan antusias, fokus, dan keterlibatan yang baik	✓		Sebagian besar siswa antusias, fokus, aktif menjawab pertanyaan, meskipun ada beberapa yang kurang konsentrasi akibat tekanan belajar
		Interaksi siswa dengan guru dan teman berjalan baik dan sopan	✓		Siswa mampu berkomunikasi sopan, menghargai guru dan teman, serta membangun hubungan sosial yang positif
		Siswa mampu mengendalikan emosi saat pembelajaran atau konflik ringan	✓		Mayoritas siswa mampu mengendalikan emosi, meskipun ada beberapa yang mudah tersinggung atau kurang stabil secara emosional
2	Perilaku dan Akhlak Sehari-hari	Siswa menunjukkan sikap sopan santun dalam lingkungan sekolah	✓		Siswa memberi salam, berbicara sopan, menghormati guru, dan menjaga etika pergaulan
		Siswa mematuhi aturan dan tata tertib sekolah	✓		Sebagian besar mematuhi aturan sekolah, meskipun masih ada pelanggaran ringan yang perlu pembinaan
		Siswa menunjukkan kedisiplinan dalam kegiatan sekolah	✓		Kedisiplinan baik terlihat dari kehadiran, tugas, dan keterlibatan kegiatan sekolah

3	Lingkungan Pembelajaran dan Dukungan Sekolah	Tersedianya layanan BK/konseling di sekolah	✓		Sekolah memiliki layanan BK untuk membantu masalah belajar, sosial, dan psikologis siswa
		Terdapat program pembinaan akhlak dan mental siswa	✓		Ada kegiatan keagamaan, pembiasaan karakter, dan pembinaan moral siswa
		Iklim sekolah kondusif, aman, dan mendukung pembelajaran	✓		Lingkungan sekolah tertib, aman, dan hubungan warga sekolah berjalan baik
4	Hubungan Sosial Siswa	Siswa berani menyampaikan pendapat	✓		Sebagian siswa aktif menyampaikan pendapat dalam pembelajaran dan diskusi
		Siswa memiliki sikap empati dan saling tolong-menolong	✓		Siswa saling membantu teman yang mengalami kesulitan belajar dan menunjukkan kepedulian
		Siswa mampu bekerja sama dalam kelompok	✓		Kerja sama baik terlihat dalam tugas kelompok dan kegiatan sekolah
5	Respons Siswa terhadap Masalah atau Tekanan	Siswa mampu menyelesaikan konflik secara baik	✓		Sebagian besar mampu menyelesaikan konflik melalui komunikasi dan musyawarah
		Siswa merespons kegagalan secara positif	✓		Sebagian menerima kegagalan sebagai evaluasi, meskipun ada yang masih kecewa
		Siswa mencari bantuan saat mengalami stres atau tekanan	✓		Siswa mencari bantuan ke guru BK, wali kelas, guru PAI, atau teman dekat

HASIL WAWANCARA

Wawancara Kepala Sekolah (Informan: Jahrona Sinaga, S.Pd)

No	Pertanyaan	Jawaban Jahrona Sinaga, S.Pd
1	Bagaimana kondisi umum kesehatan mental siswa di sekolah ini?	Menurut Jahrona Sinaga, S.Pd, secara umum kondisi kesehatan mental siswa baik, meskipun terdapat beberapa siswa yang mengalami tekanan belajar, masalah pergaulan, atau persoalan pribadi yang memerlukan perhatian dan pendampingan khusus dari sekolah.
2	Apakah sekolah memiliki program khusus untuk pembinaan karakter dan kesehatan mental siswa?	Iya, sekolah memiliki program pembinaan karakter dan kesehatan mental melalui kegiatan keagamaan, pembiasaan disiplin, pembinaan akhlak, layanan bimbingan konseling, serta kegiatan yang mendukung perkembangan karakter dan kesejahteraan psikologis siswa.
3	Bagaimana peran layanan Bimbingan Konseling dalam membantu siswa menghadapi masalah emosional atau perilaku?	Layanan Bimbingan Konseling berperan penting dalam membantu siswa melalui pendampingan, konseling, pembinaan perilaku, serta memberikan solusi terhadap permasalahan emosional, sosial, maupun akademik yang dihadapi siswa.
4	Apa kebijakan sekolah terkait pembinaan akhlak dan kesejahteraan psikologis siswa?	Kebijakan sekolah menekankan pembinaan akhlak melalui pendidikan karakter, pembiasaan positif, penguatan nilai-nilai religius, serta perhatian terhadap kesejahteraan psikologis siswa melalui pendampingan guru, BK, dan kerja sama dengan orang tua.
5	Sejauh mana kesehatan mental siswa memengaruhi akhlak dan perilaku mereka di sekolah?	Menurut beliau, kesehatan mental sangat memengaruhi akhlak dan perilaku siswa. Siswa dengan kondisi mental yang baik cenderung menunjukkan perilaku positif, disiplin, dan sopan, sedangkan gangguan mental atau tekanan emosional dapat berdampak pada perilaku dan pembentukan akhlak siswa.

Wawancara Wakil Kepala Sekolah Bidang Kesiswaan (Informan: Gesman Hutaeruk, S.Th)

No	Pertanyaan	Jawaban Gesman Hutaeruk, S.Th
1	Bagaimana pelaksanaan program pembinaan akhlak di sekolah?	Menurut Gesman Hutaeruk, S.Th, program pembinaan akhlak di sekolah dilaksanakan melalui kegiatan pembiasaan positif, pembinaan kedisiplinan, kegiatan keagamaan, pemberian nasihat, serta penguatan karakter melalui kegiatan intrakurikuler dan ekstrakurikuler. Program ini dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan seluruh warga sekolah.
2	Apa saja faktor yang memengaruhi kesehatan mental siswa di sekolah?	Faktor yang memengaruhi kesehatan mental siswa antara lain tekanan akademik, lingkungan pertemanan, kondisi keluarga, penggunaan media sosial, serta hubungan siswa dengan guru dan lingkungan sekolah. Faktor-faktor tersebut dapat berpengaruh terhadap perkembangan emosi dan perilaku siswa.
3	Bagaimana kerja sama sekolah, guru, dan BK dalam menangani siswa yang memiliki masalah mental atau perilaku?	Kerja sama dilakukan melalui koordinasi antara wali kelas, guru mata pelajaran, guru BK, dan pihak kesiswaan dalam memantau kondisi siswa, memberikan pembinaan, melakukan pendekatan personal, serta melibatkan orang tua jika diperlukan untuk penanganan yang lebih efektif.
4	Apa tantangan yang dihadapi sekolah dalam membina akhlak siswa?	Tantangan yang dihadapi antara lain perbedaan karakter siswa, pengaruh lingkungan luar sekolah, perkembangan teknologi, kurangnya perhatian sebagian orang tua, serta adanya siswa yang kurang terbuka atau sulit diarahkan dalam pembinaan akhlak.
5	Bagaimana respons sekolah terhadap siswa yang menunjukkan perilaku menyimpang atau emosional?	Respons sekolah dilakukan melalui pendekatan persuasif dan edukatif, dimulai dengan pembinaan, pemberian arahan, pemanggilan untuk konseling, hingga koordinasi dengan guru BK dan orang tua agar siswa mendapatkan pendampingan yang tepat dan perilakunya dapat diperbaiki.

Wawancara Guru BK/Konselor (Informan: Juliana Hasibuan, S.Pd)

No	Pertanyaan	Jawaban Juliana Hasibuan, S.Pd
1	Bagaimana prosedur pendampingan siswa yang mengalami gangguan kesehatan mental?	Menurut Juliana Hasibuan, S.Pd, prosedur pendampingan dilakukan dengan mengidentifikasi terlebih dahulu permasalahan siswa melalui observasi, wawancara, atau laporan dari guru maupun wali kelas. Setelah itu diberikan layanan konseling individual, pendampingan secara berkala, serta jika diperlukan melibatkan orang tua untuk penanganan lebih lanjut.
2	Apa bentuk layanan konseling yang tersedia di sekolah?	Bentuk layanan konseling yang tersedia meliputi konseling individu, konseling kelompok, layanan bimbingan klasikal, konsultasi, serta layanan preventif dan pembinaan untuk membantu siswa dalam masalah pribadi, sosial, belajar, maupun perilaku.
3	Masalah mental apa yang paling sering dihadapi siswa (kecemasan, bullying, tekanan akademik)?	Menurut beliau, masalah yang paling sering dihadapi siswa adalah kecemasan terkait pembelajaran, tekanan akademik, kurang percaya diri, konflik pertemanan, dan beberapa kasus yang berkaitan dengan bullying yang memengaruhi kondisi emosional siswa.
4	Apakah terdapat hubungan antara gangguan mental dengan perilaku atau akhlak siswa?	Iya, terdapat hubungan yang cukup erat. Siswa yang mengalami gangguan mental atau tekanan emosional kadang menunjukkan perubahan perilaku seperti mudah marah, kurang disiplin, menarik diri, atau sulit mengontrol sikap, sehingga dapat berpengaruh terhadap akhlaknya.
5	Bagaimana hasil layanan konseling memengaruhi perkembangan akhlak siswa?	Hasil layanan konseling cukup berpengaruh terhadap perkembangan akhlak siswa, karena melalui pendampingan dan pembinaan siswa menjadi lebih mampu mengontrol emosi, memperbaiki perilaku, meningkatkan kesadaran diri, serta menunjukkan perubahan sikap yang lebih positif dalam kehidupan sehari-hari.

Wawancara Guru PAI (Informan: Ahmad Munir Silalahi, S.Pd)

No	Pertanyaan	Jawaban Ahmad Munir Silalahi, S.Pd
1	Bagaimana pengaruh kondisi mental siswa terhadap penerimaan materi akhlak?	Menurut Ahmad Munir Silalahi, S.Pd, kondisi mental siswa sangat berpengaruh terhadap penerimaan materi akhlak. Siswa yang memiliki kesehatan mental baik cenderung lebih fokus, mudah menerima nasihat, dan mampu menerapkan nilai-nilai akhlak dalam kehidupan sehari-hari. Sementara siswa yang mengalami tekanan emosional biasanya memerlukan pendekatan yang lebih khusus dalam pembinaan.
2	Metode apa yang digunakan dalam membina akhlak positif pada siswa?	Dalam membina akhlak positif, Ahmad Munir Silalahi, S.Pd menggunakan metode keteladanan, pembiasaan, nasihat, motivasi, dan pendekatan persuasif. Selain itu pembinaan juga dilakukan melalui kegiatan keagamaan, pembelajaran PAI, serta penanaman nilai moral dalam aktivitas sehari-hari di sekolah.
3	Apakah siswa dengan kesehatan mental yang baik menunjukkan sikap religius dan etika yang lebih baik?	Menurut beliau, siswa dengan kesehatan mental yang baik umumnya menunjukkan sikap religius dan etika yang lebih baik, seperti disiplin, sopan santun, tanggung jawab, dan kepedulian terhadap sesama, karena kondisi mental yang sehat mendukung pembentukan akhlak positif.
4	Apa tantangan dalam menanamkan nilai akhlak pada siswa dengan kondisi mental kurang stabil?	Tantangannya adalah siswa kadang sulit fokus, mudah emosional, dan kurang terbuka dalam menerima arahan. Karena itu diperlukan kesabaran, pendekatan personal, serta pembinaan yang berkelanjutan agar nilai-nilai akhlak dapat tertanam dengan baik.
5	Bagaimana koordinasi guru PAI dengan BK dalam pembinaan akhlak siswa?	Koordinasi dilakukan melalui komunikasi dan kerja sama antara guru PAI dengan guru BK dalam memantau perkembangan siswa, memberikan pembinaan bersama, serta menangani siswa yang mengalami masalah perilaku maupun emosional agar pembinaan akhlak lebih efektif.

Wawancara Peserta Didik Zaskia Azzahra

No	Pertanyaan	Jawaban Siswa 1
1	Bagaimana perasaan dan suasana mental Anda selama mengikuti kegiatan belajar di sekolah?	Selama mengikuti kegiatan belajar di sekolah saya merasa cukup nyaman dan senang. Suasana belajar yang baik membuat saya lebih semangat, walaupun terkadang ada rasa lelah atau stres ketika banyak tugas, tetapi masih bisa diatasi dengan baik.
2	Apakah sekolah atau guru membantu ketika Anda sedang stres atau bermasalah?	Iya, guru dan pihak sekolah cukup membantu ketika saya mengalami masalah atau merasa tertekan. Guru sering memberikan nasihat, motivasi, dan arahan agar saya tetap semangat dalam belajar serta menyelesaikan masalah dengan baik.
3	Apakah kesehatan mental berpengaruh terhadap perilaku atau cara Anda memperlakukan orang lain?	Sangat berpengaruh. Ketika kondisi mental saya baik, saya lebih mudah bersikap sabar, sopan, dan menghargai teman maupun guru. Namun jika sedang banyak pikiran biasanya lebih mudah emosi atau kurang fokus dalam berinteraksi.
4	Perubahan sikap atau akhlak apa yang Anda rasakan setelah mengikuti pembinaan di sekolah?	Setelah mengikuti pembinaan di sekolah saya merasa lebih disiplin, lebih menghormati guru dan teman, lebih menjaga ucapan, serta berusaha membiasakan perilaku yang baik sesuai ajaran agama dan tata tertib sekolah.
5	Apakah lingkungan sekolah membuat Anda lebih nyaman menjadi pribadi yang lebih baik?	Iya, lingkungan sekolah cukup mendukung saya untuk menjadi pribadi yang lebih baik karena adanya pembiasaan positif, teman-teman yang saling mengingatkan, serta bimbingan dari guru yang memberi contoh baik.

Wawancara Peserta Didik Meisyarah Putri

No	Pertanyaan	Jawaban Siswa 2
1	Bagaimana perasaan dan suasana mental Anda selama mengikuti kegiatan belajar di sekolah?	Selama mengikuti kegiatan belajar di sekolah saya merasa cukup nyaman dan senang. Suasana belajar yang kondusif membuat saya lebih semangat, meskipun terkadang merasa lelah atau tertekan saat banyak tugas, tetapi saya berusaha tetap berpikir positif.
2	Apakah sekolah atau guru membantu ketika Anda sedang stres atau bermasalah?	Iya, guru-guru cukup membantu ketika saya mengalami kesulitan atau sedang ada masalah. Biasanya guru memberikan motivasi, nasihat, dan arahan agar saya lebih tenang serta bisa menyelesaikan masalah dengan baik.
3	Apakah kesehatan mental berpengaruh terhadap perilaku atau cara Anda memperlakukan orang lain?	Sangat berpengaruh. Ketika kondisi mental saya baik, saya lebih mudah bersikap ramah, sabar, dan menghargai orang lain. Tetapi ketika sedang banyak pikiran, biasanya emosi lebih mudah berubah dan memengaruhi sikap kepada teman.
4	Perubahan sikap atau akhlak apa yang Anda rasakan setelah mengikuti pembinaan di sekolah?	Setelah mengikuti pembinaan di sekolah, saya merasa lebih disiplin, lebih sopan dalam berbicara, lebih menghormati guru dan teman, serta lebih berusaha menjaga perilaku sesuai nilai-nilai akhlak yang diajarkan.
5	Apakah lingkungan sekolah membuat Anda lebih nyaman menjadi pribadi yang lebih baik?	Iya, lingkungan sekolah membuat saya lebih nyaman dan termotivasi menjadi pribadi yang lebih baik karena adanya teman yang saling mendukung, guru yang membimbing, serta kegiatan pembinaan yang memberi pengaruh positif.

Wawancara Peserta Didik Agustina Putri

No	Pertanyaan	Jawaban Siswa 3
1	Bagaimana perasaan dan suasana mental Anda selama mengikuti kegiatan belajar di sekolah?	Selama mengikuti kegiatan belajar di sekolah saya merasa cukup nyaman dan tenang. Saya senang belajar di lingkungan sekolah yang mendukung, walaupun kadang merasa jenuh atau terbebani tugas, tetapi masih bisa dikendalikan dengan baik.
2	Apakah sekolah atau guru membantu ketika Anda sedang stres atau bermasalah?	Iya, guru dan pihak sekolah membantu ketika saya mengalami stres atau masalah. Guru biasanya memberikan arahan, nasihat, dan dukungan agar saya lebih semangat serta mampu menghadapi masalah dengan baik.
3	Apakah kesehatan mental berpengaruh terhadap perilaku atau cara Anda memperlakukan orang lain?	Iya, sangat berpengaruh. Jika kondisi mental saya baik, saya lebih mudah bersikap sabar, ramah, dan menghargai orang lain. Namun ketika sedang banyak tekanan, kadang sikap saya menjadi kurang tenang sehingga berpengaruh dalam berinteraksi dengan teman.
4	Perubahan sikap atau akhlak apa yang Anda rasakan setelah mengikuti pembinaan di sekolah?	Setelah mengikuti pembinaan di sekolah saya merasa lebih disiplin, lebih menjaga sopan santun, lebih menghormati guru dan teman, serta lebih berusaha menerapkan akhlak yang baik dalam kehidupan sehari-hari.
5	Apakah lingkungan sekolah membuat Anda lebih nyaman menjadi pribadi yang lebih baik?	Iya, lingkungan sekolah membuat saya lebih nyaman untuk menjadi pribadi yang lebih baik karena adanya suasana yang positif, teman-teman yang saling mendukung, serta bimbingan guru yang memberi contoh baik.

Wawancara Peserta Didik Muhammad Akbar

No	Pertanyaan	Jawaban Siswa 4
1	Bagaimana perasaan dan suasana mental Anda selama mengikuti kegiatan belajar di sekolah?	Selama mengikuti kegiatan belajar di sekolah saya merasa cukup nyaman dan termotivasi. Suasana belajar yang baik membuat saya lebih semangat, meskipun kadang merasa tertekan saat banyak tugas, tetapi saya berusaha tetap fokus dan tenang.
2	Apakah sekolah atau guru membantu ketika Anda sedang stres atau bermasalah?	Iya, guru dan pihak sekolah membantu ketika saya mengalami masalah atau merasa tertekan. Guru sering memberikan arahan, nasihat, dan motivasi agar saya dapat menghadapi masalah dengan baik.
3	Apakah kesehatan mental berpengaruh terhadap perilaku atau cara Anda memperlakukan orang lain?	Iya, kesehatan mental sangat berpengaruh. Jika kondisi mental saya baik, saya lebih mudah bersikap sabar, menghargai orang lain, dan menjaga hubungan dengan teman. Jika sedang banyak pikiran, biasanya emosi lebih mudah terganggu.
4	Perubahan sikap atau akhlak apa yang Anda rasakan setelah mengikuti pembinaan di sekolah?	Setelah mengikuti pembinaan di sekolah saya merasa lebih disiplin, lebih bertanggung jawab, lebih menghormati guru dan teman, serta berusaha memperbaiki perilaku menjadi lebih baik sesuai ajaran yang diberikan.
5	Apakah lingkungan sekolah membuat Anda lebih nyaman menjadi pribadi yang lebih baik?	Iya, lingkungan sekolah membuat saya lebih nyaman menjadi pribadi yang lebih baik karena banyak pembiasaan positif, teman yang saling mendukung, serta guru yang memberikan teladan yang baik.

Wawancara Peserta Didik Ali Hasibuan

No	Pertanyaan	Jawaban Siswa 5
1	Bagaimana perasaan dan suasana mental Anda selama mengikuti kegiatan belajar di sekolah?	Selama mengikuti kegiatan belajar di sekolah saya merasa cukup nyaman dan bersemangat. Lingkungan belajar yang baik membuat saya lebih fokus, walaupun terkadang merasa lelah atau tertekan saat banyak tugas, tetapi masih bisa diatasi dengan baik.
2	Apakah sekolah atau guru membantu ketika Anda sedang stres atau bermasalah?	Iya, sekolah dan guru membantu ketika saya mengalami stres atau masalah. Guru biasanya memberikan nasihat, motivasi, dan bimbingan sehingga saya merasa lebih tenang dalam menghadapi persoalan.
3	Apakah kesehatan mental berpengaruh terhadap perilaku atau cara Anda memperlakukan orang lain?	Iya, sangat berpengaruh. Ketika kondisi mental saya baik, saya lebih mudah bersikap sopan, sabar, dan menghargai orang lain. Namun ketika sedang banyak tekanan, biasanya sikap saya juga ikut terpengaruh.
4	Perubahan sikap atau akhlak apa yang Anda rasakan setelah mengikuti pembinaan di sekolah?	Setelah mengikuti pembinaan di sekolah saya merasa menjadi lebih disiplin, lebih bertanggung jawab, lebih menjaga sikap dan ucapan, serta berusaha menerapkan akhlak yang baik dalam kehidupan sehari-hari.
5	Apakah lingkungan sekolah membuat Anda lebih nyaman menjadi pribadi yang lebih baik?	Iya, lingkungan sekolah membuat saya lebih nyaman menjadi pribadi yang lebih baik karena suasananya mendukung, teman-teman saling mengingatkan dalam kebaikan, dan guru memberikan pembinaan yang positif.

DOKUMENTASI



Wawancara Bersama Ibu Kepala Sekolah Informan: Jahrona Sinaga, S.Pd



Foto Bersama Para Adik-Adik Informan Penelitian



Wawancara Guru PAI (Informan: Ahmad Munir Silalahi, S.Pd)



Wawancara Bersama Rekan Guru PAI



Apel Pagi di SMA Negeri 4 Padangsidempuan



Gerbang Sekolah SMA Negeri 4 Padangsidempuan

TABEL TRIANGULASI SUMBER

No	Fokus Penelitian	Hasil Wawancara	Hasil Observasi	Hasil Dokumentasi	Kesimpulan
1	Kondisi kesehatan mental siswa	Guru dan siswa menyatakan bahwa sebagian siswa mengalami tekanan belajar, namun masih dapat dikendalikan dengan baik	Terlihat sebagian siswa antusias, tetapi ada yang kurang fokus dan mudah tertekan	Catatan kegiatan pembelajaran dan bimbingan siswa	Kondisi kesehatan mental siswa relatif baik namun masih terdapat beberapa siswa yang mengalami tekanan ringan
2	Pembentukan akhlak siswa	Guru menyatakan pembentukan akhlak dilakukan melalui pembiasaan, keteladanan, dan nasihat	Siswa menunjukkan sikap sopan, disiplin, dan menghormati guru	Tata tertib sekolah dan program pembiasaan	Pembentukan akhlak siswa sudah berjalan cukup baik melalui pembiasaan dan keteladanan
3	Interaksi sosial siswa	Guru BK menyatakan siswa masih perlu peningkatan dalam pengendalian emosi dan komunikasi	Siswa terlihat mampu bekerja sama dan berinteraksi dengan baik	Data kegiatan kelompok dan kegiatan sekolah	Interaksi sosial siswa tergolong baik meskipun masih ada beberapa yang perlu pembinaan
4	Peran sekolah dalam pembinaan mental dan akhlak	Kepala sekolah menyebutkan adanya program BK dan kegiatan keagamaan rutin	Sekolah memiliki iklim yang kondusif dan kegiatan pembinaan berjalan	Jadwal kegiatan sekolah dan program BK	Sekolah berperan aktif dalam pembinaan mental dan akhlak siswa
5	Faktor pendukung	Guru menyebutkan dukungan	Terdapat siswa yang aktif dan	Dokumentasi kegiatan dan	Terdapat faktor pendukung

	dan penghambat	keluarga dan lingkungan sangat berpengaruh	kurang aktif dalam pembelajaran	kehadiran siswa	(lingkungan sekolah) dan penghambat (motivasi siswa) dalam pembentukan akhlak
--	-------------------	---	---------------------------------------	--------------------	---

DOKUMEN PROGRAM PEMBINAAN AKHLAK SEKOLAH

No	Program Pembinaan Akhlak	Bentuk Kegiatan	Tujuan
1	Kegiatan Keagamaan	Membaca doa sebelum dan sesudah belajar, tadarus Al-Qur'an, kultum, salat berjamaah, dan peringatan hari besar Islam	Menanamkan nilai religius dan membentuk akhlak siswa yang baik
2	Pembiasaan Disiplin dan Sopan Santun	Membiasakan siswa datang tepat waktu, berpakaian rapi, menghormati guru, serta bertutur kata sopan	Membentuk sikap disiplin, tanggung jawab, dan etika siswa
3	Bimbingan dan Motivasi Siswa	Pemberian arahan, nasihat, dan motivasi oleh guru BK maupun guru mata pelajaran	Membantu menjaga kesehatan mental dan perilaku siswa
4	Kegiatan Sosial dan Kerja Sama	Gotong royong, kerja kelompok, dan bakti sosial	Menumbuhkan rasa peduli, kerja sama, dan empati antar siswa
5	Keteladanan Guru	Guru memberikan contoh perilaku baik dalam bersikap dan berbicara	Membentuk karakter siswa melalui contoh yang baik
6	Pengawasan dan Pembinaan Perilaku	Guru memantau perilaku siswa serta memberikan teguran dan pembinaan	Mengurangi perilaku negatif dan meningkatkan akhlak siswa

DOKUMEN CATATAN LAYANAN KONSELING SISWA

No	Jenis Permasalahan Siswa	Bentuk Layanan Konseling	Tindak Lanjut
1	Kurang percaya diri	Konseling individu dan pemberian motivasi	Guru BK memberikan arahan dan pemantauan perkembangan siswa
2	Masalah disiplin	Pemanggilan siswa dan pembinaan perilaku	Pemberian nasihat serta kerja sama dengan wali kelas dan orang tua
3	Kesulitan belajar	Bimbingan belajar dan motivasi belajar	Pendampingan belajar serta evaluasi perkembangan akademik
4	Konflik dengan teman	Mediasi dan konseling kelompok	Membina hubungan sosial dan sikap saling menghargai
5	Kurang sopan santun	Pembinaan akhlak dan etika	Guru memberikan teguran dan pembiasaan perilaku positif
6	Kondisi emosional siswa	Konseling pribadi dan pendekatan persuasif	Memberikan dukungan mental dan perhatian kepada siswa
7	Kurangnya motivasi sekolah	Pemberian motivasi dan arahan masa depan	Guru BK membantu siswa meningkatkan semangat belajar
8	Perilaku menyimpang	Pembinaan bersama guru BK dan pihak sekolah	Pengawasan dan kerja sama dengan orang tua siswa

DOKUMEN TATA TERTIB SEKOLAH

No	Tata Tertib Sekolah	Tujuan
1	Siswa wajib hadir tepat waktu sebelum proses pembelajaran dimulai	Menanamkan sikap disiplin dan tanggung jawab
2	Siswa wajib memakai seragam sesuai ketentuan sekolah	Membentuk kerapian dan kepatuhan terhadap aturan
3	Siswa wajib menghormati guru, pegawai, dan sesama siswa	Menumbuhkan sikap sopan santun dan akhlak yang baik
4	Siswa dilarang berkata kasar, berkelahi, dan melakukan bullying	Menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan nyaman
5	Siswa wajib menjaga kebersihan dan fasilitas sekolah	Menumbuhkan rasa peduli dan tanggung jawab
6	Siswa wajib mengikuti kegiatan keagamaan dan pembinaan sekolah	Membentuk karakter religius dan akhlak mulia
7	Siswa dilarang membawa barang terlarang ke lingkungan sekolah	Menjaga keamanan dan ketertiban sekolah
8	Siswa wajib mengikuti proses pembelajaran dengan tertib	Meningkatkan kedisiplinan dan kesungguhan belajar
9	Siswa wajib menjaga nama baik sekolah di dalam maupun di luar sekolah	Membentuk sikap tanggung jawab dan etika sosial
10	Siswa yang melanggar tata tertib akan diberikan pembinaan sesuai aturan sekolah	Membentuk perilaku disiplin dan kesadaran diri siswa



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
Jalan T. Rizal Nurdin Km. 4,5 Sihitang 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

Nomor : 0920 /Un.28/E.1/TL.00.9/03 /2026

10 Maret 2026

Lampiran : -

Hal : Izin Riset

Penyelesaian Skripsi

Yth. Kepala SMA Negeri 4 Padangsidempuan

Dengan hormat, bersama ini kami sampaikan bahwa :

Nama : M.Yunus Siregar
NIM : 2220100205
Fakultas : Tarbiyah Dan Ilmu Keguruan
Program Studi : Pendidikan Agama Islam
Alamat : Rantau Prapat

Adalah Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan yang sedang menyelesaikan Skripsi dengan Judul **"Peran Kesehatan Mental Siswa Terhadap Pembentukan Akhlak Yang Baik di SMA Negeri 4 Padangsidempuan "**.

Sehubungan dengan itu, kami mohon bantuan Bapak/Ibu untuk memberikan izin Riset penelitian dengan judul di atas.mulai dari tanggal 10 Maret 2026 s/d 10 April 2026

Demikian disampaikan, atas perhatiannya diucapkan terimakasih.

an. Dekan
Wakil Dekan Bidang akademik dan
Kelembagaan


Dr. Lis Yulianti Syafrida Siregar, S.Psi., M.A.
NIP 19801224 200604 2 001



PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA UTARA
DINAS PENDIDIKAN
SMAN 4 PADANG SIDEMPUAN

Jalan Sutan Soripada Mulia No. 38 Padangsidempuan, Cabdisdik Wil XI Kode Pos : 22715
Telp. (0634) 22210. Email : sman4padangsidempuan@gmail.com,
website : sman4padangsidempuan.sch.id

SURAT KETERANGAN

Nomor: 400.3.8/226/SMAN.4/2026

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **ROSNIDAH SIREGAR, S.Pd, M.Si**
NIP : 19770323 200801 2 003
Pangkat/Gol.Ruang : Pembina, IV/a
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit Kerja : SMAN 4 Padang Sidempuan

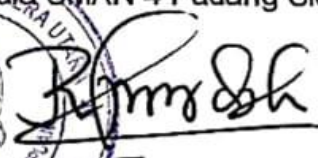
Menerangkan bahwa

Nama : **M. YUNUS SIREGAR**
NIM : 2220100205
Fakultas : Tarbiyah Dan Ilmu Keguruan
Program Studi : Pendidikan Agama Islam
Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary
Padangsidempuan

benar telah melaksanakan Riset Penelitian di SMAN 4 Padang Sidempuan untuk menyelesaikan Skripsi dengan judul "**Peran Kesehatan Mental Siswa Terhadap Pembentukan Akhlak Yang Baik di SMA Negeri 4 Padangsidempuan**" mulai dari tanggal 10 Maret 2026 s/d 10 April 2026.

Demikian surat keterangan ini diberikan kepada yang bersangkutan, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Padangsidempuan, 11 April 2026
Kepala SMAN 4 Padang Sidempuan



ROSNIDAH SIREGAR, S.Pd, M.Si
NIP. 19770323 200801 2 003