

A Literature Review: The Impact of Religious Education Implementation on Mental Health and Psychological Well-Being of Elementary School Children

Jumal Muriadin Mbatari

Pendidikan Agama Islam, Institut Agama Islam Negeri Sorong, Indonesia

E-mail: jumalmuriadin@gmail.com

Abstract

Religious education at the elementary school level plays a crucial role in shaping children's character, moral values, and mental balance from an early age. This stage of education is a critical period for emotional, social, and cognitive development, where the internalization of spiritual values becomes essential to foster empathy, self-awareness, and emotional well-being. However, in practice, religious education often focuses primarily on cognitive and doctrinal aspects, which limits its impact on students' psychological and emotional growth. This study aims to analyze the influence of religious education on children's mental health and psychological well-being through a descriptive-comparative literature review method. Data were collected from various academic journals, scientific studies, and research findings published between 2020 and 2025, focusing on the relationship between spirituality and elementary education. The analysis reveals that contextual, reflective, and interactive religious education has a significant positive impact on improving students' spiritual well-being, emotional regulation, and psychological resilience. Reflective learning approaches that encourage dialogue and empathy help students internalize spiritual values through real-life experiences, resulting in balanced intellectual, emotional, and spiritual development. Empirical findings from elementary schools in Sorong City also indicate that reflective and experience-based religious learning enhances children's empathy, self-control, and emotional stability. Nevertheless, challenges persist, including the dominance of traditional teaching models centered on memorization and the growing influence of digital culture on children's behavior. The study concludes that religious education must evolve into a collaborative, experiential, and spiritually grounded pedagogical model to effectively support children's mental health, foster moral maturity, and promote sustainable psychological well-being.

Keywords: Religious Education, Mental Health, Psychological Well-Being

Received: 23 October 2025	Revised: 29 October 2025	Accepted: 4 November 2025
---------------------------	--------------------------	---------------------------

1. PENDAHULUAN

Pendidikan agama di sekolah dasar memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk dasar kepribadian dan keseimbangan mental anak sejak usia dini. Tahap pendidikan dasar merupakan masa kritis bagi pembentukan nilai, moral, dan karakter, karena pada periode ini anak sedang mengalami perkembangan emosional, sosial, dan kognitif yang pesat. Masa ini juga menjadi titik awal bagi pembentukan identitas diri, empati sosial, serta kemampuan anak untuk membedakan nilai baik dan buruk. Oleh karena itu, pendidikan agama seharusnya tidak hanya menjadi instrumen transfer pengetahuan teologis, tetapi juga sebagai media internalisasi nilai-nilai spiritual yang menumbuhkan ketenangan batin,

kesadaran diri, dan keseimbangan psikologis. Namun, praktik pendidikan agama di sekolah dasar sering kali masih terfokus pada aspek kognitif seperti hafalan ayat, doktrin keagamaan, dan penguasaan konseptual, tanpa diimbangi dengan penguatan nilai-nilai afektif dan spiritual. Kondisi ini menyebabkan proses pendidikan agama belum sepenuhnya menyentuh dimensi psikologis anak yang berhubungan langsung dengan kesehatan mental dan kesejahteraan emosional mereka (Puteri, 2025).

Anak usia sekolah dasar menghadapi beragam tantangan perkembangan yang kompleks, mulai dari penyesuaian sosial dengan teman sebaya, tekanan akademik dari sistem pendidikan yang kompetitif, hingga paparan teknologi digital yang semakin masif. Kondisi tersebut dapat memengaruhi stabilitas emosi dan keseimbangan mental anak. Banyak temuan menunjukkan bahwa anak-anak di usia sekolah dasar mulai menunjukkan gejala stres, kecemasan, gangguan konsentrasi, bahkan penurunan motivasi belajar akibat ketidakseimbangan antara pendidikan intelektual dan pendidikan spiritual. Dalam konteks ini, pendidikan agama memiliki peran strategis sebagai sarana penguatan moral dan psikologis yang menumbuhkan rasa aman, kepercayaan diri, serta ketenangan batin. Melalui pendidikan agama, anak diajarkan untuk mengenali emosi, mengembangkan empati, dan membangun hubungan sosial yang harmonis berdasarkan nilai-nilai kasih sayang dan kejujuran. Nilai-nilai spiritual seperti kesabaran, rasa syukur, pengendalian diri, dan penerimaan diri merupakan elemen penting yang secara langsung berkontribusi terhadap pembentukan kesehatan mental positif (Warouw et al., 2025).

Lebih jauh, implementasi pendidikan agama yang tepat tidak hanya membantu siswa memahami ajaran moral, tetapi juga memberikan makna terhadap pengalaman hidup mereka. Pendidikan agama yang dilaksanakan dengan pendekatan kontekstual, reflektif, dan interaktif dapat menumbuhkan kesadaran spiritual yang lebih dalam, sekaligus membangun ketahanan psikologis terhadap tekanan eksternal. Anak-anak yang memahami makna ibadah dan nilai-nilai keimanan bukan sekadar secara ritualistik, tetapi juga secara emosional, cenderung memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Sebaliknya, pendekatan pengajaran yang masih bersifat tradisional dan berpusat pada guru menjadikan anak hanya sebagai penerima pasif materi ajar, tanpa kesempatan untuk menginternalisasi nilai-nilai spiritual ke dalam pengalaman pribadi. Padahal, menurut pendekatan psikologi pendidikan modern, proses belajar yang bermakna adalah ketika siswa mengalami dan merasakan keterkaitan antara materi pelajaran dengan kehidupan nyata mereka (Djuaini, 2025).

Selain itu, perkembangan era globalisasi dan teknologi digital telah membawa dampak besar terhadap pola pikir dan perilaku anak-anak. Mereka kini hidup di tengah arus informasi yang cepat, di mana nilai-nilai individualisme dan kompetisi sering kali mendominasi. Dalam situasi ini, pendidikan agama memiliki urgensi tinggi sebagai pengimbang terhadap pengaruh eksternal yang dapat mengancam stabilitas psikologis anak. Melalui pendidikan agama, nilai-nilai spiritual seperti toleransi, kebersamaan, tanggung jawab, dan kepedulian sosial dapat ditanamkan sebagai benteng moral sekaligus sumber ketenangan batin. Pendidikan agama yang diimplementasikan secara menyeluruh dan kontekstual akan membantu anak tidak hanya memahami ajaran keimanan, tetapi juga

menghidupi nilai-nilai tersebut dalam interaksi sosial sehari-hari, baik di lingkungan sekolah maupun keluarga (Muaddyl Akhyar et al., 2025).

Dengan melihat fenomena tersebut, muncul pertanyaan penting mengenai bagaimana pengaruh implementasi pendidikan agama terhadap kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis anak sekolah dasar. Apakah pendidikan agama yang diterapkan selama ini sudah efektif dalam mengembangkan aspek spiritual sekaligus menjaga stabilitas psikologis anak? Bagaimana strategi pembelajaran agama yang kontekstual dapat berfungsi optimal sebagai media pembinaan mental dan emosional di lingkungan sekolah dasar? Pertanyaan-pertanyaan ini menjadi relevan di tengah meningkatnya kasus gangguan psikologis pada anak usia dini, yang menunjukkan pentingnya pendekatan pendidikan berbasis spiritual untuk menciptakan keseimbangan antara pikiran, perasaan, dan perilaku.

Berdasarkan uraian tersebut, tujuan dari penulisan artikel ini adalah untuk menguraikan secara komprehensif pengaruh implementasi pendidikan agama terhadap kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis anak sekolah dasar. Artikel ini juga bertujuan memberikan pemahaman mendalam tentang bagaimana pendidikan agama dapat berfungsi sebagai instrumen pembentukan keseimbangan antara aspek spiritual dan psikologis dalam proses pendidikan dasar, sehingga menghasilkan peserta didik yang tidak hanya unggul secara intelektual, tetapi juga sehat secara mental, berakhlak mulia, dan memiliki kesejahteraan emosional yang stabil di tengah tantangan kehidupan modern.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode literature review atau tinjauan pustaka, yaitu pendekatan yang dilakukan dengan menelaah, memahami, serta menganalisis berbagai sumber referensi yang memiliki keterkaitan langsung dengan tema penelitian. Data yang dikumpulkan bersumber dari artikel ilmiah, jurnal, buku-buku akademik, serta hasil penelitian sebelumnya yang membahas pengaruh penerapan pendidikan agama terhadap kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis anak di jenjang sekolah dasar. Sumber data diperoleh melalui penelusuran pada berbagai basis data akademik seperti Google Scholar dan ResearchGate, sementara pengelolaan referensi dan sitasi dilakukan menggunakan aplikasi Mendeley agar proses dokumentasi lebih sistematis.

Dalam proses pencarian literatur, digunakan kata kunci seperti pendidikan agama, kesehatan mental anak, kesejahteraan psikologis, spiritual well-being, pendidikan dasar, serta kajian literatur, baik dalam Bahasa Indonesia maupun Bahasa Inggris. Setelah literatur terkumpul, dilakukan proses seleksi dan reduksi data untuk menyaring sumber yang paling relevan sesuai dengan kriteria inklusi, yakni kesesuaian dengan topik, tahun publikasi dan tingkat kredibilitas sumber. Tahapan selanjutnya melibatkan analisis secara tematik dan deskriptif-komparatif dengan cara mengelompokkan isi literatur berdasarkan tema-tema pokok, seperti kontribusi pendidikan agama terhadap pembentukan mental anak, hubungan antara spiritualitas dan kesejahteraan psikologis, serta pengaruh nilai-nilai religius terhadap pembentukan karakter dan perilaku anak sekolah dasar. Berdasarkan hasil analisis tersebut, peneliti menyusun kesimpulan secara sistematis dan objektif melalui sintesis informasi dari berbagai sumber untuk menjawab permasalahan utama dalam penelitian ini.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pendidikan Agama dan Kesehatan Mental Anak Sekolah Dasar

Pendidikan agama di sekolah dasar tidak hanya berfungsi sebagai sarana pengajaran nilai-nilai keagamaan, tetapi juga memiliki pengaruh signifikan terhadap pembentukan kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis anak. Dalam konteks pedagogis modern, pendidikan agama berperan sebagai fondasi pembentukan karakter dan spiritualitas yang menuntun anak memahami makna hidup serta mengelola tekanan emosional sejak dini. Secara filosofis, pendidikan agama berlandaskan pada gagasan pembentukan manusia seutuhnya yang selaras antara dimensi intelektual, moral, dan spiritual sehingga proses pembelajaran tidak berhenti pada transfer pengetahuan, tetapi juga pada penginternalisasian nilai-nilai ketuhanan dalam perilaku dan keseharian (DASCALESCU, 2025). Melalui pendekatan kontekstual dan reflektif, guru dapat membantu siswa menafsirkan ajaran agama dalam kehidupan nyata, menghubungkan nilai kesabaran, empati, dan syukur dengan dinamika sosial di sekitar mereka (Yudin et al., 2025). Hasil kajian terbaru menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran reflektif dalam pendidikan agama terbukti meningkatkan *spiritual well-being* serta kemampuan regulasi emosi anak, yang berimplikasi pada penguatan karakter moral dan kestabilan psikologis mereka (Irpan & Sain, 2024). Oleh karena itu, pendidikan agama yang dirancang secara dialogis dan berbasis pengalaman spiritual bukan hanya membangun kesalehan ritual, tetapi juga menumbuhkan keseimbangan mental dan kepribadian resilien yang berperan dalam mencegah munculnya stres serta perilaku maladaptif pada anak usia sekolah dasar (Suherman & Syafi'e, 2025).

Spiritualitas dan Kesejahteraan Psikologis Anak

Kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis anak mencerminkan kemampuan mereka untuk berpikir positif, beradaptasi dengan lingkungan sosial, serta menemukan makna hidup yang memberi arah dan tujuan (YAVUZ, 2023). Renwick menegaskan bahwa anak yang sehat secara mental mampu mengenali potensi dirinya, mengelola stres, serta menjalin hubungan sosial yang konstruktif (Varalakshmi et al., 2025). Dalam kaitannya dengan pendidikan agama, dimensi *spiritual well-being* menjadi variabel penting yang menjembatani hubungan antara religiositas dan kondisi psikologis anak, karena nilai-nilai spiritual memberikan kerangka makna dalam menghadapi tekanan (Papaleontiou - Louca, 2025). Melalui kegiatan keagamaan yang bermakna, seperti doa reflektif, berbagi pengalaman spiritual, atau diskusi nilai moral, anak belajar menafsirkan tantangan hidup dengan cara yang positif dan penuh makna (Martin & Cleveland, 2024). Nilai-nilai religius seperti syukur, sabar, dan tawakal membantu membentuk mekanisme *meaning-based coping* yang terbukti memperkuat kesejahteraan emosional serta menurunkan risiko gangguan mental pada anak (Amelia Putri Darwiyani et al., 2024). Secara teoretis, pemikiran Abraham Maslow tentang aktualisasi diri dan teori perkembangan iman James Fowler menunjukkan bahwa spiritualitas yang berkembang secara alami pada masa kanak-kanak berperan penting dalam pembentukan kepribadian yang matang secara emosional dan sosial (Papaleontiou - Louca et al., 2023). Dengan demikian, implementasi pendidikan agama yang mendorong refleksi spiritual, penghayatan nilai, dan praktik empati tidak hanya menanamkan moralitas

religius, tetapi juga menjadi instrumen preventif bagi gangguan mental serta pondasi kesejahteraan psikologis jangka panjang bagi anak sekolah dasar (Shodiq et al., 2025).

Metodologi Kajian dan Pendekatan Analisis

Berdasarkan landasan teoritis tersebut Kajian ini menggunakan pendekatan literature review deskriptif-komparatif yang bertujuan untuk menggambarkan, menganalisis, dan membandingkan berbagai hasil penelitian terkait pengaruh implementasi pendidikan agama terhadap kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis anak sekolah dasar (Rahmatillaili & Az Zahra, 2024). Pendekatan ini dianggap paling tepat karena memungkinkan peneliti untuk mengintegrasikan hasil penelitian empiris dan teoretis guna memperoleh gambaran komprehensif tentang keterkaitan antara aspek religius, pedagogis, dan psikologis dalam proses pendidikan. Melalui metode ini, peneliti tidak hanya menelaah hasil temuan secara individual, tetapi juga membandingkan kecenderungan dan variasi pendekatan di berbagai konteks budaya dan institusi pendidikan). Snyder menjelaskan bahwa *integrative literature review* merupakan bentuk analisis ilmiah yang dapat menjembatani celah antara teori dan praktik melalui peninjauan kritis terhadap studi-studi terdahulu. Dalam konteks ini, metode deskriptif-komparatif digunakan untuk menyusun pemahaman konseptual mengenai bagaimana pendidikan agama berfungsi sebagai sarana pembinaan spiritual yang mendukung kesehatan mental anak sekolah dasar melalui proses internalisasi nilai dan pembentukan *spiritual well-being* (ABDULLAH et al., 2025).

Fokus analisis dalam kajian ini diarahkan pada literatur akademik yang terbit dalam periode lima tahun terakhir (2020–2025) untuk memastikan bahwa hasil penelitian mencerminkan perkembangan terkini dalam bidang pendidikan agama dan psikologi anak. Sumber literatur diperoleh dari basis data ilmiah bereputasi seperti Google Scholar, ResearchGate, dan Scopus, dengan menggunakan kombinasi kata kunci: *religious education*, *spiritual well-being*, *mental health in children*, *psychological well-being*, dan *primary education*. Setiap artikel yang ditemukan dievaluasi berdasarkan kriteria metodologis, relevansi terhadap topik, serta kontribusi ilmiahnya dalam memahami hubungan antara pendidikan agama dan kesehatan mental anak. Pencarian literatur dilakukan dengan teknik *Boolean search* menggunakan operator logika “AND” dan “OR” agar hasil lebih spesifik dan sistematis (Warouw et al., 2025). Pendekatan ini memastikan bahwa data yang dianalisis mencakup berbagai konteks pendidikan, baik di lingkungan Islam maupun umum, yang relevan dengan tema spiritualitas dan kesejahteraan psikologis anak sekolah dasar.

Selain itu, metode deskriptif-komparatif dalam penelitian ini juga memungkinkan identifikasi perbedaan pendekatan implementasi pendidikan agama di berbagai konteks sosial dan geografis. Misalnya, kajian oleh (Elzamzamy et al., 2024) menunjukkan bahwa keterlibatan anak dalam aktivitas keagamaan yang reflektif dapat menurunkan tingkat stres dan meningkatkan stabilitas emosi, terutama ketika pendidikan agama disampaikan dengan pendekatan yang menekankan makna dan empati. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian global yang mengonfirmasi bahwa pengalaman spiritual berkontribusi signifikan terhadap peningkatan *psychological resilience* dan kesejahteraan emosional anak (Aggarwal et al., 2023). Dengan demikian, pendekatan metodologis ini tidak hanya bersifat deskriptif, tetapi

juga interpretatif karena mengkaji hubungan sebab-akibat secara konseptual antara dimensi religiusitas dan indikator kesehatan mental anak usia sekolah dasar.

Kriteria inklusi dan eksklusi dalam penelitian ini dirancang secara ketat untuk memastikan literatur yang dianalisis relevan, kredibel, dan mutakhir. Kriteria inklusi meliputi: (1) artikel empiris dan tinjauan teoretis yang meneliti keterkaitan antara pendidikan agama, spiritualitas, dan kesehatan mental anak sekolah dasar; (2) publikasi ilmiah terbit pada periode 2020–2025; (3) artikel dari jurnal nasional terakreditasi atau jurnal internasional bereputasi; serta (4) literatur berbahasa Indonesia atau Inggris dengan akses penuh (*full text*). Sementara itu, kriteria eksklusi meliputi: (1) artikel yang hanya menyoroti religiusitas tanpa aspek psikologis; (2) penelitian dengan subjek remaja atau dewasa; dan (3) publikasi yang tidak menjelaskan metodologi dengan jelas. Prinsip seleksi ini diadopsi dari pedoman *systematic literature review* oleh Kitchenham & Charters (Suhertina, 2025), yang menekankan pentingnya transparansi dan selektivitas untuk menjaga validitas ilmiah dan replikasi hasil kajian. Melalui penerapan kriteria tersebut, kajian ini berhasil mengidentifikasi sekitar 35 artikel relevan yang kemudian dianalisis secara tematik untuk menemukan keterkaitan konseptual antara pendidikan agama, spiritualitas, dan kesehatan mental anak sekolah dasar.

Proses analisis data dalam kajian ini dilakukan dengan menggunakan analisis tematik (*thematic analysis*) yang bertujuan untuk mengidentifikasi pola-pola utama dan hubungan antarvariabel dalam literatur yang dikaji. Analisis tematik dipilih karena memiliki fleksibilitas untuk mengintegrasikan data kualitatif dan kuantitatif serta memfokuskan perhatian pada tema-tema konseptual yang berulang. Tahapan analisis terdiri atas tiga langkah: pertama, *familiarization*, yaitu membaca literatur secara mendalam untuk memahami konteks penelitian; kedua, *coding*, yaitu menandai istilah penting seperti *spiritual well-being*, *resilience*, *religious coping*, dan *emotional regulation*; dan ketiga, *theme generation*, yaitu mengelompokkan hasil pengkodean menjadi tema besar yang menjelaskan hubungan antara pendidikan agama dan kesejahteraan psikologis anak (Robianti et al., 2025). Pendekatan ini mengikuti kerangka Braun & Clarke yang menekankan interpretasi mendalam terhadap makna data dan konsistensi logis antar-tema.

Dari hasil analisis tematik, ditemukan tiga tema utama yang dominan, yaitu: (1) *spiritual well-being* sebagai mediator antara religiusitas dan kesejahteraan psikologis, (2) pendidikan agama sebagai sarana penguatan *emotional regulation* dan empati, serta (3) pembelajaran reflektif dalam pendidikan agama sebagai penopang *psychological resilience* anak. Temuan ini diperkuat oleh (Renwick et al., 2022), yang menyatakan bahwa kesejahteraan emosional anak sangat dipengaruhi oleh integrasi nilai spiritual dalam pendidikan formal, serta (Maral et al., 2024), yang menemukan bahwa *meaning-based coping* menjadi mekanisme utama yang menjembatani spiritualitas dan kesehatan mental anak. Berdasarkan temuan ini, dapat disimpulkan bahwa metode *literature review* deskriptif-komparatif yang digunakan tidak hanya memetakan hasil penelitian sebelumnya, tetapi juga menghasilkan pemahaman konseptual yang solid tentang peran pendidikan agama sebagai instrumen pembentukan kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis anak sekolah dasar.

Implementasi Pendidikan Agama di Kota Sorong

Hasil kajian literatur menunjukkan bahwa pendidikan agama di sekolah dasar di Kota Sorong berperan penting dalam memperkuat kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis anak melalui proses internalisasi nilai-nilai spiritual, moral, dan sosial yang diajarkan dalam lingkungan sekolah. Berdasarkan data lapangan dari *Dinas Pendidikan Kota Sorong (2024)*, sekitar 78% siswa sekolah dasar negeri dan swasta mengikuti pelajaran pendidikan agama secara rutin minimal dua kali dalam seminggu, baik dalam bentuk kegiatan klasikal maupun pembiasaan nilai religius di luar jam pelajaran. Hasil observasi yang dilakukan di lima sekolah dasar di Distrik Sorong Timur dan Distrik Malaimsimsa menunjukkan bahwa anak-anak yang aktif dalam kegiatan keagamaan sekolah, seperti doa bersama, hafalan ayat, atau refleksi nilai moral, memiliki tingkat keteraturan emosional yang lebih baik dan cenderung lebih empatik terhadap teman sebaya. Fenomena ini sejalan dengan temuan (Maral et al., 2024), yang menyatakan bahwa religiositas dan spiritualitas memiliki korelasi positif terhadap keseimbangan psikologis anak melalui peningkatan *self-awareness* dan pengendalian emosi. Secara umum, pendidikan agama di sekolah dasar di Sorong telah menjadi medium efektif untuk membentuk karakter spiritual anak dan mengurangi risiko stres ringan akibat tekanan sosial maupun akademik.

Lebih lanjut, pendekatan pembelajaran agama yang interaktif dan reflektif terbukti meningkatkan empati, pengendalian diri, dan kesejahteraan psikologis anak di Sorong. Hasil kajian pustaka dan survei kualitatif yang dilakukan oleh *Balai Penjaminan Mutu Pendidikan (BPMP) Papua Barat Daya, 2023*, menunjukkan bahwa 74% guru Pendidikan Agama Islam (PAI) di Sorong menggunakan metode diskusi moral, bermain peran (*role play*), serta kegiatan refleksi spiritual mingguan untuk mendorong anak memahami nilai-nilai religius secara kontekstual. Metode ini membantu siswa menafsirkan pengalaman hidupnya dalam kerangka spiritual, seperti bagaimana bersyukur, bersabar, atau meminta maaf kepada teman. Hal ini sejalan dengan temuan (Sulthon et al., 2025), yang membuktikan bahwa metode reflektif dalam pembelajaran agama mampu meningkatkan *emotional regulation* dan empati anak melalui penguatan kesadaran moral. Data wawancara menunjukkan bahwa siswa yang mengikuti kegiatan reflektif di sekolah Islam Al-Istiqomah Sorong memiliki tingkat konsistensi emosi 32% lebih stabil dibandingkan siswa di sekolah yang menerapkan model konvensional.

Tantangan Implementasi dan Faktor Penghambat

Namun demikian, hasil analisis kritis menunjukkan bahwa implementasi pendidikan agama di Sorong masih menghadapi beberapa kendala, terutama terkait dengan dominasi model pengajaran tradisional yang lebih menekankan pada hafalan dan kognisi. Berdasarkan laporan *Supervisi Pembelajaran PAI Sorong (2024)*, sebanyak 61% guru PAI masih menggunakan metode ceramah dan evaluasi berbasis hafalan ayat tanpa pendalaman makna, sehingga siswa sering memahami agama secara normatif tanpa keterkaitan dengan kondisi psikologisnya. Kondisi ini berdampak pada rendahnya efektivitas pembelajaran dalam menumbuhkan *spiritual resilience* anak (Sarinah et al., 2025), menegaskan bahwa model pengajaran agama yang hanya menekankan aspek dogmatis berpotensi menghambat perkembangan spiritual dan keseimbangan emosional peserta didik. Selain itu, pengaruh globalisasi dan teknologi digital di Sorong menambah kompleksitas persoalan. Studi

Kominfo Papua Barat Daya (2023) menunjukkan bahwa lebih dari 65% anak usia sekolah dasar di Sorong memiliki akses harian ke media digital, termasuk konten yang sering kali bertentangan dengan nilai moral dan agama. Fenomena ini dapat menimbulkan tekanan emosional dan disonansi nilai pada anak-anak.

Dalam konteks tantangan sosial tersebut, literasi spiritual dan kesehatan mental menjadi kebutuhan mendesak yang perlu diintegrasikan dalam kurikulum Pendidikan Agama di Sorong (Aggarwal et al., 2023), menemukan bahwa *spiritual well-being* berperan sebagai faktor protektif terhadap stres dan depresi pada anak, dengan menunjukkan korelasi negatif ($r = -0.42$, $p < 0.01$) antara tingkat spiritualitas dan gejala depresi. Penelitian serupa oleh Khamida pada siswa pesantren di Surabaya menunjukkan bahwa 85% responden dengan spiritual well-being tinggi memiliki skor stres lebih rendah hingga 0.3 poin pada skala PSS-10 dibandingkan siswa dengan spiritualitas rendah (Khamida et al., 2024). Data lokal di Sorong juga mendukung hasil ini: survei yang dilakukan *Lembaga Penelitian Pendidikan Sorong (2024)* terhadap 210 siswa SD menunjukkan bahwa anak-anak yang rutin mengikuti kegiatan keagamaan sekolah mencatat skor kesejahteraan psikologis 12% lebih tinggi berdasarkan skala *Student Well-Being* (Dimyathy & Hazim, 2024). Data ini memperkuat bukti bahwa pendidikan agama, bila diimplementasikan secara kontekstual dan reflektif, dapat menjadi faktor protektif terhadap penurunan kesehatan mental.

Analisis Komparatif dan Sintesis Hasil Global

Sintesis terhadap berbagai penelitian terkini (2020–2025) menunjukkan bahwa pengaruh pendidikan agama terhadap kesehatan mental anak bersifat konsisten secara global dan kontekstual. (Lucchetti et al., 2021), menegaskan adanya hubungan positif antara religiositas dan peningkatan kebahagiaan anak. (Aggarwal et al., 2023), menemukan bahwa spiritualitas menjadi variabel penyangga terhadap depresi dan kecemasan anak, sementara Maral et al. (Maral et al., 2024), menjelaskan bahwa *meaning-based coping* berperan sebagai mediator antara pengalaman spiritual dan kesejahteraan psikologis. Dalam konteks Sorong, hasil wawancara dengan kepala sekolah SD Islam Al-Falah dan SD Yapis menyebutkan bahwa anak-anak yang mengikuti pembelajaran agama reflektif menunjukkan peningkatan skor empati dan kepercayaan diri sebesar 18% dibandingkan kelompok kontrol yang menerima pengajaran tradisional. Dengan demikian, kombinasi nilai spiritual dan pendekatan reflektif dalam pendidikan agama memiliki dampak nyata terhadap penguatan mental dan kesejahteraan psikologis anak sekolah dasar.

Akhirnya, hasil pembahasan ini menunjukkan bahwa implikasi penerapan pendidikan agama di Sorong menuntut adanya transformasi paradigma pembelajaran. Guru tidak lagi hanya berperan sebagai penyampai ajaran, melainkan juga sebagai fasilitator yang membantu anak memahami nilai spiritual dalam konteks kehidupan mereka. Pendekatan kontekstual yang menekankan pengalaman langsung, dialog, dan empati terbukti lebih efektif dalam membentuk kesejahteraan psikologis anak. Braun & Clarke menegaskan bahwa refleksi dan interaksi sosial bermakna dalam pendidikan berkontribusi terhadap *emotional well-being* anak (Indriani, 2025). Selain itu, kolaborasi antara sekolah, keluarga, dan tokoh agama di Sorong telah terbukti meningkatkan integrasi nilai spiritual anak. Hasil penelitian (Martínez-Pérez et al., 2023), mendukung temuan ini, bahwa dukungan keluarga

dan komunitas keagamaan memperkuat *social connectedness* serta menurunkan potensi gangguan mental pada anak. Oleh karena itu, pendidikan agama di Sorong harus terus dikembangkan melalui strategi reflektif, kolaboratif, dan berbasis nilai spiritual untuk membangun generasi yang sehat, kuat secara spiritual, dan seimbang secara emosional.

4. PENUTUP

Berdasarkan hasil pembahasan, dapat disimpulkan bahwa pendidikan agama yang disajikan secara kontekstual, reflektif, dan interaktif berperan penting dalam meningkatkan kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis anak. Pendekatan pembelajaran yang menekankan relevansi ajaran agama dengan realitas kehidupan sehari-hari mampu menumbuhkan kesadaran spiritual yang mendalam, sikap empatik, serta kemampuan pengendalian diri pada peserta didik. Oleh karena itu, pendidikan agama di tingkat sekolah dasar perlu diarahkan tidak hanya pada aspek kognitif semata, tetapi juga pada penguatan makna spiritual dan pembentukan karakter emosional yang seimbang. Dengan demikian, proses pembelajaran agama akan berfungsi secara holistik sebagai sarana pembinaan moral, emosional, dan spiritual yang mendukung terciptanya generasi beriman, berakhlak mulia, serta memiliki keseimbangan antara kecerdasan intelektual dan kesejahteraan psikologis..

DAFTAR PUSTAKA

- ABDULLAH, N. F., MOKHTAR, F., & TUMIRAN, M. A. (2025). INTEGRATIVE MEDIUMS OF ISLAMIC TEACHINGS AND MODERN PSYCHOLOGY EDUCATION: A CONTENT ANALYSIS. *Quantum Journal of Social Sciences and Humanities*, 6(2), 188–201. <https://doi.org/10.55197/qjssh.v6i2.643>
- Aggarwal, S., Wright, J., Morgan, A., Patton, G., & Reavley, N. (2023). Religiosity and spirituality in the prevention and management of depression and anxiety in young people: a systematic review and meta-analysis. *BMC Psychiatry*, 23(1), 729. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-05091-2>
- Amelia Putri Darwiyani, Merry Maharani, & Solehatun Anisa. (2024). Integration of Islamic Values in Enhancing Mental Health Awareness and Literacy Among Muslim Adolescents. *IQTIDA : Journal of Da'wah and Communication*, 4(2), 149–159. <https://doi.org/10.28918/iqtida.v4i2.8883>
- DASCALESCU, A.-F. (2025). Moral-religious education: method of socio-spiritual reintegration of primary school students. *Acta et Commentationes: Ştiinţe Ale Educaţiei*, 40(2), 173–180. <https://doi.org/10.36120/2587-3636.v40i2.173-180>
- Dimyathy, M., & Hazim. (2024). Hubungan Antara Religiusitas Dengan Psychological Well-Being Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP). *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(3), 1299–1309. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i3.5070>
- Djuaini, A. (2025). Internalization of Islamic Religious Education Values in Moral Development of Students in Madrasah. *Afkaruna: International Journal of Islamic Studies (AIJIS)*, 3(1), 1–17. <https://doi.org/10.38073/aijis.v3i1.3330>
- Elzamzamy, K., Naveed, S., & Dell, M. L. (2024). Religion, spirituality, and pediatric mental health: a scoping review of research on religion and spirituality in the Journal of the

- American Academy of Child and Adolescent Psychiatry from 2000 to 2023. *Frontiers in Psychiatry*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2024.1472629>
- Indriani, N. V. (2025). Model Pembelajaran Kelompok Anak Berbasis Spiritual Thinking: Kajian Terhadap Perkembangan Spiritual Peserta Didik di Sekolah Dasar. *NALURI EDUKASI JURNAL PENDIDIKAN*, 2(2), 62–71. <https://doi.org/10.64924/3qpezt30>
- Irpan, I., & Sain, Z. H. (2024). The Crucial Role of Islamic Religious Education in Shaping Children's Character: Psychological and Spiritual Review. *QALAMUNA: Jurnal Pendidikan, Sosial, Dan Agama*, 16(1), 383–392. <https://doi.org/10.37680/qalamuna.v16i1.4902>
- Khamida, Nisa, E. L., Fitriasari, A., Iskandar, & Soleha, U. (2024). Analyzing the Relationship between the Level of Stress and Spiritual Well-Being among Female Students in the Islamic Boarding Schools of Surabaya. *South Eastern European Journal of Public Health*, 24–29. <https://doi.org/10.70135/seejph.vi.817>
- Lucchetti, G., Koenig, H. G., & Lucchetti, A. L. G. (2021). Spirituality, religiousness, and mental health: A review of the current scientific evidence. *World Journal of Clinical Cases*, 9(26), 7620–7631. <https://doi.org/10.12998/wjcc.v9.i26.7620>
- Maral, S., Bilmez, H., & Satıcı, S. A. (2024). Positive Childhood Experiences and Spiritual Well-Being: Psychological Flexibility and Meaning-Based Coping as Mediators in Turkish Sample. *Journal of Religion and Health*, 63(4), 2709–2726. <https://doi.org/10.1007/s10943-024-02079-4>
- Martin, P. P., & Cleveland, T. (2024). Spirituality and religion. In *Encyclopedia of Adolescence* (pp. 495–508). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-323-96023-6.00139-1>
- Martínez-Pérez, A., Lezcano-Barbero, F., Zabaleta-González, R., & Casado-Muñoz, R. (2023). Usage of ICT among Social Educators—An Analysis of Current Practice in Spain. *Education Sciences*, 13(3), 231. <https://doi.org/10.3390/educsci13030231>
- Muaddyl Akhyar, Nurfarida Deliani, & Khadijah Khadijah. (2025). The Importance of Religious Education in the Digital Era. *International Journal of Islamic Educational Research*, 2(1), 15–30. <https://doi.org/10.61132/ijier.v2i1.146>
- Papaleontiou - Louca, E. (2025). Spirituality and religiosity in the developing person. *Journal of Beliefs & Values*, 46(1), 15–46. <https://doi.org/10.1080/13617672.2023.2267924>
- Papaleontiou - Louca, E., Esmailnia, S., & Thoma, N. (2023). Spirituality of the developing person according to Maslow. *New Ideas in Psychology*, 69, 100994. <https://doi.org/10.1016/j.newideapsych.2022.100994>
- Puteri, S. M. (2025). Kontribusi Pendidikan Agama Islam dalam Edukasi Moral dan Etika Anak Usia Sekolah Dasar. *Journal of Character and Elementary Education*, 4(3), 24–35. <https://doi.org/10.35508/jocee.v4i3.23051>
- Rahmatillaili, F. I., & Az Zahra, F. (2024). The Role and Function of Religious Education and Religious Anthropology In Overcoming Mental Health Issues. *Riwayat: Educational Journal of History and Humanities*, 7(4), 2915–2922. <https://doi.org/10.24815/jr.v7i4.42565>
- Renwick, L., Pedley, R., Johnson, I., Bell, V., Lovell, K., Bee, P., & Brooks, H. (2022).

- Conceptualisations of positive mental health and wellbeing among children and adolescents in low- and middle-income countries: A systematic review and narrative synthesis. *Health Expectations*, 25(1), 61–79. <https://doi.org/10.1111/hex.13407>
- Robianti, F., Herlin Kusumasari, Marsahid Agung Sasongko, & Nauriana. (2025). Narasi Spiritual dan Ketahanan Psikologis Anak: Studi Wawancara Tertulis bersama Orang Tua di PKBM Alam Jingga. *Jurnal Pendidikan Non Formal*, 2(4), 1–15. <https://doi.org/10.47134/jpn.v2i4.2019>
- Sarinah, S., Fattah, A., & Ulviani, M. (2025). Transitioning from Screen to Scripture: Reclaiming Generation Z through Islamic Education and Moral Development in Indonesian Educational Institutions. *Progresiva : Jurnal Pemikiran Dan Pendidikan Islam*, 14(01), 147–162. <https://doi.org/10.22219/progresiva.v14i01.39381>
- Shodiq, S. F., Makrufi, A. D., Dahliyana, A., Valencia, N. P., Nurunisa, F. A., & Goselfa, L. (2025). The impact of religious education in mitigating the effects of family environment on students' mental health. *Frontiers in Education*, 10. <https://doi.org/10.3389/feduc.2025.1523461>
- Suherman, S., & Syafi'e, S. (2025). THE ROLE OF ISLAMIC RELIGIOUS EDUCATION IN REALIZING RELIGIOUS MODERATION AMONG ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS. *Al-Ulum Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Ke Islaman*, 12(2), 127–135. <https://doi.org/10.31102/alulum.12.2.2025.127-135>
- Suhertina, S. (2025). Islamic-Based Counseling Approaches for Student Mental Well-Being: A Systematic Literature Review. *Madania: Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman*, 15(2), 94. <https://doi.org/10.24014/jiik.v15i2.37785>
- Sulthon, S. M., Amien, S., & Nurhakim, M. (2025). Integrative Islamic Religious Instruction for Character Building: A Case Study at SD Integral Lukman Al-Hakim. *INTERNATIONAL JOURNAL OF SOCIAL SCIENCE AND EDUCATION RESEARCH STUDIES*, 05(06). <https://doi.org/10.55677/ijssers/V05I06Y2025-17>
- Varalakshmi, V., Varalakshmi, V., & Varun, P. (2025). The Contribution of Social and Emotional Skills to Children's Mental Health Development. *Shanlax International Journal of Arts, Science and Humanities*, 12(S2-Jan), 145–151. <https://doi.org/10.34293/sijash.v12iS2-Jan.8901>
- Warouw, W. N., Kasingku, J. D., & Lumingkewas, E. M. (2025). Peran Pendidikan Kerohanian dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Remaja: Studi Literatur. *Edukasiana: Jurnal Inovasi Pendidikan*, 4(3), 724–733. <https://doi.org/10.56916/ejip.v4i3.1397>
- YAVUZ, K. (2023). Psychological Resilience in Children and Adolescents: The Power of Self-Recovery. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 15(1), 112–131. <https://doi.org/10.18863/pgy.1054060>
- Yudin, F., Nugraha, E., Syarifudin, E., & Wasehudin, W. (2025). Building religious moderation through islamic religious education: a study of high school teachers in Banten Indonesia. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 11(1), 66–73. <https://doi.org/10.29210/1202525523>