



PERAN PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DALAM MENGANTISIPASI KECANDUAN SOSIAL MEDIA DAN MENJAGA KESEHATAN MENTAL SISWA DI MTS NEGERI 15 JOMBANG

Muhammad Ariful Amin

Universitas Hasyim Asy'ari

Sholihul Anshori

Universitas Hasyim Asy'ari

Alamat kampus: Tebuireng Jombang

Korespondensi penulis: arifulamin06@gmail.com

Abstract: *Social Media is a technology used to communicate as well as to access available content. Social media if used excessively will result in addiction, for this reason anticipation or prevention is needed. On the other hand, students' mental health also needs to be maintained, because with a healthy mentality students will more easily understand the learning taught by the teacher in class and will be more active in participating in activities. The research used a qualitative approach and the type was a case study. Data collection techniques using observation, interviews and documentation. Analyzing data through data reduction, presenting data and concluding data. The role of Islamic Religious Education in anticipating social media addiction and maintaining students' mental health at MTs Negeri 15 Jombang is realized through learning social media adab to wisely use social media, as well as by participating in religious-based activities carried out regularly by students, aiming to anticipate social media addiction and maintain students' mental health.*

Keywords : *Social Media, Mental Health, Islamic Religious Education*

Abstrak: Sosial Media adalah Teknologi yang digunakan untuk berkomunikasi juga untuk mengakses konten-konten yang tersedia. Sosial media jika digunakan berlebihan akan mengakibatkan kecanduan, untuk itu diperlukannya antisipasi atau pencegahan. Di sisi lain, kesehatan mental siswa juga perlu dijaga, karena dengan mental yang sehat siswa akan lebih mudah memahami pembelajaran yang diajarkan oleh Guru di kelas serta akan menjadi lebih aktif mengikuti kegiatan. Untuk menemukan jawaban atas 3 fokus penelitian. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dan jenisnya yaitu studi kasus. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Menganalisa data melalui reduksi data, menyajikan data dan menyimpulkan data. Peran Pendidikan Agama Islam dalam mengantisipasi kecanduan sosial media dan menjaga kesehatan mental siswa di MTs Negeri 15 Jombang diwujudkan melalui pembelajaran adab bermedia sosial untuk bijak menggunakan sosial media, juga dengan mengikuti kegiatan berbasis keagamaan yang dilakukan secara rutin oleh siswa, bertujuan untuk mengantisipasi kecanduan sosial media dan menjaga kesehatan mental siswa.

Kata Kunci: Sosial Media, Kesehatan Mental, Pendidikan Agama Islam

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi yang meningkat semakin pesat dari hari kehari membawa banyak perubahan pada kehidupan manusia. Dengan teknologi yang canggih manusia dapat melakukan tugasnya dengan cepat dan mudah, salahsatunya ialah dalam hal komunikasi. Sosial media adalah sebuah media untuk memudahkan pengguna berkomunikasi, berhubungan dengan keluarga maupun teman, serta membagikan atau menikmati berbagai konten digital. Di Indonesia, kehadiran media sosial telah menjadi kebutuhan primer dalam keseharian masyarakat, bahkan sulit untuk ditinggalkan. Data dari We Are Social menunjukkan bahwa pengguna aktif sosial

media di Indonesia mencapai 139 juta pengguna atau sekitar 49,9% dari seluruh penduduk. Platform yang paling banyak digunakan antara lain Facebook, Instagram, YouTube, X (Twitter), dan TikTok. Mayoritas pengguna berasal dari kalangan usia 16–64 tahun, dengan rata-rata waktu penggunaan sekitar 3 jam per hari.¹ Ada beberapa alasan mengapa masyarakat Indonesia begitu aktif di media sosial, di antaranya untuk mengisi waktu luang, menjalin komunikasi dengan kerabat, serta mencari informasi atau konten terkini yang sedang viral. Namun, media sosial juga memiliki dampak ganda. Di satu sisi, terdapat konten bermanfaat seperti edukasi dan motivasi, tetapi di sisi lain, ada pula konten negatif yang berpotensi merugikan, terutama bagi anak-anak yang masih mudah terpengaruh. Tanpa pengawasan yang tepat, mereka bisa meniru perilaku buruk atau bahkan kecanduan, sehingga berdampak pada menurunnya semangat belajar dan tanggung jawab terhadap tugas sekolah maupun di rumah. Selain itu, menggunakan sosial media melampaui batas akan memicu stres dan kecemasan, terutama di kalangan remaja. Hal ini sering kali disebabkan oleh paparan cyberbullying, perbandingan sosial, atau FOMO (takut ketinggalan tren).² Kecanduan Sosial media ini perlu untuk dihindari karena Allah SWT tidak suka hal-hal yang berlebihan. Sebagaimana yang berbunyi dalam Al-Qur'an:

“Wahai anak cucu Adam! Pakailah pakaianmu yang bagus pada setiap (memasuki) masjid, makan dan minumlah, tetapi jangan berlebihan. Sungguh, Allah tidak menyukai orang yang berlebih-lebihan.”³

Sebagaimana yang dijelaskan dalam Al Qur'an Al-'Araf ayat 31 diatas bahwasanya Allah SWT tidak menyukai sesuatu yang berlebihan, terlebih menggunakan sosial media tanpa mengenal waktu yang mengakibatkan banyak waktu yang terbuang dan tugas yang ditunda-tunda untuk dikerjakan. Dampak Kecanduan media sosial dapat memicu berbagai penyimpangan terhadap norma agama dan sosial masyarakat. Hal ini sering terwujud dalam perilaku antisosial seperti perkelahian, tindak kriminal, penyalahgunaan narkoba, pelecehan, hingga pelanggaran moral. Selain itu, ketergantungan pada platform digital ini juga mengurangi kualitas interaksi sosial di dunia nyata. Padahal, interaksi sosial merupakan proses dinamis yang melibatkan hubungan timbal balik antar individu maupun kelompok.⁴ Indikator seseorang yang kecanduan

¹Ahmad Nabil, Mochammad Afandi Wirawan, Rayhan Lauzzadani, Nur Aini Rakhmawati, “Pengaruh Sosial media terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswa ITS”, *Jurnal Ilmu Komunikasi dan Informasi*, 4 (Juni 2024), 38.

²Roza Fitrialis, Dea Elsani, Tika Rahmadani, Nayla Riska Vania, Nashwa Putri Nabila, Nur Fitriana, “Dampak Negatif Sosial media Terhadap Remaja”, *Jurnal Akuntansi, Bisnis dan Ekonomi Indonesia*, 3 (Agustus 2024), 31.

³ QS. Al-'Araf(7): 31

⁴Qurotul Putri Riyadi, Fitalia Bunga Fandila, Alycia Febytha Maruti, Nindi Nadia. *Dampak Buruk Kecanduan Penggunaan Media Sosial Di Era 5.0 Pada Kesehatan Mental Dan Interaksi Sosial*, *Jurnal Perspektif*, 3 (Maret 2024), 97.

sosial media tidak dilihat dari lama penggunaannya, meliputi dari 6 aspek meliputi dominasi aktivitas, merasa cemas jika tidak mengakses sosial media, sering *online*, modifikasi perasaan pengguna, pengulangan penggunaan sosial media yang telah lama tidak dilakukan, terjadinya masalah saat mengaksesnya⁵

Dilain sisi, Aspek kesehatan mental merupakan faktor krusial yang perlu diperhatikan, khususnya bagi pelajar. Kondisi mental yang stabil memungkinkan siswa menyerap ilmu dengan optimal tanpa beban psikologis. Gangguan mental seperti kecemasan, depresi, atau masalah perilaku dapat menghambat proses belajar. Menurut Suhaimi, kesehatan mental merupakan keadaan yang mendukung pertumbuhan optimal aspek badan, pikiran, emosional, dan spiritual seseorang secara seimbang dengan lingkungan sosialnya.⁶ Berdasarkan WHO, Gangguan kegelisahan merupakan permasalahan kesehatan mental yang paling lazim terjadi pada golongan usia remaja. Diperkirakan mengalami gangguan kecemasan pada 3,6% remaja usia 10-14 tahun dan 4,6% remaja usia 15-19 tahun. Diperkirakan pada 1,1% remaja usia 10-14 tahun, dan 2,8% remaja usia 15-19 tahun mengalami Depresi. Gangguan perilaku ditandai dengan kesulitan fokus, kelebihan beraktivitas dan kecerobohan, terjadi antara 3,1% remaja usia 10-14 tahun dan 2,4% remaja usia 15-19 tahun. Gangguan tingkah laku melibatkan gejala perilaku yang merusak atau menantang terjadi pada 3,6% remaja usia 10-14 tahun dan 2,4% remaja usia 15-19 tahun.⁷ Faktor Internal dan eksternal dapat mempengaruhi kesehatan mental yaitu.⁸ Faktor internal merupakan Karakter bawaan seperti kepribadian (sabar, pemarah), bakat alami (kepemimpinan, seni), dan warisan genetik (kecerdasan, emosi). Adapun faktor eksternal merupakan Pengaruh lingkungan sosial, budaya, dan masyarakat. Lingkungan yang positif akan membentuk mental yang sehat, sebaliknya lingkungan negatif berpotensi menimbulkan gangguan psikologis. Pernyataan dari WHO, seseorang dikategorikan memiliki jiwa yang sehat, jika memiliki kriteria yaitu seseorang mampu menyesuaikan dirinya. mendapatkan kepuasan dari hasil usahanya. Perasaan menerima adapa adanya. bebas dari tekanan mampu bersosialisasi, bersimpati dan kasih sayang terhadap sesama.⁹

⁵Jamaludin, Aulis Syarifah, Karyadi, *Faktor-Faktor Penyebab Kecanduan Media Sosial pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Uin Syarif Hidayatullah Jakarta*, *Edu Dharma Journal*, 6 (September, 2022), 141.

⁶Siti Nurislamiah1*, Ariesta Setyawati, "Peran Agama Terhadap Kesehatan Mental Remaja", *PELITA Jurnal Penelitian dan Karya Ilmiah*, 23 (Agustus 2024), 82.

⁷ Mardiana DM, Nova Mardiana, Maryana, "Hubungan Penggunaan Sosial media Tiktok Terhadap Kesehatan Mental Remaja", *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6 (Februari 2024), 183.

⁸ Asriyanti Rosmalina, Tia Khaerunnisa, "Penggunaan Sosial media dalam Kesehatan Mental Remaja", *Prophetic: Professional, Empathy and Islamic Counseling Journal*, 4 (Juni 2021), 53-54.

⁹ Arif Munandar (eds.), *Kesehatan Mental (Teori dan Penerapan)*, (Bandung: CV. Media Sains Indonesia, 2022), 9.

Menurut pandangan Basyiruddin Usman, pendidikan agama Islam merupakan cara membentuk kepribadian muslim, mencakup tiga aspek fundamental: penanaman aqidah, pengamalan ibadah, serta pembinaan akhlak mulia. Tujuannya adalah menciptakan insan yang bertakwa dengan berpedoman pada Al-Qur'an dan Sunnah Nabi Muhammad SAW.¹⁰ Al-Ghazali berpendapat yaitu tujuan dari pendidikan Islam yang sangat utama ialah beribadah dan mendekatkan diri kepada Allah, dan sempurnanya manusia yang bahagia dunia akhirat.¹¹ Peran pendidikan Islam dalam kehidupan modern sangat krusial. Dengan menerapkan nilai-nilai syariat secara konsisten, seseorang dapat terhindar dari berbagai penyimpangan moral. Untuk membentuk mental yang sehat dan terhindar dari gangguan psikologis, diperlukan strategi komprehensif yang meliputi pembinaan moral, proses penanaman nilai-nilai etika sejak dini melalui ajaran agama. Pembinaan moral harus dilaksanakan sejak dini. Pendidikan agama berfungsi sebagai panduan hidup yang mengajarkan prinsip-prinsip moral universal, tata cara beribadah yang benar, menjaga hubungan dengan Sang Pencipta.¹² Sebagai makhluk Tuhan, manusia perlu senantiasa menyadari bahwa segala sesuatu terjadi atas kehendak-Nya. Dengan pemahaman agama yang mendalam dan penerapan nilai ketuhanan dalam rutinitas setiap hari, seseorang akan memiliki ketahanan mental ketika menghadapi berbagai cobaan. Sikap tawakal dan ikhtiar harus menjadi landasan dalam menyikapi setiap persoalan hidup.¹³ Sesuai dengan ayat Al-Qur'an:

“ Dan Kami pasti akan menguji kamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar,”¹⁴

Untuk itu diperlukannya Pendidikan Agama Islam dalam mengantisipasi kecanduan sosial media karena berisikan ajaran dan nilai-nilai islam yang diperlukan bagi siswa supaya dapat memperkuat diri dari sesuatu yang buruk. Juga karena ajaran dan nilai yang terkandung didalam pendidikan agama islam untuk selalu menjaga kessehatan mentalnya dengan mendekatkan diri kepada sang Pencipta, yang mengharuskan menjalankan semua perintah-Nya dan menjauhi segala larangan-Nya.

¹⁰ Baktiar Leu, “Peran Pendidikan Agama Islam Dalam Mengantisipasi Dampak Perkembangan Iptek (Studi Penggunaan Sosial media Pada Anak Sebagai Bagian dari Kemajuan Iptek)”, *Jurnal Elkaterie*, 5 (April 2022), 18.

¹¹ Dindin Jamaluddin, *Ilmu Pendidikan Islam*, (Depok: PT Raja Grafindo Persada, 2022), 62.

¹² Nadia Ayu Putri, Burhanuddin Ridlwan, “Kesehatan Mental Dan Implikasinya Dalam Pendidikan Agama Islam Perspektif Pemikiran Zakiah Daradjat” *Perspektif: Jurnal Pendidikan dan Ilmu Bahasa*, 2 (September 2024), 100.

¹³ Rasyidatun Mahdiyyah, Rofiatul Hosna, Aida Arini, ”Esensi Pendidikan Agama Islam Dalam Mewujudkan Kesehatan Mental Siswi MA Al-Washoya Ngoro Jombang Jawa Timur”, *EL-Isla*, 6 (Maret 2024), 102.

¹⁴ QS.Al-Baqoroh(2): 155

KAJIAN TEORITIK

Dalam pendidikan agama islam terdapat kandungan-kandungan yang pada hakikatnya adalah Ketetapan Allah yang terdapat dalam Al-Qur'an dan Sunnah Rosul-Nya yang berisi perintah dan larangan serta petunjuk agar menjadi pedoman hidup dan kehidupan umat manusia untuk bahagia dunia dan akhirat.¹⁵ Menurut Munir Mursi, tujuan pendidikan islam yaitu bahagia di dunia dan akhirat, beribadah kepada Allah, mempererat silaturahmi dan menjaga keperluan umat muslim, dan berakhlak mulia.¹⁶

McGraw Hill Dictionary mendefinisikan sosial media adalah media yang banyak digunakan orang untuk berinteraksi dengan yang lain dengan cara membentuk, membagikan, saling tukar pengetahuan, ilmu dan ide di dalam media maya.¹⁷ Kriteria seseorang yang mengalami kecanduan sosial media menurut Young dan Rodgers yaitu, senang dengan sosial media, bergantung pada sosial media dengan peningkatan durasi penggunaan, tidak mampu menguasai diri untuk memangkas pemakaian secara lebih, mudah cemas, termenung, galau, atau marah saat mencoba untuk memangkas serta menghentikan pemakaian sosial media, menggunakan sosial media lebih lama daripada yang seharusnya, menggunakan sosial media sebagai solusi pada masalah yang ada.¹⁸

Zakiah Daradjat berpendapat bahwa kesehatan mental didefinisikan sebagai terjadinya perpaduan yang benar-benar antara wujud kejiwaan dan terbentuknya adaptasi diri antara pribadi dengan dirinya sendiri dan lingkungannya belandaskan kepercayaan dan menjaga diri".¹⁹ Menurut Bastaman dan Eni & Kep, indikator kesehatan mental seseorang yaitu jika tidak memiliki tekanan mental, dapat beradaptasi dan dapat mengembangkan potensi diri untuk menuju tujuan yang ingin dicapai²⁰

METODE

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan peneliti sebagai instrumen, dengan latar peneitian di MTs Negeri 15 Jombang. Sumber data penelitian yaitu Kepala

¹⁵Rohidin, *Pendidikan Agama Islam Sebuah Peengantar*, Cet ke-2, (Yogyakarta: FH UII Press, 2020), 99

¹⁶ Lubna, *Ilmu pendidikan islam*, 39.

¹⁷ Maulana Aenul Yaqin, *Peran Sosial media dalam Pnedidikan*, (Yogyakarta: CV. Istana Agenci, 2023), 86.

¹⁸ Rizki Wulandari, Netrawati Netrawati, *Analisis Tingkat Kecanduan Media Sosial pada Remaja*, *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 5 (Desember 2020), 42-43.

¹⁹ Zulfan Saam dan Novita Rany, *Psikologi kesehatan dan Konseling kesehatan*, (Pekanbaru: UR Press, 2022), 80.

²⁰ Nella Sulung dan Ilda Melisa (eds.), *Kesehatan Mental*, (Padang: PT Global Eksekutif Teknologi, 2023), 6.

Madrasah, Guru dan para Siswa dengan membagi data kedalam data *primer* dan *sekunder*. Teknik pengumpulan data penelitian meliputi observasi, wawancara dan dokumentasi. Analisis data melalui beberapa prosedur yaitu reduksi data, penyajian data kemudian penarikan kesimpulan dan verifikasi.²¹

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Peran PAI dalam mengantisipasi kecanduan sosial media di MTsN 15 Jombang

Dari data yang diperoleh, peran PAI di MTs negeri 15 Jombang telah dilakukan semaksimal mungkin dalam mengantisipasi kecanduan sosial media, materi dan kegiatan keagamaan yang diadakan oleh madrasah cukup untuk mengantisipasi kecanduan pada siswa karena teralihkan kegiatannya ke hal-hal yang positif dan lebih bermanfaat, juga mendapatkan nasehat dan pesan dari Para guru agar selalu waspada. Hal ini dijelaskan oleh Musthafa Al-Ghulayani bahwa pendidikan Islam ialah penanaman akhlak yang mulia didalam jiwanya pada masa berkembangnya dan memberikan nasehat dan petunjuk, sehingga akhlak dapat meresap kedalam jiwanya sehingga bermanfaat dan cinta tanah kelahirannya²²

Selain itu juga guru PAI mengatakan bahwasanya sosial media memiliki dampak positif dan negatif, sesuai dengan yang dijelaskan oleh Amedie, dampak positif dari media sosial salahsatunya yaitu berkontribusi dalam mencari informasi tentang isi yang ingin dicari dan disukai, seperti penggunaan youtube untuk pembelajaran materi Al-Qur'an Hadist. Juga dampak negatifnya yaitu rasa cemas yang didahului dengan keinginan untuk mengungkapkan diri yang tidak logis dan menjadi sempurna yang tidak dapat dicapai oleh orang lain, hingga menimbulkan perasaan gelisah.²³

Dalam mengantisipasi kecanduan sosial media secara efektif, siswa diharuskan mengalihkan perhatiannya pada sosial media dengan cara dengan mengikuti dan melakukan kegiatan keagamaan, juga Guru harus senantiasa memberikan nasehat untuk bijak menggunakan sosial media. Temuan ini juga didukung oleh penelitian Elysa Ratna Dewi yang menemukan bahwasanya untuk pencegahan dampak negatif (kecanduan) pemakaian sosial media adalah melalui arahan dan nasehat guru, serta dengan pembiasaan keagamaan.²⁴

²¹ Sugiono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D. Cet. 27.* (Bandung : Alfabeta, 2022), 246.

²² Rosmiaty Aziz, *Ilmu Pendidikan Islam, Cet.2* (Yogyakarta: Sibuku, 2019), 5.

²³ Asriyanti Rosmalina , Tia Khaerunnisa, "Penggunaan Sosial media dalam Kesehatan Mental Remaja", *Prophetic: Professional, Empathy and Islamic Counseling Journal*, 4 (Juni 2021), 49.

²⁴ Elysa Ratna Dewi, "Upaya Guru Pendidikan Islam dalam Mencegah Dampak Negatif Penggunaan Media Sosial Siswa Kelas X di SMA Plus Al-Hasan Panti Jember", *Skripsi* (UIN Kiai Haji Siddiq Jember, 2022), 100.

Jadi berdasarkan dari temuan-temuan yang diperoleh, dapat disimpulkan bahwasanya peran PAI dalam mengantisipasi kecanduan sosial media yaitu dengan nasehat dan bimbingan dari guru PAI selama proses pembelajaran serta dengan mengikuti dan melakukan kegiatan berbasis agama atau kegiatan-kegiatan yang bermanfaat.

PAI dalam menjaga kesehatan mental siswa di MTsN 15 Jombang.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa PAI diperlukan untuk menjaga kesehatan mental para siswa. Kegiatan keagamaan yang diadakan oleh madrasah secara terstruktur dan terjadwal memberikan siswa untuk mendapatkan ketenangan hati dan jiwa serta dukungan moral melalui pesan dan makna yang terkandung dalam kegiatan tersebut. PAI tidak hanya pada satu ruang lingkup saja tetapi beberapa ruang lingkup agar siswa senantiasa beriman, berakhlak dan menjaga mentalnya melalui kegiatan berbasis keagamaan. Hal ini dijelaskan oleh Lubna dalam bukunya yaitu Ruang lingkup pendidikan agama islam meliputi seluruh aktivitas kependidikan yang dilakukan secara selaras dan berkelanjutan, yang spesifik diantaranya yaitu pendidikan keimanan, pendidikan akhlak dan pendidikan mental.²⁵

Hasil yang didapat dari kegiatan berbasis keagamaan, para siswa menjadi terbantu, arah, tujuan hidup dan beraktivitasnya menjadi lebih terarah, serta menjadi paham akan baik dan buruk nya sesuatu agar dapat selalu melakukan hal yang baik, membatasi dan menahan diri dari hal-hal yang buruk. Hal ini didukung oleh Yusuf yang mendefinisikan kesehatan mental yakni saat seseorang berpikir, mengetahui, serta menerima kehidupan dalam dirinya sehari-hari. Saat melihat diri sendiri serta orang lain. Saat melaksanakan penilaian terhadap berbagai pilihan pemecahan masalah yang ditemui dan mengambil keputusan.²⁶

Dengan demikian. PAI sangat penting dalam membentuk serta memelihara kesehatan mental siswa, karena PAI memberikan petunjuk dan sebagai pedoman hidup yang harus dipegang oleh siswa.

Peran PAI dalam mengantisipasi kecanduan sosial media dan menjaga kesehatan mental siswa di MTsN 15 Jombang

Peran PAI di MTsN 15 Jombang sangat strategis dalam mengantisipasi kecanduan sosial media dan menjaga kesehatan mental siswa. Integrasi kegiatan keagamaan dengan penyampaian pesan dan materi saat pembelajaran membentuk perilaku bijak dalam penggunaan sosial media dan menyadarkan siswa akan pentingnya menjaga kesehatan mental. Hal ini memenuhi tujuan utama dari PAI sendiri sebagai mana dijelaskan oleh Abdullah Ar-Rohman, yang mengungkapkan

²⁵ Lubna, *Ilmu Pendidikan Islam kajian teoretis dan praktis, Cet 1*, (Mataram: Sanabil, 2020), 12).

²⁶ Diana Vidya Fakhriyani, *Literasi Kesehatan Mental (Konsep, Strategi, Pengaruhnya terhadap Kesehatan Mental)*, (Bojonegoro: Madza Media, 2022), 13.

PERAN PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DALAM MENGANTISIPASI KECANDUAN SOSIAL MEDIA DAN MENJAGA KESEHATAN MENTAL SISWA DI MTS NEGERI 15 JOMBANG

bahwa tujuan utama pendidikan Islam meliputi tujuan jasmani(raga), tujuan rohani(jiwa), dan tujuan mental.²⁷

PAI juga berperan sebagai pembentuk dan penanaman nilai-nilai karakter pada siswa. Semua Guru di MTs Negeri 15 Jombang dituntut tidak hanya mengajarkan tetapi juga mendidik siswa dalam mengamalkan nilai-nilai ajaran agama islam serta menanamkan pendidikan berkarakter islami kepada para siswa. Didukung oleh Siti & Martin dalam bukunya menjelaskan Pendidikan karakter diketahui sebagai usaha menanamkan kecerdasan dalam berpikir, peresapan dalam berakhlak, dan penerapan dalam bentuk tindakan yang sesuai dengan nilai-nilai yang menjadi dirinya sendiri, diwujudkan dengan interaksi pada Tuhannya, diri sendiri, sesama, dan lingkungannya²⁸.

Tetapi diperlukannya kerjasama dan dukungan penuh dari orang tua siswa agar peran PAI dapat berjalan maksimal, karena orang tua siswa di rumah lebih memegang kendali penuh dan siswa lebih banyak melakukan aktivitas di rumah dari pada di madrasah. Guru beserta orangtua siswa harus selalu berjalan beriringan serta saling menjalin komunikasi yang baik agar terwujudnya peran PAI secara maksimal. Didukung oleh Nurfuadi dalam bukunya yang berpendapat bahwa berhasilnya PAI di sekolah sangat berkaitan erat dengan aturan dari luar salahsatunya yaitu peran dari orang tua siswa sendiri. Karena itu, peran orang tua benar-benar sangat utama dan diperlukan demi terwujudnya keberhasilan dari pendidikan agama islam.²⁹

Maka dapat disimpulkan bahwasanya Peran Pendidikan Agama Islam dalam mengantisipasi kecanduan sosial media serta menjaga kesehatan mental siswa di Mts Negeri 15 Jombang diwujudkan dalam kegiatan-kegiatan berbasis keagamaan, penyampaian pesan saat materi pembelajaran serta melalui penanaman pendidikan karakter. Akan tetapi masih diperlukannya Peran Orang Tua dalam mendukung peran dan kegiatan yang telah ada melalui komunikasi dengan Guru di Madrasah, agar tujuan dari PAI dapat berhasil secara lebih optimal dan maksimal.

KESIMPULAN

²⁷ Aris, *Ilmu Pendidikan Islam*, (Cirebon: Yayasan Wisata Bestari Samata, 2022), 2.

²⁸ Siti Pupu Fauziah dan Martin Roestami, *Pendidikan Karakter Berbasis Tauhid* (Depok: Rajawali Pers, 2020), 175.

²⁹ Nurfuadi, *Kompetensi Professional Guru Pendidikan Islam Dalam Manajemen Mutu Pembelajaran*, (Banyumas: Lutfi Gilang, 2021), 9.

Peran Pendidikan Agama Islam dalam mengantisipasi kecanduan sosial media di MTs Negeri 15 Jombang melalui integrasi materi pembelajaran aqidah akhlak yaitu adab bersosial media yang menjelaskan tentang bahaya sosial media dan cara menggunakannya secara bijak. Selain itu, dengan mengikuti kegiatan keagamaan atau kegiatan lain yang bermanfaat merupakan cara efektif dalam mengantisipasi kecanduan sosial media, karena fokus dan waktunya digunakan untuk hal-hal yang lebih positif dan bermanfaat.

Pendidikan Agama Islam dalam menjaga kesehatan mental siswa di MTs Negeri 15 Jombang melalui kegiatan rutinan berbasis keagamaan seperti sholat dhuha dan sholat dhuhur berjamaah, membaca Al-Qur'an dan mendengarkan Kultum sebelum sholat dhuha, istighosah dan tahlilan bersama setiap jum'at legi. Kegiatan yang diadakan oleh madrasah tersebut membantu menjaga kesehatan mental siswa, karena dari pembiasaan melakukan kegiatan keagamaan hati menjadi tenang serta siswa mengetahui baik dan buruknya sesuatu melalui Kultum, hal ini diperlukan bagi siswa untuk menghindari suatu hal yang dapat membahayakan kesehatan mentalnya.

Peran pendidikan agama islam dalam mengantisipasi kecanduan sosial media dan menjaga kesehatan mental siswa di MTs Negeri 15 Jombang sangat strategis, perpaduan antara nasehat dan materi pembelajaran yang disampaikan oleh Guru serta kegiatan berbasis keagamaan yang diadakan oleh Madrasah menyadarkan siswa untuk selalu bijak dalam menggunakan sosial media serta siswa menjadi sadar akan pentingnya menjaga kesehatan mentalnya. Peran PAI menjadi sangat penting karena PAI terdapat nilai-nilai yang terkandung didalamnya yang dijadikan sebagai pegangan dan pedoman untuk membentengi diri dari hal-hal yang buruk seperti kecanduan sosial media, serta merawat dan menjaga kesehatan mental karena hati dekat dengan sang pencipta yaitu Allah SWT.

DAFTAR PUSTAKA

Buku

- Aris. Ilmu Pendidikan Islam. Cirebon: Yayasan Wisata Bestari Samata, 2022.
- Aziz, Rosmiaty. Ilmu Pendidikan Islam, Cet.2 Yogyakarta: Sibuku, 2019.
- Fakhriyani, Diana Vidya. Literasi Kesehatan Mental (Konsep, Strategi, Pengaruhnya terhadap Kesehatan Mental). Bojonegoro: Madza Media, 2022.
- Fauziyah, Siti Pupu dan Roestami, Martin. Pendidikan Karakter Berbasis Tauhid, Depok: Rajawali Pers, 2020
- Munandar, Arif (ed). Kesehatan Mental (Teori dan Penerapan), Bandung: CV. Media Sains Indonesia, 2022.
- Lubna. Ilmu Pendidikan Islam kajian teoretis dan praktis, Cet 1, Mataram: Sanabil, 2020.

- Nurfuadi, Kompetensi Profesional Guru Pendidikan Islam Dalam Manajemen Mutu Pembelajaran, Banyumas: Lutfi Gilang, 2021
- Sugiono, Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D. Cet. 27. Bandung : Alfabeta, 2022.
- Saam, Zulfan dan Rany, Novita. Psikologi kesehatan dan Konseling kesehatan, Pekanbaru: UR Press, 2022.
- Sulung, Nella, dan Melisa, Ilda (eds.). Kesehatan Mental, Padang: PT Global Eksekutif Teknologi, 2023.
- Rohidin, Pendidikan Agama Islam Sebuah Pengantar, Cet ke-2, Yogyakarta: FH UII Press, 2020
- Yaqin, Maulana Aenul (ed.). Peran Sosial media dalam Pendidikan. Yogyakarta: CV. Istana Agenci, 2023.

Jurnal

- DM, Mardiana. Mardiana, Nova. Maryana, “Hubungan Penggunaan Sosial media Tiktok Terhadap Kesehatan Mental Remaja“, Jurnal Penelitian Perawat Profesional, 6, Februari 2024
- Fitrialis, Roza. Elsani, Dea. Rahmadani, Tika. Vania, Nayla Riska. Nashwa Putri Nabila, Nur Fitriana, “Dampak Negatif Sosial media Terhadap Remaja”, Jurnal Akuntansi, Bisnis dan Ekonomi Indonesia, 3, Agustus 2024
- Jamaluddin, Dindin. Ilmu Pendidikan Islam. Depok: PT Raja Grafindo Persada, 2022.
- Jamaludin. Syarifah, Aulis. Karyadi, “Faktor-Faktor Penyebab Kecanduan Media Sosial pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Uin Syarif Hidayatullah Jakarta”, Edu Dharma Journal,6, September 2022.
- Leu, Baktiar. “Peran Pendidikan Agama Islam Dalam Mengantisipasi Dampak Perkembangan Iptek (Studi Penggunaan Sosial media Pada Anak Sebagai Bagian dari Kemajuan Iptek)”, Jurnal Elkaterie, 5, April 2022.
- Mahdiyyah, Rasyidatun. Hosna, Rofiatul. Arini, Aida. “Esensi Pendidikan Agama Islam Dalam Mewujudkan Kesehatan Mental Siswi MA Al-Washoya Ngoro Jombang Jawa Timur”, EL-Isla, 6, Maret 2024.
- Nabil, Ahmad. Wirawan, Mochammad Afandi. Lauzzadani, Rayhan. Rakhmawati, Nur Aini. “Pengaruh Sosial media terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswa ITS”, Jurnal Ilmu Komunikasi dan Informasi, 4, Juni 2024
- Nurislamiah, Siti. Setyawati, Ariesta. “Peran Agama Terhadap Kesehatan Mental Remaja”, PELITA Jurnal Penelitian dan Karya Ilmiah , 23, Agustus 2024.

- Putri, Nadia Ayu. Ridlwan, Burhanuddin. “Kesehatan Mental Dan Implikasinya Dalam Pendidikan Agama Islam Perspektif Pemikiran Zakiah Daradjat” *Perspektif: Jurnal Pendidikan dan Ilmu Bahasa*, 2, September 2024.
- Riyadi, Qurotul Putri. Fandila, Fitalia Bunga. Maruti, Alycia Febytha. Nadia, Nindi. “Dampak Buruk Kecanduan Penggunaan Media Sosial Di Era 5.0 Pada Kesehatan Mental Dan Interaksi Sosial”, *Jurnal Perspektif*, 3, Maret 2024
- Rosmalina, Asriyanti. Khaerunnisa, Tia “Penggunaan Sosial media dalam Kesehatan Mental Remaja”, *Prophetic: Professional, Empathy and Islamic Counseling Journal*, 4, Juni 2021
- Wulandari, Rizki dan Netrawati, Netrawati. “Analisis Tingkat Kecanduan Media Sosial pada Remaja”, *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 5, Desember 2020.