

**INTERNATIONAL JOURNAL OF
MODERN EDUCATION
(IJMOE)**www.gaexcellence.com/ijmoe**INTEGRASI KANDUNGAN PSIKOSPIRITUAL ISLAM
DALAM PENGAJARAN GURU PENDIDIKAN ISLAM BAGI
MENJAMIN KESIHATAN MENTAL MURID: SATU
CADANGAN***INTEGRATION OF ISLAMIC PSYCHOSPIRITUAL CONTENT IN ISLAMIC
EDUCATION TEACHER TO ENSURE STUDENTS' MENTAL HEALTH:
A PROPOSAL*Aiman Hakim Muhammed Azmi^{1*}, Norharyanti Mohsin², Zaharah Hussin³¹Jabatan Kurikulum dan Teknologi Pengajaran, Fakulti Pendidikan, Universiti Malaya, Malaysia aaimanhakim72@gmail.com <https://orcid.org/0009-0003-8145-7116>²Jabatan Kurikulum dan Teknologi Pengajaran, Fakulti Pendidikan, Universiti Malaya, Malaysia yantimohsin@um.edu.my <https://orcid.org/0009-0004-7142-3518>³Jabatan Asas Pendidikan dan Kemanusiaan, Fakulti Pendidikan, Universiti Malaya, Malaysia zaharah@um.edu.my <https://orcid.org/0000-0002-2806-8889>

*Corresponding Author

Article Info:**Article history:**

Received date: 16.04.2026

Revised date: 30.04.2026

Accepted date: 17.05.2026

Published date: 09.06.2026

To cite this document:

Azmi, A. H. M., Mohsin, N., & Hussin, Z. (2026). Integrasi Kandungan Psikospiritual Islam Dalam Pengajaran Guru Pendidikan Islam Bagi Menjamin Kesihatan Mental Murid: Satu Cadangan.

Abstrak:

Isu kesihatan mental dalam kalangan murid semakin membimbangkan dan memerlukan pendekatan pendidikan yang lebih holistik, khususnya melalui pengajaran Pendidikan Islam yang bukan sahaja menekankan aspek kognitif, tetapi turut memberi perhatian kepada kesejahteraan emosi, rohani dan sahsiah murid. Namun begitu, pengintegrasian kandungan psikospiritual Islam dalam pengajaran guru Pendidikan Islam masih kurang dibincangkan secara tersusun sebagai satu pendekatan sokongan terhadap penjagaan kesihatan mental murid. Justeru, kertas konsep ini bertujuan membincangkan keperluan integrasi kandungan psikospiritual Islam dalam pengajaran guru Pendidikan Islam bagi membantu menjamin kesejahteraan mental murid. Kajian ini menggunakan kaedah kepustakaan dengan meneliti kajian lepas, penerbitan jurnal, dokumen dasar pendidikan dan pandangan para sarjana berkaitan psikospiritual Islam, kesihatan mental serta pengajaran Pendidikan Islam. Hasil perbincangan mendapati bahawa kandungan amalan psikospiritual Islam seperti tazkiyah al-nafs, muhasabah, sabar, syukur, tawakal, reda dan mahabbah berpotensi

International Journal of Modern Education, 8(30), 181-195.

membantu murid mengurus tekanan, membina ketahanan emosi, memperkukuh hubungan dengan Allah SWT serta membentuk sahsiah yang seimbang. Selain itu, integrasi kandungan ini boleh dilaksanakan melalui Elemen Merentas Kurikulum (EMK), bahan pengajaran dan pembelajaran, strategi pengajaran berpusatkan guru dan murid, serta aktiviti kokurikulum. Dari sudut implementasi, kertas konsep ini mencadangkan agar guru Pendidikan Islam mengintegrasikan kandungan psikospiritual Islam secara lebih eksplisit, berstruktur dan bermakna dalam proses Pengajaran dan Pembelajaran (PdP). Pendekatan ini diharapkan dapat menjadi panduan awal kepada guru dalam membentuk murid yang seimbang dari aspek jasmani, emosi, rohani, intelek dan sosial selaras dengan hasrat Falsafah Pendidikan Kebangsaan dan Falsafah Pendidikan Islam.

DOI: 10.35631/IJMOE.830013

Kata Kunci:

Kesihatan Mental, Psikospiritual Islam, Pendidikan Islam, Integrasi

Abstract:

Mental health issues among students are becoming increasingly concerning and require a more holistic educational approach, particularly through the teaching of Islamic Education, which should not only emphasise cognitive aspects but also address students' emotional, spiritual and character development. However, the integration of Islamic psychospiritual content in the teaching of Islamic Education teachers remains insufficiently discussed in a structured manner as a supportive approach to students' mental health care. Therefore, this concept paper aims to discuss the need to integrate Islamic psychospiritual content into the teaching of Islamic Education teachers to help ensure students' mental well-being. This study employs a library research method by examining previous studies, journal publications, educational policy documents and scholarly views related to Islamic psychospirituality, mental health and the teaching of Islamic Education. The findings of the discussion indicate that Islamic psychospiritual practices such as *tazkiyah al-nafs*, *mahasabah*, patience, gratitude, reliance on Allah, acceptance and *mahabbah* have the potential to help students manage stress, build emotional resilience, strengthen their relationship with Allah SWT and develop a balanced character. In addition, the integration of this content can be implemented through Cross-Curricular Elements (EMK), teaching and learning materials, teacher-centred and student-centred teaching strategies, as well as co-curricular activities. In terms of implementation, this concept paper proposes that Islamic Education teachers integrate Islamic psychospiritual content more explicitly, structurally and meaningfully into the Teaching and Learning process. This approach is expected to serve as an initial guide for teachers in developing students who are balanced in terms of physical, emotional, spiritual, intellectual and social aspects, in line with the aspirations of the National Education Philosophy and the Islamic Education Philosophy.

Keyword:

Mental Health, Islamic Psychospiritual, Islamic Education, Integration



© The authors (2026). This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution (CC BY NC) (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>), which permits non-commercial re-use, distribution,

Pengenalan

Integrasi kandungan psikospiritual Islam dalam pengajaran guru Pendidikan Islam merupakan antara keperluan dalam menghadapi isu kesihatan mental pelajar. Melalui pelaksanaan Elemen Merentas Kurikulum (EMK) ini kemahiran dan keterampilan modal insan dapat menangani cabaran semasa dan masa hadapan dapat dikukuhkan dan dibentuk (Bahagian Pembangunan Kurikulum, 2011). Sehubungan itu, cabaran semasa yang ingin dibincangkan di sini adalah berhubung isu kesihatan mental pelajar yang semakin membimbangkan. Hal ini dikukuhkan melalui Pembentangan Laporan Kertas Putih oleh Menteri Kesihatan ketika di Dewan Rakyat pada 16 Jun 2023 iaitu peningkatan hampir tiga kali ganda kes kesihatan mental dalam kalangan penduduk berusia 16 tahun ke atas. Proses pengajaran dan pembelajaran kini bukan tertumpu kepada pemindahan maklumat kepada pelajar semata-mata bahkan perlu berpusatkan kepada pelajar seiring dengan Pembelajaran Abad Ke-21 (PAK-21). Amalan integrasi ini sejajar dengan hasrat Falsafah Pendidikan Kebangsaan (FPK) untuk melahirkan modal insan yang seimbang dari sudut jasmani, emosi, rohani, intelektual dan sosialisasi. Sehubungan itu, pelaksanaan Falsafah Pendidikan Islam (FPI) yang menjadi tunjang dalam sistem pendidikan negara telah meletakkan Islam sebagai roh pendidikan dan aspek pembangunan insan. Oleh itu, melalui kedua-dua falsafah ini jelas bahawa integrasi kandungan psikospiritual dalam pengajaran guru Pendidikan Islam dianggap sebagai satu alternatif dalam pemeliharaan kesihatan rohani dan emosi pelajar.

Unsur rohani dan spiritual merupakan faktor dorongan dalaman yang dapat membentuk kehidupan manusia menjadi lebih baik. Apabila diteliti kembali sejarah para nabi, sahabat dan para salafus soleh menekankan aspek amalan penghayatan dan perjuangan rohani sebagai proses pembangunan dan perawatan jiwa dalam membentuk keperibadian yang unggul serta mampu memupuk ketenangan jiwa. Psikospiritual Islam menjadi dasar utama bagi kaedah psikoterapi Islam sebagai suatu disiplin ilmu yang menekankan aspek kerohanian dalam proses membangunkan jati diri individu yang mantap serta merawat krisis jiwa yang dialami masyarakat (Syed Muhsin, Sharifah Basirah, & Che Zarrina Sa'ari, 2015). Kepentingan rawatan dan latihan berasaskan psikospiritual Islam amat berkesan kerana ianya mampu memperkuat hati, meneguhkan aspek spiritual dan kerohanian serta mengembalikan pemantapan jiwa seseorang individu (al-Zahrani, 2005). Kualiti hidup pelajar akan menjadi lebih baik apabila mampu menjaga mental kerana melalui itulah akan mendorong kepada perilaku anggota badan yang lain. Cabaran hidup yang dilalui oleh pelajar masa ini amat besar sehingga boleh menjejaskan kesihatan mental, maka tindakan yang wajar untuk mengatasi masalah ini adalah melalui cadangan pengintegrasian kandungan psikospiritual dalam diri pelajar. Berdasarkan kajian-kajian lepas dan perbincangan ulama dahulu mendapati bahawa pendekatan psikoterapi Islam juga mampu membantu pesakit dalam mengurangkan tekanan atau stress. (Che Zarrina & Norhafizah, 2019).

Sorotan Literatur

Sorotan literatur ini membincangkan secara menyeluruh konsep serta kepentingan pengintegrasian kandungan psikospiritual Islam dalam konteks pendidikan, khususnya dalam pengajaran Pendidikan Islam. Perbincangan ini merangkumi definisi psikospiritual Islam dari perspektif Islam dan psikologi, kepentingannya terhadap kesihatan mental

pelajar, serta pendekatan pengintegrasian dalam proses pengajaran dan pembelajaran. Selain itu, sorotan ini turut meneliti kajian-kajian lepas dan pandangan sarjana bagi menyokong keperluan penerapan elemen psikospiritual sebagai satu usaha holistik dalam membentuk kesejahteraan mental dan pembangunan sahsiah pelajar.

Definisi Psikospiritual Islam

Istilah psikospiritual Islam merupakan kombinasi daripada perkataan psikologi dan spiritual yang membawa maksud pemikiran atau kajian berhubung proses mental dan pemikiran yang bersifat rohaniah dari perspektif agama Islam (Che Zarrina Sa'ari, 2019). Agama dan spiritual adalah perkara yang tidak asing lagi bahkan suatu yang tidak dapat dipisahkan dari segi makna dan hakikat kerana semua penjelasan akan kembali kepada konsep akidah yang bertuhankan kepada Allah SWT. Perbezaan tahap spiritual bagi seseorang adalah berdasarkan sejauh mana kefahaman terhadap spiritual dan mengaplikasikannya dalam kehidupan. Definisi spiritual secara umum ialah merangkumi semua aspek kehidupan sama ada melibatkan aspek kepercayaan ketuhanan atau keimanan, pengurusan diri, hubungan antara manusia dengan alam dan lain-lain lagi (Kass, 2017). Oleh hal demikian, psikospiritual Islam adalah ilmu yang membincangkan amalan-amalan berteraskan Islam daripada al-Quran dan al-Sunnah dalam mempengaruhi jiwa manusia yang tenang dan terkawal. Justeru, semua aspek tersebut adalah ditekankan dalam spiritual Islam dan semua ini mempunyai hubungkait yang sangat rapat dengan hati dan jiwa (Malik Badri, 2018).

Seterusnya, dari sudut psikologi merupakan suatu kajian berhubung proses mental dan pemikiran, terutamanya berhubung dengan perlakuan. Sehubungan itu, fokus utama dalam bidang psikospiritual Islam ini adalah kepada kaedah mendalami spiritual, mengenal diri, mengetahui kebaikan ibadah, meditasi dan teknik latihan spiritual sebagai rawatan. Gabungan konsep psikologi dan spiritual dianggap berkesan dalam pengintegrasian elemen kerohanian kepada individu yang mempunyai masalah mental. Pengaplikasian ilmu psikospiritual Islam ke dalam kehidupan dikenali sebagai psikoterapi. Psikoterapi menekankan pembangunan jiwa dengan menumpukan kepada rawatan tingkahlaku dan mengembalikan kebaikan yang ada dalam diri individu (Sharifah Basirah & Che Zarrina Sa'ari, 2015). Oleh itu, berdasarkan definisi psikospiritual Islam jelas menyatakan kepentingan untuk mempelajari dan mengaplikasikannya dalam kehidupan supaya menjadi rawatan kepada masalah kesihatan mental pelajar. Kaedah yang berkesan untuk mendedahkan ilmu psikospiritual Islam ini adalah melalui pengintegrasian ke dalam pengajaran guru Pendidikan Islam supaya semua pelajar dapat mengamal serta menghayati teknik rawatan kepada masalah mental yang dihadapi.

Keperluan Pendidikan Psikospiritual Islam terhadap Dasar Pendidikan di Malaysia

Falsafah Pendidikan Kebangsaan (FPK) dan Falsafah Pendidikan Islam (FPI) merupakan dasar teras yang menjadi tunjang kepada sistem pendidikan di Malaysia. FPK menekankan usaha berterusan ke arah memperkembangkan potensi individu secara menyeluruh dan bersepadu bagi melahirkan insan yang seimbang dan harmonis dari aspek jasmani, emosi, rohani dan intelek (JERI). Manakala FPI pula memberi penekanan kepada pembentukan insan soleh yang berilmu, beriman dan berakhlak mulia sebagai hamba serta khalifah Allah SWT. Kedua-dua falsafah ini berfokus kepada pembangunan insan holistik yang tidak hanya menekankan pencapaian akademik, tetapi turut merangkumi kesejahteraan rohani, emosi, akhlak dan jasmani. Hal ini turut selari dengan FPK yang menekankan perkembangan individu secara menyeluruh dan bersepadu dari aspek intelek, rohani, emosi dan jasmani, serta FPI yang

menekankan pembentukan insan berilmu, beriman, berakhlak mulia dan bertanggungjawab sebagai hamba serta khalifah Allah SWT (Kementerian Pendidikan Malaysia, 2013; Ismail, 2015; Mokhtar et al., 2019). Dalam konteks ini, pendidikan psikospiritual Islam adalah sangat relevan kerana ia mengintegrasikan elemen psikologi dan spiritual dalam proses pembelajaran, sekali gus membantu merealisasikan hasrat FPK dan FPI. Melalui pendekatan seperti tazkiyah al-nafs, muhasabah diri, sabar, syukur dan tawakal, pendidikan psikospiritual Islam berperanan membentuk keseimbangan emosi dan rohani pelajar. Justeru, keperluannya adalah jelas kerana ia menjadi mekanisme sokongan kepada pencapaian matlamat dasar yang ingin melahirkan insan seimbang, berakhlak dan berdaya tahan dalam menghadapi cabaran kehidupan moden.

Rancangan Pendidikan Tinggi Malaysia 2026–2035 (RPTM) merupakan dasar strategik negara yang memberi fokus kepada transformasi sistem pendidikan tinggi melalui peningkatan akses pendidikan, pengukuhan piawaian kualiti, pembentukan pembelajaran yang berdaya tahan, serta penajajaran aspirasi pendidikan tinggi dengan keutamaan nasional dan trend global. RPTM 2026–2035 turut menekankan pembentukan graduan holistik yang menghayati nilai, siap siaga masa hadapan, mempunyai pemikiran kritis, kebolehsuaian, kemahiran digital, daya tahan mental, emosi dan spiritual, serta berpandukan etika dan matlamat yang jelas (Kementerian Pendidikan Tinggi, 2026). Dasar ini menekankan keperluan melahirkan modal insan yang bukan sahaja cemerlang secara intelektual, tetapi juga mempunyai integriti, daya tahan emosi dan nilai spiritual yang kukuh. Dalam konteks ini, pendidikan psikospiritual Islam memainkan peranan penting dalam memperkukuhkan aspek kesejahteraan mental dan spiritual pelajar sejak peringkat awal pendidikan lagi sebagai persediaan memasuki alam pendidikan tinggi. Elemen psikospiritual Islam membantu membina ketahanan dalaman, mengurangkan tekanan akademik serta membentuk motivasi intrinsik yang tinggi dalam kalangan pelajar. Hal ini secara langsung menyokong aspirasi dasar tersebut dalam melahirkan graduan yang seimbang dari segi intelek, emosi dan spiritual. Oleh itu, integrasi pendidikan psikospiritual Islam adalah satu keperluan strategik bagi memastikan kesinambungan pembangunan modal insan berkualiti tinggi yang mampu memenuhi tuntutan global dan nilai kemanusiaan sejagat.

Kurikulum Persekolahan 2027 merupakan dasar pendidikan terkini yang bertujuan memperkukuhkan kualiti kurikulum kebangsaan dengan memberi penekanan kepada pembelajaran bermakna, pembangunan karakter, pemikiran kritis serta kesejahteraan murid secara menyeluruh. Hal ini selari dengan reka bentuk Kurikulum Persekolahan 2027 yang menggabungkan kurikulum berasaskan standard dan berorientasikan kompetensi, di samping menekankan pengalaman pembelajaran yang lebih autentik, bermakna, aktif dan holistik (Kementerian Pendidikan Malaysia, 2023). Kurikulum ini turut memberi fokus kepada pembentukan murid yang bukan sahaja cemerlang dari aspek akademik, tetapi juga mempunyai nilai moral, etika, keseimbangan emosi, kemahiran sosial dan karakter yang baik (KPM, 2023). Sehubungan itu, pendidikan psikospiritual Islam sangat bertepatan untuk diintegrasikan dalam pelaksanaan kurikulum ini kerana pendekatan psikospiritual Islam menggabungkan elemen psikologi dan kerohanian berasaskan prinsip Islam, al-Quran dan al-Sunnah, serta menekankan hubungan manusia dengan Allah SWT, pembentukan akhlak dan kesejahteraan jiwa (Mazlan & Mohd Burhan, 2024; Mohd Akib et al., 2025). Pendekatan ini juga dapat membantu guru melaksanakan Pengajaran dan Pembelajaran (PdP) yang lebih bermakna, berpusatkan murid dan berorientasikan pembinaan sahsiah kerana elemen psikospiritual seperti tazkiyah al-nafs, muhasabah, sabar, syukur dan tawakal berupaya membantu pelajar mengurus emosi, memperkukuh ketahanan diri dan mencapai kesejahteraan dalaman (Tengku Kasim et al., 2024). Justeru, keperluan pendidikan psikospiritual Islam dalam kurikulum ini adalah sangat

penting bagi memastikan aspirasi kurikulum untuk melahirkan murid yang seimbang, sejahtera, berakhlak dan berdaya tahan dapat direalisasikan secara menyeluruh dan berkesan.

Keperluan Integrasi Kandungan Psikospiritual Islam Terhadap Kesihatan Mental Pelajar

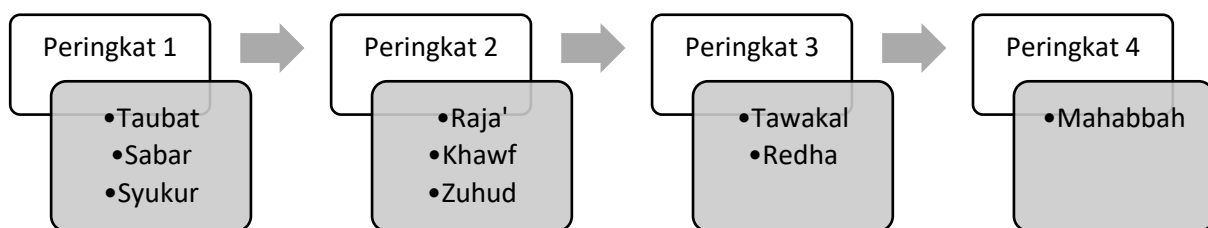
Isu kesihatan mental dalam kalangan pelajar pada masa ini amat membimbangkan para guru dan ibu bapa kerana boleh menjejaskan kesejahteraan fizikal, emosi dan sosial individu. Menurut dapatan *National Health and Morbidity Survey 2022: Adolescent Health Survey (AHS)* oleh Institut Kesihatan Umum, Kementerian Kesihatan Malaysia, seramai 33,523 pelajar berusia 13 hingga 17 tahun telah terlibat dalam tinjauan tersebut. Dapatan ini menunjukkan bahawa remaja kini yang mempunyai idea untuk membunuh diri meningkat kepada 13.1% pada tahun 2022, manakala remaja yang merancang untuk membunuh diri turut meningkat kepada 10.0% berbanding 7.3% pada tahun 2017 dan 6.4% pada tahun 2012 (Institut Kesihatan Umum, 2023; Sinar Harian, 2023). Hasil kajian menunjukkan tingkah laku tersebut adalah mempunyai idea untuk membunuh diri sendiri, merancang membunuh diri, mengalami masalah kemurungan dan merasa diri dalam kesunyian. Sehubungan itu, tindakan segera perlu diambil dalam membantu kesihatan mental pelajar melalui cadangan mengintegrasikan kandungan psikospiritual dalam pengajaran guru Pendidikan Islam.

Berdasarkan laman web rasmi Majlis Keselamatan Negara (MKN) yang bertarikh 11 Julai 2023 menyatakan faktor gangguan mental ini dalam kalangan pelajar adalah disebabkan krisis institusi keluarga. Kenyataan Pakar Kesihatan Awam Dr. Nurashikin Ibrahim berkata remaja kini berasa sunyi kerana tiada jalinan interaksi dan komunikasi dengan ibubapa. Kebiasaannya ibu bapa pada masa ini sibuk dengan urusan kerja hanya mempunyai waktu malam sahaja bersama, namun waktu tersebut telah dijadikan waktu rehat ibu bapa daripada bergaul dengan anak-anak. Perkara ini disokong dengan komunikasi keluarga merupakan komunikasi yang dilakukan oleh ahli keluarga iaitu ibu bapa terhadap anak-anak. Komunikasi ibu bapa bukan sahaja memberi kesan kepada perkembangan keperibadian anak-anak bahkan ia juga memberi kesan kepada tingkah laku dan sistem kepercayaan (Safinah Ismail, 2019). Seterusnya, faktor yang mendorong kepada gangguan emosi pelajar adalah penggunaan media sosial yang tidak terkawal. Majlis Keselamatan Negara menyatakan kesan negatif daripada media sosial adalah buli siber, perasaan tidak cukup dan perbandingan sosial dengan individu lain. Perkara ini disokong dalam laporan akhbar Sinar Harian 2019 oleh Pakar Psikiatri, Pusat Perubatan Universiti Islam Antarabangsa Malaysia, Dr Rozanizam Zakaria, penggunaan gajet dan media sosial secara berlebihan bukan sahaja menyebabkan masalah mental malah kajian saintifik juga menunjukkan perkaitannya dengan kes-kes kemurungan, keresahan melampau serta perilaku impulsif.

Oleh itu, dalam merawat gangguan emosi tersebut bukan sahaja fokus kepada faktor diatas namun perlu ditambah dengan inisiatif yang lain iaitu pengintegrasian psikospiritual Islam dalam diri pelajar untuk mengukuhkan lagi kesejateraan mental. Usaha inisiatif ini adalah dengan mengintegrasikan kandungan psikospiritual Islam dalam pengajaran guru Pendidikan Islam. Kandungan psikospiritual Islam merupakan salah satu Elemen Merentas Kurikulum. Elemen tersebut dibawah elemen nilai murni yang terdapat dalam sesebuah mata pelajaran mempunyai aspek kerohanian dan kemanusiaan (Mohamad Khairi Haji Othman, 2014). Perkara ini selari dengan kandungan psikospiritual Islam yang membincangkan tahap psikologi seseorang pelajar disesuaikan dengan penerapan keagamaan supaya menjamin kesihatan mental.

Model Psikospiritual Islam oleh Abu Talib al-Makki

Pendekatan Psikospiritual Islam perlu didasari dengan para sarjana yang berkepakaran dalam bidang tasawuf dan ilmuwan terhadap amalan-amalan rohani yang bersandarkan kepada al-Quran dan al-Sunnah. Sehubungan itu, antara cadangan yang dikemukakan dalam kertas konsep ini adalah daripada model pembangunan psikologi insan yang diperkenalkan oleh Abu Talib al-Makki yakni karya beliau yang terkenal, *Qut al-Qulub*, yang menekankan pembangunan jiwa secara menyeluruh berasaskan pendekatan tasawuf (al-Makki, 2005). Model ini memperlihatkan integrasi antara aspek psikologi dan spiritual dalam Islam yang bertujuan membentuk insan yang seimbang dari sudut rohani dan emosi. Pendekatan yang diketengahkan oleh al-Makki adalah bersifat sistematik, berpandukan al-Quran dan al-Sunnah, serta memberi penekanan kepada proses *tazkiyah al-nafs* (penyucian jiwa) sebagai asas kesejahteraan mental (Sharifah, 2021; Rosni et al., 2019). Berikut adalah model psikospiritual Islam oleh Abu Talib al-Makki:



Rajah 1: Model Psikologi Insan oleh Abu Talib al-Makki

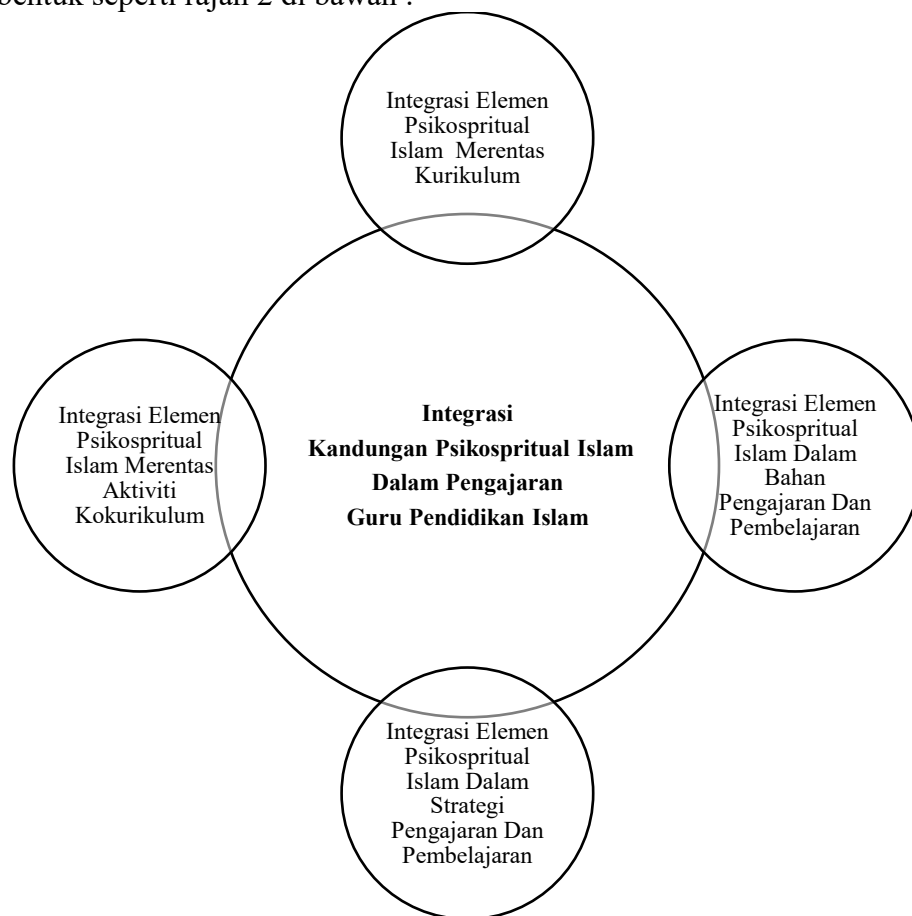
Model ini menggariskan empat peringkat utama dalam proses pembangunan psikospiritual insan yang saling berkait antara satu sama lain dan berfungsi sebagai panduan dalam merawat serta memperkukuhkan jiwa manusia daripada gangguan rohani (Sharifah, 2021). Peringkat pertama adalah penerimaan dan penyerahan diri kepada Allah SWT. Peringkat ini merupakan asas kepada pembangunan psikospiritual, di mana individu perlu kembali kepada fitrah dengan melakukan taubat yang sebenar, di samping memupuk sifat sabar dalam menghadapi ujian serta bersyukur terhadap nikmat yang dikurniakan. Proses ini membantu individu mencapai ketenangan jiwa melalui pengakuan kelemahan diri dan kebergantungan sepenuhnya kepada Allah SWT (Sharifah, 2021). Peringkat kedua adalah latihan dan pendidikan jiwa. Pada peringkat ini, individu melalui proses tarbiyah rohani yang menekankan keseimbangan antara rasa harap (*raja'*) dan takut (*khawf*) kepada Allah SWT. Selain itu, konsep zuhud turut diterapkan bagi mengawal kecintaan terhadap dunia secara berlebihan. Latihan ini berperanan dalam membentuk disiplin dalaman serta meningkatkan kesedaran spiritual individu (Rosni et al., 2019).

Peringkat ketiga adalah Pengukuhan jiwa. Peringkat ini melibatkan penghayatan nilai tawakal dan reda dalam kehidupan seharian. Individu yang mencapai tahap ini akan menunjukkan kebergantungan yang tinggi kepada Allah SWT dalam setiap urusan serta mampu menerima ketentuan Ilahi dengan hati yang lapang. Keadaan ini secara tidak langsung dapat mengurangkan tekanan emosi dan meningkatkan kestabilan mental (Sharifah, 2021). Peringkat keempat adalah amalan berterusan dalam meningkatkan kesejahteraan jiwa. Peringkat terakhir menekankan kepada konsep *mahabbah*, iaitu cinta yang mendalam kepada Allah SWT. Pada tahap ini, individu bukan sahaja melaksanakan ibadah sebagai kewajipan,

tetapi juga sebagai manifestasi kecintaan kepada Pencipta. Amalan yang berterusan ini menjadi pemangkin kepada ketenangan jiwa yang berkekalan serta membentuk keperibadian yang unggul (Rosni et al., 2019). Secara keseluruhannya, model psikospiritual oleh Abu Talib al-Makki ini bukan sahaja menumpukan kepada aspek penyembuhan jiwa, malah turut berperanan sebagai panduan pembangunan diri yang holistik. Pendekatan ini amat relevan untuk diintegrasikan dalam konteks pendidikan, khususnya dalam pengajaran Pendidikan Islam, bagi membantu pelajar mencapai kesejahteraan mental melalui penghayatan nilai-nilai kerohanian (Sharifah, 2021).

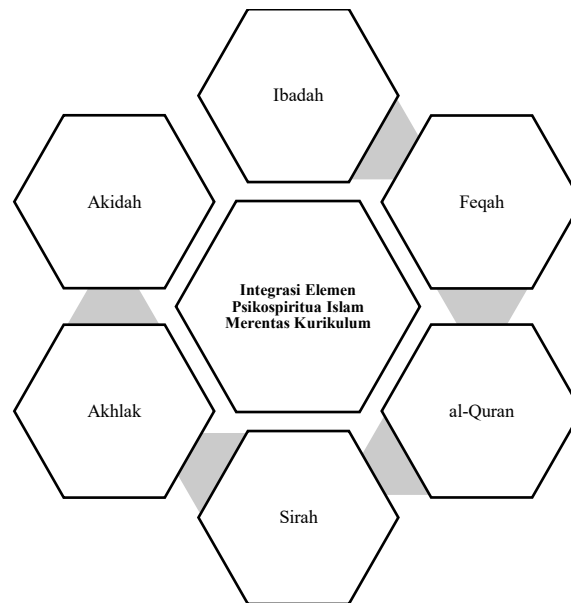
Integrasi Psikospiritual Islam Dalam Pengajaran Guru Pendidikan Islam

Falsafah Pendidikan Kebangsaan adalah bertemakan kesepaduan atau integrasi. Pada perbincangan ini, pengkaji mengemukakan beberapa konsep pengintegrasian kandungan psikospiritual Islam dalam pengajaran guru Pendidikan Islam. Selain memahami istilah kesepaduan dan integrasi, ianya juga dikenali sebagai penggabungjalinan. Melalui proses penggabungjalinan ini, pengamalan serta penghayatan elemen psikospiritual Islam dapat dikuasai oleh pelajar secara serentak melalui pengajaran subjek Pendidikan Islam. Tambahan, perkara ini akan menjadikan proses pembelajaran satu kesatuan yang bermakna melalui aktiviti yang menarik dan pelajar dapat memperoleh maklumat dengan mudah (Zaharah Hussin, 2000). Menurut Tajul Ariffin (Noordin & Nor 'Aini Mohamad, 1962) pengintegrasian boleh berlaku dalam beberapa bentuk seperti rajah 2 di bawah :



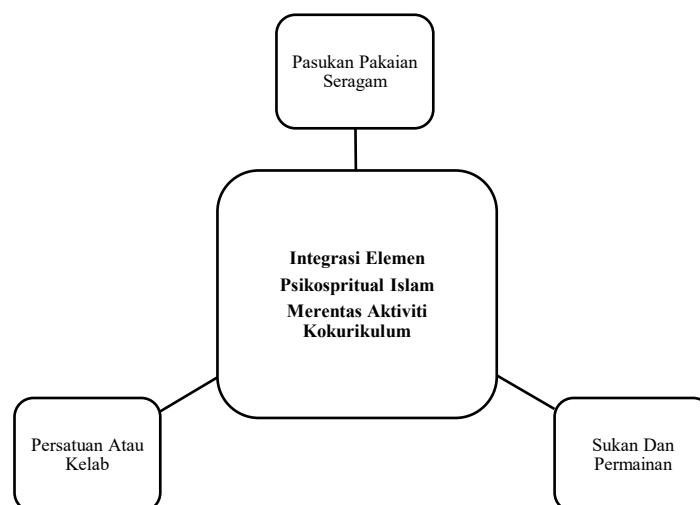
Rajah 2: Integrasi Kandungan Psikospiritual Islam Dalam Pengajaran Guru Pendidikan Islam

Berdasarkan rajah 2 diatas, pengkaji membina satu kerangka teori berhubung pengintegrasian kandungan psikospiritual Islam dalam pengajaran guru Pendidikan Islam iaitu melalui merentas kurikulum, dalam bahan pengajaran dan pembelajaran, dalam strategi pengajaran dan pembelajaran, dan merentas aktiviti kokurikulum. Sehubungan itu, perbincangan lanjut tentang pengintegrasian dihuraikan dalam rajah dan kenyataan dibawah.



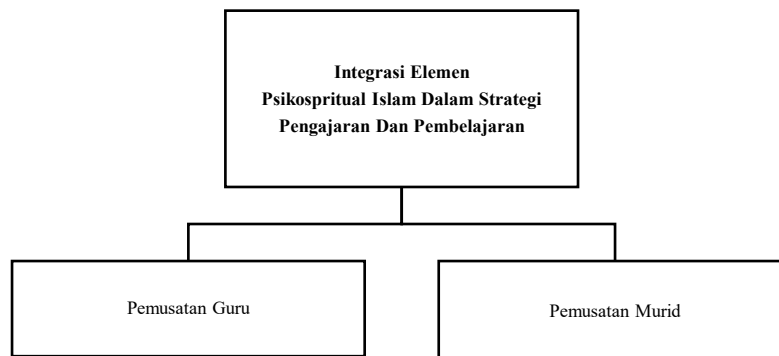
Rajah 3: Integrasi Elemen Psikospiritual Islam Merentas Kurikulum

Seterusnya, berdasarkan rajah 3 diatas pengkaji telah mencerakinkan setiap cabang dalam pengajaran Pendidikan Islam kepada beberapa topik iaitu ibadah, feqah, al-Quran, sirah, akhlak dan akidah. Pengkaji merujuk cabang Pendidikan Islam tersebut berdasarkan Kurikulum Standard Sekolah Menengah (KSSM) supaya dapat diselarikan dengan integrasi kandungan psikospiritual Islam ke dalam setiap cabang tersebut.



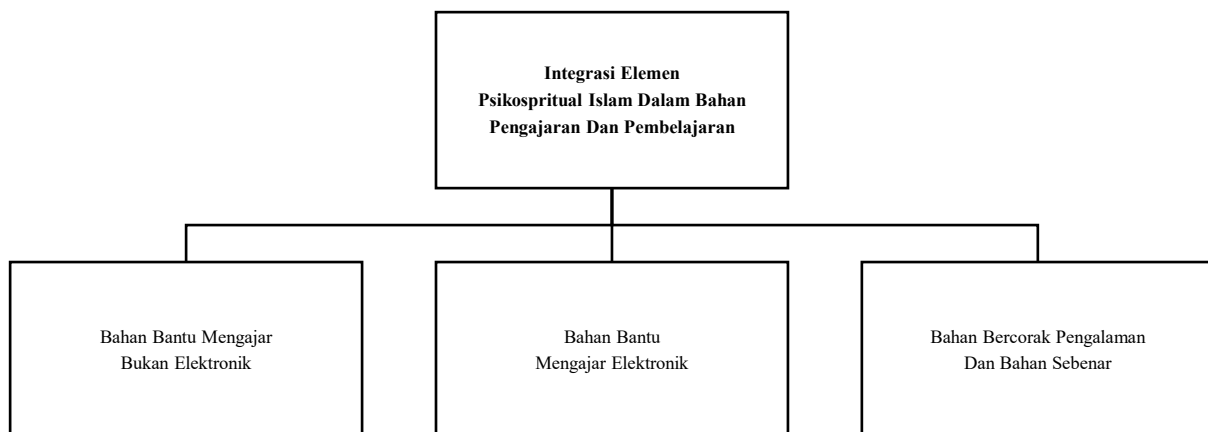
Rajah 4: Integrasi Elemen Psikospiritual Islam Merentas Kokurikulum

Di samping itu, rajah diatas pengkaji telah mendapati bahawa integrasi kandungan psikospiritual Islam merentas aktiviti kokurikulum melalui pasukan pakaian seragam, sukan dan permainan serta persatuan atau kelab. Hubungan setiap aktiviti kokurikulum dengan elemen psikospiritual Islam adalah melalui Persatuan Puteri Islam daripada badan unit beruniform, sukan berkuda dan memanah daripada sukan dan permainan serta Persatuan Agama Islam daripada persatuan atau kelab. Melalui hubungkait ini, pengintegrasian elemen psikospiritual Islam boleh diwujudkan dalam setiap aktiviti kokurikulum.



Rajah 5 : Integrasi Elemen Psikospiritual Islam Dalam Strategi Pengajaran Dan Pembelajaran

Seterusnya, berdasarkan rajah 5 membincangkan pengintegrasian psikospiritual Islam dalam strategi pengajaran dan pembelajaran terbahagi kepada dua iaitu pemusatan guru dan pemusatan murid. Kaedah berpusatkan guru adalah guru Pendidikan Islam berperanan dalam menyampaikan kandungan psikospiritual Islam kepada pelajar ketika proses pengajaran dan pembelajaran berlangsung manakala kaedah berpusatkan kepada murid adalah murid berinteraksi secara kolaboratif bagi mewujudkan komunikasi ketika proses perbincangan dan pengamalan.



Rajah 6 : Integrasi Elemen Psikospiritual Islam Dalam Bahan Pengajaran Dan Pembelajaran

Akhir sekali, berdasarkan rajah 6 pengintegrasian elemen psikospiritual Islam dalam bahan pengajaran dan pembelajaran melalui bahan bantu mengajar bukan elektronik, bahan bantu mengajar elektronik dan bahan bercorak pengalaman dan bahan sebenar. Semua bahan ini boleh digunakan oleh guru Pendidikan Islam ketika proses pengajaran dan pembelajaran

berlangsung agar penyampaian maklumat kepada pelajar mudah difahami dengan baik. Setiap alat bahan bantu mengajar ini mestilah selari dengan Pendidikan Abad ke-21 supaya Elemen Merentas Kurikulum ini berjaya dilaksanakan dengan baik.

Implikasi Pendidikan Psikospiritual Islam untuk Kesehatan Mental Pelajar

Implikasi pertama pendidikan psikospiritual Islam ialah pengukuhan kesejahteraan emosi dan kestabilan mental pelajar melalui pembentukan hubungan spiritual dengan Allah SWT. Pendekatan ini membantu pelajar memahami bahawa setiap ujian hidup adalah sebahagian daripada ketentuan Ilahi yang mempunyai hikmah, sekali gus mengurangkan tekanan emosi seperti stres, kebimbangan dan rasa putus asa. Amalan seperti sabar, redha dan tawakal berfungsi sebagai mekanisme dalaman untuk mengawal emosi secara lebih matang. Kajian (Abdul Wahab et al., 2020) membuktikan bahawa elemen spiritual Islam mempunyai hubungan signifikan dengan pengurangan tekanan psikologi dalam kalangan pelajar. Implikasi ini selari dengan Falsafah Pendidikan Islam (FPI) yang menekankan pembentukan insan seimbang dari aspek jasmani, emosi, rohani dan intelek (JERI), kerana kestabilan emosi merupakan asas kepada kesejahteraan diri dan keseimbangan insan secara menyeluruh. Selain itu, pendidikan psikospiritual Islam memberi implikasi besar terhadap pembentukan sahsiah unggul dan jati diri pelajar yang berteraskan akidah Islam. Melalui proses tazkiyah al-nafs, muhasabah diri dan penghayatan nilai akhlak Islam, pelajar dapat membina identiti diri yang kukuh serta tidak mudah terpengaruh dengan tekanan sosial atau budaya negatif. Kajian (Hamzah dan Rahman, 2019) menunjukkan bahawa penghayatan nilai kerohanian dalam pendidikan Islam menyumbang kepada pengurangan tingkah laku berisiko dan peningkatan sahsiah positif. Dari perspektif FPI, hal ini amat signifikan kerana matlamat pendidikan Islam adalah untuk melahirkan insan soleh yang berakhlak mulia dan berperanan sebagai hamba serta khalifah Allah SWT. Justeru, psikospiritual menjadi asas kepada pembentukan akhlak yang seimbang antara nilai dalaman dan tingkah laku luaran pelajar.

Implikasi ketiga ialah peningkatan motivasi intrinsik, kesungguhan dalam pembelajaran dan ketahanan akademik. Pendidikan psikospiritual Islam menjadikan proses pembelajaran sebagai satu ibadah, bukan sekadar tuntutan akademik semata-mata. Hal ini meningkatkan keikhlasan, fokus dan daya tahan pelajar dalam menghadapi tekanan pembelajaran. Kajian (Zainuddin et al., 2021) mendapati bahawa pelajar yang mempunyai tahap spiritual yang tinggi menunjukkan motivasi intrinsik yang lebih kuat serta lebih berupaya mengurus tekanan akademik dengan berkesan. Implikasi ini menepati FPI yang menekankan pembangunan intelek seiring dengan nilai rohani, di mana ilmu tidak hanya bertujuan untuk kejayaan duniawi tetapi juga sebagai alat mendekati diri kepada Allah SWT. Seterusnya, pendidikan psikospiritual Islam juga memberi implikasi penting dalam pencegahan awal masalah kesehatan mental seperti kemurungan, kesunyian dan keresahan melalui pendekatan terapi rohani Islam. Amalan seperti solat, zikir, doa dan penghayatan mahabbah kepada Allah SWT berfungsi sebagai terapi spiritual yang menenangkan jiwa serta mengurangkan tekanan dalaman. Kajian (Ismail et al., 2022) menunjukkan bahawa amalan spiritual Islam yang konsisten mampu mengurangkan simptom kemurungan dan meningkatkan kesejahteraan psikologi remaja. Hal ini sejajar dengan FPI yang menekankan pembangunan insan secara holistik dan bersepadu, di mana kesejahteraan rohani menjadi asas kepada keseimbangan mental dan emosi. Oleh itu, pendekatan psikospiritual bukan sahaja bersifat rawatan, tetapi juga pencegahan yang menyokong matlamat pendidikan Islam dalam melahirkan insan sejahtera di dunia dan akhirat.

Cadangan Integrasi Psikospiritual Islam dalam Pengajaran Guru Pendidikan Islam

Cadangan utama pengkaji ialah keperluan untuk membangunkan satu model integrasi psikospiritual Islam yang sistematik, komprehensif dan berstruktur dalam pengajaran Guru Pendidikan Islam agar selari dengan pendekatan Elemen Merentas Kurikulum (EMK). Hal ini kerana dapatan pemerhatian menunjukkan bahawa unsur psikospiritual Islam sememangnya telah diterapkan dalam pengajaran Pendidikan Islam, namun pelaksanaannya masih bersifat tidak formal, tidak seragam dan bergantung kepada kreativiti individu guru melalui kurikulum tersembunyi. Keadaan ini menyebabkan tahap penghayatan pelajar terhadap elemen psikospiritual Islam berbeza-beza serta tidak dapat diukur secara konsisten dari sudut keberkesanan pedagogi. Oleh itu, satu model yang jelas diperlukan sebagai kerangka rujukan utama kepada guru untuk mengintegrasikan elemen psikospiritual Islam secara eksplisit dalam perancangan pengajaran, pelaksanaan aktiviti PdP serta penilaian pembelajaran. Model ini juga berperanan untuk menyepadukan kandungan kurikulum Pendidikan Islam seperti akidah, ibadah, akhlak, sirah dan al-Quran dengan dimensi psikologi dan spiritual secara lebih terarah, supaya setiap topik yang diajar tidak hanya bersifat kognitif tetapi turut menyentuh aspek pembangunan emosi dan rohani pelajar secara seimbang.

Selain itu, pembangunan model ini juga penting bagi memastikan pengintegrasian psikospiritual Islam tidak terhenti pada tahap pemahaman teori semata-mata, sebaliknya dapat diterjemahkan kepada penghayatan dan pengamalan dalam kehidupan pelajar. Pendekatan ini amat signifikan kerana psikospiritual Islam berfungsi sebagai satu bentuk intervensi awal yang bersifat preventif dan terapeutik dalam menangani isu kesihatan mental seperti stres, kemurungan, kebimbangan dan kesunyian dalam kalangan pelajar. Justeru, elemen seperti tazkiyah al-nafs, muhasabah diri, sabar, syukur, tawakal dan reda perlu diintegrasikan secara berstruktur dalam aktiviti pembelajaran supaya pelajar dapat menghubungkan konsep agama dengan pengalaman kehidupan sebenar mereka. Pada masa yang sama, pengintegrasian ini perlu mengambil kira tahap perkembangan psikologi pelajar agar pendekatan yang digunakan lebih relevan, berkesan dan tidak bersifat terlalu abstrak. Sehubungan itu, pengkaji mencadangkan penggunaan kaedah reka bentuk dan pembangunan bagi membangunkan model tersebut secara sistematik melalui fasa analisis keperluan, reka bentuk, pembangunan dan penilaian pakar. Model yang dihasilkan diharapkan dapat menjadi panduan standard kepada guru Pendidikan Islam dalam melaksanakan PdP yang bukan sahaja berfokus kepada pencapaian akademik, tetapi turut menyumbang secara langsung kepada kesejahteraan mental, kestabilan emosi dan pembentukan sahsiah holistik pelajar selaras dengan matlamat Falsafah Pendidikan Islam.

Kesimpulan

Secara tuntasnya, integrasi kandungan psikospiritual Islam dalam pengajaran guru Pendidikan Islam adalah sangat signifikan dan relevan dalam usaha merawat serta memperkukuhkan kesihatan mental pelajar secara holistik. Hal ini kerana isu kesihatan mental dalam kalangan pelajar pada masa kini bukan lagi perkara kecil yang boleh dipandang ringan, sebaliknya memerlukan perhatian serius, intervensi segera dan pendekatan yang lebih menyeluruh daripada pelbagai pihak termasuk institusi pendidikan. Pelajar sebagai aset penting negara yang akan menjadi peneraju kepimpinan masa hadapan perlu dibangunkan bukan sahaja dari aspek intelek, tetapi juga dari sudut emosi, rohani dan sahsiah agar mereka mampu berfungsi sebagai individu yang seimbang dan berdaya tahan. Sekiranya aspek dalaman seperti kestabilan emosi dan kekuatan spiritual tidak ditangani dengan baik, maka sukar untuk melahirkan masyarakat

yang benar-benar maju dan bertamadun walaupun memiliki kemajuan dari segi fizikal dan teknologi. Dalam konteks ini, pembangunan negara yang berdaya saing amat bergantung kepada kesejahteraan dalaman generasi mudanya kerana mental yang sihat akan membentuk tingkah laku yang positif, berakhlak dan bertanggungjawab. Oleh itu, salah satu inisiatif yang berkesan dan berpotensi besar untuk dilaksanakan ialah melalui pengintegrasian kandungan psikospiritual Islam secara sistematik dalam pengajaran guru Pendidikan Islam, yang bukan sahaja berperanan sebagai medium penyampaian ilmu, tetapi juga sebagai platform pembentukan jiwa, pengukuhan akidah serta pemulihan emosi pelajar secara berterusan.

Penghargaan:	Penulis merakamkan setinggi-tinggi penghargaan kepada Fakulti Pendidikan, Universiti Malaya atas sokongan dan kemudahan yang diberikan sepanjang kajian ini dijalankan..
Penyataan Pembiayaan:	Kajian ini tidak menerima sebarang pembiayaan.
Pernyataan Konflik Kepentingan:	Penulis mengisytiharkan bahawa tiada konflik kepentingan berkaitan penerbitan kertas kerja ini. Semua penulis telah menyumbang kepada kajian ini dan telah meluluskan versi akhir manuskrip untuk penyerahan kepada International Journal of Modern Education (IJMOE)
Pernyataan Etika:	Kajian ini tidak melibatkan sebarang responden manusia, haiwan, atau data sensitif yang memerlukan kelulusan etika. Penulis mengesahkan bahawa penyelidikan ini telah dijalankan selaras dengan prinsip integriti akademik dan piawaian etika penerbitan yang diterima umum.
Pernyataan Sumbangan Penulis:	Semua penulis telah menyumbang secara signifikan terhadap pembangunan manuskrip ini. Aiman Hakim bertanggungjawab terhadap pengkonsep, metodologi dan penyeliaan keseluruhan kajian. Norharyanti Mohsin mengendalikan pengumpulan data, analisis serta tafsiran dapatan kajian. Zaharah Hussin menyumbang kepada sorotan literatur, penyediaan draf, dan semakan kritikal manuskrip. Semua penulis telah membaca dan meluluskan versi akhir manuskrip sebelum penyerahan..

Rujukan

- Abdul Wahab, M., Zulkifli, N., & Hassan, R. (2020). Spiritual well-being and emotional resilience among Muslim students. *Journal of Islamic Psychology*, 7(1), 15–28.
- Al-Ghazali, A. H. (2003). *Al-arba'in fi al-usul*. Dar al-Bashir.
- al-Makki, A. T. M. ibn Ali ibn Atiyyah. (2005). *Qut al-qulub fi muamalat al-mahbub wa wasf tariq al-murid ila maqam al-tawhid* (Asim Ibrahim al-Kayyali, Ed.; 2nd ed., Vols. 1–2). Dar al-Kutub al-Ilmiyyah.
- Brookhart, S. M. (2007). Expanding views about formative classroom assessment: A review of the literature. In *Formative classroom assessment: Theory into practice* (pp. 43–62).
- Ensiklopedia Hukum Islam. (t.t.). *Ensiklopedia hukum Islam* (Jil. 2, hlm. 592). PT Ichtiar Baru Van Hoeve.
- Halid, S. (2023, Jun 16). KPM disaran saring kesihatan mental murid sekolah dua kali setahun. *Berita Harian*. <https://www.bharian.com.my/berita/nasional/2023/06/1115197/kpm-disaran-saring-kesihatan-mental-murid-sekolah-dua-kali-setahun>
- Hamzah, S., & Rahman, A. (2019). The role of Islamic education in shaping adolescent character development. *Jurnal Pendidikan Islam*, 11(2), 55–70.
- Ibn Nujaym al-Hanafi, Z. al-D. I. I. M. al-M. (1997). *Al-bahr al-ra'iq sharh kanz al-daqa'iq fi furu' al-Hanafiyah*. Dar al-Kutub al-'Ilmiyah.
- Ibnu Qayyim al-Jauziyyah, M. I. A. B. A. Z. (2011). *Madarij al-salikin*. Darul as-Somi'e.
- Institut Kesihatan Umum. (2023). *National Health and Morbidity Survey 2022: Adolescent Health Survey (AHS) 2022*. National Institutes of Health, Kementerian Kesihatan Malaysia.
- Institut Kesihatan Umum. (2023). *Tinjauan Kebangsaan Kesihatan dan Morbiditi 2022: Tinjauan Kesihatan Remaja — Infografik*. National Institutes of Health, Kementerian Kesihatan Malaysia.
- Ismail, N., Yusoff, M., & Abdullah, H. (2022). Islamic spiritual practices and mental health among adolescents: A coping perspective. *International Journal of Islamic Studies*, 4(3), 101–115.
- Ismail, S. H. (2015). Pembangunan insan dalam Falsafah Pendidikan Kebangsaan. *Journal of Human Capital Development*, 8(2), 83–100.
- Kass, J. D. (2017). *A person-centered approach to psychospiritual maturation: Mentoring psychological resilience and inclusive community in higher education*. Palgrave Macmillan. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-57919-1>
- Kementerian Pendidikan Malaysia. (2013). *Pelan Pembangunan Pendidikan Malaysia 2013–2025: Pendidikan prasekolah hingga lepas menengah*. Kementerian Pendidikan Malaysia.
- Kementerian Pendidikan Malaysia. (2023). *Kurikulum Persekolahan 2027*. Kementerian Pendidikan Malaysia.
- Kementerian Pendidikan Tinggi. (2026). *Keunggulan global: Lonjakan 7 RPTM 2026–2035*.
- Khalil, A. (2012). Abu Talib al-Makki and the nourishment of hearts (Qut al-qulub) in the context of early Sufism. *The Muslim World*, 102(2), 340–367. <https://doi.org/10.1111/j.1478-1913.2011.01361.x>
- Malik Badri. (2018). *Contemplation: An Islamic psychospiritual study*. IIIT London Office.
- Mazlan, N. M., & Mohd Burhan, N. (2024). Analisa kajian psikospiritual Islam di Malaysia: Sorotan kajian sistematik (SLR). *Gading Journal for Social Sciences*, 27(Special Issue KONAKA), 93–102.
- Mohd Akib, M. M., Md Yahya, N. S., Syed Muhsin, S. B., & Sa'ari, C. Z. (2025). Terapi psikospiritual berdasarkan konsep ketenangan jiwa menurut Al-Tafsir Al-Kabir dalam

- menangani remaja berisiko. *QURANICA: International Journal of Quranic Research*, 17(2), 237–268.
- Mokhtar, S., Thia, K., Ramlie, H. A., & Abang Muis, A. M. R. (2019). Falsafah Pendidikan Islam merentas kurikulum alaf ke-21. Dalam *Prosiding Persidangan Antarabangsa Pengajian Kemanusiaan Kali Ke-2*. Universiti Malaysia Sabah.
- Muhsin, B. S., & Sa'ari, Z. (2015). Kaedah psikoterapi Islam berasaskan konsep maqamat Abu Talib al-Makki. Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Norhafizah Musa, & Che Zarrina Sa'ari. (2019). Pendekatan psikoterapi Islam dalam menguruskan tekanan pesakit kronik. *Jurnal Usuluddin*, 47(1), 1–34.
- Rosni, N., Ahmad, Z., & Rahman, M. (2019). Pendekatan psikospiritual dalam pembangunan insan menurut perspektif Islam. *Jurnal Psikologi Islam*, 5(2), 45–60.
- Sharifah, B. (2021). Model psikospiritual Islam dalam pembangunan kesihatan mental pelajar. *Jurnal Pendidikan Islam*, 8(1), 23–35.
- Sharifah Basirah Syed Muhsin, & Che Zarrina Sa'ari. (2015). Kaedah psikoterapi Islam berasaskan konsep maqamat Abu Talib al-Makki. Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Sinar Harian. (2023, Julai 5). [Eksklusif] Pelajar makin terdedah gejala mental. *Sinar Harian*.
- Tengku Kasim, T. S. A., Ahmad, S. S., & Syed Abdul Rahman, S. M. H. (2024). Psikoterapi tasawuf dan peranannya dalam pengurusan emosi pelajar. *Journal of Islamic Educational Research*, 10(1), 62–69.
- Zaharah Hussin. (2000). Perkembangan kurikulum: Teori dan amalan. Dalam *Konsep kesepaduan 'inter' dalam kurikulum pendidikan sains sosial* (hlm. 105–125).
- Zainuddin, A., Karim, F., & Salleh, M. (2021). Intrinsic motivation and academic resilience