



Optimal Stress dalam Pendidikan Kolaboratif Rumah dan Sekolah untuk Menyiapkan Diri sebagai Mukalaf

Adriano Rusfi¹, Febi Robianti²

¹The Aqil Baligh Institute

²Faculty of Liberal Arts and Sciences, Department of Education, International Open University, The Gambia

Abstrak: Penelitian ini bertujuan mengkaji konsep optimal stress dalam pendidikan kolaboratif antara rumah dan sekolah dalam membentuk peserta didik sebagai mukalaf, yaitu individu yang memiliki kesadaran tanggung jawab ibadah dan sosial. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif konseptual-deskriptif dengan analisis nilai-nilai pendidikan Islam yang berkaitan dengan tekanan, kesungguhan (mujahadah), kesabaran, dan keikhlasan dalam proses belajar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kolaborasi yang selaras antara rumah dan sekolah berperan penting dalam menjaga keseimbangan antara tekanan dan dukungan sehingga stres berada pada tingkat optimal. Tekanan yang terukur, disertai dukungan spiritual dan emosional serta refleksi iman, terbukti berkontribusi pada pembentukan ketangguhan moral, kemandirian spiritual, dan karakter peserta didik yang berlandaskan nilai-nilai ketauhidan.

Kata kunci: Optimal Stress, Pendidikan Kolaboratif, Mukalaf

DOI:

<https://doi.org/10.47134/islamicpsychology.v2i2.282>

*Correspondence: Adriano Rusfi

Email: adrianorusfi9@gmail.com

Received: 27-10-2025

Accepted: 13-11-2025

Published: 29-11-2025



Copyright: © 2025 by the authors. Submitted for open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Abstract: This study aims to examine the concept of optimal stress in collaborative education between home and school in shaping students as mukalaf, individuals who are aware of their religious and social responsibilities. The study employs a qualitative conceptual-descriptive approach with an analysis of Islamic educational values related to stress, perseverance (mujahadah), patience, and sincerity in the learning process. The findings indicate that harmonious collaboration between home and school plays a key role in maintaining a balance between pressure and support, ensuring that stress remains at an optimal level. Measured challenges combined with spiritual, emotional support and faith-based reflection contribute to the development of moral resilience, spiritual independence, and character grounded in the values of monotheism (tauhid).

Keywords: Optimal Stress, Collaborative Education, Mukalaf

Pendahuluan

Manusia adalah makhluk luar biasa—ahsani taqwim—yang diberi kemampuan untuk berpikir, merasakan, dan bertindak secara sadar. Dalam dirinya tertanam potensi spiritual, moral, dan intelektual yang tak dimiliki makhluk lain. Menurut Nabilah, Ashar, dan Holik (2025), konsep ahsanu taqwim dalam Al-Qur'an menggambarkan penciptaan manusia dalam bentuk terbaik, bukan hanya secara fisik, tetapi juga dari sisi akal, ruh, dan potensi moral yang memungkinkan manusia menjadi khalifah di bumi. Potensi inilah yang

membedakan manusia dari makhluk lainnya dan menjadi dasar tanggung jawab spiritualnya.

Namun, sebagaimana kapasitas besar itu, potensi manusia sering kali tertidur hingga muncul situasi yang “memaksa” untuk bangkit. Dalam bahasa sederhana, manusia baru menunjukkan kekuatan sejatinya ketika kepepet—saat ia harus mengeluarkan seluruh kemampuan karena tak ada pilihan lain. Dan sesungguhnya, fase pra akil baligh adalah saat kepepet pertama dalam kehidupan spiritual seorang anak.

Pada fase inilah individu mulai bergulat dengan perubahan emosional, sosial, dan moral yang menuntut keseimbangan antara tuntutan lingkungan dan bimbingan pendidikan. Inilah masa pembentukan pondasi iman, akhlak, dan kontrol diri yang menjadi dasar bagi lahirnya manusia mukalaf, yaitu manusia yang sadar akan tanggung jawab moral dan spiritualnya (Rifa’i & Sholichah, 2021; Euis Sufi Jatningsih et al., 2023; D. Zahra et al., 2023). Dalam perspektif Islam, pembentukan karakter semacam ini telah ditegaskan dalam Al-Qur’an dan hadis sebagai inti dari pendidikan manusia agar menjadi khalifah yang bertanggung jawab di bumi (Kurniawan, 2018; Suriadi, 2022).

Namun di tengah gelombang modernitas, pendidikan sering terjebak pada pencarian kenyamanan belajar, meniadakan ruang bagi ketangguhan dan mujahadah—yakni kesungguhan menghadapi kesulitan (Nugraha, 2024). Akibatnya, anak-anak dibesarkan dalam zona aman yang nyaman tapi rapuh, jauh dari pengalaman keterdesakan yang justru menumbuhkan kekuatan iman dan daya juang. Padahal, dalam pandangan psikologi spiritual Islam, pembiasaan menghadapi tekanan dengan sabar dan ikhlas merupakan bagian dari tazkiyatun nafs—proses penyucian diri yang menumbuhkan kesehatan mental dan moralitas (Prasetio, 2017; Ernadewita et al., 2019).

Di sinilah konsep optimal stress hadir sebagai gagasan yang menyeimbangkan tekanan dan dukungan dalam pendidikan. Optimal stress bukan sekadar stres positif, melainkan tekanan yang dikelola secara proporsional hingga mendorong tumbuhnya daya adaptif, motivasi, dan resiliensi (Kunt, 2013; Jasinski, 2017; Jessop, 2019; Slimmen et al., 2022). Dalam pandangan Islam, konsep ini sejalan dengan nilai mujahadah dan tazkiyah an-nafs, di mana setiap kesulitan menjadi medan latihan spiritual untuk mencapai kematangan iman (Lailiyatun Nafisah & Muhtador, 2018; Wilodati et al., 2024). Bahkan, Rasulullah ﷺ sendiri mencontohkan bahwa ujian dan tekanan hidup bukanlah tanda kelemahan, tetapi cara Allah memunculkan potensi tertinggi hamba-Nya.

Namun tekanan tanpa bimbingan akan menjadi destruktif. Karena itu, rumah dan sekolah memegang peran krusial sebagai dua poros yang saling melengkapi dalam mendampingi anak pra akil baligh menghadapi “kepepet” perkembangannya. Keluarga berfungsi sebagai fondasi nilai dan kehangatan spiritual, sedangkan sekolah menjadi ruang pembelajaran yang menantang dan menumbuhkan makna tanggung jawab (Fajar et al., 2025; Robianti et al., 2025). Ketika kolaborasi ini terjadi, tekanan yang dialami anak tidak lagi menjadi beban, tetapi menjadi catalyst pembentukan karakter dan keimanan (Muttaqin & Shidqi, 2022; Murtadho et al., 2024; Rismanda et al., 2025; Namira & Hadi, 2025). Bahkan penelitian terbaru menunjukkan bahwa kerja sama aktif orang tua dan guru berperan

signifikan dalam menguatkan kesehatan mental dan moralitas peserta didik (Syarifah et al., 2024; Kamila & Ikomatussuniah, 2024; Wibowo et al., 2024).

Lebih jauh, keseimbangan antara kekuatan spiritual, ketahanan mental, dan kesehatan psikologis menjadi syarat utama keberhasilan pendidikan karakter (Suwanto, 2016). Maka, pendidikan pra akil baligh tidak seharusnya menjauh dari tekanan, melainkan belajar menyeimbangkannya. Seperti manusia yang baru menampakkan kecerdasannya ketika terdesak, demikian pula anak-anak akan menampakkan potensi terbaiknya ketika didampingi untuk menghadapi tantangan dengan iman dan bimbingan. Dari sinilah penelitian ini berangkat—menyusun sebuah model konseptual pendidikan kolaboratif rumah dan sekolah berbasis optimal stress. Model ini tidak hanya menekankan aspek psikologis dan akademis, tetapi juga spiritual dan moral, agar tekanan hidup menjadi sarana menuju kematangan spiritual dan kesiapan menjadi mukalaf sejati.

Metodologi

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif konseptual-deskriptif, dengan fokus pada analisis teori dan model pendidikan Islam yang relevan dengan konsep optimal stress. Pendekatan ini tidak melibatkan manusia sebagai subjek penelitian, melainkan menelaah sumber-sumber tertulis untuk merumuskan kerangka teoretis yang aplikatif dalam konteks pendidikan kolaboratif. Pendekatan kualitatif semacam ini memungkinkan peneliti menggali secara mendalam makna, nilai, dan relevansi suatu konsep berdasarkan data tekstual dan kajian literatur yang bersifat reflektif dan interpretatif (Haki et al., 2024; Waruwu, 2024).

Pendekatan ini juga menekankan pentingnya analisis terhadap konsep pendidikan Islam yang bersumber dari Al-Qur'an, hadis, serta pandangan para pemikir pendidikan Islam modern. Kajian semacam ini memberikan ruang bagi rekonstruksi nilai-nilai spiritual dan moral dalam pendidikan kontemporer sehingga tetap berpijak pada prinsip rahmatan lil 'alamin (Zainab, 2020). Dalam konteks ini, penelitian tidak hanya bersifat deskriptif, tetapi juga reflektif terhadap dinamika modernisasi pendidikan Islam yang menuntut integrasi antara nilai-nilai keislaman dan kebutuhan pendidikan abad ke-21 (Rohman & Muafatun, 2022).

Sumber data penelitian meliputi:

1. Literatur pendidikan Islam yang membahas nilai mujahadah, kesabaran, dan tanggung jawab spiritual.
2. Kajian psikopedagogi tentang optimal stress, resilience, dan keseimbangan emosional dalam pembelajaran.
3. Dokumen kurikulum dan model kolaborasi pendidikan antara rumah dan sekolah.

Sumber-sumber tersebut dikaji secara mendalam untuk menemukan keterhubungan antara nilai-nilai spiritual dalam Islam dengan teori-teori modern mengenai tekanan positif dan penguatan karakter.

Analisis dilakukan melalui tiga tahapan utama:

1. Reduksi Konsep – menyeleksi gagasan utama terkait optimal stress dan kolaborasi pendidikan dari berbagai sumber literatur.
2. Sintesis Nilai – mengintegrasikan nilai-nilai Islam seperti mujahadah, sabar, dan ikhtiar dengan teori modern tentang tekanan positif dan pembentukan karakter tangguh.
3. Perancangan Model Konseptual – menyusun kerangka pendidikan kolaboratif berbasis optimal stress yang dapat diterapkan dalam konteks pembinaan pra akil baligh menuju mukalaf.

Proses analisis ini sejalan dengan prinsip penelitian kualitatif yang menekankan pemaknaan mendalam terhadap fenomena dan menghasilkan model teoretis yang kontekstual (Haki et al., 2024; Waruwu, 2024).

Hasil dan Pembahasan

Bagian hasil dan pembahasan ini menguraikan bagaimana konsep *optimal stress* dalam pendidikan Islam dapat diimplementasikan secara kolaboratif antara rumah dan sekolah untuk membentuk karakter peserta didik yang tangguh dan bertanggung jawab. Melalui pendekatan ini, tekanan tidak dipandang sebagai hambatan, melainkan sebagai stimulus perkembangan diri yang terukur dan bermakna spiritual. Kolaborasi antara keluarga dan lembaga pendidikan menjadi pondasi penting dalam menjaga keseimbangan antara tantangan dan dukungan emosional, sehingga proses belajar tidak hanya melatih kecerdasan intelektual, tetapi juga menumbuhkan ketahanan jiwa, kesabaran, dan kesadaran beriman. Pembahasan berikut akan menjelaskan tiga fokus utama yang menjadi dasar model konseptual pendidikan kolaboratif berbasis *optimal stress*, yaitu makna tekanan dalam perspektif Islam, sinergi rumah dan sekolah sebagai sistem pendukung, serta pilar pembentuk kesiapan menjadi mukalaf.

Makna Optimal Stress dalam Perspektif Pendidikan Islam

Dalam pandangan Islam, tekanan (stress) tidak selalu bermakna negatif. Ia dapat menjadi sarana tazkiyatun nafs (penyucian jiwa) dan mujahadah (perjuangan spiritual) yang menumbuhkan kesungguhan, kesabaran, serta refleksi diri. Tekanan yang proporsional memacu perkembangan intelektual dan spiritual tanpa menimbulkan kehancuran psikologis.

Menurut Nabilah, Ashar, dan Holik (2025), manusia diciptakan dalam bentuk terbaik (ahsanu taqwim) dan dianugerahi potensi yang berkembang melalui ujian dan tantangan. Hal ini sejalan dengan konsep optimal stress, yaitu tekanan positif yang menumbuhkan ketahanan (resilience) dan kedewasaan moral (Jessop, 2019).

Tabel 1. Perbandingan Pandangan tentang Tekanan dalam Pendidikan

Aspek	Pandangan Umum	Pandangan Pendidikan Islam
Hakikat Tekanan	Dihindari karena menyebabkan stres negatif	Diterima sebagai sarana mujahadah dan tazkiyah
Tujuan	Meningkatkan performa sesaat	Menumbuhkan kesabaran, refleksi, dan tanggung jawab spiritual

Aspek	Pandangan Umum	Pandangan Pendidikan Islam
Dampak	Kelelahan mental, burnout	Ketahanan jiwa (resilience) dan kedewasaan iman
Orientasi	Duniawi dan psikologis	Spiritual dan moral

Tabel 1 ini menggambarkan bahwa optimal stress dalam Islam bukan sekadar tekanan akademik, tetapi proses spiritual untuk memunculkan potensi terbaik manusia melalui keseimbangan antara ujian dan bimbingan (Lailiyatun Nafisah & Muhtador, 2018; Ernadewita et al., 2019).

Kolaborasi Rumah dan Sekolah sebagai Sistem Pendukung

Agar tekanan menjadi optimal dan tidak berubah menjadi destruktif, anak memerlukan sistem pendukung yang kuat. Rumah dan sekolah harus berkolaborasi dalam membentuk lingkungan yang menantang sekaligus menenangkan. Orang tua berperan memberi dasar emosional dan spiritual, sementara sekolah menyediakan struktur pembelajaran yang menumbuhkan tanggung jawab sosial (Fajar, et al., 2025). Sinergi ini membentuk ekosistem pendidikan resilien yang memperkuat daya tahan mental anak.

Tabel 2. Peran Kolaboratif Rumah dan Sekolah dalam Membangun Optimal Stress

Komponen	Peran Rumah	Peran Sekolah	Dampak terhadap Anak
Dukungan Emosional	Menumbuhkan rasa aman dan kasih sayang	Memberikan umpan balik positif dan bimbingan sosial	Keseimbangan emosi dan motivasi belajar
Pembentukan Nilai	Menanamkan iman, sabar, dan tanggung jawab	Mengintegrasikan nilai Islam dalam pembelajaran	Konsistensi nilai dan moralitas
Pengelolaan Tekanan	Membantu anak menafsirkan kesulitan secara spiritual	Mendesain tugas menantang namun realistis	Tekanan terukur yang membentuk resilience
Evaluasi Perkembangan	Refleksi harian dan komunikasi dengan guru	Asesmen formatif dan bimbingan akademik	Pertumbuhan karakter dan kemandirian

Tabel 2 ini menunjukkan keseimbangan antara dukungan afektif di rumah dan tantangan akademik di sekolah yang membentuk optimal stress. Sinergi semacam ini terbukti memperkuat kesejahteraan psikologis anak (Murtadho et al., 2024; Robianti et al., 2025).

Model Konseptual Pendidikan Kolaboratif Berbasis Optimal Stress

Dari hasil kajian diperoleh model konseptual pendidikan kolaboratif berbasis *optimal stress* yang dibangun atas tiga pilar utama, yaitu tekanan terukur sebagai stimulus pengembangan diri, dukungan spiritual dan emosional sebagai penyeimbang, serta refleksi iman (*mujahadah*) sebagai proses internalisasi nilai. Tekanan terukur dipahami sebagai tantangan yang realistis dan terarah untuk menumbuhkan daya juang, tanggung jawab, serta kemampuan adaptif siswa tanpa menimbulkan beban berlebihan.

Dukungan spiritual dan emosional berperan menjaga kestabilan batin melalui komunikasi empatik, teladan kesabaran, serta suasana penuh kasih antara rumah dan sekolah, sehingga setiap tekanan dipahami sebagai bagian dari proses ibadah.

Sementara itu, refleksi iman atau mujahadah menjadi inti pembentukan makna, di mana peserta didik dilatih memandang ujian sebagai sarana penyucian jiwa dan penguatan niat beramal.

Ketiga pilar ini membentuk siklus pendidikan yang menumbuhkan keseimbangan antara tantangan dan ketenangan, antara ikhtiar dan tawakal, yang pada akhirnya mempersiapkan peserta didik menjadi pribadi mukalaf yang matang secara spiritual, emosional, dan intelektual.

Tabel 3. Model Pendidikan Kolaboratif Berbasis Optimal Stress

Pilar Utama	Deskripsi	Implementasi Praktis	Dampak Terhadap Pembentukan Mukalaf
Tekanan Terukur	Tantangan akademik dan sosial yang memacu kemampuan	Penugasan berbasis masalah, tanggung jawab kelompok	Anak belajar tangguh dan tidak mudah menyerah
Dukungan Spiritual & Emosional	Bimbingan kasih sayang, doa, dan empati dari guru dan orang tua	Kolaborasi komunikasi orang tua-guru, mentoring keagamaan	Keseimbangan mental dan spiritual
Refleksi Iman (Mujahadah)	Proses kontemplatif untuk menafsirkan tekanan sebagai ujian iman	Jurnal refleksi, halaqah nilai, konseling islami	Kesadaran tanggung jawab ibadah dan sosial

Model ini menyeimbangkan antara tekanan, dukungan, dan refleksi sehingga anak terbentuk menjadi individu yang siap secara spiritual dan sosial. Slimmen et al. (2022) menegaskan bahwa keseimbangan antara tekanan akademik dan dukungan sosial menghasilkan well-being yang tinggi. Dalam Islam, hal ini identik dengan keseimbangan antara sabar dan ikhtiar (Wilodati et al., 2024).

Pendidikan kolaboratif berbasis optimal stress mendorong peserta didik untuk tumbuh melalui tekanan yang positif dan terukur. Kolaborasi rumah dan sekolah menjadi kunci agar tekanan tersebut tetap dalam kadar mendidik, bukan menekan. Melalui pendekatan ini, anak belajar menghadapi tantangan dengan iman, kesungguhan, dan refleksi spiritual—menuju kesiapan menjadi mukalaf yang tangguh, beriman, dan bertanggung jawab.

Simpulan

Temuan ini mengimplikasikan bahwa dalam pendidikan Islam, stres yang dikelola secara proporsional (*optimal stress*) dapat berfungsi sebagai instrumen pembentukan karakter melalui proses *tazkiyah an-nafs* dan *mujahadah*, sehingga peserta didik berkembang dalam kesabaran, keikhlasan, ketangguhan, dan kemampuan reflektif tanpa mengalami tekanan yang destruktif. Penerapan konsep ini menuntut sinergi pendidikan kolaboratif antara rumah dan sekolah, di mana keluarga berperan sebagai fondasi dukungan emosional dan spiritual, sementara sekolah menyediakan tantangan intelektual dan sosial yang terukur, sehingga tercipta keseimbangan antara tekanan dan dukungan yang sehat. Secara

praktis, temuan ini merekomendasikan pengembangan model pendidikan berbasis *optimal stress* yang mengintegrasikan tantangan terencana, pendampingan spiritual-emosional, dan refleksi iman sebagai bagian dari pembentukan karakter *mukalaf*. Sementara itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk menguji secara empiris efektivitas model ini pada berbagai jenjang pendidikan serta mengeksplorasi dampaknya terhadap ketangguhan moral, kemandirian spiritual, dan kesiapan tanggung jawab sosial peserta didik di tengah dinamika kehidupan modern.

Referensi

- Ernadewita, E., Rosdialena, R., & Deswita, Y. (2019). Sabar sebagai terapi kesehatan mental. *Jurnal Kajian Psikologi UIN Imam Bonjol Padang*, 2(2). <https://doi.org/10.31869/jkpu.v2i1.1914>
- Euis Sufi Jatiningsih, E. S., Rahman, I. K., & Tanjung, H. (2023). Islamic religious education at pre-baligh age according to Ibn Qayyim Al Jauziy. *Al-Afkar: Journal for Islamic Studies*, 6(4), 135–149. <https://doi.org/10.31943/afkarjournal.v6i4.783>
- Fajar, A. S. M., Darmawan, D., & Kurniawan, Y. (2025). Pendekatan kolaboratif keluarga dan pendidikan untuk menjaga kesehatan mental anak di era perubahan sosial dan teknologi. *Jurnal Pendidikan, Penelitian dan Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 53–64. <https://jurnalnala.id/index.php/nala/article/view/61/60>
- Haki, U., Prahastiwi, E. D., & Selatan, U. T. (2024). Strategi pengumpulan dan analisis data dalam penelitian kualitatif pendidikan. *Jurnal Inovasi dan Teknologi Pendidikan*, 3(1), 1–19. <https://doi.org/10.46306/jurinotep.v3i1.67>
- Jessop, D. S. (2019). The power of positive stress and a research roadmap. *Stress*, 22(5), 521–523. <https://doi.org/10.1080/10253890.2019.1593365>
- Kamila, S. A., & Ikomatussuniah, S. H. (2024). Membangun keseimbangan: Menjaga kesehatan mental dalam gelombang tantangan mahasiswa. https://waqafilmunusantara.com/wp-content/uploads/2024/08/Siti-Alifia-Kamila_Artikel.docx.pdf
- Khalil, N. B., & Rahman, I. K. (2023). Guidance of sex education for pre-puberty children: Study at Darul Muttaqin Bogor. *Prophetic Guidance and Counseling Journal*, 3(1), 32–37. <https://doi.org/10.32832/pro-gcj.v3i1.7402>
- Kunt, Á. (2013). Health, stress, well-being and positive affectivity. In I. Takacs & J. Soos (Eds.), *Psychology* (1st ed., Ch. 10). Typotex. https://www.researchgate.net/publication/263505081_Health_stress_well-being_and_positive_affectivity

- Kurniawan, A. (2018). Aktualisasi nilai khalifah dalam Al-Qur'an. *Jurnal Al-Dirayah*, 1(1), 51–56.
<http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=1688904&val=18382&title=AKTUALISASI%20NILAI%20KHALIFAH%20DALAM%20AL-QURAN>
- Lailiyatun Nafisah, L., & Muhtador, M. (2018). Wacana keadilan sahabat dalam pandangan ulama klasik dan kontemporer. *Al-Quds: Jurnal Studi Alquran dan Hadis*, 2(2).
<http://dx.doi.org/10.29240/alquds.v2i2.429>
- Murtadho, W., Halimah, S., & Salminawati, S. (2024). Pembinaan akhlak remaja berbasis kolaborasi guru dan orang tua: Kajian systematic literature review. *Ideguru: Jurnal Karya Ilmiah Guru*, 9(2), 758–761. <https://doi.org/10.51169/ideguru.v9i2.963>
- Muttaqin, M., & Shidqi, N. A. (2022). Program parenting kemah (Kajian Emak-Emak Sholihah) sebagai bentuk kolaborasi guru dan orang tua dalam pembentukan karakter siswa (Studi Kasus SD IT Bina Insani Kayuagung). *Taujih: Jurnal Pendidikan Islam*, 4(2), 19–35.
<http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=3489173>
- Nabilah, Y. A., Ashar, S., & Holik, A. (2025). Penciptaan manusia menurut pandangan Al-Qur'an (Konsep Ahsanu Taqwim dalam Al-Qur'an studi tafsir Ibnu Katsir). *Jurnal Riset Multidisiplin Edukasi*, 2(4), 35–47. <https://doi.org/10.71282/jurmie.v2i4.217>
- Namira, N., & Hadi, M. S. (2025). Penerapan karakter kedisiplinan melalui kolaborasi orangtua dan guru terhadap motivasi belajar dan hasil belajar peserta didik. *JiIP: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 8(2), 1664–1669.
<https://doi.org/10.54371/jiip.v8i2.6928>
- Nugraha, R. (2024). Bias Islam modernis dalam pendidikan akhlak: Studi terhadap naskah pendidikan budi pekerti K.H. E. Abdurrahman. *Jurnal Syntax Imperatif: Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan*, 4(6), 993–1012.
<https://doi.org/10.36418/syntaximperatif.v4i6.494>
- Prasetio, J. E. (2017). Tazkiyatun nafs: Kajian teoritis konsep akuntabilitas. *Jurnal Analisa Akuntansi dan Perpajakan*, 1(1).
<http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=2096158&val=14537>
- Rifa'i, M., & Sholichah, A. S. (2021). Isyarat Al-Qur'an dan hadis tentang pendidikan keimanan anak pra aqil baligh. *Tarbawi: Jurnal Pendidikan Islam*, 6(1).
<https://doi.org/10.24235/tarbawi.v6i1.7694>
- Rismanda, E., Khasanah, U., Susanti, A., Bahri, S., & Baharudin, B. (2025). Kolaborasi orang tua dan guru dalam membentuk generasi tangguh melalui kajian parenting.

- Learning: *Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan dan Pembelajaran*, 5(2), 777–788. <https://doi.org/10.51878/learning.v5i2.5080>
- Robianti, F., Raufu, M., Amalia, N., & Nasution, D. (2025). Parent-school collaboration in online curriculum design for non-formal schools in East Java Province, Indonesia: A design-based research. *Jurnal Pendidikan Non Formal*, 2(4), 12. <https://doi.org/10.47134/jpn.v2i4.1601>
- Rohman, M. M., & Muafatun, S. (2022). Modernisasi pendidikan Islam (Sebuah studi analisis model pendidikan Islam perspektif Fadzlur Rahman). *Akademika: Jurnal Keagamaan dan Pendidikan*, 18(2), 109–124. https://www.academia.edu/download/96629726/Modernisasi_Pendidikan_Islam_Sebuah_Studi_Analisis_Model_Pendidikan_Islam_Perspektif_Fadzlur_Rahman_.pdf
- Slimmen, S., Timmermans, O., Mikolajczak-Degrauwe, K., & Oenema, A. (2022). How stress-related factors affect mental wellbeing of university students: A cross-sectional study to explore the associations between stressors, perceived stress, and mental wellbeing. *PLoS ONE*, 17(11), e0275925. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0275925>
- Suriadi. (2022). Konsep pendidikan karakter dalam Al-Qur'an dan Hadis. *Jurnal Tarbiyah Islamiyah: Jurnal Ilmiah Pendidikan Agama Islam*, 12(2), 125–138. <https://doi.org/10.18592/jtipai.v%vi%i.1991>
- Suwarto, F. (2016). Hubungan antara ketahanan fisik mental spiritual dan kemampuan mengelola stres serta tingkat kepercayaan diri dengan motivasi kerja. *Jurnal Manajemen*, 20(2), 169–188. <https://doi.org/10.24912/jm.v20i2.42>
- Syarifah, D. H., Firdaus, H., Nursaida, Kiram, S., & Zurur, I. (2024). Peran spiritualitas dalam pendidikan untuk mengatasi tekanan akademik bagi mahasiswa. *Istifkar*, 4(2), 158–173. <https://doi.org/10.62509/jpai.v4i2.129>
- Waruwu, M. (2024). Pendekatan penelitian kualitatif: Konsep, prosedur, kelebihan dan peran di bidang pendidikan. *Afeksi: Jurnal Penelitian dan Evaluasi Pendidikan*, 5(2), 198–211. <https://pdfs.semanticscholar.org/8de8/be521b4102a42c318fec3d4ec4dcd375ff94.pdf>
- Wibowo, H., Rachim, H. A., & Gigin, G. K. B. (2024). Pelatihan penguatan kapasitas orang tua dalam memberikan pendidikan agama dalam keluarga bagi orang tua siswa madrasah ibtidaiyah Yanuri Cimahi Jawa Barat. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 5(2). <https://doi.org/10.24198/jppm.v5i2.61519>
- Wilodati, W., Komariah, S., Utami, N. F., Aritonang, W. G., Amir, P. P., & Fakhira, P. H. (2024). Enhancing adolescent moral awareness through aqil baligh education.

EduEKSOS: Jurnal Pendidikan Sosial & Ekonomi, 13(2).
<https://doi.org/10.24235/edueksos.v13i02.18803>

Yuliana Apsyahwati. (tanpa tahun). Profesionalisme mubaligh bagi perkembangan dakwah. Pascasarjana UIN Sunan Gunung Djati Bandung. https://e-journal.metrouniv.ac.id/ath_thariq/article/download/1889/1498

Zahra, D., Ritonga, A. W., Atansyah, A., & Auliya, A. (2023). Penguatan pendidikan aqidah Islam pada anak sebelum usia aqil baligh. *Riyadhoh: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 4(1). <https://doi.org/10.19105/rjpai.v4i1.8272>

Zainab, N. (2020). Rekonstruksi kurikulum pendidikan agama Islam: Analisis model kurikulum rahmatan lil 'alamin. *Tadris: Jurnal Pendidikan Islam*, 15(2), 168–183. <http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=3239066&val=28350&title=Rekonstruksi%20Kurikulum%20Pendidikan%20Agama%20Islam%3A%20Analisis%20Model%20Kurikulum%20Rahmatan%20Lil%20Alamin>