



Mengkaji Dampak Entertaining Learning terhadap Pembentukan Mental Resilience Pemuda: Perspektif Nilai Mujahadah dalam Islam

Adriano Rusfi¹, Dewi Arsyanti², Febi Robianti³

^{1,2} The Aqil Baligh Institute

³ Faculty of Liberal Arts and Sciences, Department of Education, International Open University, The Gambia

Abstrak: Penelitian ini bertujuan menganalisis dampak entertaining learning terhadap pembentukan mental resilience pemuda melalui perspektif nilai mujahadah dalam Islam. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif konseptual-deskriptif dengan studi literatur dan analisis hermeneutik tanpa melibatkan partisipasi langsung. Hasil kajian menunjukkan bahwa entertaining learning meningkatkan keterlibatan dan mendukung pembelajaran berbasis pengalaman, namun ketergantungan berlebihan pada unsur hiburan berpotensi melemahkan daya juang apabila tidak diimbangi dengan prinsip mujahadah yang menekankan kesungguhan, kesabaran, dan pengendalian diri. Kombinasi entertaining learning dan nilai mujahadah terbukti membangun ketahanan mental dan ketekunan pemuda serta menyediakan kerangka konseptual bagi penelitian empiris lanjutan dalam pendidikan formal maupun nonformal.

Kata kunci: Entertaining Learning, Mental Resilience, Mujahadah, Pemuda, Pendidikan Islam

DOI:

<https://doi.org/10.47134/islamicpsychology.v2i2.283>

*Correspondence: Adriano Rusfi

Email: adrianorusfi9@gmail.com

Received: 28-10-2025

Accepted: 14-11-2025

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 analyze the impact of entertaining learning on the development of youth mental resilience through the perspective of mujahadah values in Islam. The research employs a qualitative conceptual-descriptive approach using literature review and hermeneutic analysis without direct participant involvement. The findings indicate that entertaining learning enhances engagement and supports experiential learning; however, excessive reliance on entertainment may weaken perseverance if not balanced with mujahadah principles emphasizing struggle, patience, and self-discipline. The integration of entertaining learning and mujahadah values fosters mental resilience and perseverance among youth and provides a conceptual framework for further empirical research in both formal and non-formal educational contexts.

Keywords: Entertaining Learning, Mental Resilience, Mujahadah, Youth, Islamic Education

Pendahuluan

Paradigma pendidikan modern telah menghadirkan berbagai pendekatan pembelajaran yang menekankan hiburan, kenyamanan, dan pengalaman menyenangkan, dengan tujuan meningkatkan keterlibatan peserta didik serta meminimalkan stres dan kebosanan dalam proses belajar (Turan-Özpolat, 2020; Quiroz Giler & Rivadeneira Barreiro, 2022). Fenomena ini dapat dirumuskan dalam istilah *entertaining learning*, yaitu integrasi unsur hiburan, permainan, dan pengalaman yang menyenangkan ke dalam kegiatan belajar tanpa mengabaikan tujuan akademik. Pendekatan ini mencakup berbagai strategi, seperti penggunaan media audiovisual, permainan edukatif, *ice-breaking*, dan aktivitas kelompok yang interaktif, sehingga belajar menjadi pengalaman yang “menarik dan mengasyikkan”.

Berbagai studi menunjukkan bahwa *entertaining learning* efektif dalam meningkatkan motivasi belajar, keterlibatan kognitif, dan kepuasan peserta didik (Turan-Özpolat, 2020; Quiroz Giler & Rivadeneira Barreiro, 2022; Cano et al., 2006). Pendekatan ini sejalan dengan temuan dalam neuroscience, yang menekankan bahwa usaha aktif (*effortful learning*) dan keterlibatan fisik-emosional dalam belajar dapat memperkuat retensi informasi dan membentuk koneksi kognitif yang lebih baik (Lyons et al., 2012; Jarvis et al., 2022).

Namun, ada sisi kritis yang perlu diperhatikan. Ketergantungan pada kenyamanan dan hiburan dapat menyebabkan pemuda cenderung menghindari kesulitan, menurunkan toleransi terhadap tantangan, dan melemahkan ketahanan mental dalam menghadapi hambatan akademik maupun kehidupan nyata (Goldstein & Brooks, 2013; Zebrowski, 2013; Risoldi-Cochrane & Bloom, 2022; Armafansa et al., 2022). Fenomena budaya instan ini, di mana kesenangan menjadi pusat orientasi belajar, berpotensi menurunkan kemampuan pemuda untuk berjuang secara sungguh-sungguh menghadapi kesulitan, yang merupakan fondasi utama dalam pembentukan mental resilience (Suyud El Syam, 2020).

Dalam konteks Islam, nilai mujahadah – perjuangan sungguh-sungguh, kesabaran, pengendalian diri, dan ketekunan dalam menghadapi tantangan – dapat menjadi kerangka nilai yang relevan untuk menumbuhkan mental resilience pemuda (Solehuddin, 2019; Segar & Wati, 2022; Wahfiroh, 2025). Prinsip mujahadah mengajarkan bahwa ketangguhan batin tidak terbentuk melalui kenyamanan semata, tetapi melalui usaha keras, konsistensi, dan kesabaran dalam menuntut ilmu dan menghadapi tantangan hidup. Hal ini selaras dengan hadis Nabi Muhammad ﷺ yang menegaskan, "Barangsiapa merintis meretas jalan mencari ilmu, maka Allah akan memudahkan baginya jalan ke surga" (HR. Tirmidzi, 2646), yang menunjukkan hubungan antara usaha, perjuangan, dan pencapaian nilai spiritual serta mental.

Berdasarkan pemahaman tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak *entertaining learning* terhadap pembentukan mental resilience pemuda melalui lensa nilai mujahadah dalam Islam. Studi ini juga menawarkan refleksi konseptual dan teoretis sebagai landasan bagi penelitian empiris lanjutan, baik dalam konteks pendidikan formal maupun non-formal, dengan tujuan menyeimbangkan antara motivasi belajar yang tinggi dan pembentukan ketangguhan mental yang berakar pada nilai spiritual.

Metodologi

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif konseptual-deskriptif dengan studi literatur dan analisis hermeneutik. Pendekatan ini dipilih untuk menafsirkan makna dan konsekuensi dari praktik *entertainful learning* terhadap pembentukan mental resilience pemuda melalui perspektif nilai *mujahadah* dalam Islam (Saidi, 2008; Suardi, 2017; Ima, 2025). Pendekatan ini tidak melibatkan partisipan manusia langsung, sehingga cocok sebagai studi literatur awal untuk memantik penelitian empiris lebih lanjut.

Tabel 1. Rangkuman Metodologi Penelitian

Kategori	Fokus Kajian	Sumber Data / Referensi
Pendekatan Penelitian	Kualitatif konseptual-deskriptif dengan studi literatur dan analisis hermeneutik	Saidi (2008); Suardi (2017); Ima (2025)
Topik 1: <i>Entertainful Learning</i>	Kajian tentang <i>joyful learning</i> , <i>fun-based learning</i> , gamifikasi, dan integrasi hiburan dalam pembelajaran	Turan-Özpolat (2020); Quiroz Giler & Rivadeneira Barreiro (2022); Cano et al. (2006)
Topik 2: Mental Resilience	Ketahanan psikologis pemuda, pengembangan karakter, dan pembentukan resilience	Goldstein & Brooks (2013); Zebrowski (2013); Dhowi & Andagsari (2019); Risoldi-Cochrane & Bloom (2022); Armafansa et al. (2022)
Topik 3: Nilai <i>Mujahadah</i> dalam Islam	Perjuangan sungguh-sungguh, kesabaran, pengendalian diri, dan prinsip spiritual dalam pendidikan	Kristiani (2010); Solehuddin (2019); Sujatnika (2021); Pujianti (2022); Segar & Wati (2022); Wahfiroh (2025);
Topik 4: Analisis Hermeneutik & Fenomenologi	Metode interpretasi teks dan studi literatur untuk menafsirkan pengalaman belajar serta mengaitkan nilai spiritual	Saidi (2008); Syam (2020); Suwardi & Syaifullah (2022); Zamzami et al. (2023); Ima (2025)
Teknik Analisis	1. Reduksi konsep 2. Interpretasi hermeneutik 3. Sintesis konseptual	Suardi (2017); Waruwu (2024) Saidi (2008); Zamzami et al. (2023) Suwardi & Syaifullah (2022) ; Ima (2025)

Studi ini berfokus pada studi literatur dan konsep, sehingga keterlibatan langsung dengan partisipan dapat diminimalkan. Analisis hermeneutik digunakan untuk menafsirkan hubungan antara hiburan dalam belajar, motivasi belajar, dan pembentukan mental resilience pemuda. Hasil dari analisis ini diharapkan dapat menghasilkan kerangka konseptual awal yang menjadi dasar bagi pengembangan penelitian empiris selanjutnya.

Hasil dan Pembahasan

Analisis literatur menunjukkan bahwa *entertainful learning* memiliki dampak ganda terhadap pemuda. Secara positif, pendekatan ini meningkatkan motivasi belajar dan keterlibatan pemuda dalam proses pembelajaran (Turan-Özpolat, 2020; Quiroz Giler & Rivadeneira Barreiro, 2022), sekaligus mendukung pembelajaran berbasis pengalaman nyata (*experiential learning*) yang menantang kreativitas dan kemampuan kerja sama (Cano et al., 2006). Namun, sisi negatifnya, ketergantungan pada hiburan dapat melemahkan kemampuan pemuda untuk menghadapi kesulitan nyata (Suyud El Syam,

2020' Risoldi-Cochrane & Bloom, 2022), serta membuat mereka cenderung menghindari usaha maksimal, sehingga nilai mujahadah—perjuangan, kesabaran, dan pengendalian diri—tidak berkembang secara optimal (Solehuddin, 2019; Pujianti, 2022; Wahfiroh, 2025).

Dari perspektif mujahadah, pembelajaran seharusnya mencakup unsur perjuangan, kesabaran, dan pengendalian diri, di mana ketangguhan mental muncul dari kemampuan menghadapi kesulitan dengan kesungguhan (Kristiani, 2010; Sujatnika, 2021; Segar & Wati, 2022). Terdapat temuan lain yang mendukung hal ini, menunjukkan bahwa keterlibatan aktif dan usaha sungguh-sungguh (*effortful learning*) memperkuat pembelajaran dan daya juang individu (Lyons et al., 2012; Jarvis et al., 2022).

Kerangka konseptual yang muncul dari kajian ini menekankan bahwa *entertainful learning* dapat meningkatkan motivasi dan keterlibatan, sementara nilai mujahadah membangun kesabaran, pengendalian diri, dan daya juang. Kombinasi keduanya diharapkan dapat memperkuat mental resilience pemuda. Dengan demikian, kebahagiaan belajar bukan sekadar hiburan, melainkan kebahagiaan dalam perjuangan menuntut ilmu, sebagaimana ditegaskan dalam hadis: "Barangsiapa merintis meretas jalan mencari ilmu, maka Allah akan memudahkan baginya jalan ke surga." (HR. Tirmidzi, 2646)

Tabel 2. Dampak *Entertainful Learning* terhadap Pembentukan Mental Resilience

Aspek	Temuan Literatur	Dampak Positif	Dampak Negatif	Implikasi Mujahadah	Referensi
Entertainful Learning	Pendekatan pembelajaran menyenangkan, hiburan terintegrasi	Meningkatkan motivasi dan keterlibatan pemuda	Ketergantungan pada kenyamanan, mengurangi kemampuan menghadapi kesulitan	-	Suyud El Syam, 2020; Turan-Özpolat, 2020; Quiroz Giler & Rivadeneira Barreiro, 2022; Risoldi-Cochrane & Bloom, 2022
Experiential Learning	Pembelajaran berbasis pengalaman nyata	Menantang kreativitas, kemampuan kerja sama	-	Memfasilitasi pengembangan kesabaran dan ketekunan	Cano et al., 2006
Nilai Mujahadah	Perjuangan, kesabaran, pengendalian diri	-	-	Membangun ketangguhan mental, penguatan daya juang	Kristiani, 2010; Solehuddin, 2019; Sujatnika, 2021; Pujianti, 2022; Segar & Wati, 2022; Wahfiroh, 2025
Effortful Learning	Keterlibatan aktif dalam belajar	Memperkuat pembelajaran dan daya juang	-	Mendukung ketahanan mental melalui usaha sungguh-sungguh	Lyons et al., 2012; Jarvis et al., 2022
Hadis	Perintah menuntut ilmu	-	-	Menegaskan bahwa perjuangan	HR. Tirmidzi, 2646

Aspek	Temuan Literatur	Dampak Positif	Dampak Negatif	Implikasi Mujahadah	Referensi
				mencari ilmu memudahkan jalan ke surga	

Simpulan

Berdasarkan analisis literatur, *entertaining learning* memiliki dampak ganda terhadap pembentukan *mental resilience* pemuda: di satu sisi meningkatkan motivasi, keterlibatan aktif, dan pembelajaran berbasis pengalaman, namun di sisi lain berpotensi melemahkan daya juang jika bergantung pada hiburan semata tanpa penguatan nilai *mujahadah*—perjuangan, kesabaran, dan pengendalian diri. Perspektif Islam menegaskan bahwa ketangguhan mental tumbuh melalui usaha sungguh-sungguh dan keterlibatan aktif (*effortful learning*), sehingga pembelajaran yang ideal perlu menyeimbangkan unsur kesenangan sebagai motivator dengan tantangan intelektual dan spiritual sebagai pembentuk karakter. Kerangka konseptual ini menunjukkan bahwa integrasi *entertaining learning* dan nilai *mujahadah* merupakan strategi efektif untuk membangun ketahanan mental pemuda. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menguji secara empiris model integratif ini pada pendidikan formal dan nonformal serta mengembangkan instrumen evaluasi yang mengukur keterpaduan hiburan, motivasi belajar, dan *mental resilience* dalam kerangka nilai Islam.

Referensi

- Al-Tirmidhī, A. (n.d.). *Jāmi‘ at-Tirmidhī* (Vol. 5, Book 39, Hadith 2646). Retrieved November 8, 2025, from <https://sunnah.com/tirmidhi/41>
- Armafansa, A. P., Musawwir, M., & Hayati, S. (2022). Pengaruh gratitude terhadap resiliensi pada dewasa awal di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 2(2), 135–. <https://doi.org/10.56326/jpk.v2i2.1825>
- Cano, J. L., Lidon, I., Rebollar, R., Roman, P., & Saenz, M. J. (2006). Student groups solving real-life projects: A case study of experiential learning. *International Journal of Engineering Education*, 22(6), 1252. <https://www.researchgate.net/publication/257614909>
- Dhowi, B., & Andagsari, E. W. (2019). Pengaruh nilai terhadap ketangguhan (resiliensi). *Business Economic, Communication, and Social Sciences Journal (BECOSS)*, 1(1), 1–10. <https://www.researchgate.net/publication/348504147>
- Goldstein, S., & Brooks, R. B. (2013). Why study resilience? In S. Goldstein & R. Brooks (Eds.), *Handbook of resilience in children* (pp. 1–18). Springer. https://doi.org/10.1007/978-1-4614-3661-4_1

- Ima. (2025). Studi literatur: Pengertian, tujuan, metode, dan pentingnya dalam penelitian. Tesis.id. <https://tesis.id/blog/studi-literatur-pengertian-tujuan-metode-dan-pentingnya-dalam-penelitian/>
- Jarvis, H., Stevenson, I., Huynh, A. Q., Babbage, E., Coxon, J., & Chong, T. T.-J. (2022). Effort reinforces learning. *Journal of Neuroscience*, 42(40), 7648–7658. <https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.2223-21.2022>
- Kristiani, I. (2010). Self-actualization in Shekar Kapur's *The Golden Age: A humanistic psychological approach* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta). <https://eprints.ums.ac.id/id/eprint/7147>
- Lyons, L., Slattery, B., Jimenez, P., Lopez, B., & Moher, T. (2012). Don't forget about the sweat: Effortful embodied interaction in support of learning. *TEI '12: Proceedings of the Sixth International Conference on Tangible, Embedded and Embodied Interaction*, 77–84. <https://doi.org/10.1145/2148131.2148149>
- Pujianti, E. (2022). Etika dalam pendidikan agama Islam. *Jurnal Mubtadiin*, 8(01). <http://journal.an-nur.ac.id/index.php/mubtadiin/article/view/172>
- Quiroz Giler, V. M., & Rivadeneira Barreiro, M. P. (2022). The impact of fun-based learning approach on enhancing academic motivation of teenagers in EFL learning. *Universidad Técnica de Manabí, Ecuador*. <https://orcid.org/0000-0002-5725-6248>
- Risoldi-Cochrane, Z., & Bloom, T. J. (2022). Comparison can be a basis for resilience rather than the thief of joy. *American Journal of Pharmaceutical Education*, 86(4). <https://www.ajpe.org/action/showPdf?pii=S0002-9459%2823%2901443-2>
- Saidi, A. I. (2008). Hermeneutika, sebuah cara untuk memahami teks. *Jurnal Socioteknologi*, 7(13), 376–382. https://spada.uns.ac.id/pluginfile.php/681760/mod_resource/content/1/5-HERMENEUTIKA-nya-P.-Acep.pdf
- Segar, D. K., & Wati, E. A. F. (2022). The living Qur'an: Makna mujahadah di Pondok Pesantren ISC Aswaja Lintang Songo Piyungan Bantul Yogyakarta. *REVELATIA Jurnal Ilmu Al-Quran dan Tafsir*, 3(1), 18. <https://pdfs.semanticscholar.org/fe6/3c2213ba61eba5412f87a40d2eb94ffab6.pdf>
- Solehuddin, S. (2019). Perspektif Alquran tentang kesenangan dunia: Sebuah kajian tafsir tematik (Doctoral dissertation, Fakultas Ushuluddin). <https://repository.ptiq.ac.id/id/eprint/386/1/Skripsi%20Sofyan%20Solehuddin.pdf>
- Suardi, W. (2017). Catatan kecil mengenai desain riset deskriptif kualitatif. *Ekubis: Ekonomi, Keuangan, & Bisnis*, 2(2), 1–11. <https://ojs.uninus.ac.id/index.php/EKUBIS/article/view/781>

- Subhaktiyasa, P. G., Candrawati, S. A. K., Sumaryani, N. P., Sunitad, N. W., & Syakure, A. (2025). Penerapan statistik deskriptif: Perspektif kuantitatif dan kualitatif. *Emasains*, 14(1). <https://doi.org/10.59672/emasains.v14i1.4450>
- Sujatnika, D. A. (2021). Etika mencari ilmu dalam perspektif pemikiran Syekh Nawawi Al-Bantani. *Jurnal Syntax Imperatif: Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan*, 2(1), 13–28. <https://doi.org/10.36418/syntax-imperatif.v2i1.64>
- Suyud El Syam, R. (2020). Korelasi spiritual terhadap budaya instan: Studi fenomenologi dialek-konteks realitas berbagai sendi kehidupan. *Jurnal Paramurobi*, 3(1), 1–15. <https://pdfs.semanticscholar.org/b604/95d734527503ba1a4ca7179d9ef248c6654c.pdf>
- Turan-Özpolat, E. (2020). A phenomenographic study on views about entertaining and boring situations in learning process. *International Education Studies*, 13(10), 8–23. <https://doi.org/10.5539/ies.v13n10p8>
- Wahfiroh, A. (2025). Penerapan pembiasaan mujahadah dalam pembentukan karakter disiplin dan tanggung jawab siswa di SMK Batik Sakti 2 Kebumen (Doctoral dissertation, Institut Agama Islam Nahdlatul Ulama Kebumen). <https://eprints.iainu-kebumen.ac.id/id/eprint/1688/1/1.%20COVER.pdf>
- 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>
- Wislyly, W. (2017). Al-Maududi on Islam as basic in individual and state life (thought and modernization effort). *Jurnal Ulunnuha*, 6(1), 20–28. <https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/ulunnuha/article/view/576>
- Zamzami, M. R., Mazaya, N., & Astuti, W. (2023). Studi hermeneutik-filosofis teks Lelaku Tapa Wuda Ratu Kalinyamat sebagai simbol pendidikan agama Islam. *Transformasi Manageria: Journal of Islamic Education Management*, 4(1), 161–176. <https://doi.org/10.47467/manageria.v4i1.4060>
- Zebrowski, C. (2013). The nature of resilience. *Resilience*, 1(3), 159–173. <https://doi.org/10.1080/21693293.2013.804672>