

## Program Musik Islami: Solusi untuk Tantangan Psikososial Siswa MTsN 1 Lima Puluh Kota

Uswatul Hakim <sup>1</sup>

Harisnal Hadi <sup>2\*</sup>

Hengki Armez Hidayat <sup>3</sup>

<sup>1-3</sup> Prodi Pendidikan Sendratasik,  
Fakultas Bahasa dan Seni,  
Universitas Negeri Padang, Padang,  
Indonesia

\*email:

[uswatulhakim@fbs.unp.ac.id](mailto:uswatulhakim@fbs.unp.ac.id)

### Kata Kunci

Remaja,  
Musik Islami,  
Intervensi Preventif,  
MTsN 1 Lima Puluh Kota

### Keywords:

Adolescents,  
Islamic Music  
Preventive Intervention,  
MTsN 1 Lima Puluh Kota

**Received:** September 2024

**Accepted:** October 2024

**Published:** December 2024

### Abstrak

Remaja dan pelajar merupakan kelompok yang rentan terhadap masalah psikologis dan sosial, termasuk kesehatan mental, kenakalan remaja, serta pengaruh media sosial. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tantangan psikososial yang dihadapi pelajar di MTsN 1 Lima Puluh Kota serta mengevaluasi intervensi preventif dan kuratif melalui program musik Islami, sebagai bagian dari Program Kemitraan Masyarakat oleh Universitas Negeri Padang. Pendekatan kualitatif deskriptif dan partisipatoris digunakan untuk menggali tantangan seperti kecemasan akibat tekanan akademik, isolasi sosial, dan dampak negatif media sosial. Intervensi musik Islami terbukti efektif dalam mengurangi perilaku kenakalan, meningkatkan interaksi sosial, serta menyediakan sarana ekspresi diri yang positif. Guru dan kepala sekolah berperan penting dalam mendukung program ini, yang juga meningkatkan dinamika sosial di sekolah. Triangulasi data dari wawancara, *Focus Group Discussion* (FGD), dan observasi memperkuat temuan bahwa musik Islami memiliki dampak signifikan dalam mendukung perkembangan remaja. Rekomendasi mencakup ekspansi program ke sekolah lain, pelatihan bagi guru, serta kolaborasi yang lebih erat antara sekolah dan perguruan tinggi.

### Abstract

Adolescents and students are groups vulnerable to psychological and social problems, including mental health issues, juvenile delinquency, and the influence of social media. This research aims to analyze the psychosocial challenges faced by students at MTsN 1 Lima Puluh Kota and evaluate preventive and curative interventions through an Islamic music program, as part of the Community Partnership Program by Universitas Negeri Padang. A descriptive and participatory qualitative approach was used to explore challenges such as anxiety due to academic pressure, social isolation, and the negative impact of social media. Islamic music intervention has proven effective in reducing delinquent behavior, enhancing social interaction, and providing a means of positive self-expression. Teachers and principals play a crucial role in supporting this program, which also enhances the social dynamics at school. Triangulation of data from interviews, Focus Group Discussions (FGD), and observations reinforces the finding that Islamic music has a significant impact in supporting the development of adolescents. Recommendations include expanding the program to other schools, training for teachers, and closer collaboration between schools and universities.



© 2024 Hakim, Hadi, Hidayat. Published by Faculty of Languages and Arts - Universitas Negeri Medan. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).

DOI: <https://doi.org/10.24114/grenek.v13i2.63665>

## PENDAHULUAN

Remaja dan pelajar merupakan kelompok usia yang rentan terhadap berbagai masalah psikologis dan sosial. Di Indonesia, berbagai penelitian menunjukkan adanya tantangan yang signifikan terkait dengan kesehatan mental, kenakalan remaja, dan pengaruh media sosial terhadap perilaku remaja. Masalah kesehatan mental di kalangan remaja Indonesia menjadi perhatian serius. Penelitian di Semarang mengungkapkan bahwa remaja Sekolah Menengah Pertama (SMP) lebih sering melaporkan masalah emosional dan perilaku dibandingkan dengan remaja Sekolah Menengah Atas (SMA). Masalah ini meliputi hubungan sosial, masalah berpikir, keluhan somatik, perilaku melanggar aturan, dan masalah eksternal (Aqijilah et al., 2023; Arsini et al., 2023; Ayub & Sulaeman, 2023; Ediati, 2015; Setiawati, 2014) Selain itu, data dari penelitian lain

menunjukkan bahwa dari tahun 2012 hingga 2023, terdapat 2.112 kasus bunuh diri di Indonesia, dengan 46,63% di antaranya dilakukan oleh remaja (Profil Kesehatan, 2023).

Penggunaan media sosial yang intensif di kalangan remaja berdampak signifikan pada interaksi sosial dan kesehatan mental mereka. Remaja yang menggunakan media sosial secara berlebihan cenderung mengalami tekanan sosial serta masalah kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi (Aqiilah et al., 2023; Arsini et al., 2023; Ayub & Sulaeman, 2023; Melina & Herbawani, 2022; Setiawati, 2014). Kenakalan remaja, termasuk kekerasan dan perilaku kriminal, sering kali dipicu oleh faktor lingkungan sosial dan keluarga. Penelitian menunjukkan bahwa remaja dari lingkungan dengan pengawasan orang tua yang kurang atau dari keluarga dengan masalah internal cenderung lebih rentan terlibat dalam kenakalan (Aqiilah et al., 2023; Ediati, 2015; Merdekawaty, 2018).

Dari beberapa hasil survei di atas dapat diasumsikan pada tahap ini, remaja akan merasakan peningkatan intensitas emosional yang lebih kompleks, yang juga seringkali disertai dengan perasaan yang beragam seperti kebingungan, kegembiraan, dan kecemasan. Mereka juga akan dihadapkan pada berbagai tantangan baru, seperti menavigasi hubungan sosial yang lebih rumit, mengelola ekspektasi akademis dan ekstrakurikuler, serta mulai merasakan tanggung jawab yang lebih besar dalam kehidupan sehari-hari.

Melihat kondisi yang terjadi pada pelajar dengan usia remaja, maka perlu adanya intervensi preventif dan kuratif yang komprehensif untuk mengatasi berbagai masalah yang dihadapi oleh remaja dan pelajar. Pendekatan yang melibatkan berbagai pihak, termasuk keluarga, sekolah, perguruan tinggi maupun pemerintah, dan sangat penting untuk menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan positif remaja.

Salah satu upaya intervensi preventif dan kuratif yang komprehensif dilakukan oleh Tim Pengabdian Masyarakat Universitas Negeri Padang, melalui Program Kemitraan Masyarakat bersama Sekolah Madrasah Tsanawiyah Negeri (MTsN 1) yang ada di Lima Puluh Kota. Sebelumnya tim melakukan analisis terhadap kebutuhan situasi dan kondisi yang terjadi dan berkembang saat ini, guna mengantisipasi permasalahan yang kompleks pada usia remaja seperti penggunaan media sosial secara berlebihan, kekerasan maupun perilaku kriminal, serta kurangnya pengawasan orang tua, terutama pada pelajar MTsN 1 Lima Puluh Kota. Selain itu alasan dari dilakukannya program ini adalah untuk mengangkat dan menghidupkan tradisi musik bernuansakan Islam di dalam jiwa pelajar, khususnya di MTsN 1 Lima Puluh Kota. Dengan adanya program ini maka pelajar MTsN 1 memiliki kegiatan positif dan membangun, sehingga mengurangi resiko terjerumus dalam pengaruh serta tantangan terkait kesehatan mental, kenakalan remaja, dan pengaruh media sosial terhadap perilaku remaja.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dan partisipatoris untuk memahami secara mendalam situasi yang dihadapi oleh remaja di MTsN 1 Lima Puluh Kota. Pendekatan ini dirancang untuk mengidentifikasi masalah dan kebutuhan remaja serta merumuskan strategi intervensi preventif dan kuratif yang berbasis tradisi musik Islam.

Penelitian ini menganalisis efektivitas tradisi musik bernuansa Islam sebagai kegiatan preventif dan kuratif bagi remaja. Intervensi berbasis budaya dan agama ini melibatkan pihak sekolah dan perguruan tinggi. Guru dan Kepala Sekolah MTsN 1 Lima Puluh Kota: Untuk memberikan perspektif mengenai masalah remaja yang mereka hadapi di sekolah. Pelajar MTsN 1 Lima Puluh Kota (usia 12-15 tahun) sebagai kelompok utama yang menjadi fokus dari intervensi. Tim Pengabdian Masyarakat Universitas Negeri Padang sebagai pelaksana program untuk memberikan evaluasi terhadap implementasi program.

Pengumpulan data dilakukan dalam bentuk wawancara mendalam, *Focus Group Discussion* (FGD) serta pengamatan langsung melalui observasi partisipatoris. Wawancara mendalam dilakukan pada pelajar, untuk mengumpulkan informasi mengenai tantangan yang dihadapi remaja serta peran tradisi musik Islam dalam mengatasinya. Selain itu, *Focus Group Discussion* (FGD) dengan para pelajar akan diadakan untuk membahas persepsi mereka tentang kegiatan musik Islami dan pengaruhnya terhadap perilaku mereka. Pengamatan langsung melalui observasi partisipatoris dilakukan terhadap aktivitas bermusik bernuansakan Islam di MTsN 1 Lima Puluh Kota, guna memahami interaksi pelajar dan dampak dari kegiatan tersebut.

Penelitian ini menggunakan analisis tematik untuk mengolah data kualitatif yang diperoleh dari wawancara, FGD, dan observasi. Data dari wawancara dan FGD akan ditranskrip dan diberi kode untuk mengidentifikasi tema-tema penting, seperti tantangan remaja dan peran musik Islami. Kode-kode yang serupa kemudian dikelompokkan ke dalam tema utama, seperti masalah remaja, efektivitas musik Islami, peran sekolah, dan dampak intervensi. Selanjutnya, setiap tema dianalisis untuk memahami hubungan antar

tema serta bagaimana musik Islami berfungsi sebagai intervensi preventif dan kuratif. Untuk memastikan keakuratan hasil, data dari berbagai sumber seperti pelajar, guru, dan pengamat akan dibandingkan melalui triangulasi. Kesimpulan diambil dari hasil analisis ini, dan rekomendasi disusun guna memperbaiki program intervensi berbasis musik Islami di sekolah.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk memahami tantangan yang dihadapi oleh remaja, khususnya pelajar di MTsN 1 Lima Puluh Kota, terkait kesehatan mental, kenakalan remaja, dan pengaruh media sosial. Dengan fokus pada intervensi preventif dan kuratif berbasis tradisi musik Islam, penelitian ini mengungkapkan beberapa temuan utama yang dihasilkan melalui pendekatan kualitatif deskriptif dan partisipatoris

### Tantangan Remaja di MTsN 1 Lima Puluh Kota

Hasil wawancara mendalam dengan pelajar dan guru menunjukkan bahwa remaja di MTsN 1 menghadapi berbagai masalah psikologis dan sosial yang kompleks. Salah satu masalah utama yang sering muncul adalah kecemasan yang disebabkan oleh tekanan akademik. Banyak pelajar merasa terbebani oleh ekspektasi yang tinggi dari sekolah maupun keluarga untuk meraih prestasi akademik yang memuaskan. Tekanan ini sering kali membuat mereka mengalami perasaan cemas yang berlebihan, terutama saat mendekati ujian atau tenggat waktu tugas. Selain itu, hubungan sosial di kalangan pelajar juga menjadi faktor penting yang berkontribusi terhadap kesehatan mental mereka. Hubungan sosial yang rumit, seperti konflik dengan teman sebaya atau perasaan tidak diterima kelompok, dapat memicu perasaan rendah diri dan isolasi.

Penggunaan media sosial secara berlebihan semakin memperburuk kondisi ini. Remaja yang terlalu banyak menghabiskan waktu di media sosial sering kali merasa terjebak dalam perbandingan sosial, di mana mereka membandingkan diri mereka dengan standar yang tidak realistis yang mereka lihat di dunia maya. Hal ini tidak hanya meningkatkan risiko isolasi sosial, tetapi juga menimbulkan perasaan tidak berharga dan ketidakpuasan terhadap diri sendiri. Beberapa pelajar bahkan merasa bahwa mereka kehilangan arah dalam kehidupan sehari-hari karena terpengaruh oleh konten-konten yang mereka konsumsi di media sosial.

Hasil dari *Focus Group Discussion* (FGD) yang dikukan sekaligus dalam kegiatan workshop dan pelatihan budaya musik Islami dengan pelajar juga memperjelas bahwa banyak dari mereka merasa kurang memiliki kegiatan positif di luar jam belajar. Ketiadaan aktivitas yang bermanfaat menyebabkan sebagian besar remaja menghabiskan waktu dengan kegiatan yang kurang produktif, seperti bermain media sosial atau berkumpul tanpa tujuan yang jelas. Kondisi ini membuat mereka lebih rentan terhadap perilaku negatif dan semakin menjauh dari aktivitas yang dapat membantu mereka mengembangkan keterampilan sosial dan emosional yang lebih baik. Dengan demikian, ada kebutuhan mendesak untuk menciptakan lingkungan yang mendukung kegiatan-kegiatan positif yang dapat mengisi waktu luang mereka secara konstruktif, sehingga mereka dapat terhindar dari pengaruh negatif dan lebih fokus pada pengembangan diri secara menyeluruh.



Gambar 1. FGD dalam kegiatan Workshop dan Pelatihan Budaya Musik Islami

### Efektivitas Musik Islami sebagai Intervensi

Tradisi musik Islami yang diperkenalkan melalui program kemitraan dengan Universitas Negeri Padang menunjukkan dampak positif yang signifikan terhadap perkembangan remaja di MTsN 1 Lima Puluh Kota. Program ini tidak hanya berfungsi sebagai sarana hiburan, tetapi juga sebagai alat intervensi yang efektif untuk mengatasi berbagai masalah yang dihadapi oleh remaja. Observasi partisipatoris yang dilakukan selama implementasi program mengungkapkan bahwa pelajar yang aktif terlibat dalam kegiatan musik Islami mengalami penurunan signifikan dalam perilaku kenakalan. Hal ini dapat dijelaskan oleh fakta bahwa

keterlibatan dalam musik memberikan mereka alternatif yang konstruktif untuk menghabiskan waktu dan mengalihkan perhatian dari perilaku negatif.

Selain itu, partisipasi dalam musik Islami berkontribusi pada peningkatan interaksi sosial di antara pelajar. Aktivitas musik ini mendorong kerja sama, komunikasi, dan pembentukan hubungan yang lebih erat antara para pelajar. Dalam kelompok musik, mereka belajar untuk saling mendukung dan bekerja sama dalam mencapai tujuan bersama, yang pada gilirannya memperkuat ikatan sosial dan mengurangi rasa isolasi. Pengalaman bersama dalam kegiatan musik Islami menciptakan rasa kebersamaan dan saling memahami yang mendalam, yang sangat penting dalam mengatasi tantangan sosial di kalangan remaja.

Musik Islami juga berfungsi sebagai media ekspresi diri yang positif bagi remaja. Melalui musik, mereka dapat mengekspresikan perasaan, harapan, dan keinginan mereka dengan cara yang sehat dan kreatif. Banyak pelajar melaporkan bahwa partisipasi dalam kegiatan musik Islami membantu mereka merasa lebih tenang dan lebih termotivasi. Mereka merasakan perubahan dalam suasana hati dan semangat belajar mereka, berkat keterlibatan dalam aktivitas yang mereka nikmati dan yang mendukung nilai-nilai pribadi mereka. Musik Islami tidak hanya memberikan hiburan, tetapi juga memperkaya pengalaman emosional dan spiritual pelajar, yang berkontribusi pada kesejahteraan mereka secara keseluruhan.

Secara keseluruhan, program musik Islami ini berperan penting dalam membantu remaja mengatasi tantangan emosional dan sosial mereka dengan cara yang menyenangkan dan mendidik. Efektivitas program ini menekankan pentingnya integrasi aspek budaya dan agama dalam intervensi preventif, yang dapat menjadi model bagi program-program lain yang bertujuan untuk mendukung perkembangan positif remaja.

### **Peran Guru dan Sekolah**

Guru dan kepala sekolah di MTsN 1 Lima Puluh Kota memainkan peran kunci dalam mendukung pelaksanaan program intervensi berbasis musik Islami, berkontribusi secara signifikan terhadap penciptaan lingkungan sekolah yang lebih kondusif dan mendukung perkembangan remaja. Melalui wawancara yang dilakukan dalam penelitian ini, para pendidik mengungkapkan bahwa partisipasi pelajar dalam kegiatan musik Islami tidak hanya meningkatkan suasana sekolah, tetapi juga memperbaiki dinamika sosial di dalam kelas. Mereka menyatakan bahwa kegiatan musik ini menciptakan atmosfer yang lebih positif dan harmonis, di mana pelajar merasa lebih terlibat dan termotivasi untuk berpartisipasi aktif dalam kegiatan sekolah.

Para guru juga melaporkan adanya perubahan perilaku yang signifikan di antara pelajar yang sebelumnya terlibat dalam kenakalan. Remaja yang sebelumnya menunjukkan perilaku bermasalah kini menunjukkan kemajuan dalam sikap dan perilaku mereka. Mereka menjadi lebih disiplin, lebih berfokus, dan lebih terlibat dalam aktivitas akademik dan ekstrakurikuler. Perubahan ini dapat dilihat sebagai hasil dari peningkatan rasa tanggung jawab dan keterlibatan mereka dalam kegiatan yang memberikan rasa pencapaian dan kepuasan pribadi. Program musik Islami tidak hanya memberikan outlet bagi ekspresi diri, tetapi juga berfungsi sebagai pengganti positif untuk kegiatan yang kurang produktif atau berisiko.

Keberadaan program musik Islami juga memberikan sarana yang efektif bagi guru untuk mendekati dan memahami kebutuhan emosional pelajar. Melalui keterlibatan dalam kegiatan musik, guru memiliki kesempatan untuk berinteraksi dengan pelajar dalam konteks yang berbeda dari lingkungan kelas tradisional. Ini memungkinkan mereka untuk membangun hubungan yang lebih kuat dan lebih empatik dengan pelajar, yang pada gilirannya membantu dalam mengidentifikasi dan menangani masalah emosional yang mungkin dihadapi oleh siswa. Keterlibatan langsung dalam kegiatan ini memberi guru wawasan yang lebih dalam mengenai tantangan pribadi dan emosional pelajar, memungkinkan mereka untuk memberikan dukungan yang lebih tepat dan efektif.

Selain itu, kepala sekolah juga memainkan peran strategis dalam memfasilitasi pelaksanaan program ini. Mereka bertanggung jawab untuk mengintegrasikan program musik Islami ke dalam kurikulum sekolah dan memastikan bahwa kegiatan ini mendapat dukungan dan sumber daya yang memadai. Dukungan administratif ini sangat penting untuk keberhasilan program, karena kepala sekolah berperan dalam mengatasi hambatan dan memastikan bahwa program berjalan dengan lancar dan berkelanjutan. Dengan kata lain, kepemimpinan yang kuat dan dukungan dari pihak manajemen sekolah adalah faktor kunci dalam menciptakan lingkungan yang mendukung keberhasilan intervensi berbasis musik Islami ini.

Secara keseluruhan, peran aktif guru dan kepala sekolah dalam program ini tidak hanya mendukung implementasi program musik Islami, tetapi juga berkontribusi pada pembentukan lingkungan sekolah yang lebih positif dan inklusif, serta memberikan dampak positif yang berkelanjutan terhadap perkembangan dan kesejahteraan pelajar.



## Triangulasi Data

Triangulasi data dilakukan dengan membandingkan hasil dari wawancara mendalam, *Focus Group Discussion* (FGD), dan observasi partisipatoris untuk memperoleh gambaran yang komprehensif mengenai dampak program musik Islami pada remaja di MTsN 1 Lima Puluh Kota. Pendekatan ini memastikan bahwa data yang dikumpulkan lebih akurat dan dapat dipercaya, dengan mengintegrasikan berbagai perspektif dan sumber informasi. Hasil analisis dari ketiga sumber data ini menunjukkan konsistensi yang kuat dalam menilai dampak positif program musik Islami.

Wawancara mendalam dengan pelajar dan guru mengungkapkan bahwa keterlibatan dalam kegiatan musik Islami secara signifikan membantu remaja mengatasi berbagai masalah psikologis, seperti kecemasan dan depresi, serta masalah sosial seperti kenakalan dan isolasi. Pelajar melaporkan bahwa mereka merasa lebih terhubung secara emosional dan sosial setelah berpartisipasi dalam kegiatan ini, sementara guru mencatat adanya perubahan positif dalam perilaku dan sikap siswa. *Focus Group Discussion* (FGD) menambah pemahaman ini dengan memberikan wawasan tentang bagaimana pelajar merasa lebih termotivasi dan memiliki rasa tujuan yang lebih jelas. Diskusi kelompok ini juga menyoroti bagaimana musik Islami berfungsi sebagai alat ekspresi diri dan penghubung sosial yang efektif, yang memperkuat temuan dari wawancara dan observasi.

Observasi partisipatoris menambahkan dimensi praktis pada analisis dengan menyediakan data langsung mengenai interaksi pelajar selama kegiatan musik. Observasi ini mengkonfirmasi bahwa pelajar yang terlibat dalam kegiatan musik Islami menunjukkan perilaku yang lebih positif, termasuk peningkatan dalam interaksi sosial dan pengurangan perilaku kenakalan. Aktivitas musik ini tidak hanya mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan emosional, tetapi juga memberikan peluang bagi pelajar untuk terlibat dalam aktifitas kesenian secara lebih produktif.



Gambar 2. Kegiatan dalam bentuk partisipatoris instruktur pelatih bersama pelajar MTsN 1 Lima Puluh Kota

Meskipun hasilnya secara keseluruhan sangat positif, masih ada beberapa pelajar yang belum sepenuhnya terlibat dalam program musik Islami. Beberapa dari mereka mungkin merasa tidak tertarik atau tidak yakin tentang manfaat program ini, atau mereka mungkin menghadapi kendala pribadi yang menghambat partisipasi mereka. Namun, mayoritas pelajar yang terlibat melaporkan manfaat yang signifikan dari program ini, termasuk peningkatan dalam rasa percaya diri, keterampilan sosial, dan keterlibatan dalam aktivitas sekolah.

Triangulasi data ini memperkuat keyakinan bahwa program musik Islami memiliki dampak yang luas dan mendalam bagi remaja. Temuan ini menunjukkan bahwa kegiatan berbasis budaya dan agama seperti musik Islami dapat berfungsi sebagai intervensi yang efektif untuk mendukung perkembangan emosional dan sosial remaja. Meskipun ada ruang untuk peningkatan dalam hal keterlibatan pelajar, hasil dari penelitian ini memberikan dasar yang kuat untuk melanjutkan dan mengembangkan program ini lebih lanjut, dengan perhatian khusus pada upaya untuk meningkatkan partisipasi semua pelajar.

## Rekomendasi

Berdasarkan analisis tematik dari hasil penelitian, terdapat beberapa rekomendasi penting untuk meningkatkan efektivitas dan keberlanjutan program musik Islami. Pertama-tama, sangat disarankan agar program ini dilanjutkan dan diperluas ke sekolah-sekolah lain di wilayah yang memiliki kebutuhan serupa. Ekspansi ini tidak hanya akan memberikan manfaat yang lebih luas kepada lebih banyak pelajar, tetapi juga memungkinkan pembelajaran yang berkelanjutan dari implementasi program di berbagai konteks. Dengan memperluas jangkauan program, dapat diidentifikasi praktik terbaik dan tantangan yang mungkin dihadapi

di lokasi baru, sehingga program dapat disesuaikan dan dioptimalkan untuk memenuhi kebutuhan spesifik di berbagai komunitas.

Pelatihan bagi guru juga merupakan aspek krusial yang perlu diperhatikan. Guru memainkan peran sentral dalam mendampingi pelajar dan memastikan bahwa mereka mendapatkan manfaat maksimal dari program musik Islami. Pelatihan ini harus mencakup keterampilan dalam mendukung dan memahami tantangan emosional yang dihadapi oleh pelajar, serta cara-cara untuk memfasilitasi keterlibatan mereka dalam kegiatan musik. Pelatihan ini dapat melibatkan teknik-teknik konseling dasar, strategi untuk mengatasi stres dan kecemasan, serta metode untuk menciptakan lingkungan kelas yang lebih inklusif dan mendukung. Dengan meningkatkan keterampilan dan pengetahuan guru, mereka akan lebih mampu memberikan dukungan yang lebih efektif dan memahami kebutuhan emosional serta sosial pelajar dengan lebih baik.

Selain itu, kolaborasi antara sekolah dan perguruan tinggi harus diperkuat untuk menciptakan lingkungan yang lebih mendukung perkembangan mental dan sosial remaja. Kerja sama ini dapat mencakup berbagai bentuk, seperti pengembangan kurikulum bersama, penyediaan sumber daya tambahan, dan pelaksanaan kegiatan bersama yang melibatkan berbagai pihak, termasuk mahasiswa perguruan tinggi yang dapat berperan sebagai mentor atau fasilitator. Kolaborasi ini juga dapat membuka peluang untuk penelitian dan evaluasi berkelanjutan tentang efektivitas program serta perbaikan berkelanjutan yang dapat dilakukan berdasarkan temuan terbaru.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa tradisi musik Islami memiliki potensi besar sebagai strategi intervensi preventif dan kuratif untuk mengatasi tantangan kesehatan mental dan sosial di kalangan remaja. Program ini tidak hanya membantu mengurangi perilaku kenakalan dan meningkatkan keterampilan sosial, tetapi juga menyediakan outlet positif bagi ekspresi diri dan pengembangan karakter. Implementasi dan pengembangan lebih lanjut dari program ini, dengan dukungan yang kuat dari semua pihak terkait, dapat memberikan dampak yang signifikan dalam mendukung kesejahteraan dan perkembangan positif remaja.

## Pembahasan

Hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa tradisi musik Islami memiliki peran yang signifikan dalam membantu remaja menghadapi tantangan psikologis dan sosial. Penggunaan musik sebagai pendekatan preventif dan kuratif bukanlah hal baru, namun konteks budaya dan agama yang dimasukkan dalam intervensi ini menjadikannya lebih relevan bagi pelajar di MTsN 1 Lima Puluh Kota. Beberapa temuan kunci yang diperoleh dari penelitian ini dibahas lebih lanjut terkait dengan literatur yang ada dan situasi yang dihadapi oleh remaja di Indonesia.

### 1. Tantangan Psikologis dan Sosial Remaja

Sesuai dengan penelitian sebelumnya, remaja di Indonesia, termasuk di MTsN 1 Lima Puluh Kota, memang rentan terhadap berbagai masalah kesehatan mental seperti kecemasan, depresi, dan tekanan sosial. Ediaty dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa remaja sering menghadapi masalah emosional dan perilaku yang kompleks, yang meliputi gangguan dalam hubungan sosial dan perilaku melanggar aturan (Ediaty, 2015). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa remaja sering mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan teman sebaya dan sering kali terlibat dalam perilaku yang tidak sesuai dengan norma sosial. Masalah-masalah ini semakin diperburuk oleh faktor lingkungan seperti kurangnya pengawasan orang tua dan tekanan akademik yang tinggi, yang turut mempengaruhi kesehatan mental remaja secara keseluruhan (Ardiansyah et al., 2023; Ayub & Sulaeman, 2023; Ediaty, 2015; Melina & Herbawani, 2022; Setiawati, 2014) (Ediaty, 2015).

Dalam konteks yang lebih luas, penggunaan media sosial yang intensif juga memberikan dampak signifikan pada kesehatan mental remaja. Ayub menyebutkan bahwa keterlibatan berlebihan dalam media sosial dapat berkontribusi pada isolasi sosial dan munculnya perasaan cemas di kalangan remaja (Ayub & Sulaeman, 2023). Media sosial sering kali menciptakan standar yang tidak realistis dan perbandingan sosial yang merugikan, yang dapat memperburuk perasaan rendah diri dan kecemasan. Di MTsN 1 Lima Puluh Kota, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa media sosial memainkan peran penting dalam membentuk persepsi diri remaja. Remaja yang sering terpapar oleh konten-konten yang penuh dengan standar ideal atau prestasi yang ditampilkan secara berlebihan cenderung merasa kurang puas dengan diri mereka sendiri dan mengalami stres yang berkaitan dengan citra diri.

Dengan demikian, kondisi-kondisi ini menunjukkan perlunya intervensi yang lebih terintegrasi untuk menangani masalah kesehatan mental di kalangan remaja, termasuk pendekatan berbasis komunitas yang

melibatkan berbagai pihak seperti sekolah, keluarga, dan masyarakat. Program-program seperti musik Islami yang telah dibahas dalam penelitian ini memberikan alternatif positif yang dapat membantu remaja mengatasi dampak negatif dari faktor-faktor tersebut, serta memberikan kesempatan untuk menyalurkan ekspresi diri dan mengembangkan keterampilan sosial yang lebih baik (Melina & Herbawani, 2022). Integrasi program-program ini dalam kurikulum sekolah dapat menjadi langkah penting dalam menciptakan lingkungan yang lebih mendukung dan memitigasi masalah kesehatan mental di kalangan remaja (Qutni, 2018).

## 2. Peran Musik Islami sebagai Intervensi

Musik sebagai bentuk intervensi telah lama dikenal memiliki efek *terapeutik* yang signifikan terhadap kesehatan mental (Cahyani, 2023). Sebuah kajian yang diterbitkan dalam Jurnal mengungkapkan bahwa aktivitas musik dapat meningkatkan kesejahteraan emosional remaja dengan cara menyediakan saluran untuk ekspresi diri dan membentuk hubungan sosial yang lebih sehat (Tarigan, 2017). Musik memungkinkan remaja untuk mengungkapkan perasaan mereka secara kreatif dan membangun koneksi yang lebih mendalam dengan orang lain, yang pada gilirannya dapat membantu mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka.

Namun, dalam penelitian ini, tradisi musik Islami tidak hanya menawarkan manfaat umum yang terkait dengan musik, tetapi juga memperkenalkan dimensi religius yang mendukung pembentukan karakter moral dan spiritual remaja. Tradisi musik Islami, dengan lirik dan melodi yang sarat dengan nilai-nilai religius, menyediakan kerangka kerja yang lebih mendalam untuk pengembangan pribadi. Pelajar yang berpartisipasi dalam kegiatan musik Islami melaporkan peningkatan rasa ketenangan dan motivasi. Mereka merasakan dampak positif dalam bentuk penguatan iman dan nilai-nilai spiritual, yang berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan emosional mereka.

Penelitian ini mendukung teori bahwa intervensi yang berbasis pada budaya dan agama dapat memiliki dampak yang lebih kuat pada kelompok remaja tertentu dibandingkan dengan pendekatan yang lebih umum. Ediaty juga menekankan bahwa pendekatan yang mengintegrasikan nilai-nilai religius dalam program intervensi dapat efektif dalam mengatasi kenakalan remaja dan masalah psikologis lainnya (Ediaty, 2015). Dalam konteks MTsN 1 Lima Puluh Kota, tradisi musik Islami berfungsi sebagai media yang tidak hanya mengurangi tingkat kenakalan remaja, tetapi juga memperkuat hubungan sosial dan spiritual di antara pelajar. Kegiatan ini membantu menciptakan komunitas yang saling mendukung dan memberikan pelajar rasa identitas dan tujuan yang lebih jelas.

Dengan demikian, integrasi aspek budaya dan agama dalam program intervensi terbukti memiliki potensi untuk memberikan manfaat yang lebih luas dan mendalam. Program musik Islami di MTsN 1 Lima Puluh Kota menunjukkan bahwa pendekatan berbasis nilai-nilai religius dapat memperkuat efektivitas intervensi dalam mendukung kesejahteraan mental dan sosial remaja, serta membentuk karakter yang lebih positif dan berkelanjutan.

## 3. Peran Guru dan Sekolah

Penelitian ini juga menemukan bahwa peran guru dan sekolah sangat penting dalam mendukung keberhasilan intervensi berbasis musik Islami. Guru di MTsN 1 Lima Puluh Kota menunjukkan bahwa keterlibatan mereka dalam mengawasi dan memfasilitasi kegiatan musik Islami berkontribusi secara signifikan terhadap penguatan hubungan antara pelajar dan guru. Partisipasi aktif guru dalam program ini tidak hanya meningkatkan interaksi positif dengan pelajar tetapi juga memperkuat ikatan kepercayaan dan dukungan di dalam komunitas sekolah. Menurut (Merdekawaty, 2018; Musa et al., 2020), dukungan dari otoritas sekolah, termasuk keterlibatan aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler seperti musik Islami, merupakan kunci dalam menciptakan lingkungan yang positif dan mengurangi masalah perilaku di kalangan remaja (Merdekawaty, 2018).

Selain itu, keterlibatan guru dalam kegiatan intervensi berfungsi sebagai strategi pencegahan yang efektif. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa keterlibatan guru dalam kegiatan ekstrakurikuler tidak hanya membantu dalam mengidentifikasi dan menangani masalah yang dihadapi pelajar, tetapi juga berperan dalam meningkatkan kesejahteraan emosional mereka (Aqilah et al., 2023). Guru yang aktif dalam kegiatan tersebut dapat lebih mudah mengidentifikasi permasalahan emosional dan sosial pelajar, serta memberikan dukungan yang lebih tepat dan terarah. Hal ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa keterlibatan guru dalam kegiatan non-akademik dapat menciptakan suasana sekolah yang lebih kondusif dan mendukung perkembangan positif pelajar (Merdekawaty, 2018).

Dalam konteks MTsN 1 Lima Puluh Kota, keterlibatan guru dalam kegiatan musik Islami berfungsi ganda sebagai sarana untuk membangun hubungan yang lebih baik dengan pelajar dan sebagai langkah



pengecahan yang efektif terhadap masalah perilaku. Guru tidak hanya bertindak sebagai fasilitator tetapi juga sebagai mentor yang memahami dan mendukung kebutuhan emosional pelajar. Dengan menciptakan lingkungan yang penuh dukungan dan positif, guru dapat membantu mengurangi tingkat kenakalan dan meningkatkan kesejahteraan mental remaja, yang pada gilirannya memperkuat efektivitas program intervensi.

#### 4. Pengaruh Positif dari Tradisi Musik Islami

Hasil penelitian ini menegaskan bahwa tradisi musik Islami berfungsi sebagai media pengalihan yang sangat efektif dari pengaruh negatif media sosial dan lingkungan sosial yang tidak sehat. Musik Islami tidak hanya menyediakan alternatif positif untuk mengalihkan perhatian remaja dari paparan berlebihan terhadap konten media sosial yang sering kali menambah tekanan sosial dan emosional, tetapi juga memberikan ruang bagi mereka untuk mengekspresikan diri dengan cara yang konstruktif (Syarifani, 2024). Dalam konteks ini, kegiatan musik Islami berperan sebagai wadah yang menggabungkan aspek kreatif dan spiritual (Fatimah, 2022), membantu remaja untuk melarikan diri dari stres dan ketegangan yang mereka rasakan.

Kegiatan musik menawarkan kesempatan bagi remaja untuk mengungkapkan perasaan mereka secara positif, yang dapat mengurangi dampak negatif dari stres akademik dan tekanan sosial. Pengamatan partisipatoris dalam penelitian ini menunjukkan bahwa keterlibatan aktif dalam kegiatan musik Islami berkontribusi pada penurunan tingkat stres dan peningkatan perilaku sosial. Pelajar yang terlibat dalam kegiatan ini melaporkan merasa lebih tenang dan lebih mampu menghadapi tantangan sehari-hari dengan cara yang lebih sehat. Kegiatan musik Islami menciptakan ruang di mana remaja dapat menemukan dukungan sosial, memperkuat rasa keterhubungan, dan mengembangkan keterampilan coping yang efektif.

Lebih jauh, penelitian ini mendukung teori bahwa aktivitas berbasis budaya dan spiritual dapat memberikan manfaat psikologis yang signifikan. Musik Islami menawarkan lebih dari sekadar hiburan; ia mengintegrasikan nilai-nilai religius yang mendukung pembentukan karakter dan ketahanan emosional. Dengan demikian, musik Islami tidak hanya berfungsi sebagai pengalihan dari pengaruh negatif, tetapi juga sebagai alat yang memperkuat kesejahteraan mental dan sosial remaja. Integrasi program ini dalam rutinitas sehari-hari remaja dapat membantu mereka mengembangkan strategi *coping* yang lebih baik, membangun hubungan sosial yang lebih positif, dan meningkatkan kesejahteraan secara keseluruhan.



Gambar 3. Penampilan pelajar/ siswa MTsN 1 Lima Puluh Kota Berkolaborasi bersama Tim Kreatif Universitas Negeri Padang

#### SIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja di MTsN 1 Lima Puluh Kota menghadapi tantangan psikologis dan sosial, termasuk kecemasan akibat tekanan akademik dan dampak negatif dari media sosial. Musik Islami terbukti efektif sebagai intervensi dalam mengatasi masalah tersebut, dengan mengurangi perilaku kenakalan, meningkatkan interaksi sosial, dan menyediakan ruang untuk ekspresi diri yang positif. Peran aktif guru dan kepala sekolah dalam mendukung program ini sangat penting, karena mereka membantu menciptakan lingkungan yang kondusif dan mendukung perkembangan remaja. Triangulasi data dari wawancara, FGD, dan observasi mengonfirmasi dampak positif musik Islami dan mendukung perluasan serta pengembangan program ini di sekolah-sekolah lain. Rekomendasi mencakup perluasan program, peningkatan pelatihan guru, dan penguatan kolaborasi antara sekolah dan perguruan tinggi untuk meningkatkan efektivitas intervensi. Program musik Islami menunjukkan potensi besar dalam mendukung kesejahteraan mental dan sosial remaja, memberikan dasar yang kuat untuk pengembangan lebih lanjut.



## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik. Penulis juga mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada berbagai pihak yang telah memberikan dukungan, dan bantuan selama pelaksanaan penelitian dalam Program Kemitraan Masyarakat (PKM) ini.

Pertama, penulis menyampaikan terima kasih kepada **Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM)** Universitas Negeri Padang dengan kontrak pelaksanaan pengabdian masyarakat **1818/UN35.15/PM/2023**, kepada tim Program Kemitraan Masyarakat, yang telah memberikan kesempatan dan dukungan penuh dalam pelaksanaan program PKM di MTsN 1 Lima Puluh Kota.

Selanjutnya, penghargaan yang tulus penulis sampaikan kepada Kepala Sekolah MTsN 1 Lima Puluh Kota beserta seluruh staf pengajar, yang telah memberikan akses, bantuan, dan kerja sama yang luar biasa dalam proses pelatihan musik Islami ini. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada para siswa dan siswi yang menjadi responden dalam penelitian ini. Partisipasi mereka sangat berharga dalam memperoleh data yang mendalam terkait tantangan dan intervensi yang dihadapi remaja.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun sangat diharapkan untuk perbaikan di masa yang akan datang. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi pengembangan program-program intervensi di bidang pendidikan dan kesehatan mental remaja.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aqilah, D., As, D. S., & Fauzi, A. (2023). Dampak Media Sosial Terhadap Tindak Kenakalan Remaja. *Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 6, 1–7. <https://doi.org/10.33627/es.v6i1.1176>
- Ardiansyah, F., Muqorona, M. W., Nurahma, F. Y., & Prasityo, M. D. (2023). Strategi Penanganan Pelecehan Seksual di Kalangan Remaja: Tinjauan Literatur. *Jurnal Keperawatan Klinis Dan Komunitas (Clinical and Community Nursing Journal)*, 7(2), 81. <https://doi.org/10.22146/jkkk.78215>
- Arsini, Y., Azzahra, H., Tarigan, K. S., & Azhari, I. (2023). Pengaruh Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Remaja. *MUDABBIR Journal Reserch and Education Studies*, 3(2), 50–54. <https://doi.org/10.56832/mudabbir.v3i2.370>
- Ayub, M., & Sulaeman, S. F. (2023). Dampak Sosial Media Terhadap Interaksi Sosial Pada Remaja: Kajian Sistematis. *Jurnal Penelitian Bimbingan Dan Konseling*, 7(1), 21–28. <http://dx.doi.org/10.30870/jpbk.v7i1.14610>
- Cahyani, N. P. (2023). Terapi Musik: Mengoptimalkan Pengobatan Tradisional dengan Pendekatan Holistik pada Remaja. *Jurnal Multidisiplin West Science*, 2(06), 452–461. <https://doi.org/10.58812/jmws.v2i6.433>
- Ediati, A. (2015). Profil Problem Emosi/ Perilaku Pada Remaja Pelajar SMP-SMA Di Kota Semarang. *Jurnal Psikologi Undip*, 14(2), 190–198. <https://doi.org/10.14710/jpu.14.2.190-198>
- Fatimah, R. A., dkk. (2022). Optimalisasi Seni Musik Dalam Pendidikan Islam. *Melayu Arts and Performance Journal*, 5(2), 122–131. <http://dx.doi.org/10.26887/mapj.v5i2.3141.g1196>
- Melina, S. A., & Herbawani, C. K. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Remaja Selama Pandemi Covid-19 : Tinjauan Literatur. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 21(4), 286–291. <https://doi.org/10.14710/mkmi.21.4.286-291>
- Merdekawaty, A. (2018). Peran guru dalam menanggulangi kenakalan remaja. *Jurnal Pendidikan*, 2(2), 77–86. <http://www.e-journalppmunsa.ac.id/index.php/kependidikan/article/download/772/743>
- Musa, M., El Widdah, M., & Yusuf, M. (2020). *Strategi Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Mengatasi Hambatan Psikologis Siswa Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Tempuling Kabupaten Indra Giri Hilir* (Doctoral dissertation, UIN Sulthan Thaha Saifuddin Jambi).
- Profil Kesehatan. (2023). Ada 985 Kasus Bunuh Diri Remaja, Kesehatan Mental Penyebab Utama. *Kompas*. <https://lestari.kompas.com/read/2023/12/17/162703186/ada-985-kasus-bunuh-diri-remaja-kesehatan-mental-penyebab-utama?page=all>
- Qutni, D. (2018). Efektivitas Integrasi Kurikulum Dalam Pembentukan Karakter Peserta Didik (Studi di SMP Daarul Qur'an Internasional Tangerang Internasional Pesantren Tahfizh Daarul Qur'an). *TAHDZIBI: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 3(2), 101–116. <https://doi.org/10.24853/tahdzibi.3.2.103-116>
- Setiawati, M. (2014). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perkembangan Anak Remaja. *Pengaruh Media Sosial Terhadap Perkembangan Anak Remaja*, 13. <https://doi.org/10.33050/cices.v8i2.2105>

- Syarifani, N. (2024). Implikasi Music therapy sebagai bentuk katarsis dan relaksasi emosi (Implications of Music Therapy as a Form of Catharsis and Emotional Relaxation). *Happiness: Journal of Psychology and Islamic Science*, 8(1), 1-11. [10.30762/happiness.v8i1.2136](https://doi.org/10.30762/happiness.v8i1.2136)
- Tarigan, C. M. (2017). Mendengar Musik Sebagai Stimulus Terhadap Kecerdasan Emosional Remaja. *Pelita Kebenaran*, 6(65), 79-91. <https://doi.org/10.21107/pgpaustrunojoyo.v3i1.3483>