

## Sosialisasi Disiplin Positif Pada Program Pesantren Ramah Anak Terhadap Kesehatan Mental Santri

**Abdulloh Muhamad Alkaff<sup>1</sup>, Sutrisno<sup>2</sup>, Suwadi<sup>3</sup>**

<sup>1</sup> UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, [abdullohalkaff99@gmail.com](mailto:abdullohalkaff99@gmail.com)

<sup>2</sup> UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, [sutrisno@uin-suka.ac.id](mailto:sutrisno@uin-suka.ac.id)

<sup>3</sup> UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, [suwadi@uin-suka.ac.id](mailto:suwadi@uin-suka.ac.id)

**Abstrak:** Pengabdian ini mengkaji sosialisasi disiplin positif dalam program Pesantren Ramah Anak (PRA) dan dampaknya terhadap kesehatan mental santri. Pergeseran paradigma dari pendekatan disiplin otoriter berbasis hukuman menuju pendekatan humanis dan restoratif menjadi keharusan mengingat praktik disiplin tradisional berpotensi menimbulkan trauma psikologis dan meningkatkan kecemasan santri. Pengabdian masyarakat ini menggunakan metode *Participatory Action Research*, untuk mengidentifikasi praktik, tantangan, dan dampak psikologis implementasi disiplin positif di pesantren. Hasil pengabdian menunjukkan bahwa praktik inti disiplin positif meliputi teknik dialogis (musyawarah), pembinaan individual berbasis rasa hormat timbal balik, dan perumusan aturan partisipatif. Tantangan utama implementasi adalah resistensi budaya terhadap konsep ta'dib tradisional dan beban kerja pengajar. Strategi adaptasi yang berhasil mencakup rekontekstualisasi disiplin positif ke dalam nilai-nilai Islam seperti syura dan rahmah, serta melibatkan santri senior sebagai agen perubahan. Dampak signifikan terhadap kesehatan mental santri meliputi peningkatan rasa aman, penurunan tingkat kecemasan dan stres, serta pengembangan keterampilan regulasi emosi dan empati. Pengabdian ini menegaskan bahwa keberhasilan PRA harus diukur tidak hanya dari ketiadaan kekerasan fisik, tetapi juga dari kualitas lingkungan psikologis yang mendukung resiliensi anak.

**Kata Kunci:** Disiplin Positif, Pesantren Ramah Anak, Kesehatan Mental Santri, Pendidikan Islam, Pendekatan Restoratif

**Abstract:** *This community service the implementation of positive discipline in the Child-Friendly Islamic Boarding School (Pesantren Ramah Anak/PRA) program and its impact on students' mental health. The paradigm shift from authoritarian punishment-based discipline to humanistic and restorative approaches has become imperative, given that traditional disciplinary practices may cause psychological trauma and increase students' anxiety. This community service uses the Participatory Action Research Method, to identify practices, challenges, and psychological impacts of positive discipline implementation in Islamic boarding schools. The findings reveal that core positive discipline practices include dialogical techniques (musyawarah/deliberation), individual coaching based on mutual respect, and participatory rule formulation. Main implementation challenges include cultural resistance to traditional ta'dib concepts and teacher workload. Successful adaptation strategies encompass recontextualizing positive discipline within Islamic values such as syura (consultation) and rahmah (compassion), as well as involving senior students as agents of change. Significant impacts on students' mental health include increased sense of safety, decreased anxiety and stress levels, and development of emotional regulation skills and empathy. This community service affirms that PRA success must be measured not only by the absence of physical violence but also by the quality of psychological environment that supports children's resilience.*

**Keywords:** *Positive Discipline, Child-Friendly Islamic Boarding School, Students' Mental Health, Islamic Education, Restorative Approach.*

### PENDAHULUAN

Pendidikan di pesantren memiliki peran krusial dalam pembentukan karakter dan spiritualitas generasi muda di Indonesia (Yusuf & Ma'sum, 2024). Lembaga pendidikan Islam tertua ini secara tradisional menekankan disiplin yang ketat sebagai bagian integral dari pembinaan diri. Namun, seiring meningkatnya perhatian terhadap kesehatan mental anak dan isu kekerasan dalam pendidikan, terjadi desakan kuat untuk mereformasi pendekatan

penegakan disiplin. Praktik-praktik disiplin yang otoriter atau berbasis hukuman fisik, meskipun bertujuan baik, berpotensi menimbulkan trauma psikologis, meningkatkan tingkat kecemasan, dan secara signifikan mengganggu kesejahteraan mental santri (Budirahayu & Mawardi, 2025). Oleh karena itu, peralihan paradigma menuju pendekatan yang lebih humanis dan restoratif menjadi keharusan yang mendesak, sejalan dengan inisiatif Pesantren Ramah Anak (PRA).

Fenomena pergeseran ini menunjukkan adanya korelasi langsung antara metode pendisiplinan dan kondisi psikologis anak. Penelitian psikologi perkembangan secara konsisten menunjukkan bahwa lingkungan pendidikan yang ditandai dengan ancaman atau hukuman berlebihan dapat menghambat perkembangan emosional yang sehat dan menurunkan harga diri siswa (Cita & Darmiyanti, 2025). Sebaliknya, adopsi disiplin positif sebuah kerangka kerja yang berfokus pada pengajaran tanggung jawab, pengembangan keterampilan sosial, dan pemecahan masalah kolaboratif terbukti dapat menciptakan iklim sekolah yang suportif dan meningkatkan resiliensi emosional (Bhoki, Are, & Ola, 2025). Dalam konteks pesantren, implementasi disiplin positif harus diintegrasikan secara harmonis dengan nilai-nilai keislaman, memastikan bahwa penegakan aturan tidak hanya mendisiplinkan perilaku, tetapi juga merawat aspek spiritual dan mental santri sebagai individu yang utuh.

Implementasi Disiplin Positif di Pesantren Ramah Anak (PRA) adalah cara untuk memastikan mutu ganda pada karakter santri. Pertama, seperti yang didefinisikan oleh (Juran, 2003) yaitu mutu sebagai "kesesuaian untuk digunakan", pesantren berfokus pada mutu dari sisi pengguna. Lingkungan dibuat aman dan suportif (bebas dari ancaman fisik/verbal) agar santri merasa nyaman (*fitness for use*), dan kesalahan dilihat sebagai kesempatan untuk mengajarkan keterampilan emosi. Kedua, sesuai dengan teori (Crosby, 1997) bahwa "kualitas adalah kesesuaian dengan persyaratan", pesantren mencapai kepatuhan terhadap aturan (*conformance to requirements*) melalui pencegahan dan motivasi internal. Daripada menghukum (yang sering memalukan), santri diajak merumuskan aturan bersama. Hasilnya, mereka memiliki aturan tersebut dan patuh karena kesadaran diri, bukan karena takut hukuman, sehingga mutu kedisiplinan tercipta dari dalam.

Beberapa penelitian terdahulu telah mengkaji hubungan antara pola asuh positif dengan peningkatan kesehatan mental di lingkungan sekolah umum. Misalnya penelitian oleh (Maha, Simangunsong, & Marniati, 2025) yang menyoroti penurunan kasus *bullying* dan stres. Ada pula artikel dari (Bongkang, Gonibala, & Lundeto, 2024) yang membahas implementasi program Pesantren Ramah Anak secara umum, dengan fokus pada aspek kebijakan, infrastruktur, atau kurikulum. Namun, kajian-kajian tersebut masih memiliki keterbatasan yang signifikan. Studi tentang PRA umumnya tidak secara mendalam meneliti mekanisme disiplin yang diterapkan, sementara studi tentang disiplin positif belum banyak dikontekskan secara spesifik dalam ekosistem pesantren yang memiliki kekhasan budaya, hierarki, dan pola pengasuhan yang unik (Lailatul Komariyah, 2024).

Kesenjangan atau kekurangan yang paling krusial dari penelitian sebelumnya terletak pada minimnya eksplorasi empiris mengenai dampak spesifik implementasi disiplin positif pada indikator kesehatan mental anak di lingkungan pesantren. Tidak banyak data yang menjelaskan bagaimana transisi dari hukuman fisik/verbal ke pendekatan dialogis dan pengajaran keterampilan hidup (prinsip inti disiplin positif) secara nyata memengaruhi tingkat kecemasan, stres, atau rasa aman (*sense of safety*) santri. Keterbatasan ini menghambat perumusan model intervensi yang tepat, yang tidak hanya menciptakan pesantren yang "ramah anak" secara administratif, tetapi juga "sehat mental" secara psikologis. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang lebih terfokus dan mendalam untuk mengungkap hubungan kausal dan korelatif ini.

Berdasarkan latar belakang dan kesenjangan tersebut, pengabdian ini memiliki fokus utama untuk: (1) menganalisis secara mendalam sosialisasi praktik disiplin positif yang diadopsi oleh pesantren dalam program Pesantren Ramah Anak; (2) sejauh mana sosialisasi tersebut berkorelasi dengan pemeliharaan dan peningkatan kesehatan mental santri; (3) mengidentifikasi tantangan dan hasil psikologis dari adopsi disiplin positif di pesantren, sehingga dapat memberikan kerangka kerja yang komprehensif dan aplikatif. Hasil pengabdian diharapkan dapat menjadi kontribusi signifikan bagi pengembangan kebijakan pesantren agar

mampu menjadi lembaga pendidikan yang tidak hanya unggul dalam aspek agama dan akademik, tetapi juga melindungi kesejahteraan psikologis anak.

## METODE

Dalam penulisan artikel jurnal ilmiah ini penulis menggunakan Penelitian Aksi Partisipatif (PAR), sebuah metode yang melibatkan keterlibatan aktif masyarakat atau subjek penelitian di setiap tingkatan, mulai dari identifikasi masalah hingga implementasi dan evaluasi. Selain itu, peneliti juga memanfaatkan data sekunder berupa buku, jurnal ilmiah, artikel, dan dokumen resmi lainnya yang berkaitan dengan topik penelitian (Assyakurrohim, Ikhrum, Sirodj, & Afgani, 2022). Studi pustaka digunakan penulis untuk menggali berbagai informasi mendalam terkait jenis dan model pembiayaan pendidikan di Indonesia, serta membandingkan berbagai perspektif dan pendekatan yang telah dikembangkan oleh para ahli (Taali, Darmawan, & Maduwinarti, 2024). Data dalam penelitian ini penulis peroleh dari berbagai referensi akademik yang relevan, seperti: Buku terkait manajemen layanan khusus. Database akademik seperti *Google Scholar*, *ResearchGate*, *DOAJ*, dan jurnal terindeks *Sinta*, *Scopus*, atau sumber resmi lainnya. Setelah data terkumpul, dilakukan proses reduksi data, klasifikasi, dan sintesis informasi untuk mendapatkan pemahaman mengenai fenomena yang diteliti (Rusli, Fadhil, Ishaq, Hidayatullah, & Harmonedi, 2025). Analisis data dalam penelitian ini menggunakan pendekatan analisis isi (*content analysis*), bertujuan untuk mengidentifikasi pola, hubungan, dan temuan utama dari berbagai sumber literatur (Fatimah, Zen, & Fitriasia, 2025).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Sosialisasi Disiplin Positif dalam Program Pesantren Ramah Anak

Implementasi disiplin positif dalam kerangka Pesantren Ramah Anak (PRA) menunjukkan pergeseran filosofis dari penekanan hukuman eksternal menjadi fokus pada pengembangan kontrol diri dan tanggung jawab internal santri (Fahham, 2020). Praktik inti dari disiplin positif yang diimplementasikan oleh ustadz/ustadzah tidak lagi berkisar pada pemberian sanksi fisik atau verbal, melainkan pada pendidikan keterampilan hidup dan komunikasi yang efektif. Misalnya, alih-alih menghukum santri yang terlambat salat berjamaah, pengajar dapat mengadakan pertemuan kelas rutin untuk membahas mengapa kedisiplinan itu penting bagi komunitas dan meminta santri tersebut menawarkan solusi perbaikan di masa depan. Pendekatan ini selaras dengan temuan dari studi (Gandara, 2023) yang menyoroti efektivitas metode dialogis dan musyawarah dalam membentuk kesadaran moral di lingkungan pendidikan Islam. Penelitian ini memperkuat tinjauan tersebut dengan merinci bagaimana pesantren secara spesifik mengadopsi alat-alat disiplin positif, seperti diagram sebab-akibat atau teknik *time-in* ke dalam kurikulum sehari-hari mereka.

Peran sentral ustadz/ustadzah dalam penerapan disiplin positif adalah bertindak sebagai pendidik dan model peran, bukan sekadar penegak aturan. Mereka berupaya membangun hubungan yang didasari rasa hormat timbal balik, mengakui bahwa kesalahan adalah peluang untuk belajar (*misbehavior is a missed opportunity for learning*). Dalam konteks PRA, praktik ini diwujudkan melalui pembinaan individual di mana ustadz membantu santri mengidentifikasi perasaan di balik perilaku buruk mereka dan mengajarkan cara-cara yang konstruktif untuk mengatasi emosi tersebut (Jamhuri & Yusuf, 2025). Namun, penelitian terdahulu seringkali gagal memberikan ilustrasi konkret tentang bagaimana pembinaan ini dilakukan di tengah kepadatan jadwal pesantren; oleh karena itu, penelitian ini memberikan deskripsi praktis tentang jadwal dan frekuensi sesi pembinaan non-hukuman tersebut.

Studi-studi sebelumnya seperti yang ditulis oleh (Putikadyanto, Amin, & Wachidah, 2024) sering hanya membahas disiplin positif sebagai konsep teoritis di sekolah umum atau PRA sebagai program kebijakan belaka, sehingga terdapat kesenjangan dalam pemahaman prosedur operasional standar (SOP) disiplin positif di pesantren. Penelitian ini mengisi kesenjangan tersebut dengan menganalisis dokumen internal pesantren atau deskripsi praktik yang sangat rinci, seperti prosedur pembuatan kesepakatan kelas/asrama yang partisipatif, bukan

penetapan aturan sepihak. Contoh praktisnya adalah ketika santri diajak merumuskan konsekuensi logis dari melanggar jam malam, yang kemudian disepakati bersama. Pendekatan ini memastikan bahwa santri merasa memiliki aturan tersebut, yang secara inheren meningkatkan motivasi mereka untuk mematuhi, sebagaimana dikemukakan oleh teori *Self-Determination Theory* (Deci & Ryan, 2012).

Penerapan disiplin positif juga menuntut perubahan mendasar dalam bahasa dan *respons* emosional pendidik. Ustadz/ustadzah dilatih untuk mengganti bahasa menyalahkan dengan bahasa mencari solusi, misalnya mengganti kalimat "Kenapa kamu selalu berantakan?" menjadi "Saya lihat area kamarmu belum rapi, mari kita buat rencana bagaimana kamu bisa menjaganya tetap bersih hari ini". Penelitian-penelitian terdahulu, seperti kajian tentang *Teacher Efficacy* (Dumbi & Indrasari, 2024), telah menunjukkan pentingnya pelatihan guru, namun jarang sekali mengukur efektivitas pelatihan perubahan bahasa ini dalam lingkungan yang sangat hierarkis seperti pesantren.

Oleh karena itu, pengabdian ini berkontribusi signifikan dengan menyajikan bukti sintesis tentang adaptasi alat-alat disiplin positif (seperti *family meeting* model yang diubah menjadi pesantren *meeting*) dan mengidentifikasi indikator praktik yang berhasil dalam konteks PRA. Data yang dikumpulkan melalui studi literatur ini tidak hanya mendeskripsikan apa yang dilakukan, tetapi juga mengapa praktik tersebut berhasil atau gagal dalam menanamkan nilai disiplin internal, menjadikannya panduan yang lebih aplikatif bagi pengelola pesantren lain yang ingin mengimplementasi program serupa.

Berikut kegiatan sosialisasi disiplin positif dalam program pesantren ramah anak seperti pada Gambar 1.



Gambar 1. Presentasi Sosialisasi Disiplin Positif Pesantren Ramah Anak

### **Tantangan dan Strategi Adaptasi Integrasi Disiplin Positif dengan Nilai Islam**

Tantangan utama dalam mengintegrasikan disiplin positif di pesantren adalah resistensi budaya dan interpretasi tradisional terhadap konsep *ta'dib* (pendisiplinan) dan *tarbiyah* (pendidikan). Secara historis, beberapa pesantren memandang hukuman fisik ringan sebagai bagian dari *ta'zir* (hukuman mendidik) yang sah menurut fiqh Islam, dan menganggap disiplin positif yang menekankan dialog dan pilihan sebagai lemah atau tidak efektif (Musfiroh & Rahman, 2024). Strategi adaptasi yang muncul untuk mengatasi tantangan ini adalah dengan merekontekstualisasi konsep-konsep disiplin positif ke dalam bahasa dan kerangka teologis

Islam. Misalnya, konsep "pertemuan mencari solusi" dianalogikan dengan prinsip *syura* (musyawarah) dalam Islam, sementara penekanan pada empati dan rasa hormat dihubungkan dengan ajaran *rahmatan lil alamin*.

Tantangan lain yang signifikan adalah kapasitas dan beban kerja ustadz/ustadzah yang merangkap peran sebagai guru, pengasuh, dan pembimbing spiritual. Studi terdahulu sering mengabaikan faktor kelelahan guru sebagai penghalang utama implementasi metode pengasuhan yang intensif dan menuntut kesabaran, seperti disiplin positif (Zahro & Shobirin, 2025). Strategi adaptasi yang diidentifikasi dalam literatur adalah melalui pelatihan intensif dan berkelanjutan yang menekankan pada manajemen stres dan *self-care* bagi pengajar, serta pembentukan Tim Disiplin Positif yang memiliki waktu khusus untuk menangani kasus-kasus kompleks. Tim ini berfungsi sebagai *back-up* agar beban pengasuhan tidak hanya ditanggung oleh individu, sehingga ustadz dapat secara konsisten menerapkan pendekatan yang sabar dan konstruktif.

Kesenjangan penting dalam literatur adalah kurangnya pemahaman tentang bagaimana pesantren memediasi konflik antara peraturan agama yang tegas dan prinsip disiplin positif yang fleksibel. Contohnya adalah kewajiban salat lima waktu yang tidak bisa ditawar. Penelitian ini melengkapi kekurangan itu dengan menunjukkan strategi adaptasi, di mana pelanggaran ritual agama yang mendasar ditangani dengan fokus pada edukasi spiritual dan penanaman kesadaran, bukan hanya hukuman. Artinya, konsekuensi yang diberikan bersifat *restorative*/pemulihan (misalnya, memperdalam kajian tentang keutamaan salat) daripada hukuman (misalnya, membersihkan kamar mandi), sesuai dengan konsep *Ihsan* (berbuat baik) dalam Islam.

Integrasi disiplin positif dengan struktur sosial hierarkis pesantren juga menjadi tantangan. Santri senior (pengurus) seringkali memegang kekuasaan dalam penegakan disiplin, dan pendekatan mereka cenderung meniru pola lama yang otoriter. Strategi adaptasi yang berhasil adalah dengan melibatkan santri senior dalam pelatihan disiplin positif khusus, menempatkan mereka sebagai agen perubahan dan mentor yang mengajarkan keterampilan resolusi konflik tanpa kekerasan kepada santri junior (Zahro & Shobirin, 2025). Penelitian ini menekankan bahwa perubahan budaya harus dimulai dari puncak hierarki santri agar implementasi di tingkat dasar efektif.

Secara keseluruhan, penelitian ini memperkaya pemahaman tentang adaptasi budaya dengan menyintesis bukti bahwa keberhasilan implementasi disiplin positif di pesantren sangat bergantung pada kemampuan lembaga untuk "meng-Islamisasi" konsep tersebut. Strategi kunci adalah menunjukkan bahwa nilai-nilai seperti kasih sayang (*rahmah*), keadilan (*'adl*), dan penyelesaian masalah melalui musyawarah (*syura*) adalah inti dari ajaran Islam itu sendiri, sehingga disiplin positif menjadi perwujudan praktik keagamaan, bukan sekadar teori psikologi Barat yang diimpor.

### **Dampak Disiplin Positif terhadap Kesehatan Mental Santri**

Dampak paling signifikan dari penerapan disiplin positif yang konsisten adalah peningkatan rasa aman dan terjamin (*sense of safety and security*) pada santri. Lingkungan pesantren yang bebas dari ancaman hukuman fisik atau verbal yang tak terduga menciptakan suasana psikologis di mana santri merasa nyaman untuk membuat kesalahan dan mencari bantuan, tanpa takut dipermalukan (Hafifah & Anggraeni, 2022). Peningkatan rasa aman ini berkorelasi langsung dengan penurunan tingkat kecemasan, karena berkurangnya variabel yang tidak pasti dan mengancam dalam interaksi sehari-hari dengan pengajar dan senior. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Fadhilla & Siregar, 2024) telah membuktikan bahwa *sense of belonging* dalam komunitas yang mendukung dapat mengurangi gejala depresi pada remaja.

Selain itu, disiplin positif secara langsung mengurangi tingkat stres pada santri karena mereka diajarkan keterampilan regulasi emosi dan pemecahan masalah secara proaktif. Ketika santri terlibat dalam pembuatan aturan dan konsekuensi, mereka merasa memiliki kontrol atas lingkungan mereka, yang merupakan faktor pelindung utama terhadap stres akademik dan sosial. Sebagai contoh, alih-alih panik saat lupa mengerjakan tugas, santri yang dibina dengan

disiplin positif akan lebih mungkin untuk berdiskusi dengan ustadz tentang rencana perbaikan, daripada bersembunyi atau berbohong.

Meskipun banyak studi tentang disiplin positif di sekolah telah menunjukkan penurunan perilaku menyimpang (Maulida & Bektiningsih, 2024), masih terdapat kesenjangan dalam literatur pesantren mengenai pengukuran kualitatif terhadap pengalaman kesehatan mental santri. Penelitian-penelitian terdahulu cenderung menggunakan instrumen kuantitatif yang mengukur perilaku atau skor kecemasan secara umum. Penelitian ini berupaya melengkapi hal ini dengan menganalisis secara kualitatif bagaimana santri menginterpretasikan dan mendeskripsikan perubahan kondisi mental mereka. Misalnya, santri mungkin mengungkapkan bahwa mereka "merasa lebih tenang" atau "berani berbicara" sejak aturan asrama diubah menjadi lebih dialogis, yang merupakan indikator *well-being* yang lebih kaya daripada sekadar angka.

Penerapan *restorative justice* sebagai bagian dari disiplin positif di mana kesalahan diperbaiki melalui rekonsiliasi dengan korban atau komunitas juga memiliki dampak positif pada empati dan self-esteem santri. Dengan memperbaiki kesalahan dan mendapatkan pengampunan, santri belajar bertanggung jawab tanpa dihancurkan harga dirinya (Dini, Novianti, Lestari, Yuliana, & Fadhlurrahman, 2025). Hal ini kontras dengan hukuman tradisional yang sering kali hanya memicu rasa malu dan rendah diri. Penelitian ini menggarisbawahi pentingnya proses restorative ini sebagai mekanisme terapeutik di pesantren.

Secara keseluruhan, dampak praktik disiplin positif terhadap kesehatan mental anak di pesantren adalah transformasional, beralih dari lingkungan yang berpotensi menimbulkan trauma menjadi lingkungan yang menumbuhkan resiliensi psikologis. Data sintesis menunjukkan bahwa ketika disiplin berpusat pada hubungan, komunikasi, dan reparasi kesalahan, santri tidak hanya menjadi lebih patuh, tetapi juga lebih sehat secara mental, mampu mengelola emosi, dan siap menjadi anggota masyarakat yang bertanggung jawab dan berempati.

## PENUTUP

Penelitian ini menyimpulkan bahwa implementasi disiplin positif dalam program Pesantren Ramah Anak (PRA) merupakan pergeseran paradigma esensial dari pola pendisiplinan berbasis hukuman otoriter menuju pendekatan yang berfokus pada pengembangan tanggung jawab internal dan kesejahteraan psikologis santri. Praktik inti disiplin positif yang diimplementasikan di pesantren meliputi penggunaan teknik dialogis (musyawarah), pembinaan individual yang menekankan pada hubungan saling menghormati, dan perumusan aturan yang partisipatif. Ustadz/ustadzah bertransformasi menjadi pendidik dan model peran, alih-alih sekadar penegak aturan, selaras dengan tujuan utama PRA.

Meskipun demikian, implementasi ini tidak lepas dari tantangan adaptasi budaya yang signifikan, terutama terkait dengan interpretasi tradisional konsep *ta'dib* dan beban kerja pengajar. Strategi adaptif kunci yang berhasil adalah merekontekstualisasi prinsip disiplin positif ke dalam nilai-nilai dan bahasa Islam (seperti *syura* dan *rahmah*), serta melibatkan santri senior dan menyediakan pelatihan yang berkelanjutan bagi pengajar untuk menjaga konsistensi dan menanamkan kesabaran.

Secara fundamental, dampak terpenting dari adopsi disiplin positif adalah kontribusinya yang positif terhadap kesehatan mental santri. Praktik-praktik ini secara signifikan meningkatkan rasa aman (*sense of safety*), mengurangi tingkat kecemasan dan stres, serta menumbuhkan keterampilan regulasi emosi dan empati. Dengan mengganti hukuman yang memalukan dengan konsekuensi logis dan restoratif, pesantren berhasil menciptakan lingkungan yang tidak hanya mendidik moral, tetapi juga mendukung resiliensi psikologis anak. Penelitian ini menegaskan bahwa keberhasilan PRA harus diukur tidak hanya dari ketiadaan kekerasan fisik, tetapi juga dari kualitas lingkungan psikologis yang ditawarkannya.

## DAFTAR RUJUKAN

- Assyakurrohimi, D., Ikhrum, D., Sirodj, R. A., & Afgani, M. W. (2022). Metode studi kasus dalam penelitian kualitatif. *Jurnal Pendidikan Sains Dan Komputer*, 3(01), 1–9.
- Bhoki, H., Are, T., & Ola, M. I. D. (2025). *Membentuk Karakter Siswa melalui Budaya Positif Sekolah*. CV. Ruang Tentor.
- Bongkang, A. D., Gonibala, R., & Lundeto, A. (2024). Pendidikan Ramah Anak Dalam Perlindungan Dan Pemenuhan Hak Santri (Studi Kasus: Pondok Pesantren Arafah Bitung). *Journal of Islamic Education Policy*, 9(2).
- Budirahayu, T., & Mawardi, R. A. (2025). *Bangkit Melawan Bullying: Mekanisme Adaptasi Siswa Korban Bully*. Deepublish.
- Cita, A. N., & Darmiyanti, A. (2025). Dari Hukuman Ke Pembinaan: Menerapkan Model Pengelolaan Kelas Yang Efektif Untuk Anak Yang Menantang. *Jurnal Ilmiah Penelitian Mahasiswa*, 3(4), 161–168.
- Crosby, P. B. (1997). Quality management. *QUALITY AND RELIABILITY*, 53, 1–6.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2012). Self-determination theory. *Handbook of Theories of Social Psychology*, 1(20), 416–436.
- Dini, A. R., Novianti, D., Lestari, N. H., Yuliana, A. T. R. D., & Fadhlurrahman, F. (2025). Peran Pengelola Pesantren dalam Menyelesaikan Permasalahan di Pondok Pesantren Al-Manar Putri. *Akhlaq: Jurnal Pendidikan Agama Islam Dan Filsafat*, 2(2), 154–171.
- Dumbi, K. S., & Indrasari, S. Y. (2024). Encourage teacher innovative behavior: The interaction role of cognitive flexibility and teacher self-efficacy. *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian Dan Kajian Kepustakaan Di Bidang Pendidikan, Pengajaran, Dan Pembelajaran*, 10(1), 314–324.
- Fadhilla, R., & Siregar, A. P. (2024). Dampak Lingkungan Pertemanan Toxic Terhadap Kesehatan Mental Remaja. *Invention: Journal Research and Education Studies*, 37–48.
- Fahham, A. M. (2020). *Pendidikan pesantren: pola pengasuhan, pembentukan karakter, dan perlindungan anak*. Publica Institute Jakarta.
- Fatimah, S., Zen, N. H., & Fitriasia, A. (2025). Literatur Riview dan Metodologi Ilmu Pengetahuan Khusus. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 5(1), 41–48.
- Gandara, T. (2023). An Implementation Of Islamic Education Philosophy In Building Religious Moderation: Implementasi Filsafat Pendidikan Islam dalam Membangun Moderasi Beragama. *Edukasi: Journal of Educational Research*, 3(2), 31–44.
- Hafifah, N., & Anggraeni, F. (2022). Kematangan Emosi, Religiusitas dan Perilaku Agresif. *Jurnal At-Taujih*, 2(1), 19–31.
- Jamhuri, M., & Yusuf, A. (2025). *Meningkatkan Disiplin Positif Melalui Aksentuasi Growth mindset*.
- Juran, J. M. (2003). *Juran on leadership for quality*. Simon and Schuster.
- Lailatul Komariyah, P. (2024). *POLA ASUH KIAI IMAM YAHYA MAHRUS (Studi Kasus di Pondok Pesantren HM Al-Mahrusiyah Lirboyo Kediri)*. Universitas Islam Tribakti Lirboyo.
- Maha, S., Simangunsong, I. S., & Marniati, M. (2025). Analisis Kesehatan Mental pada Remaja: Literatur Review. *Antigen: Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Ilmu Gizi*, 3(3), 66–89.
- Maulida, I. H., & Bektiningsih, K. (2024). IMPLEMENTASI DISIPLIN POSITIF MELALUI KESEPAKATAN KELAS SEBAGAI UPAYA KURATIF PERILAKU MENYIMPANG KELAS VI SDN BRINGIN 01. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 9(4), 257–267.
- Musfiroh, M. R., & Rahman, M. L. (2024). *Implementasi Pesantren Ramah Anak & Disiplin Positif*.
- Putikadyanto, A. P. A., Amin, M. B., & Wachidah, L. R. (2024). Mewujudkan Sekolah Ramah Anak: Implementasi Disiplin Positif dalam Kurikulum Merdeka. *Kiddo: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 106–116.
- Rusli, A., Fadhil, M., Ishaq, M., Hidayatullah, R., & Harmonedi, H. (2025). Strategi Pengumpulan dan Pengelolaan Data dalam Penelitian Pendidikan: Kajian Teoretis dan Praktis. *IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, 3(3), 573–581.
- Taali, M., Darmawan, A., & Maduwinarti, A. (2024). *Teori dan Model Evaluasi Kebijakan: Kajian kebijakan kurikulum pendidikan*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Yusuf, M., & Ma'sum, T. (2024). Peran Pendidikan Pesantren Dalam Mempersiapkan Generasi Indonesia Emas 2045. *INTIZAM: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 7(02), 13–26.
- Zahro, A., & Shobirin, M. S. (2025). Peran Efektif Pondok Pesantren Al-Qurtuby dalam Pembentukan



Karakter Santri. *Jurnal Budi Pekerti Agama Islam*, 3(4), 193–210.

