



# PENDIDIKAN KREATIF UNTUK KESEHATAN MENTAL

Strategi dalam Mengembangkan Wellbeing dan  
Mengurangi Distres Mahasiswa

---

Disampaikan Dalam Rapat Senat Terbuka  
Pengukuhan Guru Besar  
Dalam Bidang Ilmu Psikologi Pendidikan Fakultas Psikologi

---

Oleh:  
**Prof. Dr. Rahmat Aziz, M.Si**

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM  
MALANG  
2024





**Yang saya hormati:**

Bapak Prof. Dr. Muhtadi Ridwan, M.Ag, selaku ketua senat Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang serta para anggota senat

Bapak Prof. Dr. Mohamad Zainudin, MA selaku rektor beserta para wakil rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Terima kasih atas semua bimbingan dan bantuannya selama ini, sehingga saya dapat menggapai gelar akademik tertinggi ini.

Ibu Prof. Dr. Rifa Hidayah, MSi selaku dekan fakultas psikologi beserta para wakil dekan fakultas psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Terima kasih atas semua kebaikan yang telah diberikan.

Bapak dan Ibu, para pimpinan di tingkat jurusan, program studi, Lembaga, dan unit kegiatan di lingkungan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Para kolega dosen yang berasal dari dalam dan luar lingkungan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Terima kasih atas kehadirannya.

Para hadirin sekalian yang tidak dapat saya sebutkan satu. Saya sampaikan terima kasih atas kesediaannya untuk menghadiri proses pengukuhan guru besar ini.

## **Hadirin yang saya hormati**

Merupakan kehormatan bagi saya, sebagai Guru Besar di bidang Psikologi Pendidikan, untuk berdiri di hadapan Bapak dan ibu sekalian dan menyampaikan orasi ilmiah berjudul „*Pendidikan kreatif untuk kesehatan mental: Strategi dalam mengembangkan wellbeing dan mengurangi distres mahasiswa.*“ Pada kesempatan ini, saya ingin mengajak para hadirin untuk mengeksplorasi tentang apa yang menjadi pengalaman saya baik yang terdokumentasikan dalam publikasi ilmiah maupun dalam bentuk pemikiran dan harapan yang diperoleh dari pengalaman mengajar, meneliti, mengabdikan selama saya menjalani profesi sebagai dosen di fakultas psikologi Universitas Islam Negeri Malang.

Di tengah dinamika kehidupan kampus yang terus berubah, mahasiswa menghadapi tekanan yang semakin besar, mulai dari tuntutan akademik, persaingan karier, hingga perubahan sosial yang cepat. Data menunjukkan peningkatan jumlah mahasiswa yang mengalami stres, kecemasan, bahkan depresi [1], [2]. Pendidikan kreatif menawarkan solusi yang melampaui batasan pendekatan tradisional. Kreativitas, yang sering kali dikaitkan dengan seni atau inovasi, juga dapat diterapkan secara luas untuk membentuk pola pikir yang lebih fleksibel, terbuka, dan resilien [3], [4]. Melalui pendidikan yang berfokus pada pendekatan kreatif, kita dapat membangun lingkungan yang tidak hanya meningkatkan hasil akademik, tetapi juga dapat meningkatkan kesehatan mental mahasiswa.

Sebagai bagian dari komunitas akademik, kita memiliki tanggung jawab besar untuk menciptakan ekosistem pendidikan yang mendukung kesehatan mental mahasiswa. Pendidikan kreatif adalah jembatan menuju pengembangan kesejahteraan yang lebih baik, karena ia mengintegrasikan elemen-elemen inovasi, kolaborasi, dan empati [5], [6]. Dalam orasi ini, saya akan membahas

tentang strategi yang dapat mengembangkan wellbeing mahasiswa dan mengurangi distress mereka. Strategi ini tidak hanya mencakup metode pembelajaran, tetapi juga menciptakan lingkungan sosial yang mendukung, penggunaan teknologi kreatif, dan kegiatan yang melibatkan ekspresi diri. Dengan demikian, kita dapat bersama-sama mendorong perubahan yang berkelanjutan untuk generasi masa depan yang lebih sehat dan kreatif.

### **Hadirin yang saya hormati**

Di era globalisasi dan perkembangan teknologi yang pesat, mahasiswa menghadapi berbagai tekanan yang belum pernah terjadi sebelumnya. Tuntutan akademik yang tinggi, persaingan ketat dalam dunia kerja, dan ekspektasi sosial menciptakan beban yang signifikan bagi mereka [7], [8]. Data penelitian menunjukkan peningkatan kasus kecemasan, depresi, dan stres di kalangan mahasiswa, yang berdampak langsung pada kinerja akademik dan kehidupan pribadi mereka [9], [10]. Sayangnya, banyak institusi pendidikan yang masih mengandalkan pendekatan konvensional yang berfokus pada aspek kognitif semata, tanpa memberikan perhatian yang memadai pada kesehatan mental. Hal ini mengakibatkan kesenjangan dalam menciptakan lingkungan belajar yang kondusif.

Pendidikan tradisional sering kali kurang mampu memberikan ruang bagi mahasiswa untuk mengembangkan kreativitas dan ekspresi diri yang sehat. Aktivitas pembelajaran yang kaku, tekanan nilai, serta kurangnya fleksibilitas dalam metode pengajaran membuat banyak mahasiswa merasa terbebani dan tidak mampu mengatasi tekanan yang mereka hadapi. Padahal, kreativitas memiliki peran penting dalam membangun keterampilan problem-solving, pemikiran kritis, serta ketahanan emosional. Pendidikan kreatif dapat menjadi pendekatan yang memberdayakan mahasiswa untuk menghadapi tantangan dengan cara yang lebih positif dan

adaptif [11], [12]. Dengan memberi ruang bagi kreativitas, kita menciptakan lingkungan yang memungkinkan mahasiswa untuk lebih terhubung dengan diri mereka sendiri dan orang lain.

Kesehatan mental yang terjaga menjadi fondasi penting bagi keberhasilan akademik dan kehidupan mahasiswa. Pendidikan kreatif, dengan model inovatif yang mencakup beragam pendekatan, dapat membantu meningkatkan kesejahteraan melalui ekspresi, kolaborasi, dan keterlibatan aktif. Melalui pendekatan ini, mahasiswa dapat merasa lebih dihargai dan didengar, yang pada akhirnya mengurangi distres mereka [13], [14]. Dengan menciptakan lingkungan yang mendukung, pendidikan kreatif bukan hanya alat untuk pengajaran, tetapi juga sarana untuk merangkul dimensi manusia yang lebih holistik. Oleh karena itu, pengintegrasian pendidikan kreatif dalam sistem pendidikan perlu diupayakan agar kesehatan mental dan kesejahteraan mahasiswa dapat terjaga dan berkembang secara optimal.

## **KONSEP PENDIDIKAN KREATIF**

Pendidikan kreatif adalah *pendekatan yang memusatkan kreativitas, inovasi, dan keterlibatan aktif baik dosen maupun mahasiswa dalam proses pembelajaran*. Pendidikan ini bertujuan untuk melibatkan peserta didik secara holistik, memberdayakan mereka untuk berpikir di luar batasan tradisional, dan memberikan solusi yang orisinal terhadap tantangan yang dihadapi [15]–[17]. Dalam pendidikan kreatif, mahasiswa tidak hanya didorong untuk mencapai hasil akademik tetapi juga untuk mengembangkan keterampilan berpikir kritis, kemampuan beradaptasi, dan empati. Lingkungan yang mendukung pengembangan potensi mahasiswa adalah kunci, dengan mendorong kolaborasi, eksplorasi, dan ekspresi diri melalui berbagai metode, seperti pembelajaran berbasis proyek, seni, teknologi, dan pendekatan multidisipliner lainnya.

Konsep pendidikan kreatif lebih dari sekadar metode pembelajaran yang inovatif; ia mencakup pengembangan individu secara holistik yang mencakup aspek intelektual, emosional, dan sosial. Pendidikan kreatif berperan penting dalam membangun rasa percaya diri, menumbuhkan rasa ingin tahu, dan memperkuat keterampilan interpersonal yang penting di dunia nyata [13]. Dengan memanfaatkan pendekatan yang beragam, seperti permainan peran, simulasi, proyek kolaboratif, dan ekspresi seni, pendidikan ini menawarkan pengalaman pembelajaran yang bermakna. Peserta didik diberikan ruang untuk berpikir mandiri [18], bereksperimen, dan menciptakan sesuatu yang unik, yang semuanya mendukung keseimbangan emosional dan penguatan kemampuan untuk menghadapi tekanan hidup.

Model inovatif dalam pendidikan kreatif merujuk pada penerapan pendekatan yang tidak hanya terbatas pada aspek akademik, tetapi juga pada pengembangan keterampilan hidup, kesejahteraan mental, dan kolaborasi sosial. Model ini mencakup berbagai elemen, seperti penggunaan teknologi kreatif, pengintegrasian seni dalam kurikulum, serta menciptakan lingkungan belajar yang inklusif dan mendukung. Dengan pendekatan ini, mahasiswa diberikan ruang untuk mengekspresikan diri mereka, berkolaborasi dengan rekan, dan membangun hubungan yang bermakna. Hal ini dapat mengurangi distres, meningkatkan rasa keterhubungan, serta menciptakan atmosfer pembelajaran yang memberdayakan dan sehat secara mental.

## **KESEHATAN MENTAL BERBASIS DUAL MODELS**

Pendekatan dual models terhadap kesehatan mental memberikan pandangan holistik yang mencakup keseimbangan antara aspek negatif dan positif dari kesehatan mental individu. Pendekatan ini memandang kesehatan mental bukan hanya sebagai ketiadaan gangguan, tetapi juga sebagai kemampuan

untuk mengembangkan potensi positif [19]. Aspek negatif seperti kecemasan, depresi, dan kehilangan kontrol sering kali menghambat individu dalam mencapai kesejahteraan yang optimal, sementara aspek positif berupa emosi positif, hubungan sosial yang sehat, dan kepuasan hidup membantu mendorong pertumbuhan dan ketahanan psikologis [20], [21]. Dengan memfokuskan pada kedua dimensi ini secara bersamaan, individu dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai cara menjaga dan meningkatkan kesehatan mental mereka secara berkelanjutan.

Dalam pendekatan dual models, aspek negatif seperti kecemasan, depresi, dan kehilangan kontrol menjadi fokus penting untuk pengelolaan kesehatan mental. Kecemasan, yang ditandai dengan rasa khawatir berlebihan dan ketidakpastian, dapat memengaruhi fungsi kognitif dan emosional. Depresi sering kali menyebabkan perasaan putus asa dan kehilangan minat pada aktivitas yang dulunya menyenangkan. Sementara itu, kehilangan kontrol dapat membuat individu merasa tidak mampu mengendalikan kehidupan mereka dan menimbulkan stres berkepanjangan [22]. Untuk mengatasi tantangan-tantangan ini, diperlukan intervensi yang mencakup terapi, dukungan sosial, serta teknik pengelolaan stres dan emosi agar individu dapat meredakan intensitas emosi negatif dan memperbaiki kesejahteraan mereka.

Di sisi yang lain, dual models menekankan pentingnya memperkuat aspek positif seperti emosi positif, hubungan sosial yang sehat, dan kepuasan hidup. Emosi positif seperti kebahagiaan, rasa syukur, dan optimisme membantu mengurangi stres dan membangun keseimbangan emosional [23]. Hubungan sosial yang sehat memperkuat perasaan keterhubungan, menciptakan dukungan emosional, dan meningkatkan rasa memiliki [24]. Kepuasan hidup, yang terkait dengan rasa makna dan tujuan, memberi individu motivasi untuk terus berkembang dan menghadapi tantangan dengan optimisme [25]. Melalui kegiatan kreatif, pengembangan diri, serta interaksi sosial yang

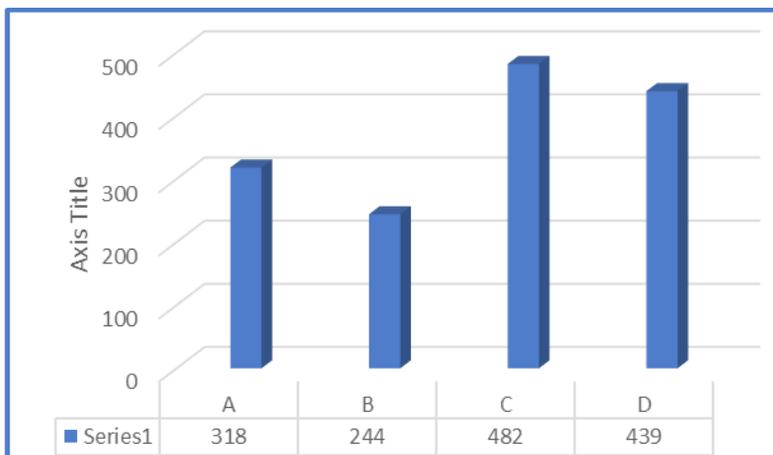
mendukung, individu dapat memperkuat aspek positif ini, yang akan memberikan fondasi yang lebih kokoh bagi kesehatan mental mereka.

Kesehatan mental yang ideal menurut dual models bukan hanya tentang mengatasi kecemasan, depresi, atau kehilangan kontrol, tetapi juga mencakup penguatan emosi positif, hubungan sosial yang sehat, dan kepuasan hidup. Keseimbangan ini penting karena pengurangan aspek negatif membuka jalan untuk pengembangan aspek positif, sementara penguatan aspek positif dapat membantu individu lebih tangguh dalam menghadapi gejala negatif. Dengan demikian, dual models menekankan bahwa kedua aspek tersebut harus dikelola secara bersamaan untuk mencapai kesehatan mental yang optimal, di mana setiap individu dapat berkembang dan menghadapi tantangan hidup dengan ketahanan dan optimisme.



**Gambar 1.** Kesehatan mental berbasis dual continua models

Kesehatan mental berbasis dual model memungkinkan untuk melakukan profiling menjadi empat tipe. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat variasi yang signifikan tentang kondisi kesehatan mental mahasiswa di antara tipe A, B, C dan D. Sebagian besar mahasiswa berada pada tipe C dan D, yang menunjukkan kesejahteraan psikologis yang rendah, dengan tipe D memiliki gejala penyakit mental yang serius. Mahasiswa dalam tipe A memiliki kesejahteraan psikologis yang baik, sementara tipe B meskipun sejahtera secara psikologis, tetap menghadapi tantangan seperti kecemasan atau depresi [26]. Temuan ini menyoroti perlunya intervensi yang tepat dan dukungan khusus untuk membantu mahasiswa dalam menjaga dan memperbaiki kesehatan mental mereka, terutama bagi mereka yang berada dalam kondisi risiko tinggi pada tipe D. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada gambar 2.



**Gambar 2.** Profiling kesehatan mental mahasiswa berbasis dual models

## PENDIDIKAN KREATIF DAN KESEHATAN MENTAL

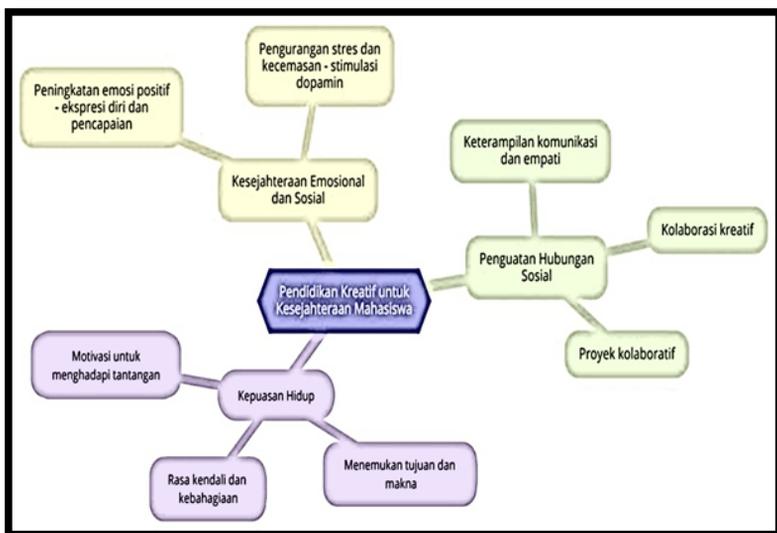
Pendidikan kreatif memiliki potensi besar untuk meningkatkan kesejahteraan mahasiswa melalui pendekatan pembelajaran yang mendorong ekspresi diri, kolaborasi, dan inovasi. Dengan menciptakan lingkungan belajar yang mendorong kreativitas, mahasiswa dapat mengembangkan keterampilan penting seperti pemecahan masalah, serta meningkatkan keterlibatan mereka dengan materi pelajaran. Lebih dari sekadar pengembangan akademis, pendidikan kreatif berkontribusi pada kesejahteraan emosional dan sosial. Hal ini berhubungan dengan bagaimana kreativitas berperan dalam memupuk emosi positif, memperkuat hubungan sosial, dan meningkatkan kepuasan hidup.

Pendidikan kreatif secara khusus berperan dalam memupuk emosi positif pada mahasiswa melalui ekspresi diri dan pencapaian yang mereka alami dalam proses pembelajaran. Ketika individu diberikan kesempatan untuk menciptakan, mereka mengalami rasa pencapaian yang meningkatkan kebahagiaan dan kebanggaan. Kegiatan kreatif merangsang otak untuk melepaskan dopamin, neurotransmitter yang terkait dengan perasaan senang dan motivasi [27]. Emosi positif ini tidak hanya membuat mahasiswa lebih bersemangat dan energik tetapi juga membantu mengurangi stres dan kecemasan yang sering mereka alami dalam lingkungan akademis yang penuh tekanan.

Kreativitas juga memperkuat hubungan sosial mahasiswa. Lingkungan pendidikan yang mendorong kolaborasi kreatif mendorong interaksi antara individu dengan latar belakang yang berbeda, memungkinkan pertukaran ide, serta pengembangan kerja tim yang lebih baik [18]. Mahasiswa dapat mengembangkan keterampilan komunikasi dan empati karena mereka belajar untuk mendengarkan dan menghargai perspektif orang lain. Hubungan yang dibangun melalui proyek-proyek kolaboratif dan kegiatan kreatif ini tidak hanya mempererat ikatan di antara sesama

mahasiswa, tetapi juga menciptakan rasa memiliki dan dukungan yang berharga, yang sangat penting bagi kesejahteraan sosial dan emosional mereka.

Selain memperkuat emosi positif dan hubungan sosial, pendidikan kreatif juga berkontribusi pada peningkatan kepuasan hidup mahasiswa. Dengan memberikan ruang bagi mereka untuk mengejar minat dan bakat unik mereka, mahasiswa dapat menemukan tujuan dan makna dalam pengalaman belajar mereka. Kepuasan dalam melakukan sesuatu yang disukai dan dapat dikuasai memberi mereka rasa kendali dan makna dalam hidup, yang secara langsung meningkatkan kebahagiaan dan perasaan sejahtera secara keseluruhan.



**Gambar 3.** Pendidikan kreatif dan wellbeing (kesejahteraan psikologis)

Pendidikan kreatif juga memiliki peran penting dalam membantu mahasiswa mengatasi distres yang kerap muncul akibat beban akademik, tuntutan sosial, dan stres sehari-hari. Model

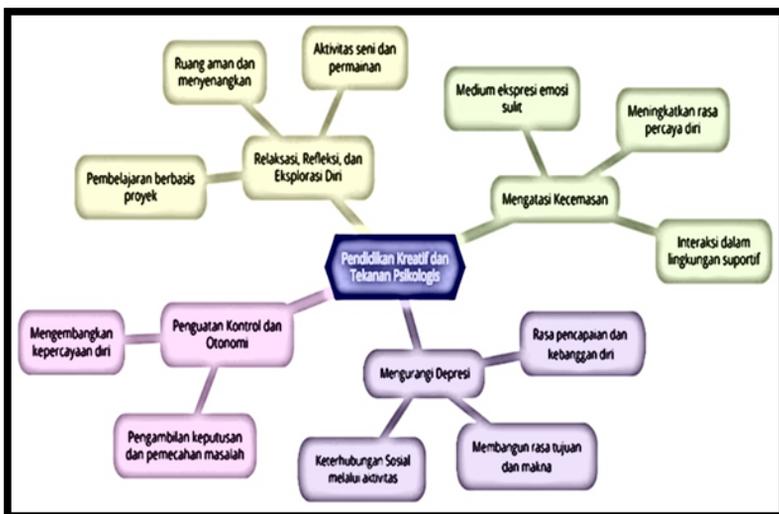
pendidikan yang berfokus pada kreativitas menciptakan ruang yang aman dan menyenangkan untuk relaksasi, refleksi, dan eksplorasi diri, sehingga mahasiswa memiliki kesempatan untuk meredakan ketegangan. Aktivitas seperti seni, permainan, dan pembelajaran berbasis proyek tidak hanya memperkaya pengalaman belajar, tetapi juga memberikan cara-cara baru untuk mengelola tekanan. Suasana belajar yang kreatif dan mendukung membantu mahasiswa merespons tantangan akademis dan emosional dengan lebih tenang, fleksibel, dan adaptif [5], [28]. Melalui pendekatan ini, pendidikan kreatif tidak hanya meningkatkan keterampilan intelektual, tetapi juga memperkuat kesehatan mental mereka secara menyeluruh.

Dalam konteks kecemasan, pendidikan kreatif menawarkan solusi yang signifikan dengan menyediakan medium untuk mengekspresikan emosi yang sulit dan meredakan pikiran gelisah. Kegiatan seperti melukis, menulis, atau berpartisipasi dalam teater, misalnya, dapat menjadi outlet emosional yang kuat, memungkinkan mahasiswa melepaskan rasa cemas dan menemukan ketenangan dalam proses penciptaan [4]. Pendekatan kreatif ini juga membantu mereka mengatasi kecemasan sosial dengan memperkuat rasa percaya diri dan mendorong interaksi dalam lingkungan yang suportif. Keterlibatan dalam aktivitas berbasis kreativitas memungkinkan mereka untuk menghadapi kecemasan dengan lebih baik, membangun mekanisme koping yang sehat dan lebih efektif.

Pendidikan kreatif juga memberikan dampak yang positif dalam mengatasi gejala depresi yang mungkin dialami mahasiswa. Melalui kegiatan berbasis seni, mahasiswa dapat merasakan kembali rasa pencapaian dan kebanggaan diri, yang sering hilang pada mereka yang mengalami depresi. Proyek kreatif memberikan kesempatan untuk membangun kembali rasa tujuan dan makna dalam hidup, yang dapat membantu mereka mengurangi perasaan putus asa dan ketidakberdayaan [29]. Selain itu, terlibat dalam

aktivitas kelompok atau kolaboratif memfasilitasi perasaan keterhubungan sosial yang penting untuk meningkatkan suasana hati dan mengurangi isolasi yang menjadi ciri umum depresi.

Pendidikan kreatif memungkinkan mahasiswa untuk merasa memiliki kontrol yang lebih besar atas pembelajaran dan kehidupan mereka. Melalui proses kreatif, mereka dapat membuat keputusan, mengambil risiko, dan menyelesaikan masalah secara mandiri, yang memperkuat perasaan otonomi dan kendali diri. Keterlibatan dalam aktivitas yang mendorong eksplorasi ide dan pemecahan masalah membantu mereka mengembangkan kepercayaan diri dalam menghadapi ketidakpastian dan tantangan yang muncul. Dengan meningkatnya rasa kontrol, mahasiswa merasa lebih mampu mengatasi distres yang dihadapi, memperkuat ketahanan mereka terhadap stres dan memperbaiki kesejahteraan mental secara keseluruhan.



**Gambar 4.** Pendidikan kreatif dan distres (tekanan psikologis)

## STRATEGI DAN IMPLEMENTASI DI LAPANGAN

Salah satu strategi utama dalam pendidikan kreatif adalah pembelajaran berbasis proyek dan kolaborasi, yang memberikan mahasiswa pengalaman belajar yang lebih mendalam dan bermakna. Dalam pendekatan ini, mahasiswa diajak untuk bekerja secara kelompok dalam menyelesaikan proyek-proyek yang menantang dan relevan dengan kehidupan nyata. Proses ini tidak hanya mendorong kreativitas, tetapi juga keterampilan komunikasi, problem-solving, dan kerja sama tim. Melalui kolaborasi, mahasiswa belajar untuk memahami sudut pandang yang beragam, menyusun strategi, dan memecahkan masalah secara kolektif [18]. Pendekatan ini membuat mereka merasa lebih terlibat dan bertanggung jawab dalam pembelajaran, yang pada gilirannya dapat meningkatkan rasa percaya diri dan mengurangi tekanan akademik.

Kegiatan ekstrakurikuler seperti seni, olahraga, dan komunitas pendukung memiliki peran penting dalam mendukung kesehatan mental mahasiswa [30]. Aktivitas seni seperti musik, teater, atau lukisan memberi ruang bagi ekspresi diri yang bebas, membantu meredakan stres dan meningkatkan suasana hati. Di sisi lain, kegiatan olahraga tidak hanya menyehatkan fisik tetapi juga membangun daya tahan mental dan semangat kolektif. Selain itu, bergabung dalam komunitas pendukung, seperti kelompok diskusi atau klub minat, memberikan mahasiswa kesempatan untuk berbagi pengalaman, membangun jejaring sosial, dan merasa didukung secara emosional. Kegiatan ini melengkapi pembelajaran formal dengan cara yang membangun koneksi sosial dan memperkuat kesejahteraan mental.

Pemberdayaan ruang kreatif dan lingkungan kampus yang mendukung adalah elemen penting dalam implementasi pendidikan kreatif [31]. Kampus dapat menciptakan ruang-ruang yang mendorong inovasi, seperti maker spaces, laboratorium kreatif, dan area diskusi terbuka yang memfasilitasi kolaborasi. Lingkungan

yang mendukung ini tidak hanya memungkinkan mahasiswa untuk mengeksplorasi ide-ide mereka, tetapi juga menciptakan rasa nyaman dan aman untuk berekspresi. Dengan adanya ruang-ruang seperti ini, mahasiswa merasa bahwa kampus adalah tempat yang mendukung kreativitas dan kesehatan mental, mendorong mereka untuk lebih aktif, termotivasi, dan terhubung secara emosional.

Penggunaan teknologi kreatif juga berperan besar dalam mengembangkan model pendidikan inovatif yang mendukung kesehatan mental. Teknologi seperti platform pembelajaran interaktif, *realitas virtual*, dan alat kreatif digital memungkinkan pengalaman belajar yang lebih menarik dan fleksibel. Teknologi dapat digunakan untuk menciptakan simulasi, permainan edukatif, atau lingkungan virtual yang merangsang rasa ingin tahu dan inovasi. Selain itu, teknologi memfasilitasi pembelajaran yang personal, di mana mahasiswa dapat belajar sesuai dengan kecepatan dan gaya mereka masing-masing [31]. Hal ini tidak hanya meningkatkan motivasi belajar tetapi juga membantu mengurangi tekanan, karena mereka dapat mengeksplorasi ide tanpa rasa takut akan kegagalan.

Institusi pendidikan dapat memulai implementasi model pendidikan kreatif melalui pendekatan kurikulum berbasis proyek yang menempatkan mahasiswa sebagai subjek aktif dalam proses belajar. Salah satu cara yang efektif adalah menciptakan ‘maker spaces’ atau ruang kerja kreatif di kampus yang memungkinkan mahasiswa bereksperimen, berinovasi, dan berkolaborasi dengan rekan-rekan lintas disiplin ilmu. Dengan fasilitas ini, mereka dapat menciptakan proyek-proyek kreatif yang relevan dengan kebutuhan sosial, seperti teknologi ramah lingkungan atau seni digital, yang memberikan dampak langsung pada komunitas. Selain itu, kelas berbasis seni dan budaya juga dapat diintegrasikan ke dalam kurikulum untuk mendorong ekspresi diri, merangsang kreativitas, dan membangun keterampilan komunikasi yang lebih baik.“

## TANTANGAN DAN HARAPAN KE DEPAN

Implementasi pendidikan kreatif untuk mendukung kesehatan mental mahasiswa menghadapi beberapa kendala yang perlu diatasi. Salah satu tantangan utama adalah resistensi terhadap perubahan dalam lingkungan pendidikan, baik dari sisi pendidik, institusi, maupun mahasiswa sendiri. Sistem pendidikan yang telah mapan cenderung mempertahankan pendekatan konvensional yang terfokus pada hasil akademik, sehingga mengintegrasikan model kreatif membutuhkan waktu dan usaha. Selain itu, keterbatasan sumber daya, seperti fasilitas pendukung dan pelatihan bagi tenaga pendidik, juga menjadi hambatan signifikan. Tanpa dukungan infrastruktur yang memadai, sulit untuk menciptakan ruang kreatif yang benar-benar inklusif dan interaktif. Faktor lainnya adalah kesenjangan akses terhadap teknologi kreatif, yang dapat memengaruhi implementasi pendidikan berbasis teknologi di berbagai institusi.

Untuk mengatasi tantangan ini, diperlukan komitmen kuat dari semua pihak yang terlibat dalam ekosistem pendidikan. Pelatihan dan pengembangan kapasitas bagi para pendidik dalam menerapkan model kreatif harus menjadi prioritas, agar mereka dapat memfasilitasi pembelajaran dengan cara yang inovatif dan inklusif. Institusi pendidikan perlu mengalokasikan sumber daya untuk menciptakan ruang-ruang kreatif serta menyediakan alat dan teknologi yang dibutuhkan mahasiswa. Selain itu, penting untuk membangun budaya pendidikan yang terbuka terhadap eksperimen dan kolaborasi, dengan mendorong dialog antara mahasiswa, dosen, dan pihak lainnya untuk menciptakan lingkungan belajar yang dinamis. Kerjasama dengan pihak eksternal, seperti lembaga seni dan organisasi komunitas, juga dapat menjadi solusi untuk memperkuat implementasi pendidikan kreatif di berbagai aspek.

Implementasi pendidikan kreatif memiliki potensi dampak jangka panjang yang sangat positif terhadap kesejahteraan mahasiswa. Dengan lingkungan belajar yang lebih mendukung

ekspresi diri, kreativitas, dan keterlibatan, mahasiswa dapat tumbuh menjadi individu yang lebih seimbang dan resilient. Mereka tidak hanya akan mampu menghadapi tantangan akademik dan kehidupan sehari-hari dengan lebih baik, tetapi juga memiliki keterampilan emosional dan sosial yang memadai untuk menjalin hubungan yang sehat dan bermakna [32]. Model pendidikan ini membantu menciptakan generasi yang tidak hanya unggul secara intelektual, tetapi juga memiliki kesehatan mental yang stabil, rasa percaya diri yang kuat, dan kesiapan untuk menghadapi masa depan dengan sikap yang positif.

Harapan ke depan untuk dunia pendidikan adalah agar paradigma yang lebih holistik ini dapat diterima dan diadopsi secara luas. Pendidikan yang menempatkan kesejahteraan mental mahasiswa sebagai prioritas, melalui pendekatan kreatif, akan menciptakan sistem pendidikan yang lebih inklusif dan adaptif. Dengan menanamkan nilai-nilai kreatifitas dan kolaborasi, kita menciptakan generasi yang mampu berpikir di luar kebiasaan, berinovasi, dan menjawab tantangan zaman dengan cara yang unik. Transformasi ini membutuhkan dukungan dari seluruh elemen, mulai dari institusi pendidikan, tenaga pendidik, hingga kebijakan pemerintah, untuk mewujudkan ekosistem yang memungkinkan mahasiswa berkembang dengan optimal dalam setiap aspek kehidupannya.

Namun, pendekatan kreatif ini akan lebih efektif dan bermakna jika dipadukan dengan konsep pendidikan Ulul Albab [33]. Konsep ini mengintegrasikan nilai-nilai intelektual, spiritual, dan moral yang berfungsi membentuk individu seutuhnya. Pendidikan Ulul Albab tidak hanya menuntut kecerdasan akademik, tetapi juga mendorong mahasiswa untuk memiliki kesadaran etis, kepekaan sosial, dan keterhubungan dengan prinsip-prinsip luhur yang membimbing hidup mereka [34]. Dengan menanamkan nilai-nilai ini, pendidikan kreatif dapat menjadi sarana yang memperkuat karakter, memberikan makna yang mendalam dalam kehidupan,

dan memfasilitasi pertumbuhan manusia seutuhnya. Mahasiswa yang dilatih dengan pendekatan ini akan lebih siap menghadapi tantangan dunia dengan kesadaran akan tanggung jawab mereka terhadap diri sendiri dan masyarakat.

Pendidikan Ulul Albab, dengan fokus pada keseimbangan antara aspek intelektual dan spiritual, memberikan „roh“ yang membedakan pendekatan ini dari yang lain [35]. Pendekatan ini membantu mahasiswa mengembangkan makna hidup yang lebih dalam, menumbuhkan rasa empati dan kasih sayang, serta menguatkan mereka dalam menghadapi tekanan hidup. Dalam konteks pendidikan kreatif, pengintegrasian nilai-nilai Ulul Albab memungkinkan mahasiswa untuk mengekspresikan kreativitas mereka dalam bingkai etis dan spiritual, memberikan kontribusi yang lebih luas bagi masyarakat [36]. Dengan demikian, pendidikan ini menciptakan generasi yang tidak hanya cerdas, tetapi juga memiliki jiwa yang kuat, moral yang kokoh, dan orientasi untuk memberikan manfaat bagi sesama.

Pendekatan kreatif yang dipadukan dengan pendidikan Ulul Albab memungkinkan terciptanya sinergi antara kemampuan berpikir kritis dan inovatif dengan pembentukan spiritualitas. Pendidikan ini tidak hanya membekali mahasiswa dengan keterampilan berpikir dan berkreasi, tetapi juga mendorong mereka untuk menjadi pribadi yang mampu memadukan kecerdasan intelektual dengan nilai-nilai etis dan spiritual dalam setiap tindakannya. Dengan dasar pemahaman yang kokoh terhadap prinsip Ulul Albab, mahasiswa diajak untuk tidak hanya mengejar prestasi akademik semata, tetapi juga mengasah empati, membangun kesadaran sosial, dan menanamkan semangat kebermanfaatn bagi sesama. Hal ini menciptakan lingkungan pendidikan yang holistik, di mana nilai-nilai moral, spiritual, dan inovasi dapat berkembang seimbang, membentuk generasi yang tangguh, bertanggung jawab, dan memiliki komitmen untuk memberikan dampak positif bagi masyarakat.

## REFLEKSI

Sebagai ringkasan dari orasi ilmiah ini, kita telah mengeksplorasi pentingnya pendidikan kreatif sebagai pendekatan yang inovatif dalam mendukung kesehatan mental mahasiswa. Pendekatan ini tidak hanya meningkatkan kesejahteraan dengan mendorong keterlibatan, rasa percaya diri, dan interaksi sosial, tetapi juga membantu mengurangi distres yang kerap dihadapi mahasiswa. Dengan integrasi konsep pendidikan Ulul Albab, akan terdapat keseimbangan antara aspek intelektual, emosional, dan spiritual, menciptakan generasi yang berdaya dan memiliki kesadaran yang tinggi. Model ini berfokus pada pengembangan potensi manusia secara holistik, dengan menciptakan lingkungan yang inklusif, kolaboratif, serta menanamkan nilai moral dan spiritual yang kuat.

Saya mengajak seluruh hadirin yang hadir, mulai dari rekan-rekan pendidik, pengambil kebijakan, hingga mahasiswa, untuk bersama-sama mendukung dan mengimplementasikan pendidikan kreatif ini demi kesehatan mental yang lebih baik. Perubahan besar selalu dimulai dari langkah-langkah kecil yang konsisten. Mari kita ciptakan lingkungan pendidikan yang tidak hanya berorientasi pada prestasi akademik, tetapi juga menghargai kesejahteraan mental dan pertumbuhan holistik. Dengan mendukung inovasi dalam pendidikan kreatif dan memadukannya dengan nilai-nilai luhur, kita dapat memberikan kontribusi nyata untuk menciptakan generasi yang lebih kuat, tangguh, dan berempati.

Sebagai penutup, saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua hadirin yang telah berkenan meluangkan waktu untuk mendengarkan orasi ini. Semoga gagasan yang disampaikan dapat memberikan inspirasi dan menjadi langkah awal menuju transformasi pendidikan yang lebih baik dan berkelanjutan. Terima kasih atas perhatian dan dedikasi Anda dalam mendukung pendidikan yang lebih kreatif, inklusif, dan

berwawasan luas. Semoga upaya kita bersama dapat memberikan manfaat yang nyata bagi generasi mendatang.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Bapak Prof. Dr. Mohamad Zainudin, MA selaku rektor beserta para wakil rector. Ibu Prof. Dr. Umi Sumbulah, M.Ag, selaku wakil rektor bidang akademik. Ibu Prof. Dr. Ilfi Nurdiana, M.Ag selaku wakil rektor bidang sarana dan prasarana. Bapak Dr. Fatah Yasin, M.Ag selaku wakil rektor bidang kemahasiswaan. Bapak Dr. Isyroqunajah, M.Ag selaku wakil rektor bidang kerjasama.

Para rektor yang sebelumnya pernah memimpin kampus Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Terkhusus kepada: Prof Dr. Imam Suprayogo; Prof Dr. Mudjia Rahardjo, MA, dan Prof. Dr. Abdul Haris, M.Ag yang semuanya telah memberikan sumbangan yang tidak ternilai bagi pengembangan saya sebagai seorang dosen di kampus tercinta ini.

Ibu Prof. Dr. Rifa Hidayah, MSi selaku dekan fakultas psikologi beserta para wakil dekan. Bapak Prof. Dr. Ali Ridho, M.Si selaku wakil dekan bidang akademik. Bapak Prof. Dr. Khudori Soleh, MAg selaku wakil dekan bidang adminsitrasi dan Ibu Dr. Endah Kurniawati, M.Psi selaku wakil dekan bidang kemahasiswaan.

Para pimpinan yang pernah memimpin fakultas psikologi Universitas Islam Negeri Malang. Terkhusus kepada Alm. Drs. Djazuli, M.Ag (beliau adalah the founding father fakultas psikologi UIN Malang); Prof. Dr. Mulyadi, MPd (beliau adalah pimpinan sekaligus orangtua saya, beliaulah yang menggantikan orangtua saya ketika melamar Retno Mangestuti sebagai calon istri saya); Dr. M. Lutfi Mustofa, M.Ag dan Dr. Siti Mahmudah, M.Si. Beliau berdua semoga segera dikukuhkan menjadi guru besar.

Para guru besar yang secara akademik menjadi contoh bagi kehidupan penulis ketika menjalani profesi sebagai dosen. Prof. Dr.

Syihabuddin, M.Pd (guru besar Universitas Pendidikan Indonesia Bandung, beliau adalah pembimbing saat menulis skripsi), Alm. Prof. Dr. Sumadi Suryabrata, M.Ed (guru besar psikologi Universitas Gadjah Mada, pembimbing tesis), Prof. Dr. Tjokorde Raka Djoni, M.Ed (guru besar Universitas Negeri Malang, dosen sekaligus penguji disertasi), dan Prof. Dr. Irwan Abdullah, MA (guru besar antropologi Universitas Gadjah Mada, sekaligus founder IAS Yogyakarta yang telah membimbing dalam menulis artikel ilmiah).

Para guru besar dan Doktor yang telah memberikan pencerahan dan wawasan baru dalam dunia akademik saya. Terkhusus Dr. Andrea Mason Gardner, MA di Idaho University, USA; Prof. Dr. Ulrich Guenter, MA di Leuphana University Lüneburg, Germany; Dr. Max Richter, MA di Monash University, Australia; Dr. Forbis Ahamed, MA di Management and Science University, Shah Alam, Malaysia; Dr. Gavin Sullivan, MA di Menchester University, Germany. Terima kasih atas sharing pengalaman kependidikan dalam konteks internasional.

Para kolega dosen senior fakultas psikologi. Bapak Yahya M.A; Bapak Zainul Arifin, M.Ag; Bapak Fathul Lubabin Nuqul, M.Si, Ibu Dr. Yulia Sholichatun, M.Si; Ibu Dr. Iin Tri Rahayu, M.Si; Bapak Mohamad Mahpur, M.Si; Ibu Dr. Elok Halimatus Sa'diyah, M.Si, Bapak Dr. Tristiadi Ardi Ardani, M.Si; Bapak Dr. Andik Rony Irawan, M.Si; Ibu Dr. Rofiqoh, M.Pd. Semoga semuanya segera menjadi guru besar dalaam bidang ilmu masing-masing.

Demikian juga para dosen junior di fakultas psikologi. Mas Yusuf Ratu Agung, M.Si; Mbak Dr. Muallifah, M.A; Mbak Rika Fuatur Rosyida, M.Si, Mas Anwar, Mas Bahrhun Amiq, Mas Adam, Mas Djamaluddin, Mas Cholili, Mas Agus Iqbal, Mas Arif Furqon, Mas Ali Sahidin, Mas Hamim, Mas Iqbal Ali Wafa, Mbak Fina Hidayati, Mbak Elok Fatma, Mbak Aprilia Mega, Mbak Selly Candra, Mbak Rahmatika, Mbak Nurul Shofiah, Mbak Novia Solichah, Mbak Ermita Zakia, Mbak Hilda Halida, Mbak Fuji Astuti, Mbak Umdatul

Khoirot, Mbak Ainindita, Mbak Nurul Hikmah, Mbak Nur Ila, Mbak Halimah.

Pimpinan dan staf Akademik dan OKH Universitas Islam Negeri Malang. Terkhusus, Dr. Barnoto, selaku ketua OKH, Ibu Umi, Mbak Binti, Mbak Norma, Mas Bintang, Pak Nuril dan yang lainnya. Tidak lupa kepada Bapak Mufid, M.Si selaku kepala perpustakaan yang selalu memberikan tempat untuk kami beajar di perpustakaan.

Para staf akademik fakultas psikologi: Pak Zubairi, Mas Achsan, Mas Bambang, Mas Faishal, Mas Hanif, Mas Cholid, Mas Wiji, Mas Arief, Bu Indri, Mbak Ana Ferdiana, Mbak Elva, Mbak Indit, Mbok Oshi, Mbak Tutut, Mbak Lilis, Mbak Titik, bak Sunik, Mbak Fadilah. Terima kasih atas kerjasamanya selama ini.

Keluarga besar *Camping group* yang jarang sekali camping. Terkhusus kepada Prof Dr. Ali Maksum, MSi beserta Dr. Esa Nur Wahyuni, M.Pd (pasangan suami istri selaku kepala dan wakil kepala suku grup camping), Prof. Dr. Wildana Wargadinata, M.Ag beserta Dr. Iffat Maimunah, M.Ag (pasangan suami istri sekaligus penasehat spiritual grup), Dr. Alfiana Yuli Efiyanti, M.Ed dan Pak Huda (sebagai anggota dan korlap yang profesional dan keren). Terima kasih atas kebersamaannya selama ini.

Keluarga besar *Coffee lovers* yang jarang ngopi. Terkhusus kepada Dr. Samsul Hady, M.Ag dan Ibu Dr. Meinarni Susilowati, M.Ed yang insyallah segera menyusul untuk dikukuhkan sebagai guru besar. Mas Dr. Faizuddin, MM yang selalu melakukan dan mengajak para dosen untuk berinovasi dalam melakukan riset. Prof. Dr. Mundi Rahayu, M.Hum yang saat ini bersama-sama dikukuhkan sebagai guru besar bidang cultural studies. Terima kasih atas kebersamaannya selama ini. Terkhusus kepada sahabat saya Dr. Agus Mulyono, M.Si semoga segera dikukuhkan juga menjadi guru besar.

Teman calon dosen se-Indonesia angkatan ke-13 yang beberapa orang diantaranya sudah menduduki jabatan akademik guru besar. Prof. Dr. Masturin, M.Pd di Kudus; Prof. Dr. Zuhri Amin, M.Ag di Yogyakarta; Prof. Dr. Munir, M.Ag di Palembang; Prof. Dr. Ardimen, M.Pd (Batusangkar). Teman teman yang semoga segera menyusul untuk menjadi guru besar diantaranya: Dr. Wakidul Kohar, M.Ag (Padang); Dr. Nevy Darmayanti, M.Si (Medan), Dr. Cici Muzdalifah Muhamadun, M.Ag (Sulawesi), Dr. Deden Permana, M.A (Bandung), Dr. Teguh, M.Ag (Tulung Agung), dan teman teman lainnya.

Teman-teman seperjuangan dalam menulis akademik. Dr. Fuad Nashori, M.Si di Yogyakarta; Prof Dr Sri Lestari, M.Si di Solo, Dr. Muhamad Uyun, M.Si di Palembang. Demikian juga para mentor dan teman-teman di IAS Foundation di Yogyakarta. Beberapa orang diantaranya adalah Prof Zainudin, MA; Prof Muassomah, M.Ag; Prof Saefudin, M.Ag; Dr. Hasje Jubba, MA; Dr. Mustakim, MA; Agus Indy, M.A, Semoga kebiasaan menulis akademik ini selalu menjadi kegiatan yang tidak akan pernah terhenti.

Keluarga besar warga Griya Shanta RW 19 dan masjid Al-Huda. Terkhusus kepada Bapak Puji Hartono, Bapak dr. Dian Suprodjo, Bapak Nanang Saady, Bapak Firdaus, Bapak Hadi Sucipto, Bapak Heru, Bapak Budi, Bapak Sumanto, Bapak dr. Wisnu, Bapak Pratikno, Bapak Nurul Rohman dan Bapak-bapak lain yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

Ucapan terima kasih secara khusus, disampaikan kepada ayahanda Bapak H. Emed Sukandar (Alm) yang telah menjadi panutan sejak saya kecil sampai saat ini. Semoga Allah selalu menempatkan beliau di tempat yang mulia. Demikian juga, kepada Mamah Yoyoh Mardiyah yang telah melahirkan dan mendidik serta selalu mendoakan kebaikan buat saya. Atas doa beliau saya mampu mencapai gelar jabatan akademik sebagai guru besar. Kepada Tete

Ina, Dede lin, dan Dede Susi. Teriring doa semoga pencapaian gelar guru besar ini menjadi berkah bagi keluarga di Ciamis.

Terima kash juga disampaikan kepada Bapak H. Soeharsono dan Ibu Soehartati yang telah memberikan kepercayaan pada saya untuk menjadi pemimpin bagi putrinya dan ayah bagi para cucunya. Semoga amanat ini menjadikan saya untuk lebih baik dan bertanggung jawab dalam menjalani kehidupan ini. Terima kash juga disampaikan pada kakak dan Adik Ipar yang ada di Malang. Mas Bambang, Mas Yoyok, Mbak Asti dan Dik Anto. Teriring doa semoga pencapaian gelar guru besar ini menjadi berkah bagi keluarga di Malang.

Terahir, Ucapan terima kasih disampaikan pada Dr. Retno Mangestuti, M.Si, Psikolog yang telah menjadi pendamping saya selama hampir 20 tahun. Semoga kebersamaan selama waktu tersebut selalu ada dalam keberkahan dan menjadi tauladan bagi anak-anak kita. Azra Ahsanul Haque (pribadi yang dharapkan menjadi seorang yang kuat dalam memperjuangkan kebenaran), Azka Tsania Chaerunisa (sosok yang mampu menjaga kesucian) dan Azkia Yasmin Chaerunisa (seorang yang menjaga kesuciannya sebagaimana layaknya seorang putri).

## REFERENCES

- [1] S. Slimmen, "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*, vol. 17, no. 11, 2022, doi: 10.1371/journal.pone.0275925.
- [2] A. Lee and E. Jung, "University students' career adaptability as a mediator between cognitive emotion regulation and career decision-making self-efficacy," *Front. Psychol.*, vol. 13, Oct. 2022, doi: 10.3389/fpsyg.2022.896492.

- [3] A. Wang and G. Burdina, "Developing students' creative thinking using innovative education technologies," *Interact. Learn. Environ.*, 2024, doi: 10.1080/10494820.2023.2184390.
- [4] G. Z. Sternfeld, R. Israeli, and N. Lapidot-Lefer, "Creative education or educational creativity: Integrating arts, social emotional aspects and creative learning environments," *Int. J. Educ. art*, vol. 25, no. 3, 2024, doi: 10.26209/ijea25n3.
- [5] T. Orekhova, N. Ustselembova, L. Docoev, and ..., "Principles of Pedagogical Monitoring of Health as an Element of Health-Creative Education," 2020, doi: 10.2991/iceder-19.2020.75.
- [6] D. Havsteen-Franklin, J. Cooper, and S. Anas, "Developing a logic model to support creative education and wellbeing in higher education," *Cogent Educ.*, 2023, doi: 10.1080/2331186X.2023.2214877.
- [7] M. Monserrat-Hernández, J. C. Checa-Olmos, and ..., "Academic stress in university students: The role of physical exercise and nutrition," *Healthcare*. mdpi.com, 2023, [Online]. Available: <https://www.mdpi.com/2227-9032/11/17/2401>.
- [8] F. S. Quincho, D. B. R. Galán, and ..., "Academic Stress in University Students: Systematic Review.," *Ilkog. Online*, vol. 20, no. 5, pp. 3224–3220, 2021, doi: 10.17051/ilkonline.2021.05.351.
- [9] J. Gustems-Carnicer, "Stress, coping strategies and academic achievement in teacher education students," *Eur. J. Teach. Educ.*, vol. 42, no. 3, pp. 375–390, 2019, doi: 10.1080/02619768.2019.1576629.
- [10] E. Kroshus, M. Hawrilenko, and A. Browning, "Stress, self-compassion, and well-being during the transition to college," *Soc. Sci. Med.*, vol. 269, 2021, doi: 10.1016/j.socscimed.2020.113514.
- [11] E. D. Hatmanto, S. N. B. Pasandalan, and ..., "Empowering creative education: applying chat GPT for enhancing

student engagement in senior teacher-driven instructional design in the Philippines,” *E3S Web ...*, 2024, doi: 10.1051/e3sconf/202457003007.

- [12] F. D. Nyika and V. Mbonye, “Creative education: The role of generative AI in enhancing innovation and learning in higher education,” in ... *AI on Creativity in Higher Education*, books.google.com, 2024.
- [13] Y. Yang, “Enriching students’ academic life with creative education,” *Sci. Insights Educ. Front.*, vol. 17, no. 1, pp. 2601–2602, 2023, doi: 10.15354/sief.23.co097.
- [14] L. U. Khalikova, “The necessity of creative education in pedagogical practice in today’s period significance,” *Int. Sci. J. Biruni*, vol. 2, no. 3, pp. 177–186, 2023.
- [15] S. Slantcheva-Durst, “The Power of Creative Education,” *J. Pedagog. Educ. ...*, pp. 99–102, 2017.
- [16] C. Gambardella, “Creative Education: the case of an experimental project in the school of Salerno,” *XIV Int. FORUM WORLD ...*, 2016, [Online]. Available: <https://iris.unicampania.it/handle/11591/397525>.
- [17] S. Looser and S. Mohr, “Creative education & political systems their common effect on sustainable business attitudes,” ... *J. Manag. Educ.*, 2020, doi: 10.1016/j.ijme.2020.100383.
- [18] R. Aziz, M. Surur, S. Lestari, Y. Hotifah, and N. Naim, “Lecturer-student collaboration in higher education as a solution for fostering student’s creative personality,” *J. Pendidik. Progresif*, vol. 12, no. 1, pp. 214–253, 2022, doi: 10.23960/jpp.v12.i1.202219.
- [19] R. Aziz, “Teachers’ mental health : A mixed-method study on spirituality , well-Being , and distress in the workplace,” vol. 6, no. 3, pp. 232–239, 2024, doi: 10.35365/ctjpp.24.3.04.

- [20] R. Aziz and R. Mangestuti, "Profiling and action plan strategies for teachers' mental health," *Cyprus Turkish J. Psychiatry Psychol.*, vol. 5, no. 2, pp. 121–128, 2023, doi: 10.35365/ctjpp.23.2.04.
- [21] C. L. M. Keyes, "The mental health continuum: From languishing to flourishing in life," *J. Health Soc. Behav.*, vol. 43, no. 2, pp. 207–222, 2002, doi: 10.2307/3090197.
- [22] M. A. ul Haq, "Psychometric study of depression, anxiety and stress among university students," *J. Public Heal.*, vol. 26, no. 2, pp. 211–217, 2018, doi: 10.1007/s10389-017-0856-6.
- [23] L. . Mérida, "Emotion-regulation ability, role stress and teachers' mental health," *Occup. Med. (Chic. Ill).*, vol. 67, no. 7, pp. 540–545, 2017, doi: 10.1093/occmed/kqx125.
- [24] R. Mangestuti, Mulyadi, E. N. Wahyuni, R. Aziz, and S. Zuhri, "The succesful of student well-being development through child-friendly school programs," *Int. J. Elem. Educ.*, vol. 6, no. 2, pp. 315–324, 2022, doi: 10.23887/ijee.v6i2.46019.
- [25] R. Aziz, R. Mangestuti, Y. Sholichatun, A. Ridho, and Mukhibat, "Reconstructing the meaning of work to promote teachers' mental health," *Heal. Educ. Heal. Promot.*, vol. 11, no. 2, pp. 273–278, 2023, doi: 10.58209/hehp.11.2.273.
- [26] Rahmat Aziz, Baharudin, and Y. Sholichatun, "Profiling dan strategi pengembangan kesehatan mental berbasis dual-continua models: kajian mixed-method pada mahasiswa," Malang, 2024.
- [27] A. S. Hosseini and F. M. Maralani, "Structural modeling on the relationship between creative education atmosphere, intrinsic motivation and self-regulation strategies in female students of the University ...," *J. Appl. Psychol. ....*, vol. 8, no. 1, pp. 8–13, 2017, doi: 10.22059/japr.2017.62603.

- [28] A. V Kharkhurin, "Introducing Bilingual Creative Education to the UAE school curriculum," *Ment. Heal. Psychol. Pract. United ...*, 2015, doi: 10.1057/9781137558237\_18.
- [29] X. Tao and X. Tao, "Creative education," *Educ. Life*, 2021, doi: 10.1007/978-981-16-0271-9\_8.
- [30] M. Crossley, *Theatre Education and Creative Learning A Great British Journey*. .
- [31] A. Syahrin, Dawud, H. Suwignyo, and E. T. Priyatni, "Creative thinking patterns in student's scientific works," *Eurasian J. Educ. Res.*, vol. 2019, no. 81, pp. 21–36, 2019, doi: 10.14689/ejer.2019.81.2.
- [32] R. Nelson, "To be creative, education must become bifocal," *Philosophical Inquiry in Education*. research.monash.edu, 2018, doi: 10.7202/1070743ar.
- [33] Imam Suprayogo, *Paradigma pengembangan keilmuan di perguruan tinggi: Konseppendidikantinggiyangdikembangkan Universitas Islam Negeri (UIN) Malang*. Malang: UIN Malang Press, 2005.
- [34] Mohammad Zainuddin, A. Haris, A. M. K. Amrullah, and Muhamad In'am Esha, *Falsafah pendidikan Ulul Albab: Pengembangan kurikulum berbasis KKNI dan SNPT UIN Maulana Malik Ibrahim Malang*. Malang: UIN Maliki Press, 2020.
- [35] Muhaimin, "Potret paradigma pengembangan pendidikan Islam di Indonesia," *Ulul Albab*, vol. 3, no. 1, pp. 99–114, 2001.
- [36] R. Aziz, *Kepribadian ulul albab: Citra diri dan religiusitas mahasiswa di era globalisasi*, 1st ed. Malang: UIN Maliki Press, 2012.

# DAFTAR RIWAYAT HIDUP



## IDENTITAS PERSONAL

Nama : **Prof. Dr. Rahmat Aziz, M.Si**  
Kelahiran : Ciamis, 13 Agustus 1970  
NUPTK : 1145748649130113  
Jenis Kelamin : Laki-laki  
Pangkat/Golongan : Pembina Utama Muda / IV.c  
Jabatan Akademik : Guru Besar  
Bidang Keahlian : Psikologi Pendidikan  
Alamat kantor : Fakultas Psikologi. Jalan Gajayana 50  
Malang, Jawa Timur, 65144  
Alamat rumah : Perumahan Griya Shanta, Blok J.323,  
Lowokwaru Malang, Jawa Timur, 65141

## IDENTITAS PUBLIKASI

e-mail : azira@uin-malang.ac.id  
Nomor handphone : 08155525485  
Scopus ID : 58506993800  
Web of Science ID : ACK-8681-2022  
Orcid ID : 0000-0002-1094-0501  
Loap ID : 1707225  
Sinta ID : 6001952

Garuda ID : 237783  
Research Gate : [researchgate.net/profile/Rahmat-Aziz](https://researchgate.net/profile/Rahmat-Aziz)  
Google Scholar : [scholar.google.pl/citations?user=&user=1tsscKAAAAAJ](https://scholar.google.pl/citations?user=&user=1tsscKAAAAAJ)

## IDENTITAS KELUARGA

Ayah kandung : **H. Emed Sukandar, A.Md (Alm)**  
Ibu kandung : Hj. Yoyoh Mardiyah  
Ayah mertua : Drs. H. Soeharsono  
Ibu mertua : Hj. Soehartati  
Kakak kandung : Dra. Nina Herlina  
Adik kandung : Iin Iryani, SAg  
: Susilawati, SAg  
Nama Istri : **Dr. Retno Mangestuti, M.Si, Psikolog**  
Pekerjaan : Dosen Fakultas Psikologi UIN Malang  
Nama Anak : 1. Azra Ahsanul Haque  
(Lahir di Malang, 25 Desember 2006)  
: 2. Azka Tsania Chaerunisa  
(Lahir di Malang, 29 Desember 2008)  
: 3. Azkia Yasmin Chaerunisa  
(Lahir di Malang, 02 Juli 2011)

## RIWAYAT PENDIDIKAN FORMAL

Jenjang	Instansi Pendidikan	Jurusan	Lulus
SD	Madrasah Ibtidaiyah PUI Banjarsari	-	1980
SLTP	Madrasah Tsanawiyah PUI Banjarsari	-	1987

Jenjang	Instansi Pendidikan	Jurusan	Lulus
SLTA	Madrasah Aliyah PUI Banjarsari	-	1990
S1	Universitas Pendidikan Indonesia (UPI) Bandung	Pendidikan Bahasa Arab	1995
S2	Universitas Gadjah Mada (UGM) Yogyakarta	Psikologi	1999
S3	Universitas Negeri Malang	Psikologi Pendidikan	2008

### RIWAYAT PENDIDIKAN IN-FORMAL

Program Pendidikan	Pelaksana	Tahun
1. English Course for Academic purpose (4 bulan)	Univ. Negeri Yogyakarta	1996
2. Pembibitan calon dosen UIN/IAIN se-Indonesia ke-13 (6 bulan)	Kemenag & UIN Yogyakarta	2000
3. Academic Recharging for Islamic Higher Education (1 minggu)	Kemenag, Jakarta	2012
4. Peningkatan kompetensi dosen dalam berbahasa Inggris (1 bulan)	IALF Denpasar - Bali	2014
5. Short course: Australia Awards Fellowships Program (2 bulan)	Monash University Australia	2015

### PELATIHAN PROFESIONAL

Tahun	Jenis Kegiatan	Penyelenggara
2020	Pelatihan menulis artikel berbasis jurnal bereputasi internasional	IAS Scholar Yogyakarta
2018	Workshop tentang Pengabdian Masyarakat Berbasis ABCD	LP2M UIN Malang

Tahun	Jenis Kegiatan	Penyelenggara
2018	Workshop tentang Metodologi Penelitian dalam ilmu Sosial	LP2M UIN Malang
2017	Pelatihan Online Research Skill (ORS): Melacak referensi secara efektif dan efisien	Perpustakaan UIN Malang
2016	Pelatihan penyusunan kurikulum pascasarjana berbasis KKNI	Pascasarjana UIN Malang
2016	Pelatihan tentang Model Pengembangan Riset berbasis EAGLE	UPM Malaysia
2016	Pelatihan tentang teknik pengutipan dengan program Zotero dan Mendeley	Perpustakaan UIN Malang
2015	Pelatihan penggunaan Model RASCH dalam menguji alat ukur penelitian	Psikologi UIN Malang
2013	Pengelolaan Organisasi International Standart Organization (ISO)	LPM UIN Malang
2011	Pelatihan tentang pengembangan hidup bermakna berbasis logoteri	Asosiasi Psikologi Islam

## KEGIATAN PENELITIAN (6 TAHUN TERAKHIR)

Tahun	Identitas Penelitian	Status
2024	<b>Profiling dan Strategi Pengembangan Kesehatan Mental Berbasis Dual-Continua Models: Kajian Mixed-Method pada Mahasiswa.</b> Tim peneliti: Rahmat Aziz, Baharuddin, Yulia Sholichatun	Ketua
2023	<b>Reorientasi program pendidikan berbasis kreativitas dan wellbeing siswa di Jawa Timur.</b> Tim peneliti: Rahmat Aziz, Mulyadi, Samsul Hady	Ketua

Tahun	Identitas Penelitian	Status
2022	<b>Pemaknaan kerja sebagai strategi pengembangan kesehatan mental guru di Jawa Timur.</b> Tim peneliti: Rahmat Aziz, Retno Mangestuti, Yulia Sholichatun	Ketua
2021	<b>Model pengembangan kreativitas mahasiswa perguruan tinggi negeri di kota Malang.</b> Tim peneliti: Rahmat Aziz, Miftahus Surur	Ketua
2020	<b>Participatory Action Research: Pendampingan terhadap orangtua dalam mengembangkan wellbeing anak di masa Pandemic COVID 19.</b> Tim peneliti Rahmat Aziz, Retno Mangestuti, Wildana Wargadinata, Esa Nur Wahyuni, Alfiana Yuli Efiyanti, Iffat Maimunah	Ketua
2019	<b>Urgensi resiliensi dan optimisme dalam mengembangkan kesehatan mental mahasiswa.</b> Tim peneliti: Rahmat Aziz, Retno Mangestuti, Yulia Sholichatun	Ketua

### KEGIATAN PENGABDIAN (6 Tahun Terakhir)

Tahun	Jenis pengabdian	Status
2023	<b>Stop bullying: Pendampingan terhadap siswa dalam Upaya mengatasi bullying.</b> Tim pelaksana: Esa Nur Wahyuni, Retno Mangestuti, Rahmat Aziz	Anggota
2021	<b>Pendampingan terhadap korban banjir: Trauma healing pasca Banjir pada siswa Madrasah Ibtidaiyah Negeri 3 Jombang.</b> Tim pelaksana: Alfiana Yuli Efiyanti, Esa Nur Wahyuni, Rahmat Aziz	Anggota

Tahun	Jenis pengabdian	Status
2020	<b>Pendampingan terhadap guru sekolah dasar dalam mengembangkan pembelajaran berbasis online.</b> Tim pelaksana: Rahmat Aziz, Retno Mangestuti, Alfiyana Yuli Efiyanti, Esa Nur Wahyuni	Ketua
2019	<b>Pengembangan optimisme remaja yatim piatu melalui kegiatan wirausaha di Malang Selatan.</b> Tim pelaksana: Esa Nur Wahyuni, Alfiyana Yuli Efiyanti, Wildana Wargadinata, Rahmat Aziz	Anggota
2018	<b>Memahami Dunia Anak: Peningkatan pemahaman tentang karakteristik anak usia dini pada orangtua di PAUD Sartika, Malang.</b> Tim pelaksana: Rahmat Aziz, Retno Mangestuti	Ketua
2018	<b>Menjadi guru profesional: Peningkatan kompetensi dan profesionalisme guru SMP Islam Al-Ma'arif Malang.</b> Tim pelaksana: Rahmat Aziz, Mulyadi	Ketua

## PUBLIKASI KARYA ILMIAH (5 Tahun Terakhir)

Identitas Artikel	Jenis
<b>Creativity in Education</b>	
An exploration of students' creativity through a mixed-methods study in the classroom. Rahmat Aziz, Agus Maimun, Abdul Hamid, Masturin, Alfiana Yuli Efiyanti, <i>Journal of Education and Learning</i> , 2025, 13 (2), 650-657	Scopus Q4

Identitas Artikel	Jenis
<p><b>Exploring the validity of a creative personality scale in university settings: a confirmatory factor analysis approach.</b> Rahmat Aziz, Fathul Lubab Nuqul, Endah Kurniawati Purwaningtyas, Yulia Sholichatun, Forbis Ahamed, <i>Journal of Educational Progressive</i>, 2024, 14(2), 1319-1333</p>	Sinta 2
<p><b>Lecturer strategies for developing student creativity in higher education.</b> Rahmat Aziz, Ali Maksum, Adi Atmoko, Fuad Nashori. <i>4th Annual International Conference on Language, Literature, and Media</i>, 2023,</p>	Prosiding
<p><b>Psychometric properties of creative personality scale among secondary school students.</b> Rahmat Aziz, Ullrich Guinther. <i>Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia</i>, 2023, 12 (2), 162-176</p>	Scopus Q4
<p><b>Creativity in higher education: The effect of personality on students' creative thinking skills.</b> Rahmat Aziz. <i>Thinking Skills and Creativity Journal</i>, 2023, 6 (1), 44-51</p>	Sinta 3
<p><b>Lecturer-student collaboration in higher education as a solution for fostering student's creative personality.</b> Rahmat Aziz, Miftahus Surur, Sumia Lestari, Yuliati Hotifah, Ngainun Naim, <i>Jurnal Pendidikan Progresif</i>, 2022, 12 (1), 241-253</p>	Sinta 2
<p>Critical and creative thinking skills for solving math story problems in elementary school students. Sunnah Ida, Rahmat Aziz, Wahyu Hengky Irawan. <i>Jurnal Tatsqif</i>, 2021, 19(2), 98-113</p>	Sinta 3

Identitas Artikel	Jenis
<b>Student and Teachers Wellbeing</b>	
<b>Strategies for students' well-being development: The task-oriented classroom approach.</b> Esa Nur Wahyuni, Ali Maksum, <b>Rahmat Aziz</b> , Retno Mangestuti. <i>International Journal of Evaluation and Research in Education</i> , 2025, 15 (1), 535-543	Scopus Q2
<b>Forgiveness as a mediator of neuroticism and subjective well-being among university students in Yogyakarta, Indonesia.</b> Fuad Nashori, Raden Rachmy Diana, Subandi, Leonita Ikasari Saputri, <b>Rahmat Aziz</b> . <i>Unisia Journal</i> , 2024, 42(1),	Sinta 2
<b>Neglected students' subjective well-being in world-class universities: A qualitative study.</b> Esa Nur Wahyuni, Alfiana Yuli Efiyanti, Baharuddin, Ali Maksum, <b>Rahmat Aziz</b> . <i>Jurnal Ilmiah Peuradeun</i> , 2024, 12(3), 963-986	Scopus Q1
<b>Exploring student and teacher perspectives on well-being development: A mixed-methods investigation.</b> <b>Rahmat Aziz</b> , Mulyadi, Retno Mangestuti, Samsul Hady, Esa Nur Wahyuni. <i>Participatory Educational Research</i> , 2024, 11 (1), 198-210	Scopus Q3
<b>Students' well-being development in the classroom: A mixed-method study.</b> <b>Rahmat Aziz</b> , Mulyadi, Samsul Hady, Esa Nur Wahyuni, Rubaidi. <i>International Journal of Evaluation and Research in Education</i> , 2024, 13 (3), 1666-1672	Scopus Q2
<b>The succesful of student well-being development through child-friendly school programs.</b> Retno Mangestuti, Mulyadi, Esa Nur Wahyuni, <b>Rahmat Aziz</b> , Saefuddin Zuhry Qudzy. <i>International Journal of Elementary Educatio</i> , 2022, 6 (2), 315-324	Sinta 2

Identitas Artikel	Jenis
<p><b>Model suasana kelas yang mensejahterakan siswa tingkat pendidikan dasar.</b> Rahmat Aziz, Nur Ahmad Sidik, Trimansyah, Nur Khasanah, Nurul Mahruzah Yulia. <i>Jurnal Psikologi Mediapsi</i>, 2020, 6(2), 94-101</p>	Sinta 3
<b>Mental Health Promotion</b>	
<p><b>Validating psychometric properties of dual-continua models for university student mental health assessment.</b> Rahmat Aziz, Retno Mangestuti. <i>International Journal of Public Health Science</i>, 2025, 14(1), 425-433</p>	Scopus Q3
<p><b>Teachers' mental health: a mixed-method study on spirituality, well-being, and distress in the workplace.</b> Rahmat Aziz. <i>Cyprus Turkish Journal of Psychiatry and Psychology</i>, 2024, 6 (3), 239-245</p>	Scopus Q4
<p><b>Enhancing mental health literacy in university: Interactions between student initiatives and counselor strategies.</b> Esa Nur Wahyuni, Iin Tri Rahayu, Retno Mangestuti, Rahmat Aziz, Abdul Muhid. <i>Health Education and Health Promotion</i>, 2024, 12 (2), 215-223</p>	Scopus Q4
<p><b>Towards understanding the effect of work on teachers mental health: A mixed method study.</b> Rahmat Aziz, Irwan Abdullah, Iin Tri Rahayu, Elok Halimatus Sa'diyah, Fuad Nashori. <i>International Journal of Public Health Science</i>, 2024, 13(3), 1127-1135</p>	Scopus Q3
<p><b>Reconstructing the meaning of work to promote teachers' mental health.</b> Rahmat Aziz, Retno Mangestuti, Yulia Sholichatun, Ali Ridho, Mukhibat. <i>Health Education and Health Promotion</i>, 2023, 11 (2), 273-278</p>	Scopus Q4

Identitas Artikel	Jenis
<b>Profiling and action plans strategies for teachers' mental health development.</b> Rahmat Aziz, Retno Mangestuti. <i>Cyprus Turkish Journal of Psychiatry and Psychology</i> , 2023, 5 (2), 121-128	Scopus Q4
<b>Urgency of resilience and optimism in improving students' mental health.</b> Retno Mangestuti, Yulia Sholichatun, Rahmat Aziz. <i>Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling</i> , 2020, 5 (4), 154-161	Sinta 2
<b>Educational Practice in School and Family</b>	
<b>Teacher-parent collaboration for developing student character in online learning.</b> Rahmat Aziz, Meinarni Susilowati, Masturin, Zaenuddin Hudi Prasajo. <i>International Journal of Evaluation and Research in Education</i> , 2023 12 (2), 1477-1485	Scopus Q2
<b>Enhancing students' religiosity in educational context: A mixed-methods study in Islamic high school.</b> Retno Mangestuti, Rahmat Aziz. <i>International Journal of Islamic Educational Psychology</i> , 2023, 4 (2), 209-224	Sinta 2
<b>Gender disparities and school climate: Key factors in understanding bullying on Islamic junior high school students.</b> Munjjah, Rahmat Aziz. <i>Jurnal Edukasia</i> , 2023, 18 (2), 221-236	Sinta 2
<b>Student learning discipline: Problem and solution in online learning.</b> Rahmat Aziz, Nur Hidayat Muhammad, Ahmad Ridho, Fauzi Salam. <i>Abjadia: International Journal of Education</i> , 2022, 7 (02), 269-279,	Sinta 3

Identitas Artikel	Jenis
<b>The successful of online learning on student responsibility character during the COVID-19 pandemic.</b> Rahmat Aziz, Muhamad Amin Nur, RR Dilapanga, Mohamad Manasikan. <i>Jurnal Pendidikan dan Pengajaran</i> , 2022, 55 (1),	Sinta 2
<b>Literacy learning problems: Developing the character of reading fondness in elementary school students during the COVID-19.</b> Rahmat Aziz, Djoko Susanto, Safitri, Lina Mazida, Tri Wijaya. <i>Premiere Educandum</i> , 2022, 11 (2), 243-253	Sinta 2
<b>Students' social care during the COVID-19 pandemic: How do school and family collaborate to develop it?</b> Rahmat Aziz, Ai Rinda, Rahmawati, Siswoyo, Muhamad Hasan. <i>Journal of Educational Research and Evaluation</i> , 2021, 5 (4), 542-550	Sinta 2

## PUBLIKASI BUKU

Tahun	Judul Buku	Penerbit
2023	Menjadi Mahasiswa Kreatif	Depublish Yogyakarta
2022	Menjadi Guru sehat dan bermakna	Depublish Yogyakarta
2017	Creative Learning: Teori, Riset dan Praktik	Edulitera Malang
2012	Kepribadian Ululu Albab	UIN Press Malang
2011	Psikologi Pendidikan	UIN Press Malang
2010	Pidato Ilmiah: Model pengembangan kreativitas dalam praktik pendidikan	UIN Press Malang

## PENGALAMAN JABATAN STRUKTURAL

Tahun	Jabatan	Tempat
2023	Anggota jaminan mutu	KJM UIN Malang
2024	Ketua Lemlitbang Fakultas Psikologi	Fakultas psikologi
2009	Wakil dekan bidang akademik	Fakultas psikologi
2013	Sekretaris jurusan S2 PGMI	Pascasarjana
2024	Anggota senat Universitas Islam Negeri Malang	Senat UIN Malang

## PENGALAMAN KERJA

Tahun	Jabatan	Tempat
2001 - sekarang	Dosen fakultas psikologi	UIN Malang
2001-2002	Dosen luar biasa	STIKI Malang
2001 -2003	Dosen luar biasa	Universitas Wisnuwardhana
2003 - 2008	Dosen luar biasa	VEDC Malang
2008 - 2018	Dosen luar biasa	S2 Psikologi UMM Malang
2008 - sekarang	Dosen pascasarjana UIN Malang	Pascasarjana UIN Malang

## AKTIVITAS ORGANISASI PROFESI

Tahun	Nama Organisasi	Status
2010 - sekarang	Himpunan Psikologi Indonesia (HIMPSI) Pusat	Anggota
2020 -sekarang	Asosiasi Psikologi Positif Indonesia (AP2I) Pusat	Anggota

Tahun	Nama Organisasi	Status
2023 - sekarang	Asosiasi Psikologi Pendidikan Indonesia (APPI) Pusat	Anggota
2023 - sekarang	Asosiasi Psikologi Pendidikan Indonesia (APPI) Jawa Timur	Penasehat
2012 -2016	Asosiasi Psikologi Pendidikan Indonesia (APPI) Malang Raya	Ketua
2008-2012	Asosiasi Psikologi Islam (API) Pusat	Sekjend
2012 - 2016	Asosiasi Psikologi Islam (API) Pusat	Wakil ketua 1
2009 -2013	Forum komunikasi fakultas psikologi Jawa Timur	Anggota

Malang, 4 Desember 2024



**Prof. Dr. Rahmat Aziz, M.Si**  
NIP. 197008132001121001