

## **BAB V**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

##### **1. Kondisi Lokasi Penelitian**

Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Tampaksiring merupakan salah satu sekolah menengah pertama yang berstatus Negeri yang berada di wilayah Desa Pejeng, Kecamatan Tampaksiring, Kabupaten Gianyar, Provinsi Bali. Sekolah ini berdiri di atas tanah seluas 8.000 m<sup>2</sup> dan didirikan pada tanggal 26 April 2002 dengan Nomor SK Pendirian 06/U/2002 yang berada dalam naungan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Tampaksiring memiliki 21 ruang kelas, 1 perpustakaan, 2 laboratorium, 1 ruang guru, 1 ruang kepala sekolah, 1 ruang UKS, 6 toilet, dan 1 ruang TU. Dalam kegiatan pembelajaran, sekolah yang memiliki 959 siswa ini dibimbing oleh 69 guru yang profesional di bidangnya. Kepala Sekolah SMP Negeri 3 Tampaksiring saat ini adalah I Made Sukaja, S.Pd. M.M.

Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Tampaksiring merupakan salah satu sekolah yang menawarkan pendidikan berkualitas dengan terakreditasi A dan sertifikasi ISO 9001:2000. Keberadaan SMP Negeri 3 Tampaksiring, diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam mencerdaskan anak bangsa di wilayah Desa Pejeng, Kecamatan Tampaksiring, Kabupaten Gianyar, Provinsi Bali.

## 2. Karakteristik Subjek Penelitian

Pada tabel menunjukkan bahwa dari 112 siswa di SMPN 3 Tampak Siring, sebagian besar berusia 14 tahun yaitu sebanyak 60 orang (53,6%), dan sebagian besar berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 59 orang (52,7%).

**Tabel 1**  
**Distribusi Frekuensi Karakteristik**

| Karakteristik        | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|----------------------|---------------|----------------|
| <b>Usia</b>          |               |                |
| 13 tahun             | 15            | 13,4           |
| 14 tahun             | 60            | 53,6           |
| 15 tahun             | 37            | 33,0           |
| <b>Jumlah</b>        | 112           | 100,0          |
| <b>Jenis Kelamin</b> |               |                |
| Perempuan            | 59            | 52,7           |
| Laki-Laki            | 53            | 47,3           |
| <b>Jumlah</b>        | 112           | 100,0          |

## 3. Gambaran Prestasi

Berdasarkan tabel di bawah, dari 112 siswa di SMPN 3 Tampak Siring sebagian besar memiliki tingkat prestasi yang masuk dalam kategori baik yaitu sebanyak 85 orang (75,9%) dan sebanyak 27 orang (24,1%) masuk ke kategori tingkat prestasi yang cukup.

**Tabel 2**  
**Gambaran Prestasi**

| <b>Prestasi</b> | <b>Frekuensi (f)</b> | <b>Persentase (%)</b> |
|-----------------|----------------------|-----------------------|
| <b>Prestasi</b> |                      |                       |
| Sangat Baik     | 0                    | 0                     |
| Baik            | 85                   | 75,9                  |
| Cukup           | 27                   | 24,1                  |
| Kurang          | 0                    | 0                     |
| <b>Jumlah</b>   | <b>112</b>           | <b>100,0</b>          |

#### 4. Gambaran Kesehatan Mental

Berdasarkan tabel di bawah, dari 112 siswa di SMPN 3 Tampak Siring sebanyak 72 orang (64,3%) memiliki gangguan pada mental emosional dan sebanyak 40 orang (35,7%) tidak memiliki gangguan mental emosional.

**Tabel 3**  
**Gambaran Kesehatan Mental**

| <b>Kesehatan Mental</b>             | <b>Frekuensi (f)</b> | <b>Persentase (%)</b> |
|-------------------------------------|----------------------|-----------------------|
| <b>Kesehatan Mental</b>             |                      |                       |
| Tidak ada gangguan mental emosional | 40                   | 35,7                  |
| Ada gangguan mental emosional       | 72                   | 64,3                  |
| <b>Jumlah</b>                       | <b>112</b>           | <b>100,0</b>          |

#### 5. Hubungan Kesehatan Mental Dengan Prestasi Belajar

Berdasarkan tabel di bawah, hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai  $p$  sebesar 0,032 ( $<0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara gangguan mental emosional pada siswa terhadap tingkat prestasi belajar mereka.

**Tabel 4**  
**Hubungan Kesehatan Mental Dengan Prestasi Belajar**

| Gangguan Mental | Prestasi Belajar |      |       |      |       |     | P     | Keterangan |
|-----------------|------------------|------|-------|------|-------|-----|-------|------------|
|                 | Baik             |      | Cukup |      | Total |     |       |            |
| Emosional       | n                | %    | n     | %    | n     | %   | value |            |
| Tidak Ada       | 35               | 87,5 | 5     | 12,5 | 40    | 100 | 0,032 | Signifikan |
| Ada             | 50               | 69,4 | 22    | 30,6 | 72    | 100 |       |            |
| <b>Total</b>    | 85               | 75,9 | 27    | 24,1 | 112   | 100 |       |            |

## **B. Pembahasan**

### **1. Gambaran Prestasi Belajar Siswa Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Tampaksiring**

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan mengenai gambaran prestasi belajar siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Tampaksiring yang diambil dari hasil nilai raport siswa yang terlampir dalam tabel 3, didapatkan hasil sebagian besar siswa memiliki tingkat prestasi yang masuk dalam kategori baik yaitu sebanyak 85 orang (75,9%) dan sebanyak 27 orang (24,1%) masuk ke kategori cukup.

Prestasi belajar yang tinggi atau rendah terjadi karena beberapa faktor salah satunya faktor internal dan eksternal. Faktor internal ini berasal dari diri siswa salah satunya berupa hilangnya konsentrasi baik segi kesehatan mental serta emosional sedangkan faktor eksternal berasal lingkungan, dukungan sosial siswa. Hal tersebut menunjukkan keadaan yang kurang sehat pada kemampuan belajar dan prestasi belajar siswa. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian (Noviati dan Belajar, 2022) yang dilakukan pada siswa Madrasah Tsanawiyah Negeri 4 Kota Surabaya bahwa prestasi belajar memiliki pengaruh yang signifikan dengan kesehatan mental siswa.

Berdasarkan pencapaian signifikansi tersebut maka dapat dijelaskan bahwa kesehatan

mental, kebiasaan belajar, dan motivasi berprestasi mempunyai peranan yang cukup besar dalam mewujudkan prestasi belajar siswa Madrasah Tsanawiyah Negeri 4 Kota Surabaya. Hasil tersebut menunjukkan bahwa motivasi berprestasi merupakan variabel yang mempunyai pengaruh paling besar terhadap pembentukan prestasi belajar siswa dibandingkan dengan kesehatan mental dan kebiasaan belajar.

Berdasarkan hasil penelitian ini (Fuadi, 2020) yang sudah dilakukan mengenai kecerdasan emosi dan prestasi akademik maka dapat ditegaskan bahwa kecerdasan emosi berkorelasi secara positif dengan prestasi akademik siswa, semakin tinggi kecerdasan emosi siswa, maka akan semakin tinggi prestasi akademiknya, sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosi yang dimiliki siswa maka akan semakin rendah prestasi akademiknya. konsep diri akademik dan kecerdasan emosi secara bersama-sama berkorelasi secara positif dan mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap prestasi akademik siswa.

Menurut asumsi peneliti, konsep diri akademik dan kecerdasan emosi berpengaruh terhadap perkembangan dan peningkatan prestasi akademik siswa. Individu yang memiliki konsep diri akademik dan kecerdasan emosi yang positif akan memandang dirinya secara positif, percaya diri dan antusias dalam mencapai prestasi akademik. individu juga mampu menghadapi dan menangani masalah secara cepat dan tepat dalam proses belajar mengajar.

## **2. Gambaran Kesehatan Mental Siswa Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Tampaksiring**

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan mengenai gambaran kesehatan mental siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Tampaksiring yang didapatkan dari hasil pengisian kuesioner oleh responden yang tersaji dalam tabel 4, didapatkan hasil sebanyak 72 orang (64,3%) memiliki gangguan pada mental emosional dan sebanyak 40 orang (35,7%) tidak memiliki

gangguan mental emosional.

Hal serupa juga terjadi pada penelitian (Iskandar, 2021) dimana masalah mental emosional dapat dilihat dari total skor kesulitan, dimana yang terbanyak dialami oleh siswa kelas XI SMA Negeri 78 Jakarta adalah gejala emosional, yaitu sebanyak 22 anak (32,4%) berada pada kategori abnormal. Siswa sering mengeluh sakit kepala, sakit perut, atau sakit lainnya yang tidak berkaitan dengan masalah kesehatan fisik, banyak merasa cemas atau khawatir, sering merasa tidak bahagia, sedih, atau menangis, merasa gugup dalam situasi baru, mudah kehilangan rasa percaya diri, sering merasa ketakutan, dan mudah menjadi takut terhadap sesuatu.

Menurut asumsi peneliti, proses remaja menuju dewasa yang secara psikologis ditandai oleh berbagai perubahan emosional, sosial, dan kognitif. Perubahan ini dapat menimbulkan tekanan psikologis yang berpotensi memengaruhi kondisi kesehatan mental siswa secara signifikan. Kesehatan mental yang baik dapat menunjang proses belajar siswa, karena individu yang memiliki stabilitas emosi dan psikologis cenderung mampu berkonsentrasi, memiliki motivasi belajar yang tinggi, serta dapat mengatasi tantangan akademik dengan lebih efektif. Siswa yang memiliki gangguan kesehatan mental seperti stres berlebih, kecemasan, dan depresi ringan dapat menghambat kemampuan belajar dan menurunkan prestasi akademik siswa. Siswa dengan kondisi kesehatan mental yang stabil umumnya menunjukkan hasil belajar yang lebih baik, karena mereka memiliki kemampuan mengatur emosional yang baik, dapat membangun hubungan sosial yang positif, serta mampu beradaptasi dengan lingkungan belajar secara sehat dan produktif. Lingkungan sosial seperti keluarga, teman sebaya, serta guru memiliki peran penting dalam membentuk dan memelihara kesehatan mental siswa, baik melalui dukungan emosional, bimbingan, maupun interaksi yang positif di lingkungan sekolah dan rumah.

Hal ini didukung dari hasil penelitian (Florensa. dkk., 2023) yang mengungkapkan bahwa

Kemampuan remaja dalam mengontrol emosi merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kemampuan remaja mengontrol dirinya dari perilaku yang negatif saat mereka mengalami masalah atau tekanan dalam kehidupannya.

### **3. Hubungan Kesehatan Mental Siswa Dengan Prestasi Belajar Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Tampaksiring**

Hasil uji statistik pada penelitian ini menggunakan uji chi-square yang menunjukkan nilai  $p$  sebesar 0,032 ( $<0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kesehatan mental pada siswa terhadap tingkat prestasi belajar mereka.

Temuan serupa juga didapat pada hasil penelitian (Yunita tangke, 2021) dimana hasil penelitian dengan 81 responden SMP Katolik Rantepao menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kesehatan mental remaja dengan hasil belajar siswa di SMP Katolik Rantepao. Pada penelitian tersebut menyatakan, semakin baik kesehatan mental, semakin baik juga hasil belajar siswa. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah kesehatan mental maka hasil belajar siswa juga menurun.

Menurut asumsi peneliti, remaja yang berada di jenjang pendidikan sekolah menengah merupakan individu yang sedang mengalami masa transisi perkembangan, di mana perubahan fisik, psikologis, dan sosial berlangsung secara cepat dan kompleks, sehingga rentan mengalami gangguan kesehatan mental seperti stres, kecemasan, dan tekanan emosional yang dapat memengaruhi perilaku serta kinerja akademik mereka di sekolah. Masa ini sering kali menimbulkan tekanan psikologis yang dapat memengaruhi kondisi kejiwaan siswa dan berdampak pada kemampuan mereka dalam mengikuti kegiatan belajar. Kesehatan mental yang terjaga dengan baik berperan penting dalam mendukung keberhasilan akademik, karena siswa yang stabil secara emosional dan psikologis cenderung memiliki fokus yang lebih baik, semangat belajar yang

tinggi, serta kemampuan menyelesaikan tugas secara maksimal. Sebaliknya, apabila siswa mengalami gangguan mental, meskipun dalam bentuk ringan seperti stres atau kecemasan, maka hal tersebut bisa menghambat pencapaian akademik mereka.

Hal ini didukung juga oleh hasil penelitian (Juniarti, Lestari dan Jati, 2022) dimana siswa yang memiliki prestasi belajar yang tinggi didukung oleh emosional dan psikologi serta minat belajar yang baik. Penelitian ini menyatakan bahwa apabila siswa memiliki kesehatan mental yang baik maka prestasi belajar baik, begitu sebaliknya apabila siswa memiliki kesehatan mental yang rendah maka prestasi belajarnya rendah.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Dalam Penelitian peneliti memiliki salah satu kelemahan dalam penelitian ini adalah penggunaan metode pengumpulan data melalui pengisian kuesioner secara mandiri oleh responden. Meskipun kuesioner merupakan instrumen yang praktis dan efisien dalam menjangkau banyak responden dalam waktu singkat, namun metode ini memiliki keterbatasan dalam memastikan kejujuran dan keakuratan jawaban yang diberikan. Responden, khususnya remaja, mungkin saja tidak menjawab dengan sepenuh hati atau tidak memahami sepenuhnya isi pertanyaan, terutama jika menyangkut isu yang sensitif seperti kondisi kesehatan mental.