

Hubungan Antara Kesehatan Mental dengan Prestasi Akademik pada Siswa SMPN 36 Surabaya Selama Pembelajaran Daring di Masa Pandemi

Vannisa Intahaniya Angraini¹, Eko Hardi Ansyah²

¹ Universitas Muhammadiyah Sidoarjo; vannisa.intahania@gmail.com

² Universitas Muhammadiyah Sidoarjo; vannisa.intahania@gmail.com

Abstrak: Penelitian ini dilatarbelakangi oleh adanya fenomena penyebaran virus Covid-19 dimana hal ini mengakibatkan seluruh sekolah di Indonesia ditutup selama masa pandemi dan dilakukan program pembelajaran daring. Pembelajaran daring yang dilakukan di rumah membuat sebagian besar siswa merasa bosan dan tuntutan yang didapat dari sekolah seperti tugas mengakibatkan siswa mengalami tekanan yang membuat stres dengan demikian hal tersebut akan berpengaruh terhadap hasil belajar siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kesehatan mental dengan prestasi akademik pada siswa SMPN 36 Surabaya selama pembelajaran daring di masa pandemi. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif korelasional. Variabel yang digunakan adalah kesehatan mental sebagai variabel bebas dan prestasi akademik sebagai variabel terikat. Penelitian ini dilakukan di SMPN 36 Surabaya dengan jumlah populasi sebanyak 594 siswa dan sampel dalam penelitian ini sebanyak 225 siswa yang diambil dengan menggunakan Teknik Stratified Random Sampling. Teknik penumpukan data menggunakan skala kesehatan mental (reliabilitas = 0,752) dan untuk prestasi akademik dengan mengambil data yang sudah tersedia, yakni dokumen berupa nilai rapot UAS semester genap. Hasil analisis data menggunakan korelasi product-moment dari Pearson dengan bantuan SPSS 16. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0.374 dengan signifikansi $0,000 < 0,05$ yang artinya terdapat hubungan positif antara kesehatan mental dengan prestasi akademik pada siswa SMPN 36 Surabaya selama pembelajaran daring di masa pandemi. Pengaruh kesehatan mental dengan prestasi akademik siswa dalam penelitian ini sebesar 14%.

Keywords: kesehatan mental, prestasi akademik, siswa SMP

DOI:

<https://doi.org/10.47134/webofscientist.v2i3.1>

*Correspondent: Eko Hardi Ansyah

Email: vannisa.intahania@gmail.com

Received: 03-07-2023

Accepted: 05-08-2023

Published: 01-09-2023



Copyright: © 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Abstract: This research was motivated by the phenomenon of the spread of the Covid-19 virus which resulted in all schools in Indonesia being closed during the pandemic and an online learning program was implemented. Online learning carried out at home makes most students feel bored and the demands obtained from schools such as assignments cause students to experience stress so that it will affect student learning outcomes. This study aims to determine the relationship between mental health and student achievement at SMPN 36 Surabaya during online learning during the pandemic. This research is a type of quantitative research with a correlational approach. The variables contained in this study were mental health as the independent variable and academic achievement as the dependent variable. This research was conducted at SMPN 36 Surabaya with a population of 594 students and the sample in this study was 225 students who were taken using the Stratified Random Sampling Technique. The data collection technique uses a mental health scale (reliability = 0.752) and for academic achievement by taking data that is already available, namely the UAS raport card score for even semesters. The analysis technique used Pearson's product-moment correlation with the help of the SPSS 16 program. The results of the data analysis of this study showed that the correlation coefficient (r_{xy}) was 0.374 with a significance of $0.000 < 0.05$, which means that there is a positive relationship between

mental health and academic achievement in students. SMPN 36 Surabaya during online learning during the pandemic. The effect of mental health on student academic achievement in this study was 14%.

Keywords: *mental health, academic achievement, junior high school students*

Pendahuluan

Pendidikan menjadi bekal awal yang harus dimiliki oleh semua orang bahkan sejak dini guna untuk mencapai masa depan yang cerah ke depannya. Pendidikan berupaya menuntun anak sejak lahir untuk mencapai kedewasaan jasmani dan rohani, dalam interaksi alam beserta lingkungannya. Pencapaian kedewasaan jasmani dan rohani dalam interaksi alam beserta lingkungannya adalah suatu hasil prestasi akademik yang dimiliki oleh siswa. Salah satu faktor yang mempengaruhi prestasi akademik adalah kesehatan. Siswa yang memiliki kesehatan jasmani dan rohani yang baik maka ia juga akan mendapatkan prestasi akademik yang baik bahkan sempurna. Dan apabila kesehatan jasmani dan rohaninya tidak baik maka akan berpengaruh buruk pada prestasi akademik siswa (Djannah, 2020). Prestasi akademik seseorang dalam kaitannya dengan tingkat keberhasilannya dalam mempelajari suatu mata pelajaran, yang tercermin dari nilai setiap bidang studi setelah mengalami proses pembelajaran (Gustina & Rahayu, 2020). Artinya hasil baru dapat dinilai setelah siswa melaksanakan proses belajar mengajar.

Melihat kondisi sekarang, dimana terjadi fenomena penyebaran virus berbahaya yang menggemparkan satu dunia (Vibriyanti, 2020). Pada Maret tahun 2020, sekitar 800 juta lebih siswa di seluruh negara belajar di rumah karena pandemi virus corona. Pengaturan konsentrasi di rumah ini diterapkan dengan tujuan untuk meminimalisir komunikasi yang sebenarnya untuk pencegahan penularan virus corona Covid-19. Hal tersebut memunculkan berbagai kendala, seperti adanya gangguan pada jaringan internet di daerah-daerah tertentu (Hardani, 2020). Selain itu ruang gerak yang terbatas dan minimnya interaksi dengan teman sebaya selama masa pandemi dapat berpengaruh terhadap kesehatan mental mereka (Barseli et al., 2020). Siswa yang terkena pandemi mengalami dampak yang paling rentan, karena mereka dipaksa untuk tinggal di rumah dengan waktu yang lama. Penutupan sekolah selama masa pandemi mengakibatkan interaksi dengan teman sebaya berkurang dan mengurangi kesempatan mereka untuk eksplorasi dan aktivitas fisik (Neltia, 2021).

Prestasi akademik dapat dilihat dari dua faktor yakni faktor dari dalam dan dari luar (Dian & Arini, 2017). Prestasi belajar dipengaruhi oleh faktor dalam yang terdiri dari faktor fisiologis (fisik) dan mental (rohaniah). Faktor mental terdiri dari yang pertama, derajat pengetahuan/pengetahuan adalah kapasitas psikologis selama waktu yang dihabiskan untuk berpikir secara objektif. Kedua, aktivitas siswa untuk menjawab dengan cara yang umumnya tetap terhadap item tersebut. Ketiga, kemampuan merupakan anugerah dari bawaan sejak ia dikandung, yang kemudian diketahui oleh pemiliknya ketika ia menghadapi kehidupan. Keempat, minat adalah keinginan yang muncul dari proses kegiatan indrawi. Kelima, inspirasi adalah motivasi dari dalam diri siswa untuk menindaklanjuti dengan sesuatu.

Di tingkat sekolah menengah pertama, siswa mengalami masa yang sangat sulit yang bisa jadi menantang (Arifin, 2012). Periode waktu ini sering disebut sebagai periode badai dan drang—topan dan badai. Dari situlah, anak muda disebut sebagai orang yang sedang mencari karakter dan membutuhkan tempat untuk menyalurkan inovasinya. Apabila kurang mendukungnya seperti fasilitas, tuntutan yang harus dikerjakan dari berbagai pihak, dan kurang mendapatkan motivasi serta dukungan. Pengertian kesehatan mental menurut para ahli psikologi sebagaimana pendapat Zakiyah Darodjat berpendapat bahwa “kesehatan mental adalah terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara individu dengan dirinya sendiri dan lingkungannya” (Fatimah, 2019). Siswa dengan mental yang sehat maka potensi-potensi baik akan terekspresikan secara penuh, harmonis, dan terarah kepada satu tujuan (Muslihaha, 2019).

Dari penelitian ini didapat bahwa subyek tersebut mengalami penurunan prestasi akademik akibat faktor internal dan eksternal. Yang mana internalnya subyek tidak berkenan dengan metode pembelajaran daring dan faktor eksternalnya ada tekanan dari luar yakni keluarga. Pembelajaran daring membuat subyek semakin tidak faham dengan materi yang disampaikan oleh guru. Selain itu tugas yang diberikan juga banyak. Semua guru mata pelajaran memberikan tugas kepada siswa seminggu sekali. Adanya pembelajaran dengan pembelajaran secara *online* menyebabkan siswa menjadi kurang aktif dan akan merasa cepat bosan (Boer et al., 2021). Ditambah lagi subyek yang membantu orangtuanya bekerja. Subyek disini mendapat dua tuntutan yakni dari sekolah dan dari keluarga yang dimana hal tersebut mempengaruhi kesehatan mental subyek dan prestasi akademiknya menurun karena dampak akan tidak sehatnya mental subyek. Dengan begitu agar selama pembelajaran berlangsung dengan lancar dan efektif harus ada fasilitas dari orangtua seperti perangkat untuk mengakses, internet seperti Wi-Fi atau paket data, serta dukungan dan support dari kedua orangtua masing-masing (Septia & Fidiniki, 2021).

Keberhasilan peserta didik dalam pendidikan ditunjukkan dari prestasi akademik yang didapat. Apabila hasil yang didapat baik, peserta didik akan mencapai hasil prestasi akademik yang optimal (Lismiyana, 2019). Dari fenomena di atas dapat diasumsikan bahwa kesehatan mental pada saat pandemi covid-19 berhubungan dengan prestasi akademik anak/peserta didik. Dimana apabila kondisi Kesehatan mentalnya sehat maka pengaruhnya terhadap prestasi akademik juga akan baik. Tapi karena ada kendala yang terjadi di tengah masa pandemi covid-19 maka harus ada penanganan khusus untuk mengatasi kesehatan mental anak didik selama pembelajaran daring agar mencapai prestasi akademik yang tinggi. Berdasarkan fenomena di atas, peneliti ingin mengetahui dan melakukan penelitian tentang Hubungan Antara Kesehatan Mental Terhadap Prestasi Akademik Pada Siswa SMP Selama Pembelajaran Daring di masa Pandemi.

Metode

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dimana penelitian kuantitatif merupakan metode

ilmiah/scientific karena telah memenuhi kaidah-kaidah ilmiah yaitu konkrit/empiris, obyektif, terukur, rasional, dan sistematis (Pertiwi, 2021). Metode ini disebut metode kuantitatif karena data penelitian berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik (Sugiyono, 2014).

Populasi penelitian ini adalah kelas VII dan VIII SMPN 36 Surabaya yang berjumlah 594 siswa. Sampel dalam penelitian ini sebesar 225 siswa dengan menggunakan teknik *stratified random sampling*.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah penyebaran kuesioner untuk mengukur kesehatan mental. Kesehatan mental diukur dengan skala kesehatan mental yang telah dikembangkan peneliti dengan mengacu pada aspek kesehatan mental menurut Zakiyah Daradjat (1985). Penyusunan kuesioner penelitian berdasarkan adaptasi aitem-aitem tersebut yang selanjutnya disesuaikan dengan tujuan penelitian ini. Nilai reliabilitas alpha Cronbach uji terpakai dari skala tersebut sebesar 0,752. Variabel prestasi akademik diukur dengan mengambil dokumen data berupa nilai raport UAS semester 2 kelas VII dan VIII.

Hasil dan Pembahasan

a. Uji Asumsi

Uji normalitas terlebih dahulu harus dilakukan pada data sebelum dapat diproses menggunakan statistik inferensi parametrik atau nonparametrik. Tujuannya adalah untuk menentukan metode pengolahan data selanjutnya. Uji normalitas dipergunakan untuk memastikan bahwa nilai rerata komponen pengganggu (*error*) adalah nol. Tujuan dari uji normalitas adalah untuk mengetahui apakah nilai residual berdistribusi normal/ tidak. Taraf signifikansi yang digunakan adalah 5% dimana jika nilai signifikansinya $> 0,05$, maka dengan begitu hasil yang didapat akan berdistribusi normal. Sebaliknya jika nilai signifikansinya $< 0,05$, maka tidak berdistribusi normal. Berikut adalah hasil pengujian normalitas dari data yang diperoleh pada penelitian ini:

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		225
Normal Parameters ^a	Mean	.0000000
	Std. Deviation	2.39913379
Most Extreme Differences	Absolute	.068
	Positive	.068
	Negative	-.067
Kolmogorov-Smirnov Z		1.019
Asymp. Sig. (2-tailed)		.250

a. Test distribution is Normal.

Berdasarkan tabel 1. dapat dilihat bahwa uji normalitas pada variabel X dan variabel Y, *Kolmogorov-Smornov Test* diketahui bahwa $0,250 > 0,05$ sehingga dapat dikatakan data berdistribusi normal.

b. Uji Hipotesis

Metode analisis parametrik adalah salah satu yang digunakan dalam penelitian ini karena mensyaratkan data memiliki distribusi normal. Penelitian ini dengan teknik parametrik ini menggunakan korelasi *product moment* dari *Pearson's*. Pengujian ini dilakukan untuk melihat adanya hubungan kesehatan mental dengan prestasi akademik. Uji Korelasi yang dilakukan adalah mengkorelasikan variabel kesehatan mental dan variabel prestasi akademik dengan bantuan *SPSS versi 16.0 for windows*. Berikut adalah hasil perhitungan korelasi *product moment* dari *Pearson's*:

Tabel 2. Uji Korelasi Product Moment Pearson's Correlations

		Kesehatan Mental	Prestasi Akademik
Kesehatan Mental	Pearson Correlation	1	.374**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	225	225
Prestasi Akademik	Pearson Correlation	.374**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	225	225

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel 2. dapat diketahui angka koefisien korelasi *Pearson* sebesar 0,374. Koefisien korelasi bernilai positif, hal tersebut berarti kedua variabel memiliki arah hubungan yang positif, yaitu semakin tinggi kesehatan mental pada siswa akan semakin tinggi prestasi akademik siswa pada SMPN 36 Surabaya.

Berdasarkan hasil perhitungan dengan teknik teknik *product moment* dari *pearson*, menyatakan bahwa nilai koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,374 dengan nilai signifikansinya (p) 0,000 ($>0,05$). Hal ini menyebabkan hubungan kesehatan mental dengan prestasi akademik siswa SMPN 36 Surabaya signifikan. Dari penganalisisan data tentang kesehatan mental mendapat informasi bahwa tingkat kesehatan mental pada siswa kelas VII dan VIII SMPN 36 Surabaya dalam kategori sedang dengan frekuensi 67,5% dan tingkat prestasi

akademik siswa kelas VII dan VIII SMPN 36 Surabaya adalah kategori sedang dengan presentase (68,8%).

Berikut adalah tabel terkait frekuensi dan persentase kategorisasi kesehatan mental dan prestasi akademik siswa:

Tabel 3. Kategori Skor Subjek

Kategori	Kesehatan Mental	%	Prestasi Akademik	%
Rendah	28	12,4 %	17	7,5 %
Sedang	152	67,5 %	155	68,8 %
Tinggi	45	20 %	53	23,5 %
Jumlah	225	100 %	225	100 %

Prestasi akademik adalah hasil belajar yang didapat dari aktivitas sekolah yang bersifat kognitif dan biasanya dilakukan penentuan dengan cara pengukuran dan penilaian. Untuk mendapatkan hasil belajar atau nilai yang bagus memuaskan, maka ada 2 faktor untuk mendukung tujuan siswa dalam meraih prestasi akademik yang baik, yakni faktor dari dalam dan dari luar. Faktor internal terdiri atas faktor fisiologi (fisik) dan psikologi (mental). Dan pada faktor dari luar terdiri atas lingkungan sosial dan lingkungan non sosial. Sesuai dengan faktor internal, aspek fisiologis yang bersifat jasmaniah dan aspek psikologis yang bersifat rohaniah dalam tingkatan yang baik dan aman maka pengaruhnya terhadap prestasi akademi juga dinilai baik. Apabila kesehatan mental anak/peserta didik dalam keadaan sehat yang tidak mengalami gangguan pada kesehatan mentalnya maka prestasi akademiknya pun juga tinggi.

Guru sebagai pengajar di sekolah menjadi peranan penting dalam proses pembelajaran kepada siswa sebagai peserta didik (Badaruddin et al., 2016). Pengajar harus memiliki cara tertentu untuk mendapatkan perhatian siswa selama proses pembelajaran di kelas. Diseusia anak/peserta didik tingkat SMP sedang mengalami periode yang sangat potensial bermasalah. Dari situasi problem ini, remaja tergolong dalam pribadi yang sedang mencari identitas dan membutuhkan tempat penyaluran kreativitas. Apabila kurang mendukungnya seperti fasilitas, tuntutan yang harus dikerjakan dari berbagai pihak, dan kurang mendapatkan motivasi serta dukungan. Penjelasan dari penelitian terdahulu oleh Fatimah (2019), menunjukkan bahwa kesehatan mental pada sebagian siswa sudah bagus. Secara teoritis akan mempengaruhi hasil belajar yang dalam penelitian ini banyak terdapat hasil belajar yang rendah. Hal ini dapat terjadi karena faktor dari luar dan dalam serta cara pembelajaran berlangsung. Untuk membantu hasil belajar yang baik, seorang pengajar dapat menempatkan dirinya untuk mengenal kepribadian setiap siswa.

Maka dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental yang dimiliki oleh setiap siswa adalah suatu hal yang sangat penting dalam melakukan proses pendidikan, dengan kata lain kesehatan mental besar pengaruhnya terhadap prestasi akademik siswa bila tingkat kesehatan siswa baik, maka prestasi akademiknya baik pula, karena siswa dapat menyesuaikan diri dengan individu dan lingkungannya untuk mencapai hidup bahagia dan bermakna. Sebaliknya jika kesehatan mental siswa tidak baik, maka prestasi akademik siswa juga tidak baik atau menurun.

Simpulan

Berdasarkan pada hasil penelitian tentang hubungan kesehatan mental terhadap prestasi akademik siswa SMPN 36 Surabaya selama pembelajaran daring di masa pandemi maka dapat ditarik kesimpulan bahwa memiliki hubungan antara kesehatan mental terhadap prestasi akademik siswa SMPN 36 Surabaya yang bersifat positif. Berdasarkan hasil uji hipotesis dimana menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0,374 dengan taraf signifikansi sebesar 0,000 yang berarti lebih kecil dari 0,05. Adapun analisis deskriptif penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas kesehatan mental dan prestasi akademik siswa di SMP 36 Surabaya dalam kategori sedang.

Daftar Pustaka

- Arifin. (2012). Membangun Karakter Siswa Sebagai Kontribusi Terhadap Karakter Bangsa Melalui Pendekatan Psikologis. *J. Edukasi Sebelas April*, 91(5), 1689–1699.
- Badaruddin, A., Erlamsyah, & Said, A. (2016). Hubungan Kesehatan Mental dengan Motivasi Belajar Siswa. *Jurnal Konselor*, 5(1), Maret.
- Barseli, M., Ifdil, I., & Fitria, L. (2020). Stress akademik akibat Covid-19. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 5(2), 95–99.
- Boer, M., Stevens, G. W. J. M., Finkenauer, C., de Looze, M. E., & van den Eijnden, R. J. J. M. (2021). Social media use intensity, social media use problems, and mental health among adolescents: Investigating directionality and mediating processes. *Computers in Human Behavior*, 116, 106645. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106645>
- Dian, N. P., & Arini, N. N. (2017). Analisis Faktor-Faktor yang mempengaruhi Prestasi Belajar Mahasiswa Semester IV Prodi DIII Kebidanan Poltekes Kemenkes Mataram Tahun 2015. *J.Kesehatan Prima*, 11(1), 18–27.
- Djannah, M. (2020). Pengaruh Kesehatan Mental di Tengah Wabah Covid-19 Terhadap Peningkatan Prestasi Belajar Siswa di Sekolah Dasar. *Seminar Nasional Sistem Informasi (SENASIF)*, 2403–2414.
- Fatimah. (2019). Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Agama Islam Di SMP Piri Jati Agung. *Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung*, 1–180.

- Gustina, I., & Rahayu, W. D. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Belajar Mahasiswa Jurusan Akuntansi Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Universitas Riau. *J. Akuntansi Dan Keuangan*, 9(2), 1–11.
- Hardani, D. (2020). Faktor Pemicu Kecemasan Siswa dalam Melakukan Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Universitas Jambi*, 20(2).
- Lismiyana. (2019). Hubungan Motivasi Belajar dengan Prestasi Belajar Pada Peserta Didik Kelas VIII A di SMP Negeri 3 Bandar Lampung. *Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung:Lampung*.
- Muslihaha, A. (2019). Pengaruh Kesehatan Mental Siswa dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar PAI Siswa Kelas X Di SMAN 2 Ponorogo Tahun Ajaran 2018/2019. *IAIN Ponorogo*.
- Neltia, E. (2021). Dampak Pandemi Covid 19 Terhadap Kesehatan Mental Anak dan Remaja : Literatur Review. *J. Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 17(1), 25–31.
- Pertiwi, Y. (2021). Pengaruh Motivasi Belajar Siswa Terhadap Prestasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Bahasa Indonesia di SMPN 1 Kota Bengkulu. *Fakultas Tarbiyah Dan Tadris*, 1–89.
- Septia, M., & Fidiniki, A. (2021). Peranan Kesehatan Mental Remaja Saat Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(3).
- Vibriyanti, D. (2020). Kesehatan Mental Masyarakat: Mengelola Kecemasan Di Tengah Pandemi Covid-19. *Jurnal Kependudukan Indonesia*, 69–74.