

ANALISIS KESEHATAN MENTAL PESERTA DIDIK JURUSAN KIMIA INDUSTRI KELAS X SMK SMTI PONTIANAK

Zulfiqam Syahdilla Rama, Yuline, Halida
Universitas Tanjungpura Pontianak
ramaaipama6996@gmail.com

Abstract: *The purpose of this study is to find out the characteristics of students' mental health, what factors affect mental health and the efforts of guidance and counseling teachers in improving the mental health of students majoring in industrial chemistry class X SMK SMTI Pontianak. The research method used is quantitative with a descriptive research form with a design to describe how the mental health of students majoring in industrial chemistry class X SMK SMTI Pontianak. The sample taken was 41 students with questionnaire data collection techniques. Based on the results, it was shown that the mental health of students in class X of Industrial Chemistry SMK SMTI Pontianak obtained a percentage result of 67% in the sufficient category. Factors that affect the mental health of students in class X of Industrial Chemistry SMK SMTI Pontianak obtained a percentage result of 63% in the sufficient category and the efforts made by guidance and counseling teachers in improving the mental health of students obtained a percentage result of 69% in the sufficient category.*

Keywords: *Mental Health, Students and Guidance and Counseling.*

Abstrak: Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui karakteristik kesehatan mental peserta didik, faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi kesehatan mental dan upaya guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kesehatan mental peserta didik jurusan kimia industri kelas X SMK SMTI Pontianak. Metode penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif dengan bentuk penelitian deskriptif dengan rancangan menggambarkan bagaimana kesehatan mental peserta didik jurusan kimia industri kelas X SMK SMTI Pontianak. Sampel yang di ambil sebanyak 41 peserta didik dengan teknik pengumpulan data kuesioner. Berdasarkan hasil menunjukkan bahwa kesehatan mental peserta didik kelas X Kimia Industri SMK SMTI Pontianak memperoleh hasil presentase 67% dalam kategori cukup. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental peserta didik kelas X Kimia Industri SMK SMTI Pontianak memperoleh hasil presentase 63% dalam kategori cukup dan Upaya yang dilakukan guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kesehatan mental peserta didik memperoleh hasil presentase 69% dalam kategori cukup.

Kata Kunci: *Kesehatan Mental, Peserta Didik dan Bimbingan dan Konseling.*

Article History

Received: September 2024

Reviewed: September 2024

Published: September 2024

Plagiarism Checker No 234

Prefix DOI : Prefix DOI :

10.8734/Liberosis.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Liberosis



This work is licensed under
a [Creative Commons
Attribution-NonCommercial
4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak menuju dewasa, dimana pada masa ini terjadi berbagai macam perubahan yang cukup bermakna baik secara fisik, biologis, mental dan emosional maupun psikososial (Marcelina, 2020 h. 448). Di masa ini banyak terjadi perubahan dalam diri seseorang sebagai persiapan memasuki masa dewasa. Belakangan ini kerap muncul perilaku yang tidak lazim yang ditampilkan oleh seorang peserta didik yang juga sangat menyorot perhatian publik meliputi cara berpakaian, cara berbicara, menata rambut hingga perilaku menyimpang. Hal tersebut memiliki kecenderungan bentuk dari ketidaksehatan mental pada peserta didik. Beberapa bentuk permasalahan kesehatan mental disekolah yaitu masalah kesulitan belajar, masalah kenakalan remaja, masalah disiplin, dan terakhir masalah gangguan mental (Surya, 2014 h. 95). Menurut Santrock (2013, h. 128), tekanan pada remaja dapat bersumber dari keluarga, sekolah dan masyarakat. Dapat kita lihat kesehatan mental merupakan jenis masalah yang juga dapat timbul di sekolah. Kesehatan mental dapat dipahami sebagai terwujudnya keharmonisan antara fungsi-fungsi, serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problem-problem yang terjadi, dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya. Peranan Bimbingan dan Konseling di sekolah sangat diperlukan bagi peserta didik dalam membantu peserta didik mengenal secara dini tentang kesehatan mental. Namun di sekolah SMTI Pontianak berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan guru bimbingan dan konseling yang dilakukan semasa PPL bahwa peserta didik sebagian ada yang tahu dan sebagian tidak tahu tentang kesehatan mental, ini merupakan masalah di mana peserta didik sangat rentan tentang pergaulan bebas atau kenakalan remaja yang bisa mengarah timbulnya ketidaksehatan mental pada peserta didik. Berdasarkan permasalahan di atas, maka peneliti ingin melihat Bagaimana kesehatan mental peserta didik jurusan kimia industri kelas X SMK SMTI Pontianak dengan mengangkat judul "Analisis Kesehatan Mental Peserta Didik Jurusan Kimia Industri Kelas X SMK SMTI Pontianak".

METODOLOGI

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif yang diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/ statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Bentuk penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif yaitu suatu metode dalam meneliti status sekelompok manusia, suatu obyek, suatu set kondisi, suatu sistem pemikiran, ataupun suatu kelas peristiwa pada masa sekarang.

Untuk menjawab deskripsi tentang masing-masing variabel penelitian ini, digunakan rentang kriteria penilaian sebagai berikut:

$$\text{skor total} = \frac{\text{skor aktual}}{\text{skor ideal}} \times 100\%$$

Skor aktual adalah jawaban seluruh responden atas kuesioner yang telah diajukan. Skor ideal adalah skor atau bobot tertinggi atau semua responden diasumsikan memilih jawaban dengan skor tertinggi.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah peserta didik jurusan kimia industri kelas X SMK SMTI Pontianak dengan jumlah keseluruhan 102 peserta didik. Maka peneliti melakukan penarikan jumlah sampel sebesar 40% dari 102 peserta didik yaitu $40\% \times 102 = 41$ peserta didik. Teknik pengumpulan data yang peneliti gunakan dalam penyusunan proposal skripsi ini adalah kuesioner yang akan didistribusikan kepada peserta didik jurusan kimia industri kelas X SMK SMTI Pontianak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tolak Ukur Analisis Kesehatan Mental Peserta Didik

No	Kategori	Persentase (%)
1	Sangat baik	80%-100%
2	Baik	70%-79%
3	Cukup	60%-69%

4	Kurang	0%-59%
---	--------	--------

Tabel di atas dipergunakan untuk menentukan katagori penilaian tiap aspek variabel yang di amati dalam penelitian dengan prosedur sebagai berikut:

- 1) Menentukan jumlah skor aktual untuk setiap aspek variabel.
- 2) Menentukan jumlah skor maksimal untuk setiap aspek variabel.
- 3) Menentukan persentase untuk setiap variabel dengan rumus:

$$X\% = \frac{n}{N} \times 100\%$$

- 4) Mengkategorikan perhitungan persentase dengan tabel tolak ukur penilaian kategori.

Persentase Kesehatan Mental Peserta Didik

Variabel	Indikator	Skor Aktual	Skor Ideal	(%)	Kategori
Karakteristik kesehatan mental	Spiritual	1.018	1.600	64	Cukup
	Pengarahan Diri	417	600	70	Baik
	Persahabatan	565	800	71	Baik
Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi kesehatan mental peserta didik	Pengaruh kesehatan terhadap perasaan, pikiran/kecerdasan, kelakuan	509	800	64	Cukup
	Frustrasi	245	400	61	Cukup
Upaya yang dilakukan guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kesehatan mental peserta didik	Konflik	645	1.000	65	Cukup
	Kecemasan	494	800	62	Cukup
	Layanan Informasi	1.011	1.400	72	Baik
	Layanan Konseling Individual	729	1.000	73	Baik
	Layanan Bimbingan Kelompok	302	400	76	Baik
	Layanan Konseling Kelompok	733	1.200	61	Cukup
Total		6.668	10.000	67	Cukup

Berdasarkan hasil dari kepada peserta didik ke 67% dalam kategori cukup yang kuat. Siswa men orang lain yang memili Dukungan sosial ini sangat penting untuk meningkatkan kesehatan emosional.

kelompok yang diberikan memperoleh hasil presentase an jaringan dukungan sosial ilaman dan mendengarkan rasa kesepian dan isolasi. mental dan kesejahteraan

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental peserta didik kelas X SMK SMTI Pontianak secara umum dapat dikategorikan "Cukup" yang meliputi karakteristik kesehatan mental peserta didik, faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental peserta didik dan upaya yang dilakukan guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kesehatan mental peserta didik semuanya tergolong cukup.

Saran

Setelah penelitian dilakkukan, terdapat beberapa saran dalam pelaksanaan penelitian yaitu peserta didik diharapkan untuk mengenal dan memahami kesehatan mental secara lebih baik dan ditingkatkan lagi. Guru bimbingan dan konseling diharapkan untuk lebih memperhatikan dan meningkatkan pentingnya kesadaran dan pengetahuan terhadap yang mempengaruhi kesehatan mental peserta didik di lingkungan sekolah. Upaya guru bimbingan dan konseling diharapkan kedepannya untuk dapat dipertahankan, dikembangkan dan ditingkatkan lagi dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling yang diharapkan dapat mengarah pada peningkatan kesehatan mental peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

- Marcelina, R. N. (2020). 6 Tips Menjaga Kesehatan Mental Remaja. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 8(1), 442-448.
- Santrock (2013) *Perkembangan Remaja*. Edisi Keenam. Jakarta: Erlangga.
- Surya, M. (2014). *Psikologi Guru Konsep dan Aplikasi dari Guru untuk Guru*. Bandung: Alfabeta.