

The Influence Of Mental Health On Student SMP Negeri 1 Jebus

Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Prestasi Belajar Siswa SMP Negeri 1 Jebus

Fatma Sylvana Dewi Harahap¹, Fardhu Syahuri², Paruzi Almayda³, Rahmadini⁴, Dhea Ardelia Divani⁵

IAIN Syaikh Abdurrahman Siddiq Bangka Belitung,

Email : dinirahma580@gmail.com

Received Month DD, 20YY;

Revised Month DD, 20YY;

Accepted Month DD, 20yy;

Published Online DD, 20yy

Conflict of Interest

Disclosures:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2017 by author

Abstrak: Kebiasaan anak atau siswa/siswi sekarang seringkali memiliki dampak yang serius seperti gangguan mental yang fatalnya bisa menyebabkan seseorang bunuh diri. Untuk itu kami memberikan pemahaman dalam penyuluhan kepada siswa/siswi terkait kesehatan mental. Kesehatan mental sangat mempengaruhi masa depan seorang. Apabila mentalnya sakit maka kehidupannya tidak berjalan dengan normal sebagaimana mestinya, banyak tekanan-tekanan serta ketakutan yang terjadi dalam dirinya. Ada beberapa faktor kecil yang mengganggu kesehatan mental seperti saling mengejek dengan berlebihan. Mengejek juga merupakan salah satu hal kecil yang dapat menimbulkan gangguan mental. Sasaran kali ini ialah untuk memberikan pengetahuan kepada siswa kelas IX tentang kesehatan mental dengan tujuan agar mereka mampu mengetahui sekaligus mampu meminimalisir terjadinya gangguan mental. Selain itu juga memberikan pemahaman mengenai bahaya apabila terjadi gangguan mental yang dianggap hal kecil biasa oleh anak-anak. Selain itu banyak sekali gangguan mental yang dianggap hal biasa jika berlebihan akan mengakibatkan gangguan mental. Meskipun awalnya biasa saja namun seiring berjalannya waktu hal yang dianggap biasa tersebut apabila terus-menerus terjadi akan berakibat fatal pada kesehatan mental.

Kata Kunci: Kesehatan mental, anak, siswa-siwi, gangguan mental, fatal

How to Cite: Fatma Sylvana Dewi Harahap¹, Fardhu Syahuri², Paruzi Almayda³, Rahmadini⁴, Dhea Ardelia Divani⁵, 2022. Title manuscript. JIBK Undiksha, 13 (1): pp. 25-30, DOI: 10.23887/jibk.v13i1.43679

Pendahuluan

Pengabdian kepada masyarakat merupakan salah satu dari Tri Dharma Perguruan Tinggi, di samping Pendidikan dan penelitian. Perguruan tinggi berkewajiban menyelenggarakan penelitian dan pengabdian kepada masyarakat disamping melaksanakan pendidikan sebagaimana diamanahkan oleh Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 20. Konsep utama dari pengabdian kepada masyarakat adalah mendekatkan perguruan tinggi dengan masyarakat dan lingkungannya sehingga akan selalu terjadi interaksi sosial dan keilmuan antara Perguruan Tinggi dan masyarakat. Berdasarkan hal tersebut, dalam program studi Bimbingan Konseling Islam Semester Tiga pada Mata Kuliah Bimbingan

Konseling Kesehatan di IAIN Syekh Abdurrahman Siddiq, telah melaksanakan kewajibannya dengan melakukan pengabdian kepada masyarakat melalui Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat.

Pada pelaksanaan Pengabdian Masyarakat ini, dilakukan di SMP Negeri 1 Jebus, Kecamatan Jebus yang mana dalam judul pengabdian masyarakat ialah “Pengaruh Kesehatan Mental dalam Prestasi Belajar Siswa SMP 1 Jebus, kecamatan Jebus”. Kesehatan mental sendiri merupakan persoalan yang mendasar di lingkungan sekolah, yang mana dalam pengabdian ini, dapat diharapkan untuk membentuk karakter anak terhadap kesehatan mental dalam prestasi belajar, agar siswa menyadari pentingnya Kesehatan terhadap prestasi belajar. Kesehatan mental merupakan kondisi dari kesejahteraan yang disadari individu, yang didalamnya terdapat kemampuan-kemampuan untuk mengelola stres kehidupan yang wajar, untuk bekerja secara produktif dan menghasilkan, serta berperan dikomunitasnya.

Metode

Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan (field research) dengan metode deskriptif kualitatif yaitu penelitian yang dimaksudkan untuk menggambarkan (mendeskripsikan) mengenai suatu masalah. Metode penelitian yang digunakan studi kasus yaitu untuk memahami pengaruh kesehatan mental dalam prestasi belajar dalam siswa SMP Negeri 1 Jebus. Siswa SMP Negeri 1 Jebus merupakan objek utama untuk mengetahui tentang pengaruh kesehatan mental dalam prestasi belajar siswa SMP Negeri 1 Jebus. Teknik pengumpulan data adalah suatu prosedur yang sistematis untuk memperoleh data yang diperlukan. Teknik pengumpulan data dalam penelitian sosial yang lazim digunakan adalah angket (*questionnaire*), wawancara observasi (*observation*), documenter (*secondary sources*), dan tes (*test*). Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi. observasi berasal dari bahasa latin yang memiliki arti melihat dan memperhatikan. Dalam dunia nyata, observasi erat berkaitan dengan objek dan fenomena baik faktor penyebab dan dampak secara luas. Orang-orang yang melakukan observasi mendapat sebutan pengamat. Pengertian observasi secara umum adalah kegiatan pengamatan pada sebuah objek secara langsung dan detail untuk mendapatkan informasi yang benar terkait objek tersebut. Pengujian yang diteliti dan diamati bertujuan untuk mengumpulkan data atau penilaian. Metode pengamatan harus dilakukan secara sistematis guna mendapatkan informasi yang akurat. Kegiatan pengamatan yang dilakukan memiliki karakteristik tersendiri yaitu objektif, faktual dan sistematis. Tak hanya dilakukan sendiri, observasi bisa melibatkan lebih banyak orang. Klasifikasi observasi terbagi menjadi beberapa jenis yaitu observasi partisipasi, observasi sistematis dan observasi eksperimental. Untuk kategori observasi eksperimental, pengamat sudah memiliki perencanaan matang jauh hari terkait penelitian sebuah objek pengamatan. Studi observasi di gunakan untuk melihat bagaimana keadaan para siswa tentang apa saja yang sesuai dengan hubungan kesehatan mental para siswa.

Hasil dan Pembahasan

Kesehatan mental merupakan salah satu kajian dalam ilmu kejiwaan yang sudah dikenal sejak abad-19, seperti di Jerman tahun 1875 M. Kesehatan mental sebagai suatu kajian ilmu jiwa walaupun dalam bentuk sederhana. Pada pertengahan. abad ke-20 kajian mengenai kesehatan mental sudah jauh berkembang dan maju dengan pesat sejalan dengan kemajuan ilmu dan teknologi modern (Ramayulis 2002). Ia merupakan suatu ilmu yang praktis dan banyak dipraktikkan dalam kehidupan manusia sehari-hari, baik dalam bentuk bimbingan dan konseling yang dilaksanakan di semua aspek kehidupan individu, misalnya dalam rumah tangga, sekolah-sekolah, lembaga-lembaga pendidikan dan dalam masyarakat. Hal ini dapat dilihat misalnya, dengan berkembangnya klinik-klinik kejiwaan dan munculnya lembaga-lembaga pendidikan kesehatan mental. Semuanya ini dapat menjadi pertanda bagi perkembangan dan kemajuan ilmu kesehatan mental (Ramayulis 2002). Dalam buku mental Hygiene, kesehatan mental berkaitan dengan beberapa hal. Pertama, bagaimana seseorang memikirkan, merasakan dan menjalani keseharian dalam kehidupan; Kedua, bagaimana seseorang memandang diri sendiri dan orang lain; dan ketiga, bagaimana seseorang mengevaluasi berbagai alternatif solusi dan bagaimana mengambil keputusan terhadap keadaan

yang dihadapi. Kesehatan mental merujuk pada kesehatan seluruh aspek perkembangan seseorang, Baik fisik maupun psikis. Kesehatan mental juga meliputi upaya-upaya dalam mengatasi stress, ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri, bagaimana berhubungan dengan orang lain, serta berkaitan dengan pengambilan keputusan. Kesehatan mental tiap individu berbeda dan mengalami dinamisasi dalam perkembangannya. Karena pada hakekatnya manusia dihadapkan pada kondisi di mana ia harus menyelesaikan dengan beragam alternatif pemecahannya.

Kesehatan mental merupakan keharmonisan dalam kehidupan yang terwujud antara fungsi-fungsi jiwa, kemampuan menghadapi problematika yang dihadapi, serta mampu merasakan kebahagiaan dan kemampuan dirinya secara positif. Selanjutnya dia menekankan bahwa kesehatan mental adalah kondisi dimana individu terhindar dari gejala-gejala gangguan jiwa dan dari gejala penyakit jiwa. Menurut H.C Witherington, permasalahan kesehatan mental menyangkut pengetahuan serta prinsip-prinsip yang terdapat lapangan psikologi, kedokteran, psikiatri, biologi, sosiologi, dan agama. Kesehatan mental adalah ilmu yang meliputi sistem tentang prinsip-prinsip, peraturan-peraturan serta prosedur-prosedur yang mempertinggi kesehatan rohani. Orang yang sehat mentalnya ya orang dalam rohani atau dalam hatinya selalu merasa tenang, aman, dan tentram. Pengertian lainnya tentang kesehatan mental yakni terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya sendiri.

Bentuk-Bentuk Gangguan Kesehatan Mental di Sekolah

Masyarakat sekolah, terutama siswa adalah salah satu kelompok masyarakat yang tidak lepas dari gangguan mental. Secara umum, gangguan yang dialami berkaitan dengan belajar dan relasi antar siswa. Bentuk-bentuk gangguan kesehatan mental yang sering dialami siswa adalah :

1. Masalah kesulitan belajar. Ketika seorang anak mengalami depresi, stress, tegang, gelisah, panik dan takut menghadapi ujian merupakan gejala psikologis yang kerap mendominasi hati dan pikiran siswa. Seorang anak yang mengalami gejala-gejala depresi akan memperlihatkan kreativitas, inisiatif dan motivasi belajar yang menurun, sehingga akan menimbulkan kesulitan belajar yang membuat prestasi belajarnya terus menurun.
2. Masalah kenakalan remaja. Anak sering melakukan tindakan yang melanggar norma yang berlaku.
3. Masalah disiplin. Anak cenderung mentang aturan dan sering mengganggu dalam lingkungan terstruktur seperti sekolah.
4. Masalah gangguan mental. Anak yang mengalami gangguan mental akan mengalami kesulitan mengontrol emosi dan tidakannya.

Pengaruh Kesehatan Mental dalam Prestasi Belajar

Prestasi belajar mempunyai hubungan yang erat dengan kesehatan mental, dengan kata lain kesehatan mental besar pengaruhnya terhadap perestasi belajar anak bila tingkat kesehatan mental anak baik, maka prestasi belajarnya baik pula, karena ia dapat mengoptimalkan fungsi-fungsi kejiwaan dan menyesuaikan diri dengan individu dan lingkungannya untuk mencapai hidup bahagia dan bermakna. Sebaliknya bila kesehatan mental anak menurun maka prestasi anak juga menurun, karena dalam diri anak tidak ada keseimbangan antara fungsi-fungsi jiwa dengan keinginan siswa yang tidak terealisasi, sehingga menyebabkan jiwannya terganggu, yang akhirnya mempengaruhi motivasi belajar anak sehingga berdampak pada prestasi yang menurun. Manusia adalah makhluk yang memiliki potensi kejiwaan. Manusia adalah yang memiliki potensi kognitif, afektif, dan psikomotorik dengan berbagai cabangnya. Manusia pulalah yang memiliki unsur akal, hati, nafsu syahwat. Nafsu amarah, roh, dan nyawa. Adanya berbagai potensi tersebut telah diteliti oleh para ahli, dan hasilnya antara lain, bahwa berbagai potensi kejiwaan manusia tersebut memiliki struktur (bangunan) yang dapat diidentifikasi secara seksama melalui sebuah penelitian dengan menggunakan berbagai metode dan pendekatan. Dengan demikian, di kalangan para ahli ilmu jiwa dikenal adanya kajian tentang struktur kejiwaan manusia.

Tim Peneliti melaksanakan kegiatan sesuai dengan yang telah disusun dalam table berikut ini

Kegiatan Penelitian	Waktu	Penanggung Jawab Pengadain
• Pembukaan oleh moderator	09.00 – 09.40	• Moderator (Fardhu Syahuri)

<ul style="list-style-type: none">• Sambutan oleh dosen pelaksana kegiatan penelitian• Sambutan Ketua Kelompok Penelitian		<ul style="list-style-type: none">• Dosen (Fatma Sylvana Dewi Harahap)• Ketua Pelaksana (Faruzi Almayda)
<ul style="list-style-type: none">• Memulai penelitian	09.40 – 10. 20	Seluruh Tim Pelaksana (Fardhu Syahuri, Faruzi Almayda, Rahmadini, Dhea Ardelia Divani)
<ul style="list-style-type: none">• Ice Breaking• Foto bersama dengan guru serta Siswa/siswi SMP Negeri 1 Jebus.	10.20 – 11.00	Dosen Pembimbing, Tim Peneliti, Guru dan Siswa/siswi SMP Negeri 1 Jebus

Tabel 1. Rundown Kegiatan Pengabdian



Gambar 1. Proses Observasi Pengabdian



Gambar 2. Pemberian Sertifikat



Gambar 3. Foto Bersama Guru dan Siswa/siswi SMP N 1 Jebus

Simpulan

Dari uraian hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai penyuluhan tentang kesehatan mental anak di SMPN 1 Jebus Kecamatan Jebus Kabupaten Bangka Barat mendapatkan respon yang antusias dari para guru-guru, petugas, khususnya para siswa/siswi SMPN 1 Jebus yang terlibat dalam kegiatan tersebut. Saat penyuluhan berlangsung seluruh siswa/siswi yang ikut berpartisipasi juga terlihat memperhatikan dengan seksama. Para penyuluh juga sangat bersemangat dalam menyampaikan ilmu yang diberikannya dengan penyuluhan tersebut.

Terlihat beberapa anak yang mengajukan tangan untuk bertanya dan juga antusias anak yang menjawab pertanyaan yang diajukan oleh penyuluh. Dr. Fatma Sylvana Dewi Harahap, MA.Kes selaku dosen pembimbing pada mata kuliah konseling kesehatan juga ikut berpartisipasi dengan kehadiran beliau mengawasi kegiatan yang berlangsung dalam ruangan kelas.

UcapanTerimakasih

Penulis mengucapkan terimakasih atas bantuan dan dukungan LP2M IAIN Syekh Abdurrahman Siddik dalam pelaksanaan kegiatan penelitian ini. Penulis juga berterima kasih kepada kepala sekolah dan guru di SMP Negeri 1 Jebus, kecamatan Jebus, kabupaten Bangka Barat. yang sudah bersedia menjadi mitra dalam kegiatan penelitian serta berterimah kasih atas dukungan, tempat, dan fasilitas sekolah untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian ini. Penulis juga berterima kasih kepada siswa-siswi SMP Negeri 1 Jebus, yang menjadi peserta dalam kegiatan ini serta atas ketersediaannya untuk mengikuti kegiatan pengabdian ini. Selain itu, penulis berterima kasih kepada Ibu Dr. Fatma Sylvana Dewi Harahap, MA.Kes. selaku dosen pengampu mata kuliah Bimbingan Konseling Kesehatan, yang telah memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk melakukan pengabdian kepada siswa.

Refrensi/ References

Fakhriyani,Diayana Vidya. Kesehatan Mental. Jawa Timur: Duta Media Publishing.

Dede Rahmat Hidayat dan Herdi. 2014. Bimbingan Konseling Kesehatan di Sekolah Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Sardirman. Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Syamsu Yusuf. 2018. Kesehatan Mental Perspektif Psikologis dan Agama. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Daradjat. Zakiah, Dr. 1985. Peranan Agama dalam Kesehatan Mental. Jakarta: PT. Toko Gunung Agung.

Semiun. Yustinus. 2006. Kesehatan Mental. Yogyakarta: Kansius.

Article Information (Supplementary)

Conflict of Interest Disclosures:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.

Copyrights Holder: <authors><year>

First Publication Right: JIBK Undiksha

<https://10.23887/jibk.v13i1.43679>

Open Access Article | CC-BY Creative Commons Attribution 4.0 International License.



Word Count: