

Kontribusi Minat Mengikuti Layanan Bimbingan Dan Konseling Terhadap Kesehatan Mental Siswa Kelas VII SMP Negeri 10 Surakarta (Eny Kusumawati)

KONTRIBUSI MINAT MENGIKUTI LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING TERHADAP KESEHATAN MENTAL SISWA KELAS VIISMP NEGERI 10 SURAKARTA

Eny Kusumawati

Universitas Tunas Pembangunan Surakarta

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) kondisi kesehatan mental siswa kelas VII SMP Negeri 10 Surakarta, (2) minat siswa mengikuti layanan BK, dan (3) kontribusi minat siswa mengikuti layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah terhadap kesehatan mentalnya

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 10 Surakarta. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah random sampling. Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah angket dan wawancara. Analisis data untuk hipotesis pertama dan hipotesis kedua menggunakan uji t satu sampel, uji satu pihak dengan uji pihak kiri, sedangkan untuk hipotesis ketiga menggunakan teknik analisis regresi sederhana dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS versi 17.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) kesehatan mental siswa kelas VII SMP Negeri 10 Surakarta tergolong kategori mental sehat, (2) minat mengikuti layanan BK anak tergolong kategori minat tinggi, dan (3) minat mengikuti layanan bimbingan dan konseling berkontribusi terhadap kesehatan mental siswa sebesar 32,7%.

Kata kunci: Minat Mengikuti Layanan Bimbingan dan Konseling, Kesehatan Mental.

Kontribusi Minat Mengikuti Layanan Bimbingan Dan Konseling Terhadap Kesehatan Mental Siswa Kelas VII SMP Negeri 10 Surakarta (Eny Kusumawati)

PENDAHULUAN

Masa Remaja merupakan masa peralihan dari masa ketergantungan dan perlindungan orang dewasa pada ketergantungan terhadap diri sendiri dan penentuan diri sendiri. Beberapa individu dalam masa remaja mengalami beberapa perubahan dari segi biologis dan segi psikologis. Remaja yang mengalami perubahan biologis secara langsung akan memberikan dampak pada segi psikologis remaja tersebut. Sejalan dengan perubahan biologis yang mendasar tampaklah beberapa perubahan psikologis, misalnya anak makin tidak tergantung pada ikatan keluarga, perhatian terhadap hubungan heteroseksual meningkat, perasaan frustrasi pada ambang kematangan, pematangan minat dan ambisi yang berhubungan dengan pekerjaan.

Kesehatan mental dimaknai sebagai kesehatan mental atau jiwa yang dinamis bukan statis karena menunjukkan usaha peningkatan (Notosoedirjo & Latipun, 2001: 21). Lingkungan utama yang sangat berpengaruh dalam kesehatan mental adalah lingkungan keluarga. Kesehatan mental di lingkungan sekolah ditunjukkan dengan penyesuaian yang baik terhadap lingkungan tata tertib berupa mentaati tata tertib, menjalin interaksi dengan teman sebaya, berperilaku santun, dan mengetahui kemampuan sendiri. Remaja yang mampu mengetahui kemampuannya akan memiliki kesadaran tentang minat dan bakat yang dimilikinya sehingga mambantu mengembangkan karir kedepannya. Remaja sekarang perlu dipersiapkan secara khusus untuk kehidupannya setelah dewasa. Remaja harus memperoleh cukup pengetahuan dan keterangan mengenai peranan mereka, hak dan kewajiban dalam lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat.

Keberadaan layanan Bimbingan dan Konseling yang berlangsung sejak lama dengan materi yang memadai, seharusnya dapat membantu siswa memiliki mental yang sehat. Akan tetapi pada kenyataannya dilapangan masih ada siswa yang menunjukkan perilaku yang tidak sehat. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK SMP N 10 Surakarta diperoleh informasi yaitu terdapat beberapa peserta didik yang tidak sehat mentalnya dengan menunjukkan beberapa perilaku antara sering

Kontribusi Minat Mengikuti Layanan Bimbingan Dan Konseling Terhadap Kesehatan Mental Siswa Kelas VII SMP Negeri 10 Surakarta (Eny Kusumawati)

murung, pelanggaran tata tertib, pembentukan gang, cemas saat akan diadakan ujian, stres, dan mudah tersinggung.

Hal tersebut menunjukkan adanya suatu kesenjangan antara yang seharusnya dengan kenyataannya. Berdasarkan kesenjangan itulah maka dilakukan penelitian dengan judul "KONTRIBUSI MINAT MENGIKUTI LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSENG TERHADAP KESEHATAN MENTAL SISWA KELAS VII SMP NEGERI 10 SURAKARTA"

KAJIAN PUSTAKA

1. Kesehatan Mental

Kesehatan mental sangat erat hubungannya dengan kemampuan individu dalam menyesuaikan diri. Scott (dalam Yustinus Semiun 1961:48) mengemukakan sebagai berikut "*the mental health is the key to adjust*". Mental yang sehat adalah kunci untuk penyesuaian diri individu. Hal ini diperkuat dengan pendapat Bustos (1999:243) mengemukakan bahwa "*Mentals health refers to individual's state of adjustment to himself and satisfaction*". Kesehatan mental merupakan kemampuan seseorang untuk menyesuaikan diri dengan dirinya sendiri dengan penuh kepuasan.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli diatas kesehatan mental adalah keadaan mental seseorang dalam rentangan dari yang tidak sehat sampai sehat yang terkait dengan keberfungsian untuk mencapai kebahagiaan dalam hidup.

2. Minat Mengikuti Layanan Bimbingan dan Konseling

Minat suatu bagian yang terpenting dalam individu yang berkaitan dengan keinginan yang dimiliki individu. Hal ini diperkuat dengan pendapat Sumadi Suryabrata, (1988:109) yang menyatakan bahwa minat adalah kecenderungan dalam diri individu untuk tertarik pada sesuatu objek atau menyenangi sesuatu objek. Senada dengan Sumadi Suryabrata, Hardjana (dalam Loekmono 1994:26) minat merupakan kecenderungan hati yang tinggi terhadap sesuatu yang timbul karena kebutuhan yang dirasa atau tidak dirasakan atau keinginan hal tertentu.

Kontribusi Minat Mengikuti Layanan Bimbingan Dan Konseling Terhadap Kesehatan Mental Siswa Kelas VII SMP Negeri 10 Surakarta (Eny Kusumawati)

Dari beberapa pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa minat merupakan keinginan yang tinggi yang dimiliki oleh individu untuk tertarik pada suatu objek berupa layanan Bimbingan dan Konseling yang mendorong individu untuk berbuat sesuatu sesuai dengan kebutuhan yang dirasa atau tidak dirasakannya supaya individu dapat mencapai sesuatu dan terciptanya fungsi jiwa.

3. Sumbangan Minat Mengikuti Layanan Bimbingan dan Konseling terhadap Kesehatan Mental

Kondisi Fisik dan kondisi mental merupakan satu kesatuan yang terdapat pada individu. Kesehatan mental merupakan bagian dari individu dan paling penting bagi kelangsungan hidup individu. Kesehatan mental berkaitan bagaimana cara individu menjalani kehidupannya. Menurut Slamet Widodo (1989:72) "Minat mengikuti layanan Bimbingan dan Konseling menimbulkan daya tarik yang ada atau tidak ada pengalaman yang menyenangkan dengan hal-hal tersebut". Hal ini berarti individu yang memiliki minat mengikuti layanan Bimbingan dan Konseling yang tinggi akan memiliki mental yang sehat sebaliknya individu yang memiliki minat mengikuti layanan Bimbingan dan Konseling yang rendah akan memiliki gangguan mental.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pengujian Hipotesis

a. Hipotesis Pertama

Rumusan hipotesis pertama pada penelitian ini adalah "kesehatan mental siswa kelas VII SMP N 10 Surakarta berada dalam kondisi mental yang sehat". Hipotesis tersebut dibantu dengan *SPSS for Windows versi 17* yang diuji dengan One Tail t-Test berupa data interval yang kemudian dilanjutkan dengan uji satu pihak, khususnya uji pihak kiri. Pengambilan keputusan berdasarkan perbandingan nilai probabilitas (sig.), yaitu jika probabilitas $> 0,05$, maka hipotesis diterima dan jika

Kontribusi Minat Mengikuti Layanan Bimbingan Dan Konseling Terhadap Kesehatan Mental Siswa Kelas VII SMP Negeri 10 Surakarta (Eny Kusumawati)

probabilitas $< 0,05$ maka hipotesis ditolak (Sujarweni 2014 41-43).. Hasil uji hipotesis dapat dilihat pada table berikut ini:

Tabel Uji One Tail t-Test Kesehatan Mental

| <i>T</i> | <i>df</i> | <i>Sig. (2-tailed)</i> | <i>Mean Difference</i> | <i>95% Confidence Interval of the Difference</i> | |
|----------|-----------|------------------------|------------------------|--|--------------|
| | | | | <i>Lower</i> | <i>Upper</i> |
| -34.527 | 155 | 0.000 | -24.677 | 23.27 | 26.27 |

Berdasarkan Uji One Tail t-Test diperoleh t_{hitung} sebesar 34.527 dengan signifikansi 0,000. Pada penelitian t_{tabel} yang diperoleh dari df 155 yaitu 1.654 dengan p -value (sig) lebih kecil dari 0,05 yakni $0.000 < 0.05$. Hipotesis diterima apabila $t_{hitung} > t_{tabel}$ dan ditolak apabila $t_{hitung} < t_{tabel}$. Hasil dari analisis statistik diatas menunjukkan bahwa $t_{hitung} > t_{tabel}$, sehingga $34.527 > 1.654$ yang berarti signifikansi. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis pertama yang berbunyi kesehatan mental siswa kelas VII SMP N 10 Surakarta kategori tinggi, diterima kebenarannya. Hal ini dikarenakan hasil analisis data kesehatan mental siswa diperoleh rata-rata skor pada interval 65-92, sehingga menunjukkan kesehatan mental dalam kategori tinggi.

b. Hipotesis Kedua

Hipotesis kedua dalam penelitian ini berbunyi ” Minat mengikuti Layanan BK siswa tersebut tergolong tinggi”. Teknik yang digunakan dalam menguji kedua hipotesis ini adalah *One sample test* berupa data interval yang kemudian dilanjutkan dengan uji satu pihak, khususnya uji pihak kiri. Pengambilan keputusan berdasarkan perbandingan nilai probabilitas (sig.) yaitu jika probabilitas $> 0,05$. Maka Hipotesis diterima dan jika probabilitas $< 0,05$ maka Hipotesis ditolak. Pengujian *t-test* satu

Kontribusi Minat Mengikuti Layanan Bimbingan Dan Konseling Terhadap Kesehatan Mental Siswa Kelas VII SMP Negeri 10 Surakarta (Eny Kusumawati)

sampel pada hipotesis pertama dan kedua menggunakan bantuan aplikasi SPSS versi 17 dan diperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel Uji One Tail t-Test Minat Mengikuti Layanan BK

| T | df | Sig. (2-tailed) | Mean Difference | 95% Confidence Interval of the Difference | |
|---------|-----|-----------------|-----------------|---|--------|
| | | | | Lower | Upper |
| -30.319 | 155 | 0.000 | -20.013 | -21.32 | -18.71 |

Berdasarkan Uji One Tail t-Test diperoleh t_{hitung} sebesar 30.319 dengan signifikansi 0,000. Pada penelitian t_{tabel} yang diperoleh dari df 155 yaitu 1.654 dengan p-value (sig) lebih kecil dari 0,05 yakni $0.000 < 0.05$. Hipotesis diterima apabila $t_{hitung} > t_{tabel}$ dan ditolak apabila $t_{hitung} < t_{tabel}$. Hasil dari analisis statistik diatas menunjukkan bahwa $t_{hitung} > t_{tabel}$, sehingga $30.319 > 1.654$ yang berarti signifikansi. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis pertama yang berbunyi minat mengikuti layanan BK siswa kelas VII SMP Negeri 10 Surakarta kategori tinggi, diterima kebenarannya. Hal ini dikarenakan hasil analisis data kesehatan mental siswa diperoleh rata-rata skor pada interval 60-82, sehingga menunjukkan kesehatan mental dalam kategori tinggi.

c. Hipotesis Ketiga

Hipotesis Ketiga berbunyi ” Minat mengikuti layanan BK berkontribusi terhadap Kesehatan mental”. Pengujian hipotesis tersebut menggunakan teknik analisis regresi sederhana. Berdasarkan koefisien korelasi sederhana antara minat mengikuti layanan BK (X) dengan kesehatan mental (Y), dengan taraf signifikansi 5%

Kontribusi Minat Mengikuti Layanan Bimbingan Dan Konseling Terhadap Kesehatan Mental Siswa Kelas VII SMP Negeri 10 Surakarta (Eny Kusumawati)

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dalam penelitian ini, maka dapat ditarik simpulan bahwa (1) kesehatan mental siswa kelas VII SMP Negeri 10 Surakarta berada dalam kondisi sehat mental, (2) minat mengikuti layanan Bimbingan dan Konseling tergolong dalam kategori tinggi, dan (3) minat mengikuti layanan Bimbingan dan Konseling berkontribusi terhadap kesehatan mental siswa sebesar 32,7%.

DAFTAR PUSTAKA

- Heri Purwanto. (1998). *Pengantar Perilaku Manusia*. Jakarta: EGC
- Hidayat, Rahmat dan Herdi. (2013). *Bimbingan Konseling Kesehatan Mental di Sekolah*. Bandung: PT. Rosdakarya Offset
- Kartini Kartono. (1989). *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam*. Bandung: Mandar Maju
- Loekmono. (1994). *Belajar Bagaimana Belajare*. Jakarta: BPK Gunung Mulia
- Moeljono dan Latipun Notoedirdjo. (1999). *Kesehatan Mental Konsep dan Penerapan*. Malang: UMM Press
- Muri Yusuf. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan*. Jakarta: Prenadamedia Group
- Prayitno. (2008). *Dasar - dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Singgih Gunarsa D. (1988). *Psikologi untuk membimbing*. Jakarta. Gunung Mulia
- Slameto. (1995). *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta
- Soeharto dan Sutarno. (2009). *Bimbingan dan Konseling*. Surakarta: Inti Media Surakarta
- Subandi. (2013). *Psikologi Agama dan Kesehatan Mental*. Yogyakarta: PUSTAKA PELAJAR

Kontribusi Minat Mengikuti Layanan Bimbingan Dan Konseling Terhadap Kesehatan Mental Siswa Kelas VII SMP Negeri 10 Surakarta (Eny Kusumawati)

Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta Bandung

Syamsu Yusuf.(2004). *Mental Hyginie Pengembangan Kesehatan Mental dalam KajianPsikologi dan Agama*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy

Yustinus Semiun . (2006 a). *Kesehatan Mental 1*. Yogyakarta: Kansius

Yustinus Semiun . (2006 b). *Kesehatan Mental 2*. Yogyakarta: Kansius

Yustinus Semiun. (2006 c). *Kesehatan Mental 3*. Surakarta:Lembaga Pengembangan Pendidikan (LPP) UNS dan UPT Penerbitan dan Percetakan UNS(UNS Press)

Yusak Burhanuddin. (1999). *Kesehatan Mental*. Bandung: CV. Pustaka Setia

Zakiah Daradjat. (2001). *Kesehatan Mental*. Jakarta: Gunung Agung