

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Devinisi Hasil Belajar

1. Pengertian Hasil Belajar

Belajar secara etimologi adalah “berusaha memperoleh kepandaian atau ilmu”.¹ Secara terminologi seperti pendapat Syah mengemukakan bahwa “belajar adalah kegiatan yang berproses dan merupakan unsur yang sangat fundamental dalam setiap penyelenggaraan, jenis dan jenjang pendidikan”.² Sedangkan menurut Witherington yang dikutip oleh Ngalm Purwanto, bahwa “belajar adalah di dalam kepribadian yang menyatakan diri sebagai suatu pola baru daripada reaksi yang berupa kecakapan, sikap, kebiasaan, kepandaian atau pengertian”.³ Sedangkan menurut James O Whittaker, sebagaimana yang dikutip Wasty Soemanto mengatakan “belajar adalah proses dimana tingkah laku ditimbulkan atau diubah melalui latihan atau pengalaman”.⁴ Dengan demikian belajar pada dasarnya merupakan proses perubahan tingkah laku. Menurut Witherington, sebagaimana dikutip Nana Sudjana meliputi perubahan keterampilan, kebiasaan, sikap, pengetahuan, pemahaman dan apresiasi. Sedangkan yang dimaksud dengan pengalaman dalam proses belajar adalah suatu interaksi antara individu dengan lingkungannya.⁵

1Depdikbud, *Kamus Besar...*,hal.13

2MuhibbinSyah, *Psikologi Pendidikan Dengan Pendekatan Baru*,(Bandung: Remaja Rosydakarya, 2002). hal. 89

3

4WastySoemanto, *Psikologi Pendidikan*,(Jakarta: PT RinekaCipta, 1990). hal. 99

5 Nana Sudjana, *Cara Belajar Siswa Aktif* ,(Bandung: SinarBaru Algesindo,1996). hal. 6

Sedangkan belajar menurut Slameto adalah “proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai pengalamannya sendiri dalam berinteraksi dengan lingkungannya”.⁶ Sedangkan menurut Sadiman “belajar adalah proses yang kompleks yang terjadi pada semua orang yang berlangsung selama seumur hidup sejak masih bayi hingga keliang lahat nanti”.⁷

Dengan demikian, bertolak dari pendapat para ahli tentang pengertian belajar, dapat disimpulkan bahwa belajar adalah suatu proses perubahan yang menyangkut dalam pengetahuan, pemahaman, keterampilan dan sikap serta tingkah laku, yang terjadi pada diri seseorang melalui proses latihan dan perubahan ini akan mempengaruhi kehidupannya.

Selanjutnya setelah diketahui definisi dari prestasi dan belajar, maka dapat memberikan definisi dari prestasi belajar. Prestasi belajar adalah hasil yang diperoleh berupa kesan-kesan yang mengakibatkan perubahan pada diri individu sebagai hasil dari aktifitas belajarnya. Hal ini senada dengan pendapat tirtonegoro yang mengatakan bahwa “hasil belajar adalah penilaian hasil usaha kegiatan belajar yang dinyatakan dalam bentuk simbol, angka, huruf maupun kalimat yang dapat mencerminkan hasil yang sudah dicapai oleh siswa dalam periode tertentu”.⁸

Dengan demikian hasil belajar adalah perubahan tingkah atau pengetahuan yang diperoleh atau keterampilan yang dikembangkan pada mata pelajaran di sekolah yang biasanya mengadakan evaluasi untuk mendapatkan nilai tes yang kemudian didokumentasikan ke dalam sebuah buku yang disebut rapor.

2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Hasil Belajar

⁶Slameto, *Belajar dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi*,(Jakarta: RinekaCipta, 2003), hal. 2

⁷Arief S Sadiman, *Media Pendidikan*,(Jakarta, PT. Raja GrafindoPersada, 1996), hal. 27

⁸Sutratinah Tirtonegoro, *Anak Super normal dan Program Pendidikannya*,(Jakarta: BinaAksara, 1984). hal 43

Proses belajar merupakan langkah-langkah yang ditempuh dalam kegiatan belajar mengajar, sehingga dapat mencapai tujuan yang diharapkan oleh tujuan pendidikan. Sedangkan hasil belajar merupakan alat ukur dalam menentukan berhasil tidaknya suatu prestasi yang ingin dicapai. Dengan demikian faktor-faktor yang dapat mempengaruhi hasil belajar siswa sangat kompleks, sebagaimana menurut pendapat Usman dan setiwati bahwa “yang mempengaruhi hasil belajar seorang siswa pada dasarnya ada dua yakni faktor intern atau faktor yang berasal dari dalam diri individu dan faktor ekstern atau faktor dari luar diri individu”.⁹ Kedua faktor tersebut akan dipilah lagi sesuai dengan keberadaannya sebagai berikut:

a. Faktor intern

Faktor ini meliputi jasmani, psikologi, dan kelelahan yang dialami siswa ketika belajar dan berpengaruh terhadap hasil belajarnya.

1) Faktor jasmani (fisiologis)

Faktor ini meliputi sesuatu yang berhubungan dengan keadaan jasmani atau fisik seseorang, menurut pendapat Shalahuddin bahwa: “Faktor jasmani itu misalnya tentang fungsi- fungsi organ, susunan dan bagian-bagian yang berbeda dalam organisme kehidupan”.¹⁰

2) Faktor psikologis

Yaitu faktor yang bersifat bawaan ataupun yang diperoleh, menurut Anisatul Mufarokah faktor ini terdiri atas:

- a. faktor intelektual, yang meliputi kecerdasan, bakat dan prestasi yang dimiliki.
- b. faktor non intelektual, yang meliputi unsur-unsur kepribadian tertentu yaitu;

sikap, kebiasaan, minat, motivasi, emosi dan penyesuaian diri.¹¹

3) Faktor kelelahan

9 M. Uzer Usman, Lilis Setiawati, *Upaya Optimalisasi Belajar Mengajar*, Bandung: Remaja Rodakarya, 1993. hal 10

10 Mahfudz Shalahuddin, *Pengantar Psikologi Pendidikan*, Surabaya: Binallmu, 1990. hal. 53

11 Anisatul Mufarokah, *Strategi Belajar...*, hal 31

Faktor ini disebabkan karena lelah yang dialami anak dalam belajar karena kurang seimbangnya waktu belajar, bermain, bekerja ataupun istirahat sehingga konsentrasi anak menjadi kurang. Faktor ini berhubungan dengan kelelahan fisik dan kelelahan psikis. Adapun gejala-gejala yang menunjukkan kelelahan, Soerjahardjo berpendapat bahwa :

Berfikir lekas jemu, tidak dapat atau sukar memusatkan fikiran, berfikir menjadi lambat, lekas lupa, lekas marah, kurang dapat menguasai diri, nafsu makan berkurang, sukar tidur, kepala terasa pusing dan lain sebagainya.¹²

¹²Sadatoen Soerjahardjo, *Ilmu kesehatan*, (Bandung: PT. LubukAgung, 1986). hal 32

b. Faktor ekstern

Faktor ini menurut Dalyono dalam bukunya psikologi belajar,¹³ meliputi keadaan sosial anak itu tinggal seperti keadaan keluarganya, lingkungan sekolahnya dan lingkungan masyarakat sekitarnya, adapun penjelasannya sebagai berikut:

1) Faktor keluarga

Faktor ini sangat luas maka dapat dibagi dalam beberapa aspek diantaranya:

- a.) Pendidikan keluarga, yaitu bagaimana cara orang tua mendidik anaknya juga hubungan dan interaksi orang tua terhadap anaknya jika hal ini berjalan dengan baik maka dapat meningkatkan prestasi belajar anak, namun jika orang tua mendidik anaknya kurang baik maka prestasi belajar anak juga kurang baik. Karena anak dalam belajar sangat membutuhkan bimbingan orang tua agar sikap dewasa anak dan tanggung jawabnya tumbuh pada dirinya.
- b.) Suasana rumah juga turut mempengaruhi proses belajar siswa, sebab suasana rumah yang ramai, selalu tegang, sering bertengkar dan sebagainya yang sangat mengganggu belajar anak sehingga anak kurang bisa konsentrasi dan akhirnya berpengaruh terhadap prestasi belajarnya. Untuk itu, hendaknya suasana rumah dibuat menyenangkan, tentram, damai, harmonis, agar anak dapat belajar dengan nyaman di rumah.
- c.) Keadaan ekonomi keluarga yang kurang baik, maka kebutuhan dan perlengkapan belajar kurang terpenuhi dan tempat belajarnya kurang baik bahkan tidak ada karena kurangnya biaya yang disediakan orang tua, maka anak tidak akan belajar dengan baik. Sebaliknya anak yang ekonomi keluarganya kaya, biasanya anak tersebut dimanja sehingga anaknya

13 M. Dalyono, *Psikologi Pendidikan*, (Jakarta: RinekaCipta, 2007). hal 238-247

hanya bersenang-senang dan kurang memusatkan perhatiannya pada kegiatan belajar karena anak sering tergoda dengan menonton televisi atau bermain karena ia merasa mempunyai uang dan waktu yang cukup untuk melakukan hal ini. Sehingga hal ini juga berpengaruh terhadap proses belajar anak.

2) Faktor sekolah

Faktor ini berasal dari proses anak belajar di sekolah, faktor ini banyak macamnya diantaranya:

- a.) Cara penyajian pelajaran yang kurang baik, seperti cara atau metode guru mengajar kurang menguasainya demikian materi yang diajarkannya. Media pengajarannya yang guru kurang menguasai bahkan tidak membawanya.
- b.) Hubungan antara guru dengan murid yang kurang baik, seperti jika murid kurang berminat atau benci terhadap gurunya maka akan berpengaruh terhadap belajarnya.
- c.) Hubungan antara siswa dan temannya yang kurang baik juga dapat menimbulkan perasaan malas masuk sekolah, perasaan rendah diri dan sebagainya ini menyebabkan anak kurang berminat dalam belajar.
- d.) Standart pelajaran tidak sesuai dengan ukuran moral kemampuan anak, maksudnya kalau pengajaran yang diberikan guru ada diatas kemampuan anak pada umumnya, maka hanya anak-anak yang pandai sajalah yang berhasil, ini merupakan hambatan bagi belajar anak yang kurang pandai.
- e.) Alat-alat pelajaran di sekolah kurang lengkap, maka pengajaran di sekolah kurang berjalan dengan baik karena siswa kurang bisa menerima pelajaran secara jelas. Sehingga proses belajar siswa terhambat.

- f.) Kurikulum yang kurang sesuai dengan kebutuhan siswa dalam proses belajarnya sehingga menyebabkan kesulitan belajar yang nantinya berpengaruh terhadap prestasi belajar siswa.
 - g.) Waktu sekolah yang kurang efektif juga dapat menyebabkan hambatan siswa dalam belajar, misalnya sekolah yang dibuka pada jam 2 siang, maka anak akan merasa mengantuk, malas dan kurang bersemangat dalam mengikuti pelajaran.
 - h.) Keadaan gedung sekolah yang kurang baik seperti gedung yang kurang memenuhi syarat juga akan menghambat proses belajar siswa, misalnya ruang kelas yang kotor, tempat sekeliling sekolah yang ramai, kurangnya ventilasi dan sebagainya.
 - i.) Pelaksanaan disiplin yang kurang baik seperti anak yang datang terlambat dibiarkan saja, yang kurang rajin dibiarkan saja. Hal yang demikian ini akan mempunyai pengaruh kurang baik terhadap proses belajar siswa di sekolah.
- 3.) Faktor masyarakat

Faktor lingkungan masyarakat yang turut mempengaruhi belajar anak diantaranya :

- a) Teman bergaul anak yang kurang baik dapat membawa akibat anak berperilaku kurang baik pula.
- b) Aktifitas dalam masyarakat seperti terlalu banyak tugas atau kegiatan anak dalam organisasi dapat menyebabkan anak terganggu belajarnya.
- c) Corak kehidupan masyarakat, seperti lingkungan tetangga yang suka berbuat kurang baik semisal masyarakat yang suka mencuri, berjudi, minum-minuman keras, menganggur, tidak mau belajar dan sebagainya karena kurangnya pendidikan keagamaan dan pendidikan sekolah yang dialami masyarakat tersebut juga berpengaruh terhadap proses belajar anak di lingkungan sekitarnya. Sebaliknya jika tetangga terdiri dari pelajar, mahasiswa,

dokter, insinyur, dosen dan sebagainya, hal ini akan mendorong semangat belajar anak.

- d). Perkembangan media massa seperti siaran televisi, radio, bioskop, majalah dan sebagainya. Maka apabila orang tua tidak hati-hati dalam mengawasi perkembangan keseharian anak, maka pengaruh yang negatif akan dominan dibanding pengaruh yang positif yang ditimbulkan oleh media-media yang berkembang tersebut. Maka dalam lingkungan yang modern peran masyarakat sangat penting dalam menentukan keberhasilan anak dalam belajar.

Jadi keberhasilan belajar anak juga ditentukan oleh faktor-faktor dari dalam diri ataupun dari luar dirinya. Jadi dalam hal ini kondisi anak baik secara fisik maupun psikis yang baik serta didukung dengan lingkungan yang baik pula. Maka anak akan lebih bisa mendapatkan hasil belajar yang baik pula dan sesuai dengan yang dicita-citakannya.

3. Pengertian Hasil Belajar Pendidikan Agama Islam

Pendidikan agama Islam adalah “pendidikan yang dilaksanakan berdasarkan kitab suci Al-Quran, sunnah nabi, pendapat para ulama serta warisan sejarah perkembangan Islam”.¹⁴ Dengan demikian, perbedaan pendidikan Islam dengan pendidikan lainnya, ditentukan oleh adanya dasar ajaran Islam tersebut. Jika pendidikan lainnya didasarkan pada pemikiran rasional yang sekuler dan impristik semata, maka pendidikan agama Islam selain menggunakan pertimbangan rasional dan data empiris juga berdasarkan pada Al-Quran, sunnah Nabi, pendapat para ulama dan sejarah perkembangan Islam tersebut.

Seorang siswa dapat dikatakan berprestasi pada pendidikan agama Islam jika siswa tersebut mampu memenuhi visi maupun misi dari pendidikan agama Islam.

Adapun visi pendidikan islam sesungguhnya melekat pada visi ajaran Islam itu sendiri

¹⁴Abuddin Nata, *Filsafat Pendidikan Islam*, (Jakarta: Gaya Media Pratama, 2005). hal 29

yang berkaitan dengan visi kerasulan nabi Adam as hingga kerasulan nabi Muhammad saw. Yaitu, membangun sebuah kehidupan manusia yang patuh dan tunduk kepada Allah swt serta membawa rahmat bagi seluruh alam.

Menurut Abuddin Nata menjelaskan bahwa:

Kata patuh ini memiliki arti yang amat luas, yaitu melaksanakan segala perintah Allah swt dalam segala aspek kehidupan seperti dalam bidang: ekonomi, sosial, politik, budaya, ilmu pengetahuan serta bidang lain yang didasarkan pada nilai-nilai kepatuhan dan ketundukan kepada Allah swt, yaitu mencakup segi nilai keimanan, ketakwaan, kejujuran, keadilan, kemanusiaan, kesetaraan, kebersamaan, toleransi, tolong menolong, kerja keras dan lain sebagainya. Sedangkan kata rahmat dapat berarti kedamaian, kesejahteraan, keharmonisan, kenikmatan, keberuntungan, kasih sayang, kemakmuran dan lain sebagainya.¹⁵

Jadi visi pendidikan Islam yang dilaksanakan harus diarahkan untuk mewujudkan sebuah tata kehidupan yang mencerminkan nilai - nilai tersebut.

Sedangkan misi pendidikan Islam menurut Abuddin Nata menjelaskan bahwa:

Misi pendidikan Islam yang harus dicapai oleh seorang pelajar muslim agar dirinya dikatakan berprestasi, jika siswa tersebut mampu mewujudkan dirinya sebagai manusia yang sehat jasmani, rohani, mental, akal pikiran serta memiliki ilmu pengetahuan, keterampilan hidup (*skill life*) dan akhlak yang mulia yang memungkinkan dirinya dapat memanfaatkan berbagai peluang yang diberikan Allah swt kepadanya, termasuk pula mengelola alam yang ada di daratan, lautan bahkan di ruang angkasa. Yang kesemuanya ini merupakan misi pendidikan Islam.¹⁶

Hal ini dijelaskan oleh Allah swt dalam firman Nya surat Al- Isra ayat 70

وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي
الْأُفُقِ وَالْبَحْرِ وَالْجِبَالِ وَأَلْبَسْنَاهُمْ
أَلْبَسًا بَدِيعًا كَثِيرًا مِمَّا خَلَقْنَا تَقْضِيلًا

Artinya: “Dan Sesungguhnya telah Kami muliakan anak-anak Adam, Kami angkut mereka di daratan dan di lautan, Kami beri mereka rezki dari yang baik-baik dan Kami lebihkan mereka dengan kelebihan yang sempurna atas kebanyakan makhluk yang telah Kami ciptakan”¹⁷

Visi dan misi pendidikan Islam ini termaktup dalam mutu pendidikan Islam itu sendiri.

Berbicara tentang mutu pendidikan Islam dan pencapaian prestasi anak didiknya tidak

¹⁵*Ibid*,hal 30-31

¹⁶*Ibid*,hal 37

¹⁷Departemen Agama RI, (Jakarta: Proyek Pengadaan Kitab Suci Al-Quran, 1983). hal.435

dapat begitu saja diukur lewat tabel-tabel statistik. Mutu dan keberhasilan pendidikan Islam harus diukur dengan totalitas anak didik sebagai pribadi. Prilaku dan kesalehan yang ditampilkan dalam kesehariannya lebih penting dibandingkan dengan pencapaian nilai (angka) 9 atau A.

Dalam hal ini, Ngainun Naim dan Achmad Sauqi berpendapat bahwa mutu pencapaian pendidikan agama Islam perlu diorientasikan kepada :

- a. Tercapainya sasaran kualitas pribadi baik sebagai muslim maupun sebagai manusia Indonesia yang ciri-cirinya dijadikan sebagai tujuan pendidikan nasional;
- b. Integrasi pendidikan agama Islam dengan keseluruhan proses maupun institusi pendidikan yang lain;
- c. Tercapainya internalisasi nilai-nilai dan norma-norma keagamaan yang fungsional secara moral untuk mengembangkan keseluruhan sistem sosial budaya;
- d. Penyadaran pribadi akan tuntutan hari depannya dan transformasi sosial budaya yang terus berlangsung;
- e. Pembentukan wawasan ijtihadiyah atau intelektual disamping penyerapan ajaran secara aktif.¹⁸

B. Ciri-Ciri Hasil Belajar

Adapun ciri-ciri hasil belajar menurut para ahli adalah sebagai berikut:

1. Hasil belajar memiliki kapasitas berupa pengetahuan,kebiasaan, keterampilan sikap dan cita-cita
2. Memiliki dampak pengajaran dan pengiring
3. Adanya perubahan mental, tingkah laku dan jasmani¹⁹

Perubahan tingkah laku sebagai hasil belajar mempunyai ciri- ciri sebagai berikut :

1. Perubahan yang disadari, artinya individu yang melakukan proses pembelajaran menyadari bahwa pengetahuam, keterampilannya telah bertambah, lebih percaya diri, dan sebagainya.

¹⁸NgainunNaim, Achmad Sauqi, *Pendidikan Multi kultural: Konsepdan Aplikasi*,(yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2008). hal 210-211

¹⁹ M. Uzer Usman, Lilis Setiawati, *Upaya Optimalisasi BelajarMengajar*, (Bandung: RemajaRodakarya, 1993). hal 25

2. Perubahan yang bersifat kontinu (berkesinambungan), artinya suatu perubahan yang telah terjadi menyebabkan terjadinya perubahan tingkah laku yang lain, misalnya seorang anak yang telah belajar membaca, ia akan berubah tingkah lakunya dari tidak bisa membaca menjadi bisa membaca dan kecakapannya dalam membaca menyebabkan ia dapat membaca lebih baik lagi dan belajar yang lain sehingga ia dapat memperoleh perubahan tingkah laku hasil pembelajaran yang lebih banyak dan luas.
3. Perubahan yang bersifat fungsional, artinya perubahan yang telah diperoleh sebagai hasil pembelajaran memberikan manfaat bagi individu yang bersangkutan, misalnya kecakapan dalam berbahasa Inggris memberikan manfaat untuk belajar hal-hal yang lebih luas.
4. Perubahan yang bersifat positif, artinya terjadi adanya pertambahan perubahan dalam individu. Perubahan yang diperoleh itu senantiasa bertambah sehingga berbeda dengan keadaan sebelumnya. Orang yang telah belajar akan merasakan ada sesuatu yang lebih banyak, sesuatu yang lebih baik, sesuatu yang lebih luas dalam dirinya.
5. Perubahan yang bersifat aktif, artinya perubahan itu tidak terjadi dengan sendirinya, akan tetapi melalui aktivitas individu. Perubahan yang terjadi karena kematangan, bukan hasil pembelajaran karena terjadi dengan sendirinya sesuai dengan tahapan-tahapan perkembangannya. Misalnya jika seorang anak sudah sampai pada usia tertentu akan dengan sendirinya dapat berjalan meskipun belum belajar.
6. Perubahan yang bersifat permanen (menetap), artinya perubahan yang terjadi sebagai hasil pembelajaran akan berada secara kekal dalam diri individu, setidaknya-tidaknya untuk masa tertentu. Misalnya kemahiran menulis merupakan perubahan hasil pembelajaran karena bersifat menetap dan berkembang terus.
7. Perubahan yang bertujuan dan terarah, artinya perubahan itu terjadi karena ada sesuatu yang akan dicapai. Dalam proses pembelajaran, semua aktivitas terarah kepada pencapaian suatu tujuan tertentu. Misalnya seorang individu belajar bahasa Inggris dengan tujuan agar ia dapat berbicara dalam bahasa Inggris dan dapat

mengkaji bacaan-bacaan yang ditulis dalam bahasa Inggris. Semua aktivitas pembelajaran terarah kepada tujuan itu sehingga perubahan-perubahan yang terjadi akan sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan.²⁰

Dengan demikian Hasil belajar pendidikan agama Islam yang dicapai siswa muslim tidak semata-mata hanya diwujudkan melalui angka atau huruf dalam tabel statistik, tetapi yang terpenting bagaimana siswa tersebut mampu mencapai visi maupun misi pendidikan Islam dan mewujudkannya dalam perilakunya sehari-hari.

C. Definisi Kesehatan Mental

1. Pengertian Kesehatan Mental

Zakiah Darodjat seorang ahli psikologi dan ahli dalam agama Islam memberikan definisi :
Kesehatan mental adalah kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan diri sendiri dengan orang lain dan masyarakat serta lingkungan dimana ia hidup.²¹

Kesehatan mental adalah terhindarnya individu dari simtom-simtom neurosis dan psikosis. Menurut definisi ini orang yang bermental sehat adalah orang yang menguasai dan mengatasi segala faktor perasaan dalam hidupnya sehingga tidak menimbulkan gangguan jiwa; neurosis maupun psikosis.²²

Sedangkan Abdul Aziz El.Quussy seorang ahli pendidikan dan ilmu jiwa berkebangsaan Mesir mengemukakan pendapatnya tentang kesehatan mental ialah :
Keserasian yang sempurna atau integrasi antara fungsi-fungsi jiwa yang bermacam-macam disertai kemampuan untuk menghadapi kegoncangan-kegoncangan jiwa yang ringan yang biasa terjadi pada orang, disamping secara positif dapat merasakan kebahagiaan dan kemampuan.²³

20 Nana Sudjana, *Cara Belajar Siswa Aktif*, (Bandung: SinarBaru Algesindo,1996). hal. 16

21 Darodjat, Zakiyah, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: CV. Haji Masagung,1989), hal 11

22 Semiun Yustinus, *Kesehatan Mental 1*, (Yogyakarta : Penerbit Kanisius,2006), hal 50

23 Abdul Aziz El-Qussy. 1974. *Pokok-Pokok Kesehatan Mental/Jiwa*. (Bandung :Bulan-Bintang. Cetakan II, 1974), hal 38

Dari definisi-definisi di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa kesehatan mental adalah kemampuan jiwa untuk menyesuaikan diri dengan diri sendiri dan lingkungannya dalam upaya mencapai kepuasan dan kebahagiaan ataupun ketenteraman hidup sehingga terhindar dari gangguan jiwa.

2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental

Diantara cara menjaga kesehatan mental khususnya pada anak remaja adalah dengan memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhinya, adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan mental itu ada dua macam. Yaitu faktor yang berasal dari dalam diri (intern) dan faktor yang berasal dari luar diri (ekstern).

1. Faktor yang berasal dari dalam diri (intern).

Menurut Darodjat faktor-faktor intern yang mempengaruhi kesehatan mental remaja antara lain dipengaruhi oleh sikap ataupun perasaan yang berasal dari dirinya sendiri seperti:

a.) Sikap Independent (berdiri sendiri)

adalah kecenderungan untuk melakukan apa yang diminta kepadanya tanpa meminta tolong kepada orang lain. Demikian pula kemampuannya mengendalikan kelakuannya tanpa mengharapkan bantuan ataupun dikendalikan orang lain, tetapi jika sikap ini dihalang-halangi atau dikendalikan orang lain, maka ia akan berontak sehingga dirinya lekas marah, membandel, tidak mau mengerjakan sesuatu yang disuruh orang lain.

b.) Rasa harga diri.

adalah perasaan anak akan penghargaan dari orang lain terhadap dirinya dan kepercayaan mereka atas kemampuannya untuk mencapai sukses. Jika kemampuan inikurang atau kesanggupan menarik perhatian orang lain kurang, maka ia akan terdorong untuk bertindak tidak wajar dalam rangka

memenuhi kebutuhan ini yang ditampakkan dalam gejala jasmani maupun kelakuannya.

c.) Rasa bebas.

lalah perasaan akan kebebasan bahwa dirinya sanggup mengendalikan kelakuannya dan ikut serta dalam menentukan garis-garis yang akan membatasi tindakan dan menentukan hari depannya sendiri.

d.) Rasa kekeluargaan.

lalah dirinya merasakan kasih sayang orang tua atau keluarga kepadanya, juga dirinya ingin disayangi teman-temannya serta hubungannya dengan mereka yang baik.

e.) Terlepas dari rasa ingin menyendiri.

lalah bahwa anak remaja tidak mengganti sukses yang nyata dengan sukses khayalan atau mengangan-angankan yang diinginkan yang memberikan kepuasan sementara, tidak kekal. Sehingga dirinya ingin bersosialisasi dengan orang lain guna mewujudkan kesuksesan yang ingin diraihinya.

f.) Bebas dari segala neuroses (gangguan jiwa).

lalah tidak adanya keluhan yang berhubungan dengan gejala-gejala yang menunjukkan kelainan misal: hilang nafsu makan tanpa sebab yang jelas, tidak bisa tidur dengan nyenyak, selalu merasa payah dan gangguan jiwa yang lain.²⁴

2. Faktor yang berasal dari luar diri (ekstern).

Adapun faktor dari luar yang mempengaruhi kesehatan mental remaja adalah sebagai berikut:

a.) Faktor keluarga.

²⁴Zakiyah Darodjat, *Perawatan Jiwa Untuk Anak-Anak*, Jakarta: Bulan Bintang, 1976. hal. 22

Cara orang tua mengasuh dan mendidik juga berpengaruh terhadap kesehatan mental anak remajanya. Orang tua yang selalu melarang anak remajanya tanpa disertai dengan penjelasan yang rasional akan menghambat perkembangan mentalnya. Sebaliknya orang tua yang menciptakan suasana aman dalam interaksi keluarganya akan dapat mendorong kesehatan mental anak meningkat. Demikian juga, orang tua yang selalu membanding-bandingkan anak yang satu dengan lainnya juga berpengaruh kurang baik terhadap kesehatan mental anaknya tersebut.²⁵ Demikian juga hubungan kedua orang tua turut mempengaruhi mental anak. Kenyataan pada masa sekarang ini, meskipun orang tua membentuk keluarga atas dasar cinta dan persetujuan masing-masing, tetapi hal ini belum menjamin terbentuknya keluarga yang harmonis diantara keduanya dan sikap mental dalam menghadapi problem-problem rumah tangga yang selalu ada terutama yang berkaitan dengan masalah mendidik anak. Maka dari itu hubungan antara ayah dan ibu harus saling menghargai, saling percaya dan saling mencintai, karena kesehatan mental anak diantaranya dipengaruhi oleh hubungan antara ayah dan ibu, oleh sebab itu "hubungan tersebut sedemikian baiknya sehingga tercipta saling pengertian, saling menghargai dan cinta kasih dalam arti yang sebenarnya."²⁶

b.) Sistem pendidikan di sekolah.

Proses pendidikan di sekolah yang tidak mengembangkan demokratisasi pendidikan dan cenderung menekankan indoktrinasi tanpa argumentasi akan menghambat perkembangan mental siswanya. Demikian juga pendapat Ali dan Asrori bahwa :

²⁵Moh. Ali, Moh. Asrori, *Psikologi Remaja ...*, hal. 118

²⁶Zakiyah Darodjat, *Ketenangan Dan Kebahagiaan Dalam Keluarga*, Jakarta: Bulan Bintang, 1986. hal 9

Proses pendidikan yang banyak menekankan pemberian sanksi atau hukuman (*punishment*) juga dapat menghambat perkembangan mental anak. Sebaliknya proses pendidikan yang lebih menekankan pentingnya penghargaan terhadap potensi anak, pemberian penghargaan, dan penciptaan kompetisi positif akan memperlancar perkembangan mental anak didik.²⁷

Jadi proses pendidikan sekolah harus menerapkan sistem demokrasi kepada anak didiknya agar mental anak didiknya dapat berkembang dengan baik.

2. Landasan Kesehatan Mental Dalam Islam

Ciri khas ajaran Islam selain mengajarkan akidah ketauhidan, ibadah, muamalah juga mengajarkan konsep-konsep kemanusiaan seperti pendidikan, sosial, ekonomi, politik maupun kesehatan. Ajaran Islam tentang kesehatan berpedoman pada prinsip pencegahan lebih diutamakan daripada penyembuhan. Berkenaan dengan konteks kesehatan ini ditemukan sekian banyak petunjuk dalam kitab suci Al-Quran dan sunnah nabi Muhammad saw yang pada dasarnya mengarah pada upaya pencegahan untuk menuju pada upaya pencegahan tersebut, maka Islam menekankan segi kebersihan lahir dan batin. "Kebersihan lahir dapat mengambil bentuk kebersihan tempat tinggal, lingkungan sekitar, badan, pakaian, makanan, minuman dan lain sebagainya."²⁸

kebersihan lahiriah akan menghasilkan kesehatan fisik. Dalam hal ini Jalaluddin berpendapat bahwa:

Jika seseorang sedang mengalami gangguan mental maka perlu adanya pendekatan terapi keagamaan bagi dirinya agar gangguan mental yang terjadi pada dirinya itu dapat segera teratasi. pendekatan terapi keagamaan ini dapat dirujuk dari informasi Al-Quran sendiri sebagai kitab suci.²⁹

Sebagaimana firman Allah swt dalam Al-Quran surat Yunus ayat 57.

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَ عِظْمُورُكُمْ بِكُمْ شِفَاءً لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةً لِّلْمُؤْمِنِينَ

27Moh. Ali, Moh. Asrori, *Psikologi Remaja...*, hal. 118

28Abuddin Nata, *Metodologi Studi Islam*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2002. hal. 91

29Jalaluddin, *Psikologi...*, hal. 161

Artinya: “Hai manusia, Sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman”.³⁰

Dalam ayat ini agar kondisi batin seseorang agar senantiasa berada dalam keadaan tenang, aman dan tentram. Maka upaya untuk menemukan ketenangan batin tersebut dapat dilakukan melalui penyesuaian diri secara resignasi (penyerahan diri sepenuhnya kepada Allah swt).

Di dalam kitab suci Al-Quran sebagai dasar dan sumber ajaran Islam banyak ditemukan ayat-ayat yang berhubungan dengan ketenangan batin dan kebahagiaan jiwa sebagai hal yang prinsipil dalam mencapai kesehatan mental. Adapun ayat-ayat yang menjelaskan usaha pembinaan kesehatan mental tersebut antara lain terdapat pada surat al-Rad ayat 28

□ الَّذِينَ ءَامَنُوا □ وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ □ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ □ لِّلَّهِ تَطْمَئِنُّ □ قُلُوبٌ □

Artinya : “(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram”.³¹

Surat al- Araf ayat 35

يَا بَنِي آدَمَ إِذْ مَا يَأْتِيَنَّكَ مِنْ رَسُولٍ مُّسَلِّمٍ فَذِكْرُكُمْ يُفْصِحُ وَنَعْلَيْكُمْ آيَاتِي وَمَنْ آتَىٰ مِنْكُمْ مِنْ أَهْلِ خَلْقٍ وَأَعْلَىٰ خَلْقٍ فَعَلَيْهِمْ مَا لَا يَمْنَعُ خَلْقًا مِنْ خَلْقٍ

Artinya: “Hai anak-anak Adam, jika datang kepadamu rasul-rasul dari pada kamu yang menceritakan kepadamu ayat-ayat-Ku, maka barang siapa yang bertakwa dan mengadakan perbaikan, tidaklah ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak (pula) mereka bersedih hati.”³²

Dari keterangan ayat pertama Allah swt dengan tegas menerangkan, bahwa ketenangan jiwa atau kesehatan mental dapat dicapai dengan dzikir (mengingat

30Departemen Agama RI, Jakarta: Proyek pengadaan kitab suci Al-Quran, 1983. hal. 315

31 *Ibid*, hal 373

32 *Ibid*, hal 226

Allah swt) karena segala sesuatu yang mengganggu jiwa ataupun mental seseorang itu berasal dari-Nya. Maka persoalan yang dihadapinya harus dikembalikan kepada-Nya dengan mengingat-Nya agar segera diberi jalan keluar agar persoalan yang dihadapi segera teratasi. Pada ayat kedua Allah swt berjanji kepada manusia bahwa dengan bertaqwa dan berbuat baik adalah metode pencegahan dari rasa takut, khawatir ataupun sedih yang merupakan gangguan mental yang sering dihadapi manusia.

Dari penjelasan di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa agar kesehatan mental seseorang tetap terjaga dengan baik maka perlu sekali memperhatikan faktor-faktor yang dapat mempengaruhinya dan ketika mengalami kekusutan mental maka perlu adanya pendekatan terapi keagamaan dengan merujuk kepada Al-Quran sehingga diharapkan gangguan mental yang terjadi pada dirinya cepat segera teratasi.

3. Tinjauan Tentang Hubungan hasil belajar dengan Kesehatan Mental

Setelah memahami pembahasan diatas bahwa hasil belajar atau prestasi anak berhubungan dengan kesehatan mental anak karena terbukti bahwa dengan adanya kondisi mental yang sehat maka seorang anak akan dapat belajar dengan baik sehingga hasil belajarnya akan baik pula. Hal ini berbeda jika kesehatan mental anak kurang baik maka proses belajarnya akan terganggu sehingga hasil belajarnya akan mengalami penurunan.

Hal senada diungkapkan oleh Abuddin Nata bahwa :

Seseorang yang tengah mencari ilmu memerlukan kesiapan fisik yang prima, akal yang sehat, pikiran yang jernih dan jiwa yang tenang, maka perlu adanya upaya memelihara dan merawat yang sungguh-sungguh terhadap potensi dan alat indera, fisik dan mental yang diperlukan untuk mencari ilmu. Dalam hubungan ini, muncullah aturan yang berkenaan dengan cara menjaganya yakni dengan beristirahat yang cukup, makan makanan yang bergizi, menjauhi minuman yang memabukkan dan sebagainya.³³

33Abuddin Nata, *Filsafat pendidikan...*, hal 134

Jadi seorang pelajar hendaknya selalu menjaga kesehatan fisik maupun mentalnya dalam kaitannya mencari ilmu karena belajar membutuhkan kesiapan fisik maupun mental yang prima agar dapat berhasil dengan baik serta harus selalu menjaga kesehatannya dengan menjauhi hal-hal yang dapat menggangukannya. Untuk itu sangat diperlukan pengetahuan bagaimana cara-cara menjaga kesehatan baik fisik maupun mental sehingga kesehatan yang dimiliki selalu dalam kondisi yang baik dan dapat melakukan aktifitas sehari-hari dengan penuh semangat dan dalam kondisi yang fit (siap).

D. Ciri - Ciri Kesehatan Mental

1. Ciri - Ciri sehat mental

Pendapat yang dikemukakan oleh Crow and Crow, individu yang memiliki kesehatan mental yang baik adalah yang memiliki potensi pribadi yang kuat dan menunjukkan ciri ciri sebagai berikut.

- a. Mampu memahami dan mengatasi reaksi psikologis dan problema penyesuaian dirinya.
- b. Memiliki sikap yang posesif dan optimistis dalam hidup.
- c. Menjaga kehormatan dan keinginan dalam batas batas yang saling menguntungkan.
- d. Dapat menjaga keadaan emosional yang dirasakan.
- e. Kapan mengatur waktu dengan baik.
- f. memiliki pola kebiasaan yang menguntungkan bagi dirinya dan orang lain.³⁴

2. Ciri – ciri orang yang tidak sehat mental.

Walter Katkovsky dan Leon Gorlow dalam risetnya melaporkan sebagai berikut: *The research criteria for mental illness to be reviewed here are subsumed under the following categories ;*

- a. *Expocure to psychiatric treatment*
- b. *Social mal adjusment.*
- c. *Psychiatric diagnosis.*
- d. *Subjective un happiness.*
- e. *Objective psychological syptoms ; and*
- f. *Failure of positive adaptation.*³⁵

34 Kartini Kartono, *hygine Mental, (Bandung:Mandar Maju,2000),hal 82*

35 Walter Katkovsky & Leon Gorlow, *Psychology Of Adjustment.* (London : Mac-Graw – Hill Book Company. Third Edition, 1980), hal 5

Maksudnya kurang lebih :

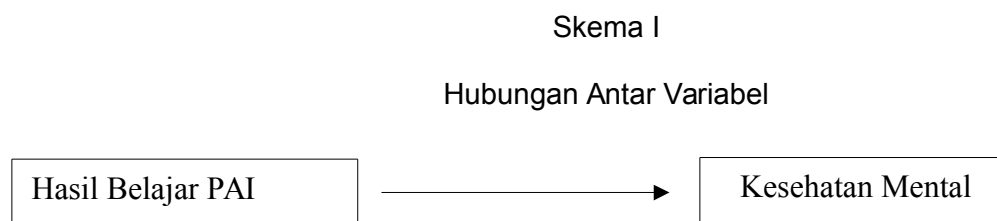
Riset untuk kriteria sakit mental (mental tidak sehat) yang ditinjau disini adalah yang dianggap terletak di bawah kategori :

- a. Yang terlihat perlu pelayanan kejiwaan.
- b. Tidak dapat menyesuaikan terhadap masyarakat (sosial).
- c. Perlunya diagnosis kejiwaan.
- d. Ketidakbahagiaan yang bersifat subyektif.
- e. Tanda-tanda / gejala-gejala gangguan jiwa secara obyektif, dan
- f. Kegagalan penyesuaian yang positif.

Setelah kita mengenal ciri-ciri mental yang sehat pada uraian di depan dan kategori mental tidak sehat tersebut diatas, maka dengan berorientasi pada ciri-ciri tersebut kita dapat merumuskan bahwa mental yang tidak sehat adalah kebalikan dari ciri-ciri mental yang sehat.

E. Kerangka Teori

Dalam menentukan langkah guna menghasilkan suatu kesimpulan, maka dalam suatu karya ilmiah yang baik diperlukan pemikiran. Untuk memperjelas hubungan antar variabel diperlukan kerangka pemikiran yang sekaligus menunjukkan alur pemikiran penelitian. Pengertian kerangka pemikiran sendiri menurut Nana Sudjana adalah “suatu konsepsi hubungan antar variabel (bebas dan terikat) berdasarkan teori, fostulat maupun asumsi yang ada”.³⁶ Selanjutnya hubungan variabel penelitian ini dapat penulis kemukakan sebagai berikut:



F. Hipotesis Penelitian

36 Nana Sudjana, *Tuntunan Penyusunan Karya Ilmiah*, (Bandung: Sinar Baru Algensindo, 1988). hal. 14

Hipotesis merupakan sesuatu yang sangat perlu dialami oleh setiap (calon) peneliti.³⁷

Hipotesis terbagi menjadi dua macam yaitu Hipotesis Nol (H_0). dan hipotesis kerja atau Hipotesis Alternatif (H_a). Hipotesis nol menyatakan ketidak adanya hubungan antara variabel X dan Y, sedangkan Hipotesis alternatif atau hipotesis kerja menyatakan adanya hubungan antara variabel X dan Y.³⁸ Dengan demikian, hipotesis memberikan pernyataan yang bersifat rasional yang secara ilmiah yang dapat diuji. Selain itu hipotesis juga memberikan arah bagi suatu penelitian yang hendak dilakukan sebagai sebuah kerangka dan acuan bagi pelaporan kesimpulan penelitian.

Berdasarkan penelitian diatas, maka penulis merumuskan hipotesis dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Hipotesis 0 atau hipotesis statistic (H_0)

Hipotesis nol atau disingkat dengan H_0 adalah hipotesis yang menunjukkan tidak ada hubungan atau pengaruh antara variable X dan Y.³⁹ Dan adapun yang menjadi nol pada penelitian ini adalah tidak adanya hubungan antara hasil belajar PAI dengan kesehatan mental siswa kelas XI SMK Kesehatan Bhakti Indonesia Medika Mojokerto.

2. Hipotesis kerja atau hipotesis alternative (H_a)

Hipotesis kerja menyatakan adanya hubungan antara variable X dan Y, atau adanya perbedaan antara dua kelompok.⁴⁰ Adapun yang menjadi hipotesis kerja atau hipotesis alternative dalam penelitian ini adalah “Ada Hubungan antara hasil belajar PAI dengan kesehatan mental Siswa kelas XI SMK Kesehatan Bhakti Indonesia Medika Mojokerto.”.

37Suharsimi Arikunto, *Manajemen Penelitian*, Jakarta: PT Asdi Mahasatya, 2010),

38Suharsimi Arikunto, *Manajemen Penelitian*, Jakarta: PT Asdi Mahasatya, 2010),

39Moh. Mahmud Sani, *Metodologi Peneltihan*, (Mojokerto: Thoriq Al-Fikri, 2012),hal. 57

40Moh. Mahmud Sani, *Metodologi Peneltihan*, (Mojokerto: Thoriq Al-Fikri, 2012),hal. 57

Dalam pembuktian, yang akan diuji dalam penelitian adalah Hipotesis kerja (H_a) yaitu adanya hubungan antara hasil belajar PAI dengan kesehatan mental siswa kelas XI SMK Kesehatan Bhakti Indonesia Medika.

A. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu adalah ilmu yang dalam cara berpikir menghasilkan kesimpulan berupa ilmu pengetahuan yang dapat diandalkan, dalam proses berpikir menurut langkah-langkah tertentu yang logis dan didukung oleh fakta empiris. Dari penelitian terdahulu, penulis tidak menemukan penelitian dengan judul yang sama seperti judul penelitian penulis. Namun penulis mengangkat beberapa penelitian sebagai referensi dalam memperkaya bahan kajian pada penelitian ini. Berikut merupakan penelitian terdahulu terkait dengan penelitian yang dilakukan penulis.

1. Penelitian oleh Rizal Fitni, “berjudul *“Pengaruh Religiusitas dan Kesehatan mental Terhadap prestasi belajar siswa”*”
2. Penelitian oleh Mukhsin Arafat dengan judul *“Pengaruh Kesehatan mental terhadap prestasi belajar Pendidikan agama Islam.”*

Penelitian oleh wairata, “Hubungan antara hasil belajar PAI dengan tingkat stres siswa.”