

**PENGARUH KESEHATAN MENTAL DAN SHALAT LIMA
WAKTU TERHADAP MOTIVASI BELAJAR SISWA
MTS MUHAMMADIYAH DI KABUPATEN GUNUNGKIDUL**

Maryanta

Email: maryanta.hanum04@gmail.com

ABSTRAK

This research aims to find out the influence of mental health toward the students' learning motivation in MTS Muhammadiyah in Gunungkidul Regency, to find out the influence of five-times prayers toward the students' learning motivation in MTS Muhammadiyah in Gunungkidul Regency, and to find out simultaneous influence of mental health and five-times prayers toward the students' learning motivation in MTS Muhammadiyah in Gunungkidul Regency as well.

Based on the table of t-test result (partial), it is found out that from the SPSS counting, the t count is 3.265 with the probability value (sig. value) of 0.002. The aforementioned probability value is smaller from alpha (5%). Thus, it can be concluded that the mental health influences the students' learning motivation. Meanwhile, based on the table of t-test result (partial), it is found out that from the SPSS counting, the t count is 4.402 with the probability value (sig. value) of 0.000. The previously mentioned probability value is smaller from alpha (5%).

Keywords: mental health, prayers, motivation, learning, MTs

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kesehatan mental terhadap motivasi belajar siswa MTs Muhammadiyah di Kabupaten Gunungkidul dan untuk mengetahui shalat lima waktu mempengaruhi motivasi belajar siswa MTs Muhammadiyah di Kabupaten Gunungkidul serta untuk mengetahui secara

simultan kesehatan mental dan shalat lima waktu mempengaruhi terhadap motivasi belajar siswa MTs Muhammadiyah di kabupaten Gunungkidul.

Berdasarkan tabel hasil uji t (parsial) dapat diketahui bahwa perhitungan SPSS diperoleh t hitung sebesar 3.265 dengan nilai probabilitas (nilai sig) 0,002. Nilai probabilitas tersebut lebih kecil dari alpha (5%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa variabel kesehatan mental berpengaruh terhadap motivasi belajar. Berdasarkan tabel hasil uji t (parsial) dapat diketahui bahwa perhitungan SPSS diperoleh t hitung sebesar 4.402 dengan nilai probabilitas (nilai sig) 0,000. Nilai probabilitas tersebut lebih kecil dari alpha (5%).

Kata kunci : kesehatan mental, shalat, motivasi, belajar, MTs

A. Pendahuluan Dan Kajian Teori

Kesehatan mental berpengaruh besar dalam kehidupan manusia, semakin sehat mental seseorang semakin baik pula peran dan produktifitasnya, sebaliknya jika tidak sehat mentalnya semakin kurang peran dan produktifitasnya, bahkan akan mengalami kecemasan dan perasaan tertekan dan tidak berdaya. WHO menyebutkan angka kehilangan produktifitas masyarakat karena gangguan mental mencapai 8,1%. Penurunan produktifitas akibat gangguan mental menduduki peringkat 2 setelah stroke.¹

Angka akibat dari gangguan mental semakin meningkat, tahun 2000 gangguan mental sebesar 12%, tahun 2001 meningkat menjadi 13% dan diprediksi pada tahun 2020 menjadi 15%. Di Indonesia pada tahun 2001 ada 6 juta orang / 2,5% dari total penduduk mengalami gangguan mental. Berdasarkan laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) yang dilaksanakan oleh Departemen Kesehatan tahun 2013 gangguan akibat emosional sebesar 6,0%. Daerah Istimewa Yogyakarta termasuk propinsi yang mengalami angka prevalensi tertinggi penduduknya yang mengalami gangguan mental sebesar > 12%.²

Berbagai persoalan yang muncul di dunia pendidikan khususnya tawaran antar pelajar dan kenakalan yang ditimbulkannya serta penyalahgunaan obat-obatan terlarang atau NABZA semakin menunjukkan angka yang terus

¹Kompas, 19 April 2001

²Riset Kesehatan Dasar. Departemen Kesehatan RI, Tahun 2013.

meningkat, terlebih perilaku yang dimunculkan oleh para pelajar dewasa ini semakin jauh dari nilai-nilai yang ada dalam masyarakat. Tidak menghargai, jauh dari sopan santun, hura-hura, malas belajar, santai dalam berkegiatan, kurang tanggungjawab, kurang minat dengan organisasi. Hal ini merupakan realitas yang sudah umum terjadi, bila diperhatikan penyebabnya sangatlah kompleks, mulai dari keluarga, sekolah, teman, dan masyarakat.

Permasalahan tersebut di atas bila dikaitkan dengan kesehatan mental dan religiusitas memiliki hubungan yang sangat signifikan, dimana pelajar yang memiliki tingkat kesehatan mental dan religiusitas yang tinggi menunjukkan perilaku yang positif, tidak melakukan hal-hal yang melanggar nilai-nilai dan aturan yang ada, sebaliknya pelajar yang menjadi sumber permasalahan dan perhatian dari berbagai elemen karena berperilaku negatif memiliki tingkat religiusitas yang rendah sehingga mudah mengalami permasalahan dalam kesehatan mental.

Sedangkan pengertian Kesehatan Mental Para ahli mendefinisikan berbeda satu dengan yang lain, diantaranya Zakiah, ahli Psikologi Agama menyatakan Kesehatan Mental adalah kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan diri sendiri dengan orang lain dan masyarakat serta lingkungan dimana ia hidup. Lain dengan Yustinus Semium OFM, mendefinisikan Kesehatan Mental adalah terhindarnya individu dari simtom-simtom neurosis dan psikosis.³

Alexander A. Schneiders dalam bukunya yang berjudul *Personality Dynamic and Mental Health*, mengemukakan beberapa kriteria yang sangat penting dan dapat digunakan untuk menilai kesehatan mental. Kriteria tersebut dapat diuraikan sebagai berikut⁴ :

- a. Efisiensi mental
- b. Pengendalian , integrasi pikiran dan tingkah laku
- c. Integrasi motif-motif dan pengendalian konflik atau frustrasi
- d. Perasaan-perasaan dan emosi yang positif dan sehat
- e. Ketenangan atau kedamaian pikiran.

³Yustinus Semium: *Kesehatan Mental 1*. Yogyakarta: Kanisius, 2006: 50.

⁴Yustinus Semium. *Kesehatan Mental*.... hal. 52-55.

- f. Sikap-sikap yang sehat
- g. Konsep diri (*Self Concept*) yang sehat
- h. Identitas ego yang adekuat
- i. Hubungan yang adekuat dengan kenyataan

Dimensi religiusitas menurut Glock & Stark (1970)⁵ terdiri dari lima dimensi antara lain:

a. Dimensi Ideologis

Dimensi ideologi adalah tingkatan sejauh mana seseorang menerima hal-hal yang dogmatik dalam agamanya, misalnya mengerjakan ibadah sholat lima waktu. Pada dasarnya setiap agama juga menginginkan adanya unsur ketaatan bagi setiap pengikutnya. Adapun dalam agama yang dianut oleh seseorang, makna yang terpenting adalah kemauan untuk mematuhi aturan yang berlaku dalam ajaran agama yang dianutnya. Jadi dimensi mengerjakan ibadah sholat lima waktu lebih bersifat doktriner yang harus ditaati oleh umat agama Islam. Dengan sendirinya dimensi ideologi ini menuntut dilakukannya praktek-praktek ibadah sholat yang sesuai dengan nilai-nilai Islam.

b. Dimensi praktik ibadah atau ritualistik

Dimensi praktik agama yaitu tingkatan sejauh mana seseorang mengerjakan kewajiban-kewajiban ibadah seperti sholat lima waktu dalam agama Islam. Wujud dari dimensi ini adalah mengerjakan ibadah sholat lima waktu. Dimensi praktek dalam agama Islam dapat dilakukan dengan menjalankan ibadah shalat lima waktu ataupun praktek muamalah lainnya.

c. Dimensi pengalaman atau eksperiensial

Dimensi pengalaman adalah perasaan-perasaan atau pengalaman yang pernah dialami dan dirasakan. Misalnya dengan

⁵Glock, C. Y., & Stark, R. (1970). Religion and society in tension. San Francisco: Rand McNally.

sholat lima waktu merasa dekat dengan Tuhan, merasa takut berbuat dosa, merasa doanya dikabulkan, diselamatkan oleh Tuhan, dan sebagainya.

d. Dimensi pengetahuan agama atau intelektual

Dimensi pengetahuan agama adalah dimensi yang menerangkan seberapa jauh seseorang mengetahui tentang ajaran-ajaran agamanya, terutama pada ibadah sholat. Umat agama Islam wajib mengerjakan ibadah sholat lima waktu dan mengetahui waktu-waktu kapan saja saat melakukan ibadah sholat lima waktu.

e. Dimensi konsekuensi

Yaitu dimensi yang mengukur sejauh mana perilaku seseorang dimotivasi oleh ajaran-ajaran agamanya dalam kehidupan sosial, misalnya apakah ia mengunjungi tetangganya sakit, menolong orang yang kesulitan, mendermakan hartanya, dan sebagainya.

Dimensi religiusitas menurut Glock & Stark (1970)⁶ terdiri dari lima dimensi antara lain:

a. Dimensi Ideologis

Dimensi ideologi adalah tingkatan sejauh mana seseorang menerima hal-hal yang dogmatik dalam agamanya, misalnya mengerjakan ibadah sholat lima waktu. Pada dasarnya setiap agama juga menginginkan adanya unsur ketaatan bagi setiap pengikutnya. Adapun dalam agama yang dianut oleh seseorang, makna yang terpenting adalah kemauan untuk mematuhi aturan yang berlaku dalam ajaran agama yang dianutnya. Jadi dimensi mengerjakan ibadah sholat lima waktu lebih bersifat doktriner yang harus ditaati oleh umat agama Islam. Dengan sendirinya dimensi ideologi ini menuntut dilakukannya praktek-praktek ibadah sholat yang sesuai dengan nilai-nilai Islam.

⁶Glock, C. Y., & Stark, R. (1970). Religion and society in tension. San Francisco: Rand McNally.

b. Dimensi praktik ibadah atau ritualistik

Dimensi praktik agama yaitu tingkatan sejauh mana seseorang mengerjakan kewajiban-kewajiban ibadah seperti sholat lima waktu dalam agama Islam. Wujud dari dimensi ini adalah mengerjakan ibadah sholat lima waktu. Dimensi praktek dalam agama Islam dapat dilakukan dengan menjalankan ibadah shalat lima waktu ataupun praktek muamalah lainnya.

c. Dimensi pengalaman atau eksperiensial

Dimensi pengalaman adalah perasaan-perasaan atau pengalaman yang pernah dialami dan dirasakan. Misalnya dengan sholat lima waktu merasa dekat dengan Tuhan, merasa takut berbuat dosa, merasa doanya dikabulkan, diselamatkan oleh Tuhan, dan sebagainya.

d. Dimensi pengetahuan agama atau intelektual

Dimensi pengetahuan agama adalah dimensi yang menerangkan seberapa jauh seseorang mengetahui tentang ajaran-ajaran agamanya, terutama pada ibadah sholat. Umat agama Islam wajib mengerjakan ibadah sholat lima waktu dan mengetahui waktu-waktu kapan saja saat melakukan ibadah sholat lima waktu.

e. Dimensi konsekuensi

Yaitu dimensi yang mengukur sejauh mana perilaku seseorang dimotivasi oleh ajaran-ajaran agamanya dalam kehidupan sosial, misalnya apakah ia mengunjungi tetangganya sakit, menolong orang yang kesulitan, mendermakan hartanya, dan sebagainya.

B. Metode Penelitian

Pendekatan yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Saebani dan Kadar Nurjaman menjelaskan bahwa penelitian kuantitatif, kualitas instrumen penelitian berkaitan dengan validitas dan reliabilitas instrumen, sedangkan kualitas pengumpulan data berkaitan dengan ketepatan teknis pengumpulan data. Untuk itu instrumen harus digunakan secara tepat dalam pengumpulan data, instrumen dalam penelitian kuantitatif dapat berupa tes, pedoman wawancara, pedoman observasi, dan kuesioner.⁷

Penulis mengambil tiga MTs Muhammadiyah sebagai populasi penelitian, yaitu MTs Muhammadiyah Wonosari jumlah murid 246 siswa, Kecamatan Wonosari dengan kriteria daerah perkotaan, MTs Muhammadiyah Sodo jumlah murid 176 siswa, Kecamatan Paliyan dengan kriteria daerah pertengahan antara kota dan desa, dan MTs Muhammadiyah Monggol jumlah siswa 104 siswa, Kecamatan Saptosari dengan kriteria daerah pedesaan. Untuk jumlah siswa dari tiga MTs Muhammadiyah tersebut adalah 637 siswa.

Teknik pengambilan sampel penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah *convinion purposive sampling*. Dalam *purposive sampling*, pemilihan sekelompok subjek didasarkan atas ciri-ciri atau sifat tertentu yang dipandang mempunyai sangkut paut yang erat dengan ciri-ciri atau sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya. Peneliti secara intensional hanya mengambil beberapa daerah atau kelompok kunci (*key areas, key groups, or key clusters*); tidak semua daerah, group, atau *cluster* dalam populasi akan diwakili dalam sampel-sampel penyelidikan⁸. Selanjutnya Suharsimi Arikunto memberikan gambaran tentang cara penentuan sampel jika jumlah suyeknya besar dapat diambil antara 10 – 15 %, atau 20 – 25 % atau lebih.⁹

Dalam penelitian ini sampel yang diambil adalah 10 % lebih dari populasi yang besarnya 637 siswa. Dengan demikian jumlah sampel yang diteliti adalah 10

⁷Saebani, Kadar Nurjaman, Ibid: 79.

⁸Saebani, Kadar Nurjaman, Ibid: 77.

⁹ Suharsimi Arikunto, Ibid, h. 120.

% X 637 siswa = 63,7 dibulatkan = 64 siswa, untuk sampel oleh penulis dilengkapi menjadi 75 siswa, yang diambil dari tiga MTs Muhammadiyah, adapun rincian 34 sampel dari MTs Muhammadiyah Sodo, 21 sampel dari MTs Muhammadiyah Wonosari, dan 20 sampel dari MTs Muhammadiyah Monggol.

Teknik alasis data pada penelitian ini menggunakan analisis regresi ganda. Analisis regresi ganda digunakan untuk mengetahui pengaruh Kesehatan Mental Dan Religiusitas Terutama Dimensi Shalat Lima Waktu Terhadap Motivasi Belajar Siswa baik secara parsial atau secara simultan. Adapun rumus persamaan regresi ganda adalah:

$$Y = a + b_1 X_1 + b_2 X_2$$

Keterangan:

Y = Motivasi belajar

X1 = Kesehatan mental

X2 = Shalat lima waktu

a = Konstanta regresi

b1, b2 = Koefisien regresi dari variabel X1 dan X2

Guna mempermudah peneliti dalam menganalisis data penelitian, digunakan program software komputer SPSS versi 21 *for windows*.

C. Hasil Penelitian

1. Kesehatan Mental berpengaruh terhadap Motivasi Belajar siswa di MTs Muhammadiyah di Kabupaten Gunungkidul

Berdasarkan tabel hasil uji t (parsial) dapat diketahui bahwa perhitungan SPSS diperoleh t hitung sebesar 3.265 dengan nilai probabilitas (nilai sig) 0,002. Nilai probabilitas tersebut lebih kecil dari alpha (5%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa variabel kesehatan mental berpengaruh terhadap motivasi belajar.

2. Shalat Lima Waktu berpengaruh terhadap Motivasi Belajar siswa di MTs Muhammadiyah di Kabupaten Gunungkidul

Berdasarkan tabel hasil uji t (parsial) dapat diketahui bahwa perhitungan SPSS diperoleh t hitung sebesar 4.402 dengan nilai probabilitas (nilai sig) 0,000. Nilai probabilitas tersebut lebih kecil dari alpha (5%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa variabel shalat lima waktu berpengaruh terhadap motivasi belajar.

3. Secara simultan Kesehatan Mental dan Shalat Lima Waktu mempengaruhi terhadap Motivasi Belajar Siswa di MTs Muhammadiyah di Kabupaten Gunungkidul

Berdasarkan tabel hasil uji F (simultan) dapat diketahui bahwa perhitungan SPSS diperoleh F hitung sebesar 24.546 dengan nilai probabilitas (nilai sig) 0,000. Nilai tersebut $<0,05$ artinya kesehatan mental dan shalat lima waktu secara simultan berpengaruh terhadap motivasi belajar.

D. Kesimpulan

1. Kesehatan mental berpengaruh terhadap motivasi belajar siswa madrasah,
2. Shalat Lima Waktu berpengaruh terhadap motivasi belajar siswa madrasah, semakin rajin ibadah akan memberi semangat dalam belajar.
3. Motivasi belajar siswa madrasah dapat terjaga dengan menjaga kesehatan mental dan meningkatkan religiusitas siswa pada shalat lima waktu

E. Daftar Pustaka

Kompas, 19 April 2001

Riset Kesehatan Dasar. 2013. Departemen Kesehatan RI.

Yustinus Semiun. 2006. *Kesehatan Mental I*. Yogyakarta: Kanisius

Glock, C. Y., & Stark, R. 1970. *Religion and society in tension*. San Francisco: Rand McNally.

Dr. Zakiah Daradjat. 1995. *Kesehatan Mental*. Jakarta: Toko Gunung Agung, Cet.

- Siti Meichati, *Kesehatan Mental*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM. 1971
- Suranto.2009. Tesis: *Hubungan Kesehatan mental dengan Motivasi Belajar dengan Kedisiplinan Siswa kelas XI di SMANegeri Purbalingga*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- Ngalim Purwanto. 2011. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Sardiman. 2012. *Interaksi dan Motivasi Belajar-Mengajar*. Jakarta: Rajawali Press.
- Suharsimi Arikunto. 1997. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rnika Cipta.
- Beni Ahmad Saebani, Kadar Nurjaman. 2013. *Manajemen Penelitian*. Bandung: Pustaka Setia.