

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **4.1. Temuan Umum**

##### **4.1.1. Latar Belakang Historis**

Mts Cerdas Murni Tembung Madrasah di bawah pengawasan Kementerian Agama dan Departemen Pendidikan Nasional. Madrasah berada di lingkungan masyarakat yang berstatus sosial ekonomi dan terdapat toko-toko yang berada di sekitar sekolah. Hal ini menjadikan adanya sosial budaya masyarakat yang bermacam dan berdampak akan pola pikir dan perbuatan yang maju dan dapat menunjang proses pembelajaran. Adapun batas-batas lokasi MTs Cerdas Murni Tembung, yaitu:

1. Bagian selatan ditandai dengan Jalan Beringin Pasar VII Tembung
2. Bagian timur ditandai dengan pemakaman warga
3. Bagian barat ditandai dengan rumah warga
4. Bagian utara ditandai dengan gang sekitar lingkungan rumah warga

Berdasarkan fakta sejarah bangsa Indonesia, secara general dan masyarakat Sumatera Utara khususnya, bahwa selama 350 tahun dijajah oleh kolonials Belanda kemudian oleh bangsa Jepang 3,5 tahun hingga berakhirnya perang Dunia ke II. Akhirnya puncak perjuangan bangsa Indonesia ditandai dengan di umumkan Proklamasi Kemerdekaan Republik Indonesia pada tanggal 17 Agustus 1945. Sebagai yang dijajah sebelum kondisi sosial, budaya, ekonomi, dan khususnya keagamaan yang sangat memprihatinkan dari sarana Pendidikan yang sangat minim karena penjajahan yang tetap menginginkan terus berlanjutnya kebodohan. Kurangnya sarana Pendidikan di Kabupaten Deli Serdang dan di Kecamatan Percut Sei Tuan khususnya dimana dalam tempat ini tidak dapat menampung minat anak-anak usia sekolah, apalagi sekolah lanjutan yang umumnya berada di kota Medan tentu akan meningkatkan biaya transportasi bagi orang tua apalagi kondisi ekonomi yang rendah dan sulit bagi masyarakat untuk melanjutkan Pendidikan anak-anak mereka ke jenjang yang lebih tinggi.

Maka, di awal tahun 2005 didirikan suatu Lembaga Pendidikan dimana Yayasan ini didirikan oleh Bapak H. Adlin dengan membeli tanah yang mana di atasnya ada bangunan rumah di jalan Beringin pasar VII Tembung dengan biaya yang cukup besar. Awalnya sekolah ini ditujukan untuk tingkat SMA pada pagi hari dan Madrasah Diniyah pada sore hari. Pada tahun ajaran 2006/2007 dibukalah tingkat SMA yang berjumlah 106 orang, dan Madrasah Diniyah berjumlah 80 orang.

Selanjutnya dikembangkan pada tahun 2008/2009 dengan membuka Madrasah Tsanawiyah (MTs) dengan jumlah siswa yang mendaftar sebanyak 89 orang (44 Lk 45 Pr). Sejalan dengan perkembangannya, maka masyarakat menuntut dan mengharapkan dibuka juga SMP. Maka tanggal 18 Juli tahun pelajaran 2009/2010 dibuka tingkat SMP dengan jumlah murid sebanyak 71 orang (36 Lk 35 Pr). Pada tahun pelajaran 2011/2012 dibuka juga tingkat SMK untuk jurusan Komputer dan Jaringan dengan jumlah siswa 64 orang (35 Lk 29 Pr) dengan nomor izin operasional: 421/6251/PDM/2009.

Tetapi, disini pendataan pada MTs Cerdas Murni. Nama Madrasah ialah Madrasah Tsanawiyah Cerdas Murni. Madrasah ini beralamatkan di Jl. Beringin Pasar VII Tembung No. 33, Hutan, Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara. Madrasah ini dipimpin oleh kepala sekolah yaitu bapak Sumarlan, S.Pd. Sekolah ini dibawah naungan pengurus yayasan, dan Departemen Pendidikan Nasional/Kemenag Deli Serdang.

#### 4.1.2. Profil MTs Swasta Cerdas Murni Tembung

NO	IDENTITAS	KETERANGAN
1	Nama Madrasah	MTs Cerdas Murni
2	No. Statistik Madrasah	121.212.07.0096
3	NPSM	10264245
4	Telepon/HP	061-7384039
5	Alamat Madrasah	Jl. Beringin Pasar VII Tembung No. 33
6	Kelurahan	Tembung

7	Kecamatan	Percut Sei Tuan
8	Kabupaten	Deli Serdang
9	Provinsi	Sumatera Utara
10	Kode Pos	20371
11	Tahun Berdiri	2008
12	Status Madrasah	Swasta
13	Status Akreditasi	A
14	No SK Akreditasi Terakhir	860/BANSM/PROVSU/XII/2018
15	Tahun Operasional	2015
16	Waktu Belajar	Pagi Hari
17	KKM	Sudah Terbentuk
18	Status dalam KKM	Anggota KKM
19	Komite Madrasah	Sudah Terbentuk
20	Penyelenggara Madrasah	Yayasan
21	Nama Penyelenggara	Adlin Murni
22	Luas Tanah	4069 M
23	Luas Bangunan	1931 m <sup>2</sup>

#### 4.1.3. Visi, Misi dan Tujuan MTs Swasta Cerdas Murni Tembung

**Visi** dari penyelenggaraan pendidikan di Madrasah Tsanawiyah Swasta Cerdas Murni Tembung adalah “Terwujudnya Siswa Yang Berilmu Pengetahuan Dan Berakhlak Mulia, Serta Mengamalkan Ajaran Agamanya.”

**Misi** MTs Cerdas Murni Tembung yaitu :

- a. Menciptakan pembelajaran yang efektif, efisien dan kondusif.
- b. Melaksanakan berbagai kegiatan pengembangan diri.
- c. Mengikuti berbagai kompetisi.
- d. Mengembangkan kebiasaan berbahasa Inggris 2 hari dalam satu minggu.
- e. Melaksanakan sistem komputerisasi di sekolah.

- f. Mengadakan berbagai kegiatan keagamaan di sekolah.
- g. Mengembangkan budaya 4 S (Sapa, Salam, Senyum dan Sopan Santun).

**Tujuan** MTs Cerdas Murni Tembung yaitu :

- a. Meningkatkan kualitas dan kuantitas lulusan yang dapat diterima di jenjang pendidikan yang berkualitas (umum dan agama).
- b. Meningkatkan rata-rata nilai UN di atas 5, 50
- c. Mengembangkan potensi akademik dan non akademik peserta didik
- d. Memberikan keterampilan hidup yang dapat dimanfaatkan oleh peserta didik dalam kehidupan sehari-hari di masyarakat.
- e. Mewujudkan kehidupan yang religius di lingkungan madrasah yang ditandai oleh perilaku shaleh, ikhlas, tawadhu, kreatif dan mandiri.
- f. Mefasilitasi pengembangan profesi pendidik dan tenaga kependidikan.
- g. Mengembangkan model pembelajaran yang mengintegrasikan imtaq dan iptek.
- h. Melaksanakan komputersasi administrasi madrasah.
- i. Terciptanya budaya 4 S (Sapa, Salam, Senyum, dan Sopan Santun)

#### 4.1.4. Jumlah Guru MTs Cerdas Murni Tembung

Jumlah seluruh guru/staff MTs Cerdas Murni Tembung yaitu sebanyak 30.

NO.	Nama	L/P	Jabatan	Mata Pelajaran	TMT Awal Mengajar	TMT MTs	Status	Pendidikan Terakhir
1	Sumarlan, S.Pd	L	Kepala Sekolah	MATEMATIKA	2003	2008	GTY	S 1
2	Rita Wahyuni, S.Pd	P	Wakabid Kurikulum	SENI BUDAYA	2005	2010	GTY	S 1
3	Zaddatun Hawai, MA	P	Wakabid Kesiswaan	BAHASA ARAB	2004	2008	GTY	S 2
4	Muhammad Zainuddin, S.Ag	L	Wali Kelas VIII-D	FIQH	2003	2008	GTY	S 1
5	Yeny Nasril, MA	P	Guru	AKIDAH AKHLAK	2005	2008	GTY	S 2

6	Erny, S.Pd	P	Guru	IPA	1998	2008	GTY	S 1
7	Sumarwan, S.Pd	L	Ka. Lab. Komputer	TIK	2005	2009	GTY	S 1
8	Dra. Nur Kamaliah, S.Pd.I	P	Wali Kelas VII-A	TAHFIZ QUR'AN	2005	2010	GTY	S 1
9	Riza Zuwinasari Tambunan, S.Pd	P	Wali Kelas VIII-A	BAHASA INDONESIA	2004	2008	GTY	S 1
10	Sri Yanti, S.Pd	P	Guru	IPS	2002	2008	GTY	S 1
11	Revan ED, SH	L	Wali Kelas IX-B	PKN	1994	2008	GTY	S 1
12	Buyah Pasaribu, S.Pd	L		SKI				
13	Fahriza Ramadani Hasibuan, S.Pd	P		MATEMATIKA				
14	Nurul Huda, S.Pd	P	Wali Kelas VIII-B	BAHASA INGGRIS	2017	2017	GTY	S 1
15	Abdul Agus Nst, S.Pd	L	Guru	IPS	2006	2008	GTY	S-1
16	Maryam Fajar Pebriani, S.Pd	P	Wali Kelas VII-B	MATEMATIKA	2013	2018	GTY	S-1
17	Drs. Amrin	L	Guru	BAHASA INGGRIS	1996	2019	GTY	S-1
18	Luqmanul Hakim, S.Pd	L	Guru	IPA	2014	2018	GTY	S-1
19	Putra Ramadhan S.Kom.	L		TIK				
20	Tho'at Stiadhy, S.Pd	L		TAHFIZ QUR'AN				
21	Fil Erwin Lubis, S.Pd	L	Guru	PENJAS	2012	2019	GTY	S-1
22	Nurhanifah Harahap, S.Pd	P	Wali Kelas VII-C	BAHASA INDONESIA	2014	2019	GTY	S-1
23	Syawaluddin Ahmad Harahap, S.Pd	L	Guru	BK	2019	2019	GTY	S-1
24	Radinal Akbar Mardi Chaniago, S.E.I	L	KTU			2019	PTY	S-1
25	Tengku Azmir Ardiansyah	L	Pegawai			2017	PTY	SMK
26	Catur Handayani Pradipta, S.Sos	P	Pegawai			2019	PTY	S-1
27	Rahmadani	P	Pegawai			2013	PTY	SMK
28	Pariun	L	Satpam			2008	PTY	SMU
29	Muhammad Saputra	L	Petugas Kebersihan			2009	PTY	SMP
30	Irawan	L	Petugas Kebersihan			2018	PTY	SMP

Berdasarkan data tenaga pendidik tersebut, diidentifikasi bahwasanya total seluruh guru/tenaga pendidik di MTs Cerdas Murni berjumlah 23 orang yang terdiri dari guru laki-laki sebanyak 12 orang, guru perempuan yang sebanyak 11 orang, dan MTs Cerdas Murni memiliki Staf yang berjumlah 7 orang 4 diantaranya staf pegawai, satu satpam dan 2 petugas kebersihan. Pendidik di MTs Cerdas Murni Tembung juga telah mengajar berdasarkan Pendidikan terakhirnya. Tetapi, ada guru yang mengajar dua bidang mata pelajaran, yakni Ibu Zaddatun

#### 4.1.5. Data Peserta Didik MTs Cerdas Murni Tembung

peserta didik merupakan elemen yang penting didalam prosesi kegiatan belajar-mengajar di sebuah Lembaga Pendidikan. Adapun data peserta didik di MTs Cerdas Murni Tembung antara lain:

Tabel 4.1  
Data Peserta Didik

Kelas	Jumlah Peserta Didik		Jumlah
	Laki-Laki	Perempuan	
VII	43	39	82
VIII	32	47	79
IX	38	51	89
<b>Total</b>			<b>250</b>

#### 4.1.6. Sarana dan Prasarana MTs Cerdas Murni Tembung

Sarana dan prasarana ialah hal terpenting dalam terlaksananya proses lembaga Pendidikan agar proses pembelajaran dapat terlaksana secara efektif. Adapun sarana dan prasana sebagai salah atu faktor pendukung aktivitas belajar mengajar di MTs Cerdas Murni ialah sebagai berikut:

Tabel 4.2 Sarana dan Prasarana MTs Cerdas Murni

No.	Nama	Jumlah Ruang	Kondisi
1.	Ruang Kepala Madrasah	1	Baik
2.	Ruang Guru	3	Baik

3.	Ruang Kelas	7	Baik
4.	Ruang Tata Usaha	1	Baik
5.	Laboratorium IPA	1	Baik
6.	Laboratorium Komputer	1	Baik
7.	Laboratorium Bahasa	1	Baik
8.	Perpustakaan	1	Baik
9.	Ruang UKS	1	Baik
10.	Ruang Bimbingan dan Konseling	1	Baik
11.	Toilet Guru	3	Baik
12.	Toilet Siswa	7	Baik
13.	Aula	1	Baik
14.	Ruang Osis	1	Baik
15.	Ruang Pramuka	1	Baik
16.	Mushola	1	Baik
17.	Lapangan futsal	1	Baik
18.	Lapangan bola voli	2	Baik
19.	Lapangan bola basket	1	Baik
20.	Lapangan badminton	2	Baik
21.	Pos Satpam	1	Baik
22.	Kantin	1	Baik

Sesuai tabel tersebut bisa diketahui bahwasanya kondisi sarana dan prasarana di MTs Cerdas Murni sudah memenuhi standar dalam Pendidikan dan dalam keadaan baik, serta sudah cukup memadai untuk mendukung terlaksananya kegiatan belajar mengajar secara efektif. Tetapi, Madrasah terus melakukan pemeliharaan sarana dan prasarana yang dibutuhkan sehingga prosesi pembelajaran bisa terjalankan sesuai dengan yang diinginkan.

#### 4.2. Temuan Khusus

Dalam penelitian penelitian yang dilakukan di Mts Cerdas Murni adalah Hubungan Kecemasan Belajar Siswa Pasca Daring Dengan Kesehatan Mental di MTs Cerdas Murni Tembung. Adapun yang menjadi objek penelitian ini ialah siswa kelas X-1 yang berjumlah 15 siswa. Pemilihan subjek sesuai dengan hasil pengamatan dan wawancara dengan guru BK dan hasil pra penelitian. Berikut ialah nama subyek tersebut terlihat pada :

Tabel 4.3 Nama- Nama Subyek

No	Nama	Jenis Kelamin
1.	FD	Laki -Laki
2.	NN	Perempuan
3.	SW	Laki -Laki
4.	NA	Perempuan
5.	HP	Perempuan
6.	DA	Perempuan
7.	SN	Perempuan
8.	MA	Laki -Laki
9.	NA	Perempuan
10.	RE	Laki -Laki
11.	DW	Laki -Laki
12.	TS	Laki -Laki
13.	FP	Laki -Laki
14.	SN	Perempuan
15.	LA	Perempuan

#### 4.2.1. Deskripsi Subyek Awal Penelitian

Teknik pengambilan sampel dilaksanakan dengan teknik *purposive sampling*, yakni teknik pengambilan sampel yang didasari atas suatu penilaian kriteria atau karakteristik khusus. Adapun karakteristik yang diambil dari sampel yaitu sesuai jenis kelamin, sebab laki-laki dan perempuan mempunyai tingkat kecemasan yang berbeda. Sampel yang dipakai pada penelitian ini ialah sebanyak 15 siswa dari siswa/i.

#### 4.2.2. Data Demografi

Data demografi dalam penelitian ini mencakup usia, jenis kelamin, pekerjaan orang tua, pendidikan orang tua, usia orang tua. Karakteristik responden sesuai dengan pekerjaan orang tua dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.4  
Distribusi Frekuensi Data Demografi Berdasarkan Pekerjaan Orang Tua,  
Pendidikan Orang Tua, Usia Orang Tua, Usia Anak, Jenis Kelamin Anak

No	Data Demografi Responden	Frekuensi	Persentasi (%)
1	<b>Pekerjaan Orang Tua</b>		
	Guru	7	50%
	Karyawan	5	30%
	Wiraswasta	3	20%
	<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>
2	<b>Pendidikan Orang Tua</b>		
	SLTP	2	13,3%
	SLTA	5	33,3%
	Sarjana	8	53,3%
	<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>
	<b>Usia Orang Tua</b>		

	40	8	53,3%
3	46	5	33,3%
	50	2	13,3%
	<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>
	<b>Usia Anak</b>		
4	14 Tahun	13	80%
	15 tahun	2	20%
	<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>
	<b>Jenis kelamin</b>		
5	Laki-Laki	9	70%
	Perempuan	6	30%
	<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan data demografi di atas diperoleh bahwa mayoritas pekerjaan Orang tua responden pada penelitian ini adalah Guru, sebanyak 7 responden (50%). Kemudian mayoritas pendidikan terakhir responden adalah Sarjana sebanyak 8 responden (53,3%), umur orang tua responden dalam penelitian ini dominan berumur 40 tahun berjumlah 8 responden (53,3%), umur responden dominan berumur 14 tahun berjumlah 13 orang (80%), dan jenis kelamin responden mayoritas laki-laki berjumlah 9 orang (70%) di MTs Cerdas Murni Tembung.

### 4.2.3. Deskripsi Variabel Penelitian

Variabel kecemasan belajar (X) dan variabel kesehatan mental (Y) di Mts Cerdas Murni di gambarkan penyebaran hasil penelitian dengan cara kategorial dari masing-masing variabel yang diteliti dan dideskripsikan. Sesuai jawaban angket yang diberikan peneliti menyusun daftar distribusi frekuensi atas jawaban variabel X dan Y yang adalah daftar yang didapati dari hasil jawaban atas angket dengan skala nilai berikut:

$$\begin{aligned} \text{Interval} &= \frac{\text{nilai tertinggi}-\text{nilai terendah}}{\text{Jarak terendah}} \\ &= \frac{4}{4-1} \\ &= 0.75 \end{aligned}$$

Sesuai dengan hasil perhitungan di atas, maka didapati batas interval sebesar 0,75 dan dapat dikelompokkan sebagaimana pada tabel berikut:

Kategori penilaian jawaban penelitian skala kecemasan belajar dan kesehatan mental.

Tabel 4.5

Kategori penilaian jawaban penelitian kecemasan belajar

Interval	Kategori
1.00-1.75	Kurang Baik
1.76-2.50	Cukup Baik
2.51-3.25	Baik
3.26-4.00	Sangat Baik

#### 4.2.4. Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas pada penelitian ini memakai perumusan Kolmogorov Smirnov dengan aplikasi *SPSS versi 25 for windows*. Dasar pengambilan keputusan pada uji normalitas jika nilai signifikan  $> 0,05$ , maka dinyatakan bahwasanya varian dua atau lebih kelompok populasi data

#### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		15
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.92342668
Most Extreme Differences	Absolute	.129
	Positive	.129
	Negative	-.095
Test Statistic		.129
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan hasil uji normalitas diidentifikasi nilai signifikan  $0,200 > 0,05$  maka bisa kesimpulan bahwasanya kedua variabel yaitu kecemasan belajar dan kesehatan mental mempunyai distribusi data normal.

#### 4.2.5. Hasil Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan mengidentifikasi apakah variabel-variabel yang diuji mempunyai korelasi yang linear ataupun tidak dengan signifikan. Uji linearitas pada penelitian ini memakai uji linearitas garis regresi pada *SPSS versi 25 for windows*. Landasan pengambilan keputusan linearitas ialah apabila  $\text{sig} > 0,05$  maka variabel mempunyai hubungan yang linear. Sebaliknya bila  $\text{sig} < 0,05$ , maka tak terdapat hubungan yang linear. Hasil uji linear bisa diperhatikan pada tabel 4.5 di bawah ini:

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
KESEHATAN MENTAL * KECEMASAN BELAJAR	Between Groups	(Combined)	3114.667	12	259.556	8.557	.109
		Linearity	2835.972	1	2835.972	93.494	.011
		Deviation from Linearity	278.695	11	25.336	.835	.661
	Within Groups	60.667	2	30.333			
	Total		3175.333	14			

Hasil uji linearitas Diviation From Linearity diperoleh  $0,661 > 0,05$ . Sebab nilai signifikan lebih besar daripada 0,05 maka dengan begitu bisa simpulan bahwasanya adanya hubungan yang linear antara skala kecemasan belajar (X) dengan kesehatan mental (Y) dalam penelitian ini.

#### Uji Regresi Linier Variabel X dan Variabel Y

ANOVA<sup>a</sup>

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2835.972	1	2835.972	108.638	.000 <sup>b</sup>
	Residual	339.362	13	26.105		
	Total	3175.333	14			

a. Dependent Variable: KESEHATAN MENTAL

b. Predictors: (Constant), KECEMASAN BELAJAR

Sesuai tabel tersebut bisa dipahami bahwasanya nilai  $F_{Hitung} = 108.638$  dengan tingkat signifikansi sebesar  $0.000 < 0.05$ , maka model regresi bisa digunakan guna memprediksikan variabel partisipasi ataupun dipahami dengan adanya pengaruh variabel kecemasan belajar (X) terhadap variabel kesehatan mental (Y).

#### Uji Nilai Korelasi Antara Variabel X dan Variabel Y

### Model Summary<sup>b</sup>

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.945 <sup>a</sup>	.893	.885	5.109

a. Predictors: (Constant), KECEMASAN BELAJAR

b. Dependent Variable: KESEHATAN MENTAL

Tabel di atas mengartikan besarnya nilai korelasi atau hubungan (R) yakni sebesar 0.945. Dari output itu, koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,893, yang memiliki makna bahwasanya pengaruh variabel bebas (kecemasan belajar) terhadap variabel terikat (kesehatan mental) adalah sebesar 89.3%.

#### 4.2.6. Hasil Analisis Norma Kategorisasi

Peneliti memberikan skor skala kesehatan mental dan tingkat kecemasan siswa dengan kriteria sebagai berikut:

- 1) Menentukan skor tertinggi dan skor terendah

$$\text{Skor maksimal } 4 \times 30 = 120$$

$$\text{Skor minimal } 1 \times 30 = 30$$

- 2) menghitung mean ideal (M) yaitu  $\frac{1}{2}$  ( skor tertinggi + skor terendah )

$$M = \frac{1}{2} (120 + 30)$$

$$= \frac{1}{2} (150)$$

$$= 75$$

- 3) menghitung standar deviasi (SD) yaitu  $\frac{1}{6}$  (skor tertinggi- skor terendah)

$$SD = \frac{1}{6} (120-30)$$

$$= \frac{1}{6} (90)$$

$$= 15$$

Batas antara kategori tersebut adalah  $(M+1SD) = (75 + 15) = 90$  dan  $(M-1SD) = (75-15) = 60$

Kategori untuk Skala Kesehatan Mental dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 4.6 Kategori Skala Kesehatan Mental

Batas (Interval)	Rumus	Kategori
Skor < 60	< (M-1SD)	Kurang
$60 \leq \text{Skor} < 90$	(M-1SD) s/d (M+1SD)	Cukup
Skor $\geq 90$	>(M+1SD)	Baik

#### Skala Kecemasan Belajar

- 1) Menentukan skor tertinggi dan skor terendah

$$\text{Skor maksimal } 4 \times 30 = 120$$

$$\text{Skor minimal } 1 \times 30 = 30$$

- 2) menghitung mean ideal (M) yaitu  $\frac{1}{2}$  ( skor tertinggi + skor terendah )

$$M = \frac{1}{2} ( 120 + 30 )$$

$$= \frac{1}{2} ( 150 )$$

$$= 75$$

- 3) menghitung standar deviasi (SD) yaitu  $\frac{1}{6}$  (skor tertinggi- skor terendah)

$$SD = \frac{1}{6} (120-30)$$

$$= \frac{1}{6} (90)$$

$$= 15$$

Batas antara kategori tersebut adalah  $(M+1SD) = (75 + 15) = 90$  dan  $(M - 1SD) = (75 - 15) = 60$

Kategori untuk Skala Kecemasan Belajar dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 4.7 Kategori Skala Kecemasan Belajar

Batas (Interval)	Rumus	Kategori
Skor < 60	< (M-1SD)	Ringan
Skor 60	(M-1SD)	Sedang

$60 \leq \text{Skor} < 90$	(M-1SD) s/d (M+1SD)	Berat
$\text{Skor} \geq 90$	$>(M+1SD)$	Panik

### Distribusi Frekuensi Kecemasan Belajar

#### KECEMASAN BELAJAR

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RINGAN	2	13.3	13.3	13.3
	SEDANG	1	6.7	6.7	20.0
	BERAT	10	66.7	66.7	86.7
	PANIC	2	13.3	13.3	100.0
	Total	15	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi diketahui bahwa tingkat kecemasan belajar siswa pasca daring dapat diketahui sebanyak 15 responden yang menjawab dengan kriteria kecemasan belajar ringan ada 2 responden (13.3%), kriteria sedang 1 responden (6.7%), kriteria berat 10 responden (66.7%), dan kriteria panic yaitu ada 2 responden (13.3%).

#### KESEHATAN MENTAL

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	KURANG	2	13.3	13.3	13.3
	CUKUP	11	73.3	73.3	86.7
	BAIK	2	13.3	13.3	100.0
	Total	15	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel frekuensi dapat diketahui bahwa kesehatan mental siswa yaitu dengan kriteria baik ada 2 responden yang menjawab (13.3%), kriteria cukup ada 11 responden yang menjawab (73.3%) dan dengan kriteria kurang ada 2 responden (13.3%).

#### 4.2.7. Uji Korelasi (Hipotesis Penelitian)

Pengujian hipotesis ada tahapan yang akan mewujudkan keputusan, yakni keputusan diterima ataupun ditolak hipotesis itu. Hipotesis analisis korelasi diterangkan dalam wujud hipotesis penelitian atau hipotesis statistik. Pengujian hipotesis dilakukan guna memperlihatkan ada atau tidaknya mengetahui sejauh mana hubungan kecemasan belajar dengan kesehatan mental pada siswa di Mts Cerdas Murni. Makin tinggi tingkat kecemasan belajar maka makin tinggi pula kesehatan mentalnya. Begitupun sebaliknya, semakin rendah tingkat kecemasan belajar maka makin rendah pula tingkat kesehatan mentalnya. Pengujian hipotesis ini memakai *SPSS 25 for windows* dapat dilihat pada tabel berikut:

Pengambilan keputusan dalam korelasi ini adalah:

		KECEMASAN BELAJAR	KESEHATAN MENTAL
KECEMASAN BELAJAR	Pearson Correlation	1	.945**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	15	15
KESEHATAN MENTAL	Pearson Correlation	.945**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	15	15

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

1. Apabila nilai signifikan  $< 0,05$  maka ini dinyatakan berkorelasi
2. Apabila nilai signifikan  $> 0,05$  maka dinyatakan tidak berkorelasi

Tabel 4.8 Pedoman Pemberian Interpretasi Koefisien Korelasi

No	Interval koefisien	Ketinggian hubungan
1	0,00 - 0,199	Sangat Rendah
2	0,20 – 0,399	Rendah
3	0,40 – 0,599	Sedang

4	0,60 – 0799	Kuat
5	0,80 – 1,000	Sangat Kuat

Korelasi antara kecemasan belajar dengan kesehatan mental pada tabel diatas menghasilkan nilai .945 yang berarti memiliki nilai hubungan dalam level korelasi kuat karena berada pada interval koefisien 0,80 – 1,000 dan juga pada hasil uji hipotesis didapati hasil nilai yaitu positif. Arti dari positif adalah semakin tinggi tingkat kecemasan belajar (X) maka kesehatan mental akan naik (Y). Kemudian hasil signifikansi diperoleh 0,000 dimana nilai signifikansi berbanding  $< 0,05$  yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan belajar dengan kesehatan mental. Koefisien korelasi tersebut mengidentifikasi bahwa terbuhtinya hipotesis adanya hubungan kecemasan belajar dengan kesehatan mental selama pembelajaran pasca daring siswa di Mts Cerdas Murni Tembung.

### 4.3. Pembahasan Penelitian

Pada bab ini, dapat diuraikan hasil penelitian berdasarkan karakteristik responden tingkat hubungan kecemasan belajar siswa pasca daring dengan kesehatan mental di Mts Cerdas Murni Tembung. Berdasarkan analisis yang telah dilakukan dengan program *SPSS versi 25*, didapati hasil korelasi antara kecemasan belajar dengan kesehatan mental sebesar .945 yang dimana korelasi tersebut bersifat positif. Dari hasil tabel distribusi frekuensi melalui pengisian kuesioner oleh siswa dan siswi di Mts Cerdas Murni didapat dari 15 responden yang menjawab dengan kriteria kecemasan belajar ringan ada 2 responden (13.3%), kriteria sedang ada 1 responden (6.7 %), kriteria berat ada 10 responden (66.7%), dan kriteria panik yaitu ada 2 responden (13.3%). Tingkat kecemasan ini disebabkan karena adanya perubahan kebiasaan lama dengan perubahan baru, dari pembelajaran tatap muka kemudian ke pembelajaran online dan kembali lagi ke pembelajaran secara tatap muka. Dalam hal ini, pembelajaran secara *online* merupakan hal yang baru, baik bagi siswa, guru maupun orangtua sehingga membutuhkan waktu yang cukup lama untuk beradaptasi.

Peralihan proses pembelajaran dari metode *daring* ke metode *luring* atau tatap muka juga dapat menimbulkan permasalahan baik itu berupa dari segi finansial maupun psikososial. Salah satunya menimbulkan kecemasan *post traumatic* dan *stress disorder* pada masa pasca pandemi. Salah satu upaya yang dapat dilakukan dengan beradaptasi kebiasaan baru untuk meningkatkan kesehatan jiwa.

Berdasarkan fakta, bahwa pembelajaran secara online menimbulkan berbagai permasalahan mulai dari kejenuhan hingga tekanan yang memicu kondisi kecemasan belajar tersebut bila langsung terus menerus akan berdampak buruk pada psikologis siswa bahkan mengakibatkan *learning loss* saat pembelajaran tatap muka dimulai. Survei yang dilakukan oleh Gerakan Sekolah Menyenangkan menemukan bahwa 70% peserta didik yang menjalani pembelajaran jarak jauh selama pandemi mengalami emosi negative. Karena banyaknya tugas yang diberikan tidak sebanding dengan waktu pengerjaannya merupakan pemicu kecemasan pada peserta didik. Hal tersebut dapat memberikan dampak negative ketika mereka memulai transisi kembali ke sistem pembelajaran tatap muka.

Ketika telah beradaptasi dengan pembelajaran *online* kemudian kembali lagi ke pembelajaran tatap muka. Pembelajaran tatap muka merupakan model pembelajaran yang konvensional, yang berupaya untuk menyampaikan pengetahuan kepada peserta didik yang mempertemukan guru dengan siswa dalam suatu ruangan untuk belajar yang memiliki karakteristik yang terencana, yang berorientasi pada tempat (*place-based*) dan interaksi sosial. Adapun dari perubahan itu memberikan dampak negative yang menyebabkan kecemasan pada siswa yaitu masih canggung untuk beradaptasi kembali dengan teman yang lainnya, karena sudah nyaman dengan belajar online. Beberapa siswa juga merasa cemas karena takut tidak biasa menerima materi yang disampaikan oleh guru secara maksimal, karena mereka akan merasa berbeda yang awalnya pembelajaran secara online menjadi *luring*. Sehingga banyak siswa yang mengalami cemas ketika menghadapi pembelajaran tatap muka kembali dimulai.

Diantaranya juga takut akan tidak naik kelas dan mendapatkan hasil nilai yang tidak memuaskan. (Eko Putra, 2020).

Sistem pembelajaran yang berganti ini membuat siswa tidak dapat fokus saat pembelajaran sedang berlangsung karena siswa sudah terbiasa dengan pembelajaran daring. Perubahan sistem pembelajaran mengharuskan pendidik untuk melakukan pembaruan pembelajaran yang penting dan dasar supaya pembelajaran dapat terlaksanakan dengan baik. Berubah-ubahnya sistem pembelajaran seperti ini membuat hasil belajar siswa menurun karena adanya proses transisi dan selama ini pembelajaran dominan ke guru maka dari itu siswa menjadi pasif ketika pembelajaran berlangsung.

Siswa yang melakukan kembali pembelajaran tatap muka dapat merasakan kecemasan atau kurang memahami materi yang disampaikan oleh guru karena terdapat kekurangan pembelajaran materi disekolahan. Kecemasan merupakan suatu keadaan kekhawatiran, dimana siswa merasakan bahwa sesuatu yang tidak menyenangkan atau hal buruk akan segera terjadi. Siswa yang masuk sekolah tatap muka sampai sekarang harus memehuni protokol kesehatan seperti memakai masker, membawa *hand sanitizer*, dan mencuci tangan. Siswa juga membutuhkan motivasi dari orang tua dan guru untuk dapat mengurangi rasa cemas seiring dengan berjalannya pembelajaran tatap muka kembali berlangsung agar siswa tersebut bisa mengendalikan rasa cemas dalam pembelajaran tatap muka lebih nyaman.

Pada tingkat kecemasan ringan, persepsi dan perhatian individu meningkat dari biasanya. Pada tingkat kecemasan yang sedang, persepsi individu lebih memfokuskan hal yang penting saat itu saja dan mengesampingkan hal yang lainnya. Pada tingkat kecemasan yang berat/tinggi, persepsi individu menjadi turun, hanya memikirkan hal yang kecil saja dan mengabaikan yang lainnya, sehingga individu tidak dapat berfikir dengan tenang (Hurlock, 2010).

Tingkat kecemasan sedang yang dialami oleh siswa dipengaruhi oleh beberapa aspek diantaranya aspek perilaku seperti gelisah, ketegangan fisik, menghindar dan sangat waspada, aspek kognitif seperti perhatian terganggu,

konsentrasi memburuk, hambatan berpikir dan takut pada gambaran visual, aspek afektif seperti gelisah, tegang, gugup, ketakutan, kekhawatiran dan kecemasan (Muyasaroh, 2020).

Tingkat kecemasan berat sangat mengurangi persepsi individu, dimana individu cenderung untuk memusatkan perhatian pada sesuatu yang terinci dan spesifik, dan tidak dapat berfikir tentang hal yang lain. Semua perilaku ditunjukkan untuk mengurangi ketegangan. Individu memerlukan banyak arahan untuk dapat memusatkan pada suatu area lain ditandai dengan sulit berfikir, penyelesaian masalah buruk, takut, bingung, menarik diri, sangat cemas, kontak mata buruk, berkeringat banyak, bicara cepat, rahang menegang, menggertakkan gigi, mondar mandir dan gemetar.

Tingkat panik dari suatu kecemasan berhubungan dengan ketakutan dan teror, karena individu mengalami kehilangan kendali. Orang yang mengalami panik tidak mampu melakukan sesuatu walaupun dengan pengarahan, panik melibatkan disorganisasi kepribadian, dengan panik terjadi peningkatan aktivitas motorik, menurunnya kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain, persepsi yang menyimpang dan kehilangan pemikiran yang tidak dapat rasional. (Stuart, 2007: 134)

Mengelola kecemasan dapat dilakukan dengan cara menyelidiki dan menyeleksi tentang informasi yang diterima dengan melakukan kegiatan yang menyenangkan. Melakukan olahraga dan meditasi juga bagus untuk mengurangi gangguan kecemasan.

Kesehatan mental adalah kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan diri sendiri, dengan orang lain, maupun masyarakat serta lingkungan dimana ia hidup. Pengertian ini lebih luas dan bersifat umum, karena dihubungkan dengan kehidupan secara keseluruhan. Kesanggupan untuk menyesuaikan diri akan membawa orang kepada kenikmatan hidup dan terhindar dari kecemasan, kegelisahan, dan ketidakpuasan. Disamping itu, ia penuh dengan semangat hidup untuk dapat menyesuaikan diri dengan diri sendiri (Ardani, 2020: 154).

Kesehatan mental merujuk pada kesehatan seluruh aspek perkembangan seseorang, baik fisik maupun psikis. Kesehatan mental juga meliputi upaya-upaya dalam mengatasi stress, ketidak mampuan dalam menyesuaikan diri, bagaimana hubungan dengan orang lain, serta berkaitan dengan keputusan.

Kesehatan mental anak dapat mempengaruhi hasil belajar ataupun prestasi anak, dikarenakan terbukti bahwa dengan adanya kondisi mental yang sehat maka seorang anak dapat belajar dengan baik sehingga hasil yang didapatkan dalam belajarnya akan baik pula. Hal ini berbeda jika kesehatan mental anak kurang baik, maka proses belajarnya akan terganggu sehingga hasil belajarnya akan mengalami menurun.

Jika seorang pelajar menjaga kesehatan fisik maupun mentalnya dalam kaitannya mencari ilmu, karena belajar membutuhkan kesiapan fisik maupun mental yang sehat agar berhasil dengan baik serta harus selalu menjaga kesehatannya dengan menjauhi hal-hal yang dapat menggangukannya. Adapun cara-cara menjaga kesehatan baik fisik maupun mental dapat dilakukan dengan melakukan aktifitas sehari-hari dengan penuh semangat dan dalam kondisi yang siap.

Berdasarkan data yang didapat melalui pengisian kuesioner oleh siswa dan siswi di Mts Cerdas Murni didapat dari 15 responden yang menjawab dengan kriteria kesehatan mental kriteria baik ada 2 responden yang menjawab (13.3%), kriteria cukup ada 11 responden yang menjawab (73.3%) dan dengan kriteria kurang ada 2 responden menjawab (13.3%).

Dapat ditarik kesimpulan bahwa didapat dari uji korelasi antara kecemasan belajar dengan kesehatan mental yaitu menghasilkan nilai .945 yang berarti memiliki nilai hubungan dalam level korelasi kuat karena berada pada interval koefisien 0,80 – 1,000 dan juga pada hasil uji hipotesis didapati hasil nilai yaitu positif. Arti dari positif adalah semakin tinggi tingkat kecemasan belajar (X) maka kesehatan mental akan naik (Y). Kemudian hasil signifikansi diperoleh 0,000 dimana nilai signifikansi berbanding  $< 0,05$  yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan belajar dengan kesehatan mental. Koefisien korelasi

tersebut mengidentifikasi bahwa terbukti hipotesis adanya hubungan kecemasan belajar dengan kesehatan mental selama pembelajaran pasca daring siswa di Mts Cerdas Murni.

#### **4.4. Keterbatasan Peneliti**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, ada beberapa keterbatasan yang dialami. Beberapa keterbatasan penelitian tersebut antara lain:

1. Keterbatasan penelitian yaitu waktu yang diberikan oleh pihak sekolah sangatlah singkat sehingga peneliti harus dengan cepat dan buru-buru dalam mengumpulkan dan mencari data data yang dibutuhkan dalam penelitian dikarenakan siswa akan melaksanakan ujian.
2. Keterbatasan penelitian yaitu tempat penelitian yang terlalu jauh dari tempat peneliti sehingga peneliti membutuhkan waktu yang cukup untuk mencapai lokasi penelitian dan peneliti bisa lebih memfokuskan pada masalah yang akan diteliti.