
Kontribusi Dukungan Orang Tua terhadap Kesehatan Mental Siswa SMA

Farida Anastika & Soeharto

Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Sebelas Maret
email: farida_anastika@gmail.com

Abstract. This research is descriptive quantitative. The sample is the eleventh grader in total of 155 students. The data are collected through questionnaire. Data analysis for the first and second hypotheses are done through *One Tail Test* t-test with the left party; while for the third hypothesis, the regression analysis using SPSS is utilized. The results show that: (1) the level of student mental health was considered high, (2) the level of parental support to the students is considered high, (3) the contribution of parental support to the student mental health is up to 25.5 %.

Keywords: *parental support, student mental health*

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa yang penuh dengan kesukaran dan persoalan, karena dalam fase ini remaja sedang berada dalam masa peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa. Orang tua mempunyai peranan penting dalam membantu remaja menghadapi kesukaran dan persoalan yang dihadapinya dalam proses menuju dewasa.

Beberapa orang tua yang memainkan peranan dengan baik dalam mendidik remaja maka akan mengajari remaja untuk mengenal peran-perannya dalam proses menuju dewasa, diantaranya adalah dengan mengajarnya bertanggung jawab, atau memberikan kepercayaan dan arahan dalam usaha mereka untuk memenuhi kebutuhan. Ada juga beberapa orang tua yang terlalu membebaskan sehingga remaja kemudian terjerumus dalam pergaulan bebas, akan tetapi ada juga orang tua yang terlalu mengekang sehingga remaja kemudian memberontak dan pada akhirnya justru melampiaskannya pada hal negatif yang merugikan. Hubungan remaja dengan orang tua inilah yang paling sering dihadapi remaja sehingga menyulitkannya untuk beradaptasi dengan lingkungannya.

Kemampuan remaja untuk menyesuaikan diri akan berakibat terhadap kesehatan mentalnya, sesuai dengan pendapat Kartono (1980) bahwa ciri pokok kepribadian yang sehat mentalnya adalah mampu untuk menyesuaikan diri secara harmonis, baik terhadap diri sendiri maupun dengan lingkungannya. Jadi remaja yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan diri sendiri dan lingkungannya maka remaja tersebut tidak sehat mental.

Kesehatan mental remaja dapat tercermin dari bentuk-bentuk penyesuaian dirinya dengan lingkungan keluarga, masyarakat, dan juga sekolah. Kesehatan mental siswa di sekolah bisa terlihat dari bagaimana siswa menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolahnya, termasuk mentaati tata tertib, memiliki interaksi sosial yang bagus dengan teman-temannya, disiplin, mandiri, berperilaku santun, bertanggung jawab dan mengetahui kemampuan dirinya dengan baik.

Kesehatan mental siswa dipengaruhi oleh beberapa faktor yang terbagi menjadi faktor internal dan eksternal. Faktor eksternal ini berasal dari lingkungan sosial siswa, diantaranya adalah peranan orang tua dalam mendidik siswa. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan orang tua turut mempengaruhi kesehatan mental siswa. Tracy (Gilbert & Robert, 2009) menjelaskan bahwa, "dukungan sosial merujuk kepada suatu tindakan yang dilakukan oleh orang lain untuk membantu individu". Berdasarkan pendapat tersebut dapat dimengerti bahwa dukungan orang tua berarti segala tindakan orang tua yang dilakukan untuk membantu anaknya. Bantuan ini bisa terdiri dari beragam bentuk yang fungsional dan bermanfaat bagi kondisi emosional dan juga memberikan pengaruh pada perilaku anak.



Berdasarkan hasil wawancara dengan Guru Bimbingan dan Konseling menunjukkan bahwa masih ada siswa yang tidak sehat mental. Tidak sehatnya mental terlihat dengan masih adanya siswa yang sering melanggar tata tertib sekolah, datang terlambat, interaksi sosialnya kurang baik, berkelahi dengan teman, berperilaku tidak etis, dan tidak bertanggung jawab dengan tugas-tugas sekolahnya. Padahal di sekolah ini sudah diselenggarakan layanan Bimbingan dan Konseling dan sudah diberikan layanan-layanan yang dapat membantu siswa untuk memelihara kesehatan mental dan terhindar dari tidak sehat mental, sehingga seharusnya siswa-siswa ini memiliki mental yang sehat. Tidak sehatnya mental siswa ini diduga disebabkan karena tidak adanya dukungan orang tua terhadap siswa sehingga siswa tidak mampu menyesuaikan diri dengan sekolahnya.

Jadi keberadaan layanan Bimbingan dan Konseling yang telah berlangsung sejak lama dengan materi yang memadai seharusnya dapat membantu siswa-siswa memiliki mental yang sehat. Akan tetapi pada kenyataannya dilapangan masih ada siswa-siswa yang menunjukkan perilaku tidak sehat mental. Hal tersebut menunjukkan adanya suatu kesenjangan yang jelas dari keadaan yang seharusnya dengan kenyataannya.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode penelitian yang berpusat pada masalah yang masih aktual pada masa ini, yakni mengenai kontribusi dukungan orang tua terhadap kesehatan mental siswa kelas XI SMA Negeri di Sukoharjo. Data yang digunakan dalam penelitian ini dikumpulkan menggunakan instrumen yang kemudian dianalisis dengan statistik.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan uji hipotesis pertama menunjukkan bahwa kesehatan mental siswa tergolong tinggi. Nilai t_{hitung} yang diperoleh adalah sebesar 26,538 dengan signifikansi 0,000, karena $t_{hitung} > t_{tabel}$ yaitu $26,538 > 1,66$, maka dapat diartikan bahwa kesehatan mental siswa berada dalam kategori rendah (interval 27-67) ditolak. Hal tersebut dikarenakan berdasarkan hasil analisis variabel kesehatan mental siswa rata-rata skor yang diperoleh siswa adalah ≥ 68 yaitu berada pada interval 68-108 (kategori tinggi).

Pada penelitian ini kesehatan mental siswa tergolong tinggi diduga karena orang tua siswa telah berperan cukup optimal dalam menciptakan mental yang sehat bagi anaknya sehingga siswa dapat menyesuaikan diri dengan diri sendiri dan lingkungannya dengan baik. Orang tua telah memberikan kepercayaan bagi siswa untuk menjadi seperti yang diinginkan dan bertanggung jawab terhadap pilihannya sehingga siswa tumbuh menjadi remaja yang memiliki pengalaman yang cukup untuk menyelesaikan permasalahan hidup yang biasa terjadi.

Berdasarkan uji hipotesis kedua menunjukkan bahwa dukungan orang tua siswa tergolong tinggi. Nilai t_{hitung} yang diperoleh adalah sebesar 7,107 dengan signifikansi 0,000. Karena $t_{hitung} > t_{tabel}$ yaitu $7,107 > 1,66$ maka dapat diartikan bahwa dukungan orang tua siswa berada dalam kategori sedang (interval 50-74) ditolak. Hal tersebut dikarenakan berdasarkan hasil analisis variabel dukungan orang tua siswa rata-rata skor yang diperoleh siswa adalah ≥ 75 yaitu berada pada interval 75-100 (kategori tinggi).

Pada penelitian ini dukungan orang tua siswa tergolong tinggi dimungkinkan karena siswa merasa orang tuanya telah memberikan dukungan sosial dengan baik, antara lain diwujudkan dengan adanya perhatian terhadap aktivitas yang dilakukannya, mempedulikan kondisi fisik dan psikisnya, memberikan arahan dan informasi yang dibutuhkan, memberikan fasilitas yang memadai, serta memberikan cukup waktu untuk mendampingi mereka. Peran orang tua terutama dalam memberikan dukungan terhadap anaknya terlihat cukup optimal dan siswa juga melihat orang tuanya sebagai sumber dukungan yang penting. Siswa menyadari bahwa segala bentuk dukungan sosial yang diberikan oleh orang tuanya baik berupa dukungan emosional, instrumental, informasi, penghargaan, maupun kelompok sangat berguna untuk dirinya sehingga benar-benar dimanfaatkan oleh siswa untuk membantunya menyelesaikan permasalahan yang dihadapi.

Berdasarkan penghitungan yang telah dilakukan pada pengujian hipotesis ketiga dapat disimpulkan bahwa hipotesis ketiga diterima, yaitu ada kontribusi yang signifikan dari dukungan orang tua terhadap kesehatan mental siswa. Hal tersebut ditunjukkan dari hasil uji regresi diperoleh nilai F_{hitung} Anova sebesar 52,352 dengan taraf signifikansi sebesar 0,000, karena nilai F_{hitung} lebih dari nilai F_{tabel} yaitu $52,352 > 3,90$ maka dapat disimpulkan bahwa ada kontribusi yang signifikan dari dukungan orang tua terhadap kesehatan mental siswa diterima.

Kontribusi dukungan orang tua terhadap kesehatan mental siswa dapat digambarkan dengan persamaan regresi yaitu $Y=47,701+0,452X$. Sementara sumbangan variabel X (dukungan orang tua siswa) terhadap variabel Y (kesehatan mental siswa) yang diperoleh adalah sebesar 25,5%. Artinya 25,5% kesehatan mental siswa dipengaruhi oleh dukungan oleh orang tua yang diberikan kepada anaknya. Sedangkan sisanya sebesar 74,5% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

SIMPULAN

Berdasarkan analisis data dan pembahasan dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa. Kesehatan mental siswa kelas XI SMA Negeri di Sukoharjo termasuk dalam kategori tinggi. Dukungan orang tua terhadap siswa termasuk dalam kategori tinggi. Ada kontribusi yang signifikan antara dukungan orang tua terhadap kesehatan mental siswa. Kontribusi dukungan orang tua terhadap kesehatan mental siswa tersebut adalah sebesar 25,5%. Berdasarkan hasil penelitian tentang kontribusi dukungan orang tua terhadap kesehatan mental siswa yang telah dilaksanakan, berikut implikasi dari penelitian ini antara lain. Kesehatan mental siswa berada pada kategori tinggi, maka perlu terus dipertahankan agar tetap optimal. Dukungan orang tua siswa berada pada kategori tinggi, maka perlu terus dipertahankan agar tetap optimal. Dukungan orang tua siswa memberikan kontribusi terhadap kesehatan mental siswa. Dukungan orang tua siswa dapat digunakan untuk memprediksi kesehatan mental siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Gilbert & Robert. (2009). *Buku Pintar Pekerja Sosial Jilid 2*. Jakarta: Gunung Mulia.
Kartono, K. (1980). *Mental Hygiene (Kesehatan Mental)*. Bandung: Alumni.