

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak menuju masa kedewasaan. Masa remaja ini memiliki keadaan jiwa yang masih labil dan mengalami kegoncangan, daya pemikiran abstrak, logik dan kritik mulai berkembang, ( Ahyadi, 1988:51). Disamping itu, masa remaja ini merupakan masa mencari identitas diri, mencari konsep dan falsafah hidup yang dikehendakinya.

Menurut Zakiyah Darajat ( 1982:28), remaja adalah suatu tingkat umur dimana anak-anak tidak lagi anak, akan tetapi belum dapat dipandang dewasa. Jadi usia remaja adalah usia yang menjembatani antara umur anak-anak dan umur dewasa. Sebagian para ahli Ilmu jiwa berpendapat bahwa orang dinamakan remaja bila ia berusia 13-21 tahun.

Pada masa ini, terjadi perubahan-perubahan yang sangat menonjol dialami oleh remaja bersangkutan. Perubahan tersebut meliputi perubahan kematangan fungsi-fungsi rukhaniyah dan jasmaniyah, atau dalam bidang fisik, sosial dan personal, sehingga nantinya menimbulkan perubahan yang drastis pula pada tingkah laku remaja bersangkutan.

Dalam menghadapi berbagai macam perubahan ini, tidak semua remaja dapat melaluinya dengan tenang dan mudah, tapi mereka memerlukan bantuan dari pihak orang tua dan orang dewasa pada umumnya. Remaja sangat membutuhkan bantuan dari luar, mereka tidak mampu menghadapi semua

masalah dan dorongan-dorongan serta kebutuhan jiwanya. Di sinilah pentingnya bimbingan dan bantuan dari orang tua, guru atau orang dewasa lainnya, yang dapat memahami masalah yang sedang mereka hadapi.

Remaja merupakan salah satu komponen penting dalam perwujudan masa depan bangsa. Dengan kata lain, kemajuan suatu bangsa, bermartabat tidaknya suatu bangsa di masa depan sangat bergantung pada kualitas sumber daya manusia khususnya remaja. Remaja yang baik bukan hanya dilihat dari segi fisik saja tetapi juga dilihat dari segi moral, emosi, sosial, intelektual, dan agamanya. Pribadi remaja yang baik diharapkan dapat terwujud melalui pencapaian kesadaran beragama sehingga remaja mengetahui gambaran mengenai keimanan, rasa dan sikap keberagamaan pada dirinya yang terorganisir dalam sistem mental remaja.

Bagi remaja, mewujudkan perilaku yang mantap dan sesuai dengan lingkungan bukanlah suatu hal yang mudah. Kondisi fisik, kemajuan teknologi dan lingkungan terutama keluarga mempunyai pengaruh yang cukup besar dalam proses pembentukan perilaku yang sesuai dengan tuntutan lingkungan.

Kekosongan rohaniyah dalam diri remaja memberikan peluang munculnya berbagai problema yang kompleks, baik bersifat personal maupun sosial, keadaan ini akan berdampak kepada suasana psikologisnya. Suasana psikologis tersebut, seperti: perasaan cemas, khawatir yang berlebihan, perasaan terasingkan dari lingkungan, penyimpangan moral dengan pola perilaku tertentu. Keyakinan agama yang terbentuk pada diri remaja dapat dijadikan patokan sampai sejauh mana remaja memiliki *sense of responsibility* dalam menghadapi tekanan

psikologis yang dihadapinya, sehingga remaja mampu menghindari pengaruh negatif yang datang dari luar.

Sejumlah penelitian yang dilakukan terhadap para remaja menunjukkan kecenderungan revolusi perilaku remaja dalam masalah seks. Hasil survei *Synovate Research* tentang perilaku seksual remaja (15 - 24 tahun) di kota Jakarta, Bandung, Surabaya dan Medan, September 2004 menunjukkan 44% responden mengaku mereka sudah pernah punya pengalaman seks di usia 16-18 tahun sementara 16% lainnya mengaku pengalaman seks itu sudah mereka dapat antara usia 13-15 tahun (<http://dunia.pelajar-islam.or.id>). Penelitian Rita Damayanti (2007) menunjukkan, dari 8.941 orang pelajar di 119 SMA atau yang sederajat di Jakarta, sekitar 5% nya telah melakukan perilaku seks pranikah.

Di samping perilaku di atas, banyak penelitian yang menunjukkan tingkat kecenderungan merokok yang dilakukan oleh remaja semakin meningkat. *Tobacco Survey* menunjukkan dari 2074 responden pelajar Indonesia usia 15 – 20 tahun, 43,9% (63% pria) pernah merokok. Koalisi untuk Indonesia Sehat (KuIS), mengumumkan perilaku merokok di kalangan remaja putri dan wanita muda di Indonesia dimulai dari siswi SMP (usia 13-15 tahun) dan SMA (usia 16-19 tahun), serta mahasiswi (usia 20-25 tahun) di Jakarta dan Sumatera Barat. (<http://lifestyle.okezone.com>).

Seperti telah dijelaskan sebelumnya, kesadaran beragama pada fase remaja merupakan isu utama pada masa remaja, mereka yang tidak mempunyai keasadaran akan keberagamannya akan mengalami mental yang tidak sehat. Mental yang tidak sehat ini mengakibatkan perasaan tidak nyaman ketika beribadah,

kurang memiliki rasa percaya diri dalam beribadah, dan kurang memahami akan keberagamaannya.

Gambaran remaja tentang tuhan dengan sifat- sifatnya merupakan bagian dari gambarannya terhadap alam dan lingkungannya serta dipengaruhi oleh perasaan dan sifat dari remaja itu sendiri. Keyakinan agama pada remaja merupakan interaksi antara dia dengan lingkungannya. Misalnya, kepercayaan remaja akan kekuasaan tuhan menyebabkannya pelimpahan tanggung jawab atas segala persoalan kepada tuhan, termasuk persoalan masyarakat yang tidak menyenangkan, seperti kekacauan, ketidakadilan, penderitaan, kezaliman, persengkataan, penyelewengan dan sebagainya yang terdapat dalam masyarakat akan menyebabkan mereka kecewa pada tuhan, bahkan kekecewaan tersebut dapat menyebabkan memungkiri kekuasaan tuhan sama sekali.

Perasaan remaja kepada Tuhan bukanlah tetap dan stabil, akan tetapi adalah perasaan yang yang tergantung pada perubahan- perubahan emosi yang sangat cepat, terutama pada masa remaja awal. Kebutuhan akan tuhan misalnya, kadang- kadang tidak terasa jika jiwa mereka dalam keadaan aman, tentram dan tenang. Sebaliknya, tuhan sangat dibutuhkan apabila mereka dalam keadaan gelisah, karena menghadapi musibah atau bahaya yang mengancam ketika ia takut gagal atau merasa berdosa.

Orientasi pendidikan yang cenderung melupakan dimensi nilai akan sangat merugikan siswa baik secara individual ataupun secara kolektif. Siswa akan mengalami perkembangan intelektualitas yang tidak seimbang dengan kesehatan mentalnya, sehingga melahirkan sosok yang kurang peduli dengan lingkungan

sekitarnya. Dampaknya, siswa akan mudah tergelincir dalam praktik pelanggaran moral karena sistem nilai yang seharusnya menjadi standar dan patokan dalam berperilaku sehari-hari belum menjadi bagian bagi dirinya.

SMAN 1 Kutawaluya karawang merupakan sekolah yang senantiasa meningkatkan kualitas dan kuantitasnya. Oleh karenanya, segala potensi yang ada pada diri siswa terus menerus dikembangkan, baik intelektualitas maupun kesehatan mentalnya. Salah satunya melalui pemberian bimbingan yang ditujukan untuk membantu siswa mengembangkan individu siswa secara utuh dan menyeluruh, yaitu segala aspek tugas perkembangan yang harus dicapai.

Berdasarkan informasi yang didapatkan dari guru BK di lapangan selama pelaksanaan program latihan profesi, diketahui terdapat banyak siswa yang mengalami kebingungan dalam kesadaran beragama sehingga memunculkan perilaku merasa kurang memahami dan meyakini atas apa yang dilakukan ketika beribadah oleh siswa-siswi SMAN 1 Kutawaluya Karawang, seperti pemahaman tentang kecenderungan remaja untuk mengambil pengaruh dari luar kedalam masalah-masalah keagamaan, seperti *bid'ah*, *khurafat* dan kepercayaan-kepercayaan lainnya.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, maka rencana penelitian ini diberi judul “**Hubungan Antara Kesadaran Beragama Dengan Kesehatan Mental Siswa** (Penelitian terhadap Siswa Kelas XI di SMAN 1 Kutawaluya Karawang Tahun Pelajaran 2012-2013).

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana gambaran kesadaran beragama pada siswa kelas XI SMAN 1 Kutawaluya Karawang ?
2. Bagaimana gambaran kesehatan mental pada siswa kelas XI SMAN 1 Kutawaluya Karawang ?
3. Bagaimana hubungan antara kesadaran beragama dengan kesehatan mental pada siswa kelas XI SMAN 1 Kutawaluya Karawang ?

## **C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian**

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan:

1. Memperoleh gambaran kesadaran beragama pada siswa kelas XI SMAN 1 Kutawaluya Karawang.
2. Memperoleh gambaran kesehatan mental pada siswa kelas XI SMAN 1 Kutawaluya Karawang .
3. Memperoleh gambaran tentang kesadaran beragama dengan kesehatan mental pada siswa kelas XI SMAN 1 Kutawaluya Karawang.

Sedangkan kegunaan dari penelitian ini adalah :

1. Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu Bimbingan dan Konseling, hasil penelitian dapat memperkaya temuan tentang Bimbingan dan Konseling dalam masalah kesadaran beragama dengan kesehatan mental siswa.

2. Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai hubungan kesadaran beragama agama dengan kesehatan mental siswa bagi konselor sebagai pijakan dalam memberikan bantuan. Dan bagi sekolah, diharapkan dapat memberikan masukan, menguatkan dan memperkaya konsep tentang hubungan antara kesadaran beragama dengan kesehatan mental dalam konteks bimbingan dan konseling.

#### **D. Kerangka Pemikiran**

Kesadaran beragama adalah kondisi dimana seseorang mempunyai dorongan kemauan untuk melakukan sesuatu yang tumbuh dari dirinya sendiri tanpa harus adanya stimulus yang terus menerus (Muhaimin, 1994:43). Ada atau tidak adanya stimulus ia tetap melakukan sesuatu yang telah disadari bahwa memang sesuatu itu harus dilakukan.

Kesadaran adalah totalitas dari pengalaman-pengalaman mental seseorang, bagian dari diri sendiri yang sadar akan ide-ide, tindakan-tindakan di sekitar lingkungannya. Adapun yang dimaksud kesadaran beragama adalah bagian atau segi agama yang hadir dalam pikiran yang merupakan aspek mental dari aktivitas agama (Daradjat, 1970:3). Kesadaran beragama ini merupakan kajian dari psikologi agama, yaitu mempelajari kesadaran beragama pada seseorang yang pengaruhnya terlihat dalam kelakuan dan tindakan agama dalam hidupnya.

Cakupan dari kesadaran beragama adalah sebagai berikut :

1. Berbagai macam emosi yang menjalar di luar kesadaran yang ikut menyertai kehidupan beragama orang biasa (umum), seperti rasa lega, dan

tentram sehabis sembahyang, perasaan pasrah kepada Allah ketika mengalami kesedihan dan kekecewaan yang bersangkutan

2. Perasaan dan pengalaman seseorang secara individual terhadap Tuhannya, misalnya rasa tenteram dan kelegaan batin.
3. Mempelajari, meneliti dan menganalisis pengaruh kepercayaan akan adanya hidup sesudah mati (akhirat) pada tiap-tiap orang.
4. Kesadaran dan perasaan orang terhadap kepercayaan yang berhubungan dengan surga dan neraka serta dosa dan pahala yang turut memberi pengaruh terhadap sikap dan tingkah lakunya dalam kehidupan.
5. Pengaruh penghayatan seseorang terhadap ayat-ayat suci dengan kelegaan batinnya, (Jalaluddin, 1997:16).

Dari cakupan di atas, jelas bahwa kesadaran beragama pada seseorang akan terlihat dari kelakuan dan tindak agama orang itu dalam hidupnya. Dengan kata lain, kesadaran beragama merupakan proses keberagamaan seseorang yang dirasakan dan dialami melalui penyadaran diri secara jujur dan objektif.

Adapun Indikator dari kesadaran beragama pada siswa kelas XI dilihat dari berbagai aspek sebagai berikut :

Aspek	Indikator
Pengetahuan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mempunyai pemahaman mengenai nilai-nilai (ruang lingkup) ajaran berbagai agama</li> <li>- Mempunyai perbandingan nilai-nilai keyakinan antar agama</li> </ul>



Aktivitas	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Berinisiatif untuk mencari informasi mengenai nilai berbagai ajaran agama</li> <li>- Melakukan aktivitas untuk meningkatkan pemahaman yang mendalam tentang nilai-nilai agama</li> </ul>
Pertimbangan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mempunyai kemampuan untuk mempertimbangkan berbagai alternatif ajaran agama</li> <li>- Mempunyai kemampuan untuk menyadari konsekuensi dari alternatif ajaran agama</li> </ul>
Keinginan membuat keputusan sejak dini	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mempunyai kejelasan arah mengenai ajaran agama yang dianut</li> <li>- Menentukan keputusan mengenai ajaran agama yang dianut</li> </ul>
Pengetahuan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mengetahui tentang nilai-nilai ajaran agama yang dianut</li> <li>- Mampu mengartikulasikan mengenai ajaran agama yang dipilih</li> </ul>
Aktivitas	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Melaksanakan ajaran agama dengan benar berdasarkan pedoman yang telah dikaji dan dipelajari secara mendalam</li> <li>- Terlibat dalam kegiatan agama yang dianutnya</li> </ul>
Nada emosi	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Merasa percaya diri dengan ajaran agama yang diyakininya</li> <li>- Merasa tenang dengan pilihan ajaran agama yang</li> </ul>

diyakini

Identifikasi dengan orang lain - Mempunyai tokoh panutan yang nyata dalam agama yang penting yang diyakininya

- Mengidentifikasi diri sesuai dengan tokoh panutannya

Proyeksi diri ke masa depan - Mempunyai rencana masa depan yang rasional berdasarkan ajaran agama yang diyakininya

- Konsisten terhadap ajaran agama yang diyakini

Daya tahan terhadap goncangan - Tetap setia dengan keyakinan agamanya

- Teguh pendirian terhadap keyakinan agamanya dari berbagai cobaan dan gangguan

Adanya kesadaran beragama pada diri seseorang dapat mewujudkan keselarasan dan ketentraman hati, tingkah laku dan sikapnya akan mengarah pada hal-hal yang positif dan produktif. Di dalam kesadaran beragama seseorang terkandung nilai-nilai keagamaan yang mempengaruhi gejala jiwanya secara individu dan rahasia, (Munadi Ardi, 1998:10)

Seseorang dikatakan memiliki kesadaran dalam melakukan sesuatu perbuatan, apabila dilandasi oleh kemauan diri sendiri, bukan terpaksa oleh karena adanya dorongan orang lain. Kemauan itu sendiri merupakan salah satu fungsi hidup kejiwaan manusia, dapat diartikan sebagai aktivitas psikis yang mengandung usaha aktif dan berhubungan dengan pelaksanaan suatu tujuan.

Ciri-ciri kemajuan dikemukakan oleh Drs. Mahfudh Shalahuddin (1991:133-134), sebagai berikut :

- a. Gejala kemauan merupakan dorongan dari dalam yang khusus dimiliki oleh manusia. Maka kemauan merupakan dorongan yang disadari dan dipertimbangkan.
- b. Gejala kemauan berhubungan erat dengan satu tujuan kemauan mendorong timbulnya perhatian dan minat, serta mendorong gerak aktivitas kearah tercapainya suatu tujuan.
- c. Gejala kemauan sebagai pendorong timbulnya perbuatan kemauan yang didasarkan atas berbagai pertimbangan, baik akal/pikiran yang menentukan benar salahnya, menentukan baik buruknya atau halus tidaknya perbuatan manusia.
- d. Dalam kemauan tidak hanya terdapat pertimbangan pikiran dan perasaan saja, melainkan seluruh pribadi memberikan pertimbangan, pengaruh dan corak pada perbuatan kemauan.
- e. Pada perbuatan kemauan bukanlah tindakan yang bersifat kebetulan, melainkan perbuatan yang disengaja dan terarah pada tercapainya suatu tujuan.
- f. Bahwa kemauan menjadi unifaktor atau pemersatu dari semua tingkah laku manusia dan mengkoordinasikan segenap fungsi kejiwaan menjadi bentuk kerjasama yang supel harmonis.

Adanya kemauan, tentunya dipengaruhi oleh beberapa hal yang mendorongnya, diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Keadaan fisik, adalah pengaruh yang berhubungan dengan kondisi jasmani

2. Keadaan materi, maksudnya bahan-bahan, syarat-syarat dan alat-alat yang diperguna untuk melaksanakan keputusan kemauan.
3. Keadaan lingkungan, apakah keputusan kemauan dapat dilaksanakan dalam lingkungan tertentu, apakah lingkungan dapat membantu atau sebaliknya.
4. Kata hati, adalah memegang peranan penting dalam melaksanakan keputusan kemauan, karena kata hati dapat mengalahkan pertimbangan-pertimbangan yang lain. (Shalahuddin, 1991:135-136)

Dengan demikian, kesadaran beragama adalah sikap kepedulian dan kepekaan seseorang yang didorong oleh rasa ingin tahu, mengerti dan insyaf untuk menjalankan syariat dan nilai-nilai yang terkandung dalam ajaran islam secara menyeluruh (kaffah). Dengan kata lain, kesadaran beragama tidak hanya berkenaan dengan satu sisi, seperti percaya saja kepada Allah tanpa melaksanakan shalat, tapi berhubungan dengan sisi lainnya. Hal ini sejalan dengan Glock dan Stark (ancok, 1995:77), yang mengemukakan dimensi keberagamaan seseorang yaitu mencakup.

1. *Dimensi keyakinan.* Dimensi ini berisi pengharapan-pengharapan di mana orang religius teguh pada pandangan teologis tertentu dan mengakui doktrin-doktrin tersebut. Dalam islam dimensi ini disejajarkan dengan aqidah atau tauhid.
2. *Dimensi praktik agama.* Dimensi ini mencakup perilaku pemujaan, ketaatan dan hal-hal yang dilakukan orang untuk menunjukkan komitmen terhadap agama yang dianutnya. Praktik-praktik keagamaan ini terdiri atas dua kelas penting, yaitu :

- a. *Ritual*, mengacu kepada seperangkat ritus, tindakan keagamaan formal dan praktek-praktek suci yang semua mengharapkan para pemeluk melaksanakan.
  - b. *Ketaatan*, ketaatan dan ritual bagaikan ikan dengan air, meski ada perbedaan penting. Apabila ritual dari komitmen sangat formal dan khas publik, sedangkan ketaatan merupakan tindakan persembahan dan kontemplasi personal yang relatif spontan, informal, dan khas pribadi. Dalam hal ini, islam mensejajarkannya dengan dimensi peribadatan atau syariah.
3. *Dimensi pengalaman*. Dimensi ini berisikan dan memperhatikan fakta bahwa semua agama mengandung pengharapan-pengharapan tertentu, meski tidak tepat jika dikatakan bahwa seseorang yang beragama dengan baik pada suatu waktu akan mencapai pengetahuan subjektif dan langsung mengenai kenyataan akhir (kenyataan terakhir bahwa ia akan mencapai suatu kontak dengan kekuatan supranatural). Dan dalam islam dimensi ini disejajarkan dengan akhlak.
  4. *Dimensi pengetahuan agama*. Dimensi ini mengacu kepada harapan bahwa orang-orang yang beragama paling tidak memiliki sejumlah minimal pengetahuan mengenai dasar-dasar keyakinan, situs-situs, kitab suci dan tradisi-tradisi.
  5. *Dimensi pengalaman atau konsekuensi*. Dimensi ini mengacu pada identifikasi akibat-akibat keyakinan keagamaan, praktik pengalaman, dan pengetahuan seseorang dari hari ke hari.

Dengan kata lain dalam kesadaran beragama tercakup aspek-aspek afektif, konatif, kognitif, dan motorik. Keterlibatan fungsi afektif dan konatif nampak dalam keimanan dan kepercayaan, sedangkan keterlibatan fungsi motorik nampak dalam perbuatan dan gerakan tingkah laku keagamaan. Dalam kehidupan sehari-hari, aspek-aspek tersebut sukar dipisah-pisahkan karena merupakan suatu sistem kesadaran beragama yang utuh dalam kepribadian seseorang.

Kesadaran beragama seseorang secara garis besar dipengaruhi oleh dua faktor intern dan ekstern. Menurut Jalaluddin (1996:213) Faktor Intern meliputi :

1. Faktor Hereditas
2. Faktor Tingkat usia
3. Kepribadian
4. Kondisi kejiwaan

Sedangkan faktor ekstern meliputi :

1. Lingkungan Keluarga
2. Lingkungan Institusional
3. Lingkungan Masyarakat

Menurut Zakiyah Darajat (1975) mental yaitu : “suatu kondisi psikologis yang memungkinkan perkembangan fisik, intelektual dan emosional yang optimal dari seseorang dan perkembangan itu selaras dengan perkembangan orang lain”.

Menurut Schneiders (Yusuf, 2004: 7) mental yaitu : “segala sesuatu pada individu yang berhubungan dengan aspek-aspek psikologis seperti kemampuan dalam menyesuaikan diri”.

Sikun Pribadi (Yusuf, 2004: 8) mengartikan mental sebagai bagian dari kerohanian manusia.

Masa remaja disebut pula sebagai masa *Adolecence*, yang mempunyai arti lebih luas mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik. Menurut Kamus Lengkap Psikologi dari J.P. Chaplin masa ini diartikan sebagai periode antara pubertas dan kedewasaan. Usia yang diperkirakan 12 sampai 21 tahun untuk anak perempuan yang lebih cepat menjadi matang daripada anak laki-laki, dan antara 13 hingga 22 tahun bagi anak laki-laki. Istilah *adolescence* berasal dari kata latin *adolescere* (Kata bendanya, *adolescentia* yang berarti remaja) yang berarti “tumbuh” atau “tubuh menjadi dewasa.” (Hurlock, 1980 : 206). Istilah *adolescence*, seperti yang dipergunakan saat ini mempunyai arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik.

Terkait dengan kematangan mental tersebut, maka kesehatan mental pada usia remaja dapat diartikan sebagai dimensi psikologis remaja yang penuh dengan gejala jiwa sebagai *mood* (suasana hati) dan bisa berubah dengan sangat cepat. Perubahan ini sifatnya drastis dan seringkali dikarenakan beban pekerjaan rumah, pekerjaan sekolah, atau kegiatan sehari-hari di rumah. *Mood* remaja yang mudah berubah-ubah dengan cepat merupakan gejala psikologis yang terkait dengan mentalnya. Zakiyah Darajat (Yusuf, 2004 : 131) mengemukakan bahwa :

Semakin dekat seseorang kepada Tuhan, dan semakin banyak ibadahnya, maka akan semakin tentramlah jiwanya, serta semakin mampu menghadapi kekecewaan dan kesukaran dalam hidup. Demikian pula

sebaliknya, semakin jauh seseorang dari agama akan semakin sulit baginya untuk mencari ketentraman batin.

Hasil penelitian Richard dan Bergin (Yusuf, 2007: 23-24 pada tahun 2004 mengenai pengaruh agama terhadap kesehatan fisik dan mental menunjukkan individu yang memiliki komitmen yang kuat dalam melaksanakan ajaran agama lebih memiliki penyesuaian psikologis, memiliki perilaku sosial yang sehat, dan terhindar dari gangguan jiwa dibandingkan orang yang kurang taat beragama. Dalam penelitian tersebut juga dijelaskan bahwa hampir 100 penelitian menemukan agama menjadi faktor penghalang, perintang, pencegah penyalahgunaan obat-obatan terlarang, atau meminum minuman keras, baik di kalangan anak-anak, remaja, maupun dewasa.

Menurut Makmun (2004: 109-110) beberapa permasalahan keagamaan yang timbul pada masa remaja adalah bersikap negatif, pandangan dalam hal ketuhanannya menjadi kacau, penghayatan rohaniannya cenderung skeptik (diliputi kewas-wasan) sehingga banyak yang enggan melakukan berbagai kegiatan ritual yang selama ini dilakukannya dengan penuh kepatuhan. Dengan kondisi yang seperti ini, remaja menjadi sangat rentan mudah kehilangan arah tujuan hidupnya sehingga hal tersebut sangat memungkinkan remaja berperilaku menyimpang yang menyebabkan mental yang tidak sehat pada diri remaja.

#### Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental

Menurut Surya (1982:5) kesehatan, mental seseorang ditentukan oleh beberapa kondisi yang mempengaruhinya, yaitu:

a. kepribadian, sebagai organisasi yang unik dalam diri individu, termasuk di



- dalamnya aspek konsep diri, penerimaan diri dan realisasi diri;
- b. kondisi-kondisi fisik, termasuk faktor pembawaan, konstitusi fisik, sistem syaraf, kelenjar, otot-otot, kesehatan, fisik dan sebagainya;
  - c. perkembangan dan kematangan, terutama dalam aspek intelektual, sosial, moral dan emosional;
  - d. kondisi psikologis, termasuk pengalaman, hasil belajar, kebiasaan sikap, frustrasi dan konflik, *self determination*, dan suasana psikologis lainnya;
  - e. kondisi lingkungan dan kultural, keadaan dalam kehidupan keluarga seperti organisasi keluarga, kekompakkan dalam keluarga, keanggotaan dalam keluarga, hubungan anak dengan orang tua dan saudara-saudara. Di samping itu kondisi kultural mempunyai pengaruh yang besar terhadap kesehatan mental;
  - f. kondisi keagamaan (*religi*). Hubungan manusia dengan Tuhan turut serta mempengaruhi kesehatan mental. Dalam kondisi ini termasuk pengetahuan, perbuatan, dan sikap keagamaan.

Adapun Indikator dari kesadaran beragama pada siswa kelas XI dilihat dari berbagai aspek sebagai berikut :

<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>
Pengetahuan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mempunyai pemahaman mengenai nilai-nilai (ruang lingkup) ajaran berbagai agama</li> <li>- Mempunyai perbandingan nilai-nilai keyakinan antar</li> </ul>

	agama
Aktivitas	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Berinisiatif untuk mencari informasi mengenai nilai berbagai ajaran agama</li> <li>- Melakukan aktivitas untuk meningkatkan pemahaman yang mendalam tentang nilai-nilai agama</li> </ul>
Pertimbangan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mempunyai kemampuan untuk mempertimbangkan berbagai alternatif ajaran agama</li> <li>- Mempunyai kemampuan untuk menyadari konsekuensi dari alternatif ajaran agama</li> </ul>
Keinginan membuat keputusan sejak dini	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mempunyai kejelasan arah mengenai ajaran agama yang dianut</li> <li>- Menentukan keputusan mengenai ajaran agama yang dianut</li> </ul>
Pengetahuan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mengetahui tentang nilai-nilai ajaran agama yang dianut</li> <li>- Mampu mengartikulasikan mengenai ajaran agama yang dipilih</li> </ul>
Aktivitas	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Melaksanakan ajaran agama dengan benar berdasarkan pedoman yang telah dikaji dan dipelajari secara mendalam</li> <li>- Terlibat dalam kegiatan agama yang dianutnya</li> </ul>
Nada emosi	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Merasa percaya diri dengan ajaran agama yang diyakininya</li> </ul>

- Merasa tenang dengan pilihan ajaran agama yang diyakininya
- Identifikasi dengan orang lain yang penting - Mempunyai tokoh panutan yang nyata dalam agama yang diyakininya
- Mengidentifikasi diri sesuai dengan tokoh panutannya
- Proyeksi diri ke masa depan - Mempunyai rencana masa depan yang rasional berdasarkan ajaran agama yang diyakininya
- Konsisten terhadap ajaran agama yang diyakini
- Daya tahan terhadap goncangan - Tetap setia dengan keyakinan agamanya
- Teguh pendirian terhadap keyakinan agamanya dari berbagai cobaan dan gangguan

## **E. Langkah-Langkah Penelitian**

### **1. Lokasi penelitian**

Lokasi penelitian dilaksanakan di Jl.Raya Rengasdengklok-Sungaibutu Km.5 Kutawaluya SMAN 1 Kutawaluya Karawang. Sedangkan sampel penelitian ini adalah siswa siswi kelas XI SMAN 1 Kutawaluya Karawang tahun ajaran 2012/2013, Alasan menggunakan kelas XI SMA berdasarkan pada asumsi bahwa mereka sedang berada pada masa krisis kesadaran. Kondisi ini sangat memungkinkan terjadinya suasana kehidupan yang terombang-ambing bila mereka tidak diberi bimbingan dan pengarahan, lebih khususnya dalam pembentukan kesadaran dalam dimensi agama dan kesehatan mental.

## 2. Metode penelitian

Metode adalah suatu cara yang dipergunakan untuk suatu tujuan serta untuk mempermudah dalam membahas dan menyelesaikan karya tulis ini, Pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif yang berbentuk penelitian deskriptif. penelitian deskriptif merupakan metode penelitian yang berusaha menggambarkan dan menginterpretasi objek yang sesuai dengan apa adanya karena penelitian ini tidak menggunakan kontrol atau manipulasi variabel penelitian. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan kesadaran beragama dengan kesehatan mental siswa.

## 3. Jenis Data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis data kuantitatif, dimana data kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data numerikal (angka) yang diolah melalui metode statistika.

## 4. Sumber Data

Sumber data penelitian ini terbagi menjadi dua bagian yaitu :

- a. Data Primer merupakan sumber data utama yang dijadikan rujukan atau referensi dalam penelitian ini, yaitu Siswa kelas XI SMAN 1 Kutawaluya Karawang.
- b. Data Sekunder adalah yaitu data yang diperoleh dari sumber penunjang seperti buku-buku, majalah dan sumber lainnya yang berkaitan dengan peneliti.

## 5. Populasi Dan Sampel

Babbie (Sukardi, 2003: 53) mengutarakan bahwa populasi adalah elemen penelitian yang hidup dan tinggal bersama-sama dan secara teoritis menjadi target hasil penelitian. Berdasarkan pernyataan tersebut maka populasi adalah keseluruhan dari target atau objek penelitian. Populasi dari penelitian ini adalah keseluruhan siswa-siswa kelas XI SMAN 1 Kutawaluya Karawang. Sampel penelitian diambil secara acak (*random sampling*) yaitu semua populasi mempunyai kesempatan yang sama untuk menjadi sampel.

Penentuan sampel penelitian (Arikunto, 2006:134) yaitu sebagai berikut:

Apabila ukuran populasi sebanyak kurang atau sama dengan 100, pengambilan sampel sekurang-kurangnya 50% dari ukuran populasi.

Apabila ukuran populasi sama dengan atau lebih dari 1000, ukuran sampel diharapkan sekurang-kurangnya 15% dari ukuran populasi.

Anggota populasi penelitian ini adalah seluruh siswa-siswi KELAS XI SMAN 1 Kutawaluya Karawang dengan jumlah anggota sebanyak 350 orang. Merujuk pada pendapat di atas, maka penentuan jumlah sampel dapat dirumuskan sebagai berikut:

$$S = 15\% + \frac{1000 - n}{1000 - 100} \times (50\% - 15\%)$$

Dari rumus itu dapat ditetapkan:

$$\begin{aligned}
 S &= 15\% + \frac{1000 - n}{1000 - 100} \times (50\% - 15\%) \\
 &= 15\% + \frac{1000 - 350}{1000 - 100} \times (50\% - 15\%) \\
 &= 15\% + \frac{650}{900} \times (35\%) \\
 &= 15\% + 0,72\% \times (35\%) \\
 &= 15\% + 25,28\% \\
 &= 40,28\%
 \end{aligned}$$

Jadi jumlah sampel yang diambil adalah 40,28% dari jumlah anggota populasi. Dengan demikian jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 40,28% x 350 siswa = 140,9 dibulatkan menjadi 141 siswa. Anggota populasi dan sampel secara rinci dapat diamati pada Tabel di bawah ini:

**Tabel**  
**Anggota Populasi dan Sampel**

No	Kelas	Anggota Populasi	Anggota Sampel
1	XI. IA. 1	43	18
2	XI. IA. 2	41	15
3	XI. IA. 3	43	18
4	XI. IA. 4	41	15
5	XI. IA. 5	43	18
6	XI. IS. 1	47	19
7	XI. IS. 2	46	19
8	XI. IS. 3	46	19
<b>Jumlah</b>		<b>350</b>	<b>141</b>

## 6. Teknik Pengumpulan Data

- a. angket/kuesioner. Data yang dikumpulkan melalui angket ialah data dari hasil observasi di SMAN 1 Kutaawaluya karawang.
- b. Catatan lapangan yang digunakan adalah deskriptif yaitu catatan-catatan tentang apa yang sesungguhnya sedang diamati, yang benar-benar terjadi menurut apa yang diamati dengan alat indra peneliti.

## 7. Analisis Data

Analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik korelasi dengan menggunakan koefisien korelasi linier sederhana yang biasanya dilambangkan dengan huruf  $r$  (untuk sampel) dan (untuk populasi). Ada dua hal yang ditunjukkan oleh koefisien korelasi sederhana yaitu arah dan besarnya hubungan linier antara dua peubah. Arah hubungan dinyatakan dengan tanda aljabar di depan koefisien korelasi. Tanda positif (+) atau tanpa tanda aljabar sama sekali menunjukkan hubungan linier yang positif (searah), sedangkan tanda negatif (-) menunjukkan hubungan linier yang negatif (berlawanan arah). Hubungan positif menunjukkan bahwa skor yang tinggi pada suatu peubah berkaitan dengan skor yang tinggi pula pada peubah lain, dan skor yang rendah berkaitan dengan skor yang rendah pula. Hubungan yang negatif, di lain pihak, menunjukkan keterkaitan skor yang sebaliknya. Hubungan linier yang positif ialah *Kesadaran beragama*, sedangkan hubungan linier yang negatifnya ialah *kesehatan mental siswa*. Besaran koefisien korelasi menunjukkan kuat atau lemahnya hubungan. Secara umum dapat dikatakan bahwa koefisien korelasi yang besar menunjukkan hubungan yang kuat dan sebaliknya (Furqon, 2002:89).