

HUBUNGAN KESEHATAN MENTAL REMAJA DENGAN PRESTASI BELAJAR SISWA DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 3 TAMPAK SIRING

Dewa Ayu Sasmitha Ambar Dhea⁽¹⁾, Ni Wayan Ariyani⁽²⁾, Listina Ade Widya Ningtyas⁽³⁾

⁽¹⁾Prodi D4 Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Denpasar, Indonesia

*email: dheadewayu@gmail.com, ariyaniwayan@gmail.com, ade.widya23@gmail.com

ABSTRAK

Kesehatan mental adalah keadaan dimana perkembangan fisik, intelektual, dan emosional individu meningkat, berkembang dan matang dalam hidup, mengambil tanggung jawab, melakukan penyesuaian, dan menjunjung tinggi norma-norma sosial dan perilaku budaya. prestasi belajar seseorang dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal, salah satu faktor internal tersebut adalah gaya belajar, motivasi, dan lain sebagainya. Selain itu, prestasi belajar dapat didefinisikan sebagai tingkat kemanusiaan yang dimiliki siswa dalam menerima, menolak, dan menilai informasi yang diperoleh dalam proses pembelajaran. Prestasi Belajar juga didefinisikan sebagai kesempurnaan dalam berpikir, merasakan, dan bertindak. Prestasi belajar dikatakan sempurna jika memenuhi tiga aspek, yaitu kognitif, afektif, dan psikomotorik. Jika tidak, prestasi belajar dianggap kurang memuaskan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kesehatan mental remaja dengan prestasi belajar siswa. Jenis Penelitian ini menggunakan uji *cross sectional study*. Sampel yang digunakan sebanyak 112 orang yang ditentukan menggunakan uji hipotesis beda dua proporsi. Data dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi Square*. Hasil analisis univariat menunjukkan hasil menunjukkan bahwa dari 112 siswa di SMP N 3 Tampaksiring sebagian besar memiliki tingkat prestasi dengan kategori baik yaitu sebanyak 85 orang (75,9%) dan sebanyak 27 orang (24,1%) masuk ke kategori tingkat prestasi yang cukup dan sebanyak 72 orang (64,3%) memiliki gangguan pada mental emosional dan sebanyak 40 orang (35,7%) tidak memiliki gangguan mental emosional. Hasil analisis bivariat menunjukkan nilai sebesar 0,032 ($<0,05$). Simpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Kesehatan mental remaja pada siswa terhadap tingkat prestasi belajar mereka disarankan melakukan penyuluhan dan edukasi tentang pentingnya menjaga kesehatan mental.

Kata kunci: Kesehatan Mental, Remaja, Prestasi Belajar

ABSTRACT

Mental health was defined as a state in which an individual's physical, intellectual, and emotional development increased, progressed, and matured in life, enabling them to take responsibility, make adjustments, and uphold social norms and cultural behavior. The purpose of this study was to determine the relationship between adolescent mental health and students' academic achievement. The type of research used in this study was a cross-sectional study. The sample consisted of 112 students, determined using the two-proportion hypothesis test. The data were analyzed univariately and bivariately using the Chi-Square test. The univariate analysis showed that out of 112 students at SMP Negeri 3 Tampaksiring, the majority had a good level of academic achievement, namely 85 students (75.9%), while 27 students (24.1%) were in the

moderate category. Additionally, 72 students (64.3%) were found to have emotional mental health problems, while 40 students (35.7%) did not have such issues. The bivariate analysis showed a p-value of 0.032 (<0.05). The conclusion of this study indicated that there was a significant relationship between adolescent mental health and students' academic performance. It was recommended to conduct health promotion and education activities to raise awareness about the importance of maintaining mental well-being.

Keywords: *Mental Health, Adolescents, Academic Achievement*

PENDAHULUAN

Gangguan mental emosional merupakan suatu keadaan ketika seseorang mengalami tekanan psikologis, mengalami perubahan psikologis pada situasi saat ini, tetapi dapat juga kembali seperti semula di kemudian hari, apabila masalah mental emosional ini tidak diatasi maka akan menimbulkan hambatan pada proses perkembangan remaja (Kamaruddin et al. 2023). Masalah mental emosional merupakan suatu kondisi yang dialami oleh seseorang dan ditandai dengan adanya perubahan emosi, apabila hal tersebut berlangsung terus-menerus, lama-kelamaan akan berubah menjadi suatu kondisi patologis.

Hakikatnya pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya, untuk memiliki potensi spiritual keagamaan, pengendalian diri, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, dan Negara. Peraturan pemerintahan Republik Indonesia pada Undang- Undang Nomor 28 tahun 1990 tentang Sistem Pendidikan Nasional menetapkan bahwa pendidikan dasar diselenggarakan untuk mengembangkan sikap dan kemampuan dengan memberikan pengetahuan dan keterampilan dasar yang diperlukan untuk bersosialisasi dengan masyarakat dan mempersiapkan peserta didik yang memenuhi persyaratan agar dapat mengikuti Pendidikan selanjutnya (Ardiningtyas et al. 2024). Pendidikan merupakan bagian integral dan tidak terpisahkan dari proses penyiapan sumber daya manusia yang berkualitas, tangguh dan terampil.

Prestasi belajar merupakan kemampuan yang diperoleh setelah siswa mendapatkan pengalaman ketika mengikuti suatu pembelajaran. Prestasi belajar meliputi pola tindakan, nilai, pemahaman, sikap, penghayatan, dan keterampilan (Mahyuddin, 2022). Menurut Suwandaru and Hidayat (2021) prestasi belajar seseorang dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal, salah satu faktor internal tersebut adalah gaya belajar, motivasi, dan lain sebagainya. Selain itu, prestasi belajar dapat didefinisikan sebagai tingkat kemanusiaan yang dimiliki siswa dalam menerima, menolak, dan menilai informasi yang diperoleh dalam proses pembelajaran. Prestasi Belajar juga didefinisikan sebagai kesempurnaan dalam berpikir, merasakan, dan bertindak. Prestasi belajar dikatakan sempurna jika memenuhi tiga aspek, yaitu kognitif, afektif, dan psikomotorik. Jika tidak, prestasi belajar dianggap kurang memuaskan. Setiap hasil pembelajaran pasti memiliki standar penilaian. Standar baik atau tidaknya suatu hasil pembelajaran tentu mempunyai standar penilaian tertentu. Berhasil atau tidaknya prestasi pembelajaran dapat diketahui jika sudah memenuhi Kriteria ketuntasan minimal (KKM). Kriteria ketuntasan minimal merupakan tolak ukur selesainya suatu proses belajar mengajar. Siswa yang percaya bahwa mereka dapat dan akan berprestasi di sekolah lebih mungkin untuk berprestasi lebih baik dan terlibat secara adaptif dalam tugas-tugas akademik

dibandingkan siswa yang memiliki persepsi diri negatif dan berharap untuk gagal (Anggraini and Ansyah 2023).

Berdasarkan hasil wawancara awal di SMP N 3 Tampaksiring, Pada hari Kamis, 16 Januari 2025 peneliti melakukan wawancara terhadap wali kelas di 3 kelas yang berbeda. Ditemukan bahwa keseluruhan kelas mengalami penurunan nilai akademik saat UAS, dimana skor atau nilai yang diperoleh siswa dalam berbagai evaluasi dan ujian menunjukkan hasil yang rendah dibandingkan nilai UTS. Pada hasil nilai UTS rata rata nilai yang diperoleh siswa sebesar 85 sampai dengan 92, dan pada hasil penilaian saat UAS mengalami penurunan dimana nilai rata rata siswa kurang lebih sebesar 70 sampai dengan 75, dan ketetapan nilai KKM sebesar 70, meskipun nilai yang diperoleh masih di atas KKM, wali kelas merasa prestasi belajar siswa menurun secara keseluruhan. Fenomena ini menunjukkan adanya penurunan kualitas pemahaman dan penguasaan materi oleh siswa, meskipun masih mencapai standar minimal yang ditetapkan. Sejalan dengan wawancara pada salah satu siswa di SMP N 3 Tampaksiring, siswa mengungkapkan bahwa mereka merasa mengalami penurunan nilai meskipun mereka tidak mengikuti remidi dan berada di ranking yang sama, sehingga hal ini menjadi urgensi dalam penelitian ini.

Prestasi belajar mencerminkan kemampuan siswa dalam memahami, mengingat, dan menerapkan pengetahuan yang diperoleh di sekolah. Siswa dengan prestasi akademik yang baik cenderung memiliki kemampuan kognitif yang optimal, yang memungkinkan mereka untuk berhasil dalam ujian dan tugas-tugas sekolah (Anggraini et al. 2023). Prestasi belajar tidak hanya dipengaruhi oleh faktor intelektual, tetapi juga oleh kondisi psikologis siswa. Masalah kesehatan mental seperti kecemasan, stress, dan depresi dapat mengganggu proses belajar siswa dan mempengaruhi kemampuan mereka untuk fokus dan mengelola tekanan akademik (Lutiyah et al. 2024).

Banyak siswa yang menghadapi kesulitan belajar akibat gangguan mental, yang menyebabkan penurunan motivasi, konsentrasi yang buruk, dan kesulitan dalam mengatur waktu belajar. Menurut Badaruddin and Said (2016) menyebutkan bahwa kesehatan mental memiliki hubungan yang positif dengan prestasi belajar. Kesehatan mental yang baik dapat meningkatkan prestasi belajar, sedangkan kesehatan mental yang lemah dapat menurunkan prestasi belajar. Hal ini sejalan dengan pendapat Setiawati dkk. (2023), bahwa kesehatan mental berpengaruh secara signifikan terhadap hasil belajar. Kesehatan mental merupakan kondisi psikologis dan emosional seseorang yang memungkinkannya berfungsi optimal dalam kehidupan sehari-hari (WHO, 2024). Kesehatan mental dipengaruhi oleh peristiwa dalam hidup yang memengaruhi kepribadian dan perilaku seseorang. Peristiwa-peristiwa ini dapat mencakup stres jangka panjang, memikirkan keadaan, dan kekerasan dalam rumah tangga. Gangguan jiwa atau penyakit jiwa akan muncul jika kesehatan jiwa terganggu (Makagansa et al. 2023).

Tekanan mental dapat mengubah cara seseorang menangani stres, berhubungan dengan orang lain, menentukan pilihan, dan memicu keinginan untuk menyakiti diri sendiri. Beberapa jenis gangguan mental umum termasuk depresi, gangguan bipolar, kecemasan, gangguan stres pasca trauma, gangguan obsesif kompulsif, dan psikosis (Di et al. 2020). Beberapa penyakit mental hanya terjadi pada jenis penderita tertentu.

Menurut data survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 prevalensi masalah Kesehatan jiwa dalam satu bulan terakhir pada Provinsi Bali sebesar 0,3%, pada

kelompok umur 15-24 tahun sebesar 2,8%, pada jenis kelamin perempuan 2,6%, pada jenis kelamin laki laki 1,5%, dan siswa SMP sebesar 2,2% (Kemenkes, 2023).

Tahun 2023 di wilayah Kabupaten Gianyar pada penderita skizofrenia didominasi oleh penderita yang berusia mulai dari 15-59 tahun sebanyak 905 penderita dan 206 penderita berada di atas usia 60 tahun. Pada penderita psikotik akut dengan kondisi serupa didominasi oleh penderita dimulai dari usia 15-59 tahun sebesar 27 orang dan 5 orang dengan usia diatas 60 tahun. Keseluruhan penderita ODGJ (100%) berat atau penderita psikotik aku ini memperoleh pelayanan kesehatan sesuai standar mulai dari pemeriksaan kesehatan jiwa, memberikan informasi dan edukasi, tatalaksana dan pengobatan atau melakukan rujukan bila diperlukan (Profil Kesehatan Gianyar, 2023).

Penelitian serupa telah dilakukan oleh Kibtiyah, Gunadi, and Umam (2023) yang mengkaji Hubungan Kesehatan Mental dan Prestasi Belajar Remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang kuat antara kesehatan mental dan prestasi belajar remaja. Kesehatan mental yang baik akan mendukung prestasi belajar yang baik. Berdasarkan hasil penelitian Astuti (2024) menunjukkan bahwa kesehatan mental harus diprioritaskan dan membutuhkan perawatan terus menerus. Kesehatan mental yang baik akan memengaruhi tindakan dan perilaku seseorang. Kesehatan mental yang baik biasanya juga menyebabkan tindakan dan perilaku yang baik, namun keterbatasan yang masih ditemukan dalam penelitian sebelumnya menjadi celah atau gap dalam penelitian ini.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penelitian ini diberi judul “*Hubungan Kesehatan Mental Remaja Dengan Prestasi Belajar Siswa Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Tampaksiring*”

METODE

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah yaitu *cross sectional study*. Penelitian telah dilaksanakan di wilayah kerja di SMP N 3 Tampaksiring, Kecamatan Tampaksiring, Kabupaten Gianyar, Provinsi Bali dilaksanakan pada Rabu, 16 April 2025. Jumlah sampel pada penelitian ini yaitu 112 responden yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Teknik sampling yang digunakan yaitu *purposive sampling*. Instrumen penelitian interpretasi kuesioner SRQ dengan menjumlahkan jawaban “ya” yang diperoleh dari setiap pengisian pertanyaan kuesioner. Jika didapatkan jawaban “ya” sebanyak enam atau lebih maka responden dikatakan terindikasi gangguan mental emosional atau masalah kesehatan jiwa. Analisa data terdiri dari analisa analisis univariat dan analisa bivariat menggunakan uji statistic parametrik yaitu uji *chi square*.

HASIL**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik**

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia		
13 tahun	15	13,4
14 tahun	60	53,6
15 tahun	37	33,0
Jumlah	112	100,0
Jenis Kelamin		
Perempuan	59	52,7
Laki-Laki	53	47,3
Jumlah	112	100,0

Tabel 1 terlihat bahwa dari 112 siswa di SMPN 3 Tampak Siring, sebagian besar berusia 14 tahun yaitu sebanyak 60 orang (53,6%), dan sebagian besar berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 59 orang (52,7%).

Tabel 2. Gambaran Prestasi

Prestasi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Prestasi		
Sangat Baik	0	0
Baik	85	75,9
Cukup	27	24,1
Kurang	0	0
Jumlah	112	100,0

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 112 siswa di SMPN 3 Tampak Siring sebagian besar memiliki tingkat prestasi yang masuk dalam kategori baik yaitu sebanyak 85 orang (75,9%) dan sebanyak 27 orang (24,1%) masuk ke kategori tingkat prestasi yang cukup.

Tabel 3. Gambaran Kesehatan Mental

Kesehatan Mental	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kesehatan Mental		
Tidak ada gangguan mental emosional	40	35,7
Ada gangguan mental emosional	72	64,3
Jumlah	112	100,0

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 112 siswa di SMPN 3 Tampak Siring sebanyak 72 orang (64,3%) memiliki gangguan pada mental emosional dan sebanyak 40 orang (35,7%) tidak memiliki gangguan mental emosional.

Tabel 4. Hubungan Kesehatan Mental Dengan Prestasi Belajar

Gangguan Mental Emosional	Prestasi Belajar						P value	Keterangan
	Baik		Cukup		Total			
	n	%	n	%	n	%		
Tidak Ada	35	87,5	5	12,5	40	100		
Ada	50	69,4	22	30,6	72	100	0,032	Signifikan
Total	85	75,9	27	24,1	112	100		

Tabel 4 menunjukkan bahwa hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai *p* sebesar 0,032 (<0,05). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara gangguan mental emosional pada siswa terhadap tingkat prestasi belajar mereka.

PEMBAHASAN

1. Gambaran Prestasi Belajar Siswa Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Tampaksiring

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan mengenai gambaran prestasi belajar siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Tampaksiring yang diambil dari hasil nilai raport siswa yang terlampir dalam tabel 3, didapatkan hasil sebagian besar siswa memiliki tingkat prestasi yang masuk dalam kategori baik yaitu sebanyak 85 orang (75,9%) dan sebanyak 27 orang (24,1%) masuk ke kategori cukup.

Prestasi belajar yang tinggi atau rendah terjadi karena beberapa faktor salah satunya faktor internal dan eksternal. Faktor internal ini berasal dari diri siswa salah satunya berupa hilangnya konsentrasi baik segi kesehatan mental serta emosional sedangkan faktor eksternal berasal lingkungan, dukungan sosial siswa. Hal tersebut menunjukkan keadaan yang kurang sehat pada kemampuan belajar dan prestasi belajar siswa. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Ibad, Sehati, and Lestari (2025) yang dilakukan pada siswa Madrasah Tsanawiyah Negeri 4 Kota Surabaya bahwa prestasi belajar memiliki pengaruh yang signifikan dengan kesehatan mental siswa.

Berdasarkan pencapaian signifikansi tersebut maka dapat dijelaskan bahwa kesehatan mental, kebiasaan belajar, dan motivasi berprestasi mempunyai peranan yang cukup besar dalam mewujudkan prestasi belajar siswa Madrasah Tsanawiyah Negeri 4 Kota Surabaya. Hasil tersebut menunjukkan bahwa motivasi berprestasi merupakan variabel yang mempunyai pengaruh paling besar terhadap pembentukan prestasi belajar siswa dibandingkan dengan kesehatan mental dan kebiasaan belajar.

Berdasarkan hasil penelitian ini Astuti (2024) yang sudah dilakukan mengenai kecerdasan emosi dan prestasi akademik maka dapat ditegaskan bahwa kecerdasan emosi berkorelasi secara positif dengan prestasi akademik siswa, semakin tinggi

kecerdasan emosi siswa, maka akan semakin tinggi prestasi akademiknya, sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosi yang dimiliki siswa maka akan semakin rendah prestasi akademiknya. konsep diri akademik dan kecerdasan emosi secara bersama-sama berkorelasi secara positif dan mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap prestasi akademik siswa.

Menurut asumsi peneliti, konsep diri akademik dan kecerdasan emosi berpengaruh terhadap perkembangan dan peningkatan prestasi akademik siswa. Individu yang memiliki konsep diri akademik dan kecerdasan emosi yang positif akan memandang dirinya secara positif, percaya diri dan antusias dalam mencapai prestasi akademik. individu juga mampu menghadapi dan menangani masalah secara cepat dan tepat dalam proses belajar mengajar.

2. Gambaran Kesehatan Mental Siswa Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Tampaksiring

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan mengenai gambaran kesehatan mental siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Tampaksiring yang didapatkan dari hasil pengisian kuesioner oleh responden yang tersaji dalam tabel 4, didapatkan hasil sebanyak 72 orang (64,3%) memiliki gangguan pada mental emosional dan sebanyak 40 orang (35,7%) tidak memiliki gangguan mental emosional.

Hal serupa juga terjadi pada penelitian Lutyah et al (2024) dimana masalah mental emosional dapat dilihat dari total skor kesulitan, dimana yang terbanyak dialami oleh siswa kelas XI SMA Negeri 78 Jakarta adalah gejala emosional, yaitu sebanyak 22 anak (32,4%) berada pada kategori abnormal. Siswa sering mengeluh sakit kepala, sakit perut, atau sakit lainnya yang tidak berkaitan dengan masalah kesehatan fisik, banyak merasa cemas atau khawatir, sering merasa tidak bahagia, sedih, atau menangis, merasa gugup dalam situasi baru, mudah kehilangan rasa percaya diri, sering merasa ketakutan, dan mudah menjadi takut terhadap sesuatu.

Menurut asumsi peneliti, proses remaja menuju dewasa yang secara psikologis ditandai oleh berbagai perubahan emosional, sosial, dan kognitif. Perubahan ini dapat menimbulkan tekanan psikologis yang berpotensi memengaruhi kondisi kesehatan mental siswa secara signifikan. Kesehatan mental yang baik dapat menunjang proses belajar siswa, karena individu yang memiliki stabilitas emosi dan psikologis cenderung mampu berkonsentrasi, memiliki motivasi belajar yang tinggi, serta dapat mengatasi tantangan akademik dengan lebih efektif. Siswa yang memiliki gangguan kesehatan mental seperti stres berlebih, kecemasan, dan depresi ringan dapat menghambat kemampuan belajar dan menurunkan prestasi akademik siswa. Siswa dengan kondisi kesehatan mental yang stabil umumnya menunjukkan hasil belajar yang lebih baik, karena mereka memiliki kemampuan mengatur emosional yang baik, dapat membangun hubungan sosial yang positif, serta mampu beradaptasi dengan lingkungan belajar secara sehat dan produktif. Lingkungan sosial seperti keluarga, teman sebaya, serta guru memiliki peran penting dalam membentuk dan memelihara kesehatan mental siswa, baik melalui dukungan emosional, bimbingan, maupun interaksi yang positif di lingkungan sekolah dan rumah.

Hal ini didukung dari hasil penelitian Makagansa et al (2023) yang mengungkapkan bahwa Kemampuan remaja dalam mengontrol emosi merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kemampuan remaja mengontrol dirinya dari

perilaku yang negatif saat mereka mengalami masalah atau tekanan dalam kehidupannya.

3. Hubungan Kesehatan Mental Siswa Dengan Prestasi Belajar Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Tampaksiring

Hasil uji statistik pada penelitian ini menggunakan uji chi-square yang menunjukkan nilai p sebesar 0,032 ($<0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kesehatan mental pada siswa terhadap tingkat prestasi belajar mereka.

Temuan serupa juga didapat pada hasil penelitian (Yunita tangke, 2021) dimana hasil penelitian dengan 81 responden SMP Katolik Rantepao menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kesehatan mental remaja dengan hasil belajar siswa di SMP Katolik Rantepao. Pada penelitian tersebut menyatakan, semakin baik kesehatan mental, semakin baik juga hasil belajar siswa. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah kesehatan mental maka hasil belajar siswa juga menurun.

Menurut asumsi peneliti, remaja yang berada di jenjang pendidikan sekolah menengah merupakan individu yang sedang mengalami masa transisi perkembangan, di mana perubahan fisik, psikologis, dan sosial berlangsung secara cepat dan kompleks, sehingga rentan mengalami gangguan kesehatan mental seperti stres, kecemasan, dan tekanan emosional yang dapat memengaruhi perilaku serta kinerja akademik mereka di sekolah. Masa ini sering kali menimbulkan tekanan psikologis yang dapat memengaruhi kondisi kejiwaan siswa dan berdampak pada kemampuan mereka dalam mengikuti kegiatan belajar. Kesehatan mental yang terjaga dengan baik berperan penting dalam mendukung keberhasilan akademik, karena siswa yang stabil secara emosional dan psikologis cenderung memiliki fokus yang lebih baik, semangat belajar yang tinggi, serta kemampuan menyelesaikan tugas secara maksimal. Sebaliknya, apabila siswa mengalami gangguan mental, meskipun dalam bentuk ringan seperti stres atau kecemasan, maka hal tersebut bisa menghambat pencapaian akademik mereka.

Hal ini didukung juga oleh hasil penelitian Badaruddin and Said (2016) dimana siswa yang memiliki prestasi belajar yang tinggi didukung oleh emosional dan psikologi serta minat belajar yang baik. Penelitian ini menyatakan bahwa apabila siswa memiliki kesehatan mental yang baik maka prestasi belajar baik, begitu sebaliknya apabila siswa memiliki kesehatan mental yang rendah maka prestasi belajarnya rendah.

SIMPULAN

Berdasarkan uraian hasil penelitian dan pembahasan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa gambaran prestasi belajar siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Tampaksiring sebagian besar memiliki tingkat prestasi yang masuk dalam kategori baik. Gambaran prestasi belajar siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Tampaksiring sebagian besar memiliki tingkat prestasi yang masuk dalam kategori baik. Terdapat hubungan yang signifikan antara kesehatan mental remaja dengan prestasi belajar siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Tampaksiring.

DAFTAR PUSTAKA

Anggraini, Vannisa Intahaniya, And Eko Hardi Ansyah. 2023. "Hubungan Antara Kesehatan Mental Dengan Prestasi Akademik Pada Siswa Smpn 36 Surabaya

- Selama Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi.” *International Scientific Research Journal*, No. 3: 1–8.
- Anggraini, Vannisa Intahaniya, Eko Hardi Ansyah, Progam Studi Psikologi, And Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. 2023. “Hubungan Antara Kesehatan Mental Dengan Selama Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi.” Jawa Barat.
- Ardiningtyas, Lisa, Musnabil Buhang, Galuh Septiani Pudjiastuti, And Putri Reza Nurwahyuni. 2024. “Edukasi Mental Health Awareness Sebagai Upaya Untuk Menjaga Kesehatan Mental Remaja Di Smk Negeri 1 Kaidipang.” *Jurnal Solma* 13 (2): 1289–96.
- Astuti, Widya. 2024. “Pentingnya Pendidikan Kesehatan Mental Di Lingkungan Sekolah Menengah Pertama.” *Prosiding Seminar Nasional*, 380–94.
- Badaruddin, Achmad, And Azrul Said. 2016. “Hubungan Kesehatan Mental Dengan Motivasi Belajar Siswa.” *Jurnal Unp* 5 (1).
- Di, Siswa, S M A Negeri, Kota Jambi, Riska Marvelia, Rini Kartika, And Hasna Dewi. 2020. “Hubungan Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar.”
- Ibadi, Yuma Laberty, Indah Ratu Sehati, And Cendy Lestari. 2025. “Peran Lingkungan Sekolah Dalam Mendukung Kesehatan Mental Dan Prestasi Akademik Siswa.” *Jurnal Pendidikan Anak Dan Parenting* 5 (1): 11–17.
- Kamaruddin, Ilham, Ferdinand Salomo Leuwol, Rahman Pranovri Putra, Mia Aina, Mayadiana Suwarma, And Rosa Zulfikhar. 2023. “Dampak Penggunaan Gadget Pada Kesehatan Mental Dan Motivasi Belajar Siswa Di Sekolah.” *Journal On Education* 06 (01): 307–16.
- Kibtiyah, Asriana, Ikhsan Gunadi, And Khoirul Umam. 2023. “Kesehatan Mental Dan Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar.” *Al-Adawat : Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah* 02 (01): 12–22.
- Lutiyah, Eva Martini, Sifa Fauziyah, And Tia Nurhilmiah. 2024. “Hubungan Kesehatan Mental Dan Prestasi Belajar Remaja Stunting.” *Malahayati Health Student Journal* 4: 4187–93.
- Makagansa, Atsye Truly, Emma Aprilia Hastuti, Indah Mentari, Mahasiswa Program, Studi Sarjana, And Stikes Dharma Husada. 2023. “Hubungan Kesehatan Mental Emosional Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Prodi Sarjana Keperawatan.” *Jurnal Stikes Dharma Husada Bandung*, 1–17.
- Suwandaru, Cahyo, And Taufiq Hidayat. 2021. “Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Prestasi Belajar Siswa Smk Negeri 1 Surabaya.” *Jurnal Pendidikan Jasmani* 9 (1): 113–19.