



**PENGARUH KESEHATAN MENTAL TERHADAP
PENCAPAIAN IDENTITAS DIRI REMAJA DI DESA
SAYURMAINCAT KECAMATAN KOTANOPAN
KABUPATEN MANDAILING NATAL**

• SKRIPSI

*Diajukan untuk Melengkapi Tugas dan Syarat-Syarat
Mencapai Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Dalam Bidang Bimbingan Konseling Islam*

Oleh

**NUR ASIAH
NIM. 12 120 0058**

JURUSAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
PADANGSIDIMPUAN
TAHUN 2016**



**PENGARUH KESEHATAN MENTAL TERHADAP
PENCAPAIAN IDENTITAS DIRI REMAJA DI DESA
SAYURMAINCAT KECAMATAN KOTANOPAN
KABUPATEN MANDAILING NATAL**

SKRIPSI

*Diajukan untuk Melengkapi Tugas dan Syarat-Syarat
Mencapai Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Dalam Bidang Bimbingan Konseling Islam*

Oleh

**NUR ASIAH
NIM. 12 120 0058**



JURUSAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
PADANGSIDIMPUAN
TAHUN 2016**



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
PADANGSIDIMPUAN

Jalan T. Rizal Nurdin Km. 4,5 Sibitang Padangsidimpuan 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile(0634) 24022

Hal : Skripsi

An. NUR ASIAH

Padangsidimpuan, 10 Oktober 2016

Lampiran : 6 (Enam) Exemplar

Kepada Yth:

Rektor IAIN Padangsidimpuan

Di_

Padangsidimpuan

Assalamu'alaikum Wr. Wb

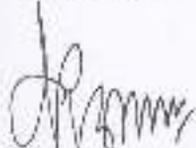
Setelah membaca, menelaah dan memberikan saran-saran untuk perbaikan seperlunya terhadap skripsi a.n. Nur Asiah yang berjudul : **Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Pencapaian Identitas Diri Remaja Di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal**. Maka kami berpendapat bahwa skripsi ini sudah dapat diterima untuk melengkapi tugas dan syarat-syarat mencapai gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam bidang Bimbingan Konseling Islam IAIN Padangsidimpuan.

Seiring dengan hal di atas, maka saudara tersebut sudah dapat menjalani sidang munaqasyah untuk mempertanggung jawabkan skripsinya ini.

Demikian kami sampaikan, semoga dapat dimaklumi dan atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Pembimbing I

Pembimbing II


Dra. Hj. Replita, M.Si

NTP. 19690526 199503 2 001


Risdawati Siregar, S.Ag., M.Pd

NIP. 19760302 2003 12 001

SURAT KETERANGAN MENYUSUN SKRIPSI SENDIRI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : NUR ASIAH
NIM : 12 120 0058
Semester : IX (SEMBILAN)
Jurusan : BKI
Judul Skripsi : PENGARUH KESEHATAN MENTAL TERHADAP
PENCAPAIAN IDENTITAS DIRI REMAJA DI
DESA SAYURMAINCAT KECAMATAN
KOTANOPAN KABUPATEN MANDAILING
NATAL.

Dengan ini menyatakan menyusun skripsi sendiri tanpa meminta bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing, dan tidak melakukan plagiasi sesuai dengan kode etik mahasiswa pasal 14 ayat 2.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi sebagaimana tercantum dalam pasal 19 ayat 4 tentang kode etik mahasiswa yaitu pencabutan gelar akademik dengan tidak hormat dan sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padangsidempuan, 25 Agustus 2016



Nur Asiah

NUR ASIAH
NIM. 12 120 0058

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Institut Agama Islam Negeri Padangsidempuan, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : NUR ASIAH
NIM : 12.120.0058
Jurusan : Bimbingan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi
Jenis Karya : Skripsi

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Institut Agama Islam Negeri Padangsidempuan **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap pencapaian Identitas Diri Remaja Di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal**. Serta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Institut Agama Islam Negeri Padangsidempuan berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Padangsidempuan
Pada tanggal : 27 Oktober 2016
Yang menyatakan



NUR ASIAH
Nim. 12 120 0058



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
Jalan T. Rizal Nurdin Km. 4,5 Sihitang Padangsidimpuan 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

DEWAN PENGUJI
SIDANG MUNAQASYAH SKRIPSI

Nama : NUR ASIAH

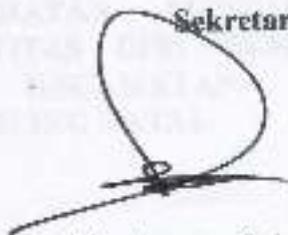
NIM : 12 120 0058

Judul : PENGARUH KESEHATAN MENTAL TERHADAP PENCAPAIAN
IDENTITAS DIRI REMAJA DI DESA SAYURMAINCAT KECAMATAN
KOTANOPAN KABUPATEN MANDAILING NATAL

Ketua

Sekretaris


Dra. Hj. Replita, M.Si
NIP. 196903261995032001

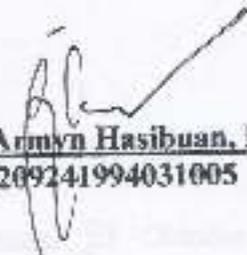

Ali Amran, S.Ag., M.Si
NIP. 197601132009011005

Anggota


1. Dra. Hj. Replita, M.Si
NIP. 196903261995032001


3. Ali Amran, S.Ag., M.Si
NIP. 197601132009011005


3. Muslima Danlay, MA
NIP. 19760510 200312 2 003


4. Drs. H. Armya Hasibuan, M.Ag
NIP. 196209241994031005

Pelaksanaan Sidang Munaqasyah

Di : Padangsidimpuan

Hari/Tanggal : Rabu/ 28 September 2016

Pukul : 14.00 s/d 17.30 WIB

Hasil/Nilai : 65,25 (C)

IPK : 3,13

Predikat : Cukup/Amat Baik/Memuaskan/Cumulaude



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN

FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI

Jalan T. Rizal Nurdin Km. 4,5 Sibitang Padangsidimpuan 22733

Telepon (0634) 220801 Faximile (0634) 24022

PENGESAHAN

Nomor: 1037 /In.14/F.4c/PP.009/ 10 /2016

Skripsi Berjudul : **PENGARUH KESEHATAN MENTAL TERHADAP
PENCAPAIAN IDENTITAS DIRI REMAJA DI DESA
SAYURMAINCAT KECAMATAN KOTANOPAN
KABUPATEN MANDAILING NATAL**

Ditulis Oleh : **NUR ASIAH**

NIM : **12 120 0058**

Telah dapat diterima untuk memenuhi salah satu tugas
dan syarat-syarat dalam memperoleh gelar
Sarjana Sosial (S.Sos)

Padangsidimpuan, 28 Oktober 2016

Dekan



Tauziah Nasution, M. Ag

NIP. 19730617 200003 2 013

ABSTRAK

Nama : NUR ASIAH

Nim : 12 120 0058

Judul : **PENGARUH KESEHATAN MENTAL TERHADAP PENCAPAIAN IDENTITAS DIRI REMAJA DI DESA SAYURMAINCAT KECAMATAN KOTANOPAN KABUPATEN MANDAILING NATAL**

Penyusunan skripsi ini adalah tugas akhir peneliti yang disusun secara sistematis. Latar belakang penelitian ini adalah remaja yang terlalu asyik bermain-main dengan teman sebaya maupun dengan lingkungannya. Penggunaan alat teknologi seperti *handphone* yang terlalu sering tanpa peduli terhadap diri sendiri dan orang yang ada di sekitarnya, kurangnya sopan santun terhadap yang lebih tua, tidak adanya rasa hormat baik terhadap keluarga maupun orang yang ada di lingkungan tempat tinggalnya.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kondisi kesehatan mental remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal, untuk mengetahui berapa besar pencapaian identitas diri remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal dan untuk mengetahui apakah ada pengaruh yang signifikan antara kesehatan mental terhadap pencapaian identitas diri remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal.

Jenis penelitian yang digunakan adalah *mixzein* dengan menggunakan pendekatan deskriptif dan uji statistik. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja dengan umur 14-17 tahun dan sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah sebanyak 25 remaja. Untuk mengetahui pengaruh kesehatan mental terhadap pencapaian identitas diri remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal. Maka data yang sudah diperoleh diolah dan analisis dengan menggunakan rumus *product moment*, analisis regresi linear sederhana dan uji signifikansi F.

Hasil dari penelitian ini adalah bahwa kondisi kesehatan mental remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal di peroleh sebesar 75,5%. Besar kesehatan pencapaian identitas diri remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal diperoleh sebesar 74,8% serta pengaruh keduanya sangat besar. Hal ini di buktikan dari hasil perhitungan korelasi *product moment* di peroleh $r_{xy} = 0,532 > r_t = 0,396$. Berarti ada korelasi yang signifikan antara kesehatan mental terhadap pencapaian identitas diri remaja. Berdasarkan uji regresi sederhana pada taraf signifikansi 5% yakni $F_{hitung} = 9,101 > F_{tabel} = 4,28$. Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis (H_a) diterima yang berbunyi terdapat pengaruh yang signifikan antara kesehatan mental terhadap pencapaian identitas diri remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puji dan syukur kita kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan limpahan hidayah dan rahmat-Nya kepada saya seperti sekarang ini sehingga saya dapat melaksanakan penelitian dan menuangkan hasilnya dalam pembahasan pada skripsi ini dengan susah payah menguras pikiran dan tenaga. Shalawat dan salam kepada junjungan kita Rasulullah SAW yang telah menuntun umat manusia kepada jalan kebenaran dan keselamatan.

Syukur *Alhamdulillah* penyusunan skripsi yang berjudul "**Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Pencapaian Identitas Diri Remaja Di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal**" ini disusun untuk mencapai gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam bidang Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, IAIN Padangsidimpuan.

Telah dapat diselesaikan dengan semaksimal mungkin. Walaupun dalam penyusunan skripsi ini banyak sekali hambatan yang peneliti hadapi baik dari segi literatur dan juga biaya yang peneliti miliki. Akan tetapi berkat kerja keras dan bantuan dari semua pihak akhirnya skripsi ini dapat diselesaikan dengan semaksimal mungkin. Untuk itu penulis menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Kepada Bapak Dr. Ibrahim Siregar MCL., selaku Rektor Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Padangsidimpuan. Bapak Drs. Irwan Salch Dalimunthe, M.A.,

Wakil Rektor Bidang Akademik dan Pengembangan Lembaga, Bapak Aswadi Lubis, S.E., Wakil Rektor Bidang Administrasi Umum Perencanaan dan Keuangan, dan Bapak Drs. Samsuddin, M.Ag., Wakil Rektor Bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama.

2. Bapak Kepala Perpustakaan serta pegawai perpustakaan yang telah memberikan kesempatan dan Fasilitas bagi penulis untuk memperoleh buku-buku dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu Dra. Hj.Replita M.Si selaku pembimbing I dan Ibu Risdawati Siregar, M.Pd selaku pembimbing II yang telah membimbing dan mengarahkan penulis dengan baik untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Fauziah Nasution, M.Ag selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi IAIN Padangsidempuan, wakil Dekan I, II, III dan Ibu Dra. Hj.Replita M.Si selaku ketua jurusan Bimbingan dan Konseling Islam IAIN Padangsidempuan. Para civitas akademika Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi IAIN Padangsidempuan yang membekali berbagai pengetahuan sehingga mampu menyelesaikan penulisan skripsi ini.
5. Kepada semua teman-teman dan sahabat penulis yang membantu penulis dalam penyelesaian skripsi ini baik secara moril maupun materil yaitu nisa, yuni, hartati, sari, nipah dan ayuni. Serta kepada teman-teman Bimbingan Konseling Islam angkatan 2012 dan terkhusus kepada ruangan 02 yang selalu memberi motivasi serta dorongan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini yang tidak disebut namanya satu per satu.

6. Kepada remaja dan masyarakat yang ada di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal yang telah memberikan informasi kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.

Teristimewa buat Ayahanda (alm) Asmuni dan Ibunda Nur Hayati tercinta yang telah bersusah payah mengasuh dan membesarkan penulis hingga sampai saat sekarang dan selalu memberikan dukungannya kepada penulis serta selalu memanjatkan doa untuk kelancaran penulisan skripsi ini dan juga kepada abanganda dan kakanda yang selalu mendoakan penulis untuk keberhasilan penulis.

Penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak, khususnya dalam pengembangan ilmu Bimbingan dan Konseling Islam, dan dapat menambah wawasan para pembaca, bermanfaat bagi penulis, agama, nusa dan bangsa. Akhir kata, hanya kepada Allah SWT tempat untuk mengadu dan berserah diri, semoga Allah SWT membalas amal kebaikan dan memberi balasan yang berlipat ganda kepada mereka yang banyak berjasa kepada saya dalam menyelesaikan skripsi ini, di dunia dan akhirat.

Padangsidempuan, 25 Agustus 2016

Penulis



NUR ASIAH
NIM. 12 120 0058

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN PEMBIMBING	ii
SURAT PERNYATAAN PEMBIMBING	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
BERITA ACARA SIDANG MUNAQOSAH.....	vi
HALAMAN PENGESAHAN DEKAN	vii
ABSTRAK	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Batasan Masalah	8
D. Defenisi Operasional Variabel.....	8
E. Rumusan Masalah.....	10
F. Tujuan Penelitian	11
G. Kegunaan Penelitian	11
H. Sistematika Pembahasan.....	12
BAB II LANDASAN TEORI	13
A. Kesehatan Mental.....	13
1. Pengertian Kesehatan Mental	13
2. Ciri-Ciri Kesehatan Mental	17

3. Ciri-Ciri Gangguan Kesehatan Mental	17
4. Prinsip-Prinsip Kesehatan Mental	18
5. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kondisi Kesehatan Mental	20
B. Identitas Diri.....	21
1. Pengertian Identitas Diri.....	21
2. Pembentukan Identitas Diri	23
3. Pencapaian Identitas Diri.....	23
4. Karakteristik Individu yang Memiliki Identitas Diri.....	25
C. Remaja.....	28
1. Pengertian Remaja.....	28
2. Potensi Negatif dan Positif Pada Remaja	30
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Masa Remaja.....	30
D. Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Pencapaian Identitas Diri	32
E. Penelitian Terdahulu	33
F. Kerangka Pikir	34
G. Hipotesis.....	35
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	36
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	36
B. Jenis Penelitian.....	36
C. Populasi dan Sampel	36
D. Instrumen Pengumpulan Data	37
E. Teknik Analisis Data.....	40
F. Uji Validitas dan Realibilitas Instrumen	43
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	48
A. Deskripsi Data	48
1. Kondisi Kesehatan Mental Remaja di Desa Sayurmaincat	48
2. Besar Pencapaian Identitas Diri Remaja di Desa Sayurmaincat	56

B. Pengujian Hipotesis.....	66
C. Analisis Regresi Linear Sederhana.....	70
D. Pembahasan Hasil Penelitian.....	74
E. Keterbatasan Penelitian.....	75
BAB V PENUTUP.....	77
A. Kesimpulan.....	77
B. Saran-Saran.....	78

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1 Daftar Isi.....	79
Lampiran 2 Daftar Isi.....	80
Lampiran 3 Daftar Isi.....	81
Lampiran 4 Daftar Isi.....	82
Lampiran 5 Daftar Isi.....	83
Lampiran 6 Daftar Isi.....	84
Lampiran 7 Daftar Isi.....	85
Lampiran 8 Daftar Isi.....	86
Lampiran 9 Daftar Isi.....	87
Lampiran 10 Daftar Isi.....	88
Lampiran 11 Daftar Isi.....	89
Lampiran 12 Daftar Isi.....	90
Lampiran 13 Daftar Isi.....	91
Lampiran 14 Daftar Isi.....	92
Lampiran 15 Daftar Isi.....	93
Lampiran 16 Daftar Isi.....	94
Lampiran 17 Daftar Isi.....	95
Lampiran 18 Daftar Isi.....	96
Lampiran 19 Daftar Isi.....	97
Lampiran 20 Daftar Isi.....	98
Lampiran 21 Daftar Isi.....	99
Lampiran 22 Daftar Isi.....	100
Lampiran 23 Daftar Isi.....	101
Lampiran 24 Daftar Isi.....	102
Lampiran 25 Daftar Isi.....	103
Lampiran 26 Daftar Isi.....	104
Lampiran 27 Daftar Isi.....	105
Lampiran 28 Daftar Isi.....	106
Lampiran 29 Daftar Isi.....	107
Lampiran 30 Daftar Isi.....	108
Lampiran 31 Daftar Isi.....	109
Lampiran 32 Daftar Isi.....	110
Lampiran 33 Daftar Isi.....	111
Lampiran 34 Daftar Isi.....	112
Lampiran 35 Daftar Isi.....	113
Lampiran 36 Daftar Isi.....	114
Lampiran 37 Daftar Isi.....	115
Lampiran 38 Daftar Isi.....	116
Lampiran 39 Daftar Isi.....	117
Lampiran 40 Daftar Isi.....	118
Lampiran 41 Daftar Isi.....	119
Lampiran 42 Daftar Isi.....	120
Lampiran 43 Daftar Isi.....	121
Lampiran 44 Daftar Isi.....	122
Lampiran 45 Daftar Isi.....	123
Lampiran 46 Daftar Isi.....	124
Lampiran 47 Daftar Isi.....	125
Lampiran 48 Daftar Isi.....	126
Lampiran 49 Daftar Isi.....	127
Lampiran 50 Daftar Isi.....	128
Lampiran 51 Daftar Isi.....	129
Lampiran 52 Daftar Isi.....	130
Lampiran 53 Daftar Isi.....	131
Lampiran 54 Daftar Isi.....	132
Lampiran 55 Daftar Isi.....	133
Lampiran 56 Daftar Isi.....	134
Lampiran 57 Daftar Isi.....	135
Lampiran 58 Daftar Isi.....	136
Lampiran 59 Daftar Isi.....	137
Lampiran 60 Daftar Isi.....	138
Lampiran 61 Daftar Isi.....	139
Lampiran 62 Daftar Isi.....	140
Lampiran 63 Daftar Isi.....	141
Lampiran 64 Daftar Isi.....	142
Lampiran 65 Daftar Isi.....	143
Lampiran 66 Daftar Isi.....	144
Lampiran 67 Daftar Isi.....	145
Lampiran 68 Daftar Isi.....	146
Lampiran 69 Daftar Isi.....	147
Lampiran 70 Daftar Isi.....	148
Lampiran 71 Daftar Isi.....	149
Lampiran 72 Daftar Isi.....	150
Lampiran 73 Daftar Isi.....	151
Lampiran 74 Daftar Isi.....	152
Lampiran 75 Daftar Isi.....	153
Lampiran 76 Daftar Isi.....	154
Lampiran 77 Daftar Isi.....	155
Lampiran 78 Daftar Isi.....	156
Lampiran 79 Daftar Isi.....	157
Lampiran 80 Daftar Isi.....	158
Lampiran 81 Daftar Isi.....	159
Lampiran 82 Daftar Isi.....	160
Lampiran 83 Daftar Isi.....	161
Lampiran 84 Daftar Isi.....	162
Lampiran 85 Daftar Isi.....	163
Lampiran 86 Daftar Isi.....	164
Lampiran 87 Daftar Isi.....	165
Lampiran 88 Daftar Isi.....	166
Lampiran 89 Daftar Isi.....	167
Lampiran 90 Daftar Isi.....	168
Lampiran 91 Daftar Isi.....	169
Lampiran 92 Daftar Isi.....	170
Lampiran 93 Daftar Isi.....	171
Lampiran 94 Daftar Isi.....	172
Lampiran 95 Daftar Isi.....	173
Lampiran 96 Daftar Isi.....	174
Lampiran 97 Daftar Isi.....	175
Lampiran 98 Daftar Isi.....	176
Lampiran 99 Daftar Isi.....	177
Lampiran 100 Daftar Isi.....	178

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Kisi-Kisi Angket	39
Tabel 2 Hasil Uji Validitas Instrumen X.....	44
Tabel 3 Hasil Uji Validitas Instrumen Y.....	44
Tabel 4 Hasil Uji Reliabilitas Instrument X	46
Tabel 5 Hasil Uji Reliabilitas Instrument Y	46
Tabel 6 Rangkuman Deskripsi Data Variabel X.....	49
Tabel 7 Distribusi Frekuensi Variabel X.....	50
Tabel 8 Rangkuman Deskripsi data Variabel Y	57
Tabel 9 Distribusi Frekuensi Variable Y	58
Tabel 10 Perhitungan Mencari Korelasi Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Pencapaian Identitas Diri Remaja Di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal.....	67

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pertumbuhan dan perkembangan yang terjadi selama masa remaja tidak selalu dapat tertangani secara baik. Pada fase ini di satu sisi masih menunjukkan sifat kekanak-kanakan, namun di sisi lain untuk bersikap dewasa oleh lingkungannya. Pembentukan identitas diri pada masa remaja merupakan hal yang penting karena merupakan pondasi bagi perkembangan psikososial dan hubungan interpersonal. Selain itu kesulitan dan hambatan dalam pembentukan identitas pada remaja sering diasosiasikan dengan penyebab perilaku menyimpang pada remaja. Sejalan dengan perkembangan sosialnya, mereka lebih cocok pada kelompoknya, dan mulai lepas dari orang tuanya, dan sering menunjukkan sikap menantang peraturan orang tuanya. Namun dari sisi psikososial, mereka berada pada fase yang mengalami banyak masalah, baik menyangkut hubungan dengan dirinya maupun orang lain. Masalah remaja merupakan kelompok usia yang menjadi perhatian banyak kalangan: psikolog, sosiolog, pendidikan, dan sebagainya. Secara fisik mereka dalam kondisi yang optimal, karena berada pada puncak perkembangannya.

Remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal kurang dapat mencapai identitas diri (jati diri). Kadang-kadang mengakibatkan mereka tidak dapat mencapai identitas diri atau jati diri yang sehat terhadap dirinya karena terlalu asyik bermain-main dengan teman sebaya maupun dengan lingkungannya. Penggunaan alat teknologi seperti *handphone* yang terlalu sering tanpa peduli terhadap diri sendiri dan orang yang ada di sekitarnya, kurangnya sopan santun

terhadap yang lebih tua, tidak adanya rasa hormat baik terhadap keluarga maupun orang yang ada di lingkungan tempat tinggalnya.

Dari segi banyaknya masalah-masalah yang dihadapi remaja baik dari dalam diri maupun lingkungannya yang bisa membuat para remaja jenuh dan takut apabila mereka tidak mendapat perhatian dari kalangan terdekat mereka. Sebab pada masa remaja sangat cepat pertumbuhan baik jasmani dan rohaninya.

Apabila remaja baik tingkah lakunya dalam masyarakat, maka masyarakat itu pula akan baik perbuatannya serta masyarakat tersebut akan tentram dan jauh dari perilaku yang tercela seperti, menipu, berjudi dan sebagainya. Maka remaja sangat perlu dibina dan di perhatikan akan perkembangan dan pertumbuhannya, masa remaja sangat banyak sekali perubahan yang terjadi dalam dirinya, yang menyebabkan mereka merasa aneh dan takut akan perubahan-perubahan itu.

Orang yang tidak sehat mental, tidak dapat mencapai identitas dirinya. Individu harus sehat mental agar dapat mencapai identitas dirinya dengan baik dan benar yang sesuai dengan aturan-aturan yang berlaku dalam kehidupannya. Psikis atau mental manusia jika tidak dijaga akan menimbulkan suatu gangguan jiwa yang lambat laun dibiarkan akan menjadi suatu beban yang berat bagi penderitanya. Dalam tubuh yang baik diharapkan pula terdapat jiwa yang sehat, sejalan dengan pepatah Arab :

العقل السالم في جسم السالم

Artinya: '*akal yang sehat terdapat dalam jasmani yang sehat*'.

Dari pepatah arab di atas dapat disimpulkan bahwa tidak selamanya akal yang sehat itu terdapat jiwa yang sehat.

Setiap orang yang mentalnya sehat cenderung memiliki badan yang sehat. Karena itu, setiap orang hendaknya berusaha semaksimal mungkin agar mentalnya selalu

sehat.¹Kesehatan mental alih bahasa dari *mental hygiene* atau *mental health*. Menurut *world health organization* yang dikutip oleh Siti Sundari disebutkan: sehat adalah suatu keadaan berupa kesejahteraan fisik, mental dan sosial secara penuh dan bukan semata-mata berupa absensinya penyakit atau keadaan lemah tertentu. Definisi ini memberikan gambaran kancah yang luas dalam keadaan sehat, mencakup berbagai aspek sehingga diharapkan dapat mewujudkan kesejahteraan hidup. Menurut definisi Zakiah Darajat yang dikutip oleh Siti Sundari kesehatan mental adalah: terhindarnya seseorang dari gejala-gejala gangguan dan penyakit jiwa, dapat menyesuaikan diri, dapat memanfaatkan segala potensi dan bakat yang ada semaksimal mungkin dan membawa kepada kebahagiaan bersama serta mencapai keharmonisan jiwa dalam hidup.²

Dengan sehat badan dan jiwa yang dapat menjadikan diri setiap manusia menjadi orang yang dapat melakukan aktivitas sehari-harinya. Dapat mengenal dirinya dengan baik dan mampu menciptakan suasana yang harmonis dalam kehidupannya. Apabila badannya kurang sehat maka jiwanya pun ikut tidak sehat, sebab kesehatan mental sangat berpengaruh kepada kondisi fisik kepribadian diri individu yang tidak dapat bersosialisasi dengan baik dilingkungannya. Mental sehat manusia dipengaruhi oleh faktor internal atau yang berasal dari dalam diri seseorang seperti sifat, bakat, keturunan dan sebagainya dan faktor eksternal yang berada di luar diri seseorang yang dapat mempengaruhi mental seseorang seperti masyarakat, pendidikan, sosial budaya, agama dan sebagainya.

Dalam fase remaja, identitas menjadi bagian yang sangat penting. Mereka mendambakan idola dengan segenap perilaku dan tindak tanduknya diusahakan sesuai idolanya.³ Karena persoalan-persoalan dihadapi remaja sangat kompleks, banyak

¹ Yusak Burhanuddin, *Kesehatan Mental*, (Bandung : Cv Pustaka Setia, 1999), hlm.22.

² Siti Sundari, *Kesehatan Mental dalam Kehidupan*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2005), hlm. 1.

³ Moeljono Notoseodirjo, Latipun, *Kesehatan Mental: Konsep dan Penerapan*, (Malang: Universitas Muhammadiyah Malang, 2005), hlm.166-167.

hambatan-hambatan psikososial yang dihadapi mereka. Di satu sisi, mereka memiliki dorongan yang kuat untuk mengatasi dan mencapai apa yang diinginkan, di sisi lain mereka sering tidak realistis.

Mereka cenderung melarikan diri dari tanggung jawab. Makin tinggi angka kejahatan, bunuh diri remaja, penggunaan obat dan ketergantungan pada zat adiktif, berarti kesehatan mental masyarakatnya makin rendah. Kesehatan mental bagi remaja, selain menumbuh kembangkan potensi yang dimiliki, sekaligus mencegah kemungkinan munculnya gangguan mentalnya. Pada masa remaja, penyesuaian diri dengan kelompok masih tetap penting bagi anak laki-laki dan perempuan. Lambat laun mereka mulai mendambakan identitas diri dan tidak puas lagi dengan menjadi sama dengan teman-teman dalam segala hal, seperti sebelumnya.

Teori pendekatan yang dipakai dalam penelitian ini oleh peneliti adalah Terapi behavioral berasal dari dua arah konsep yakni Pavlovian dan Skinnerian. Mula-mula terapi ini di kembangkan oleh Wolpe pada tahun 1958 untuk menanggulangi (*treatment*) neurosis. Neurosis dapat dijelaskan dengan mempelajari perilaku yang tidak adaptif melalui proses belajar. Dengan perkataan lain bahwa perilaku yang menyimpang bersumber dari belajar atau hasil belajar tertentu. Perilaku dipandang sebagai respons terhadap stimulasi atau perangsangan external dan internal. Karena itu tujuan terapi adalah untuk memodifikasi koneksi-koneksi dan metode-metode S-R sedapat mungkin.

Dasar teori terapi behavioral adalah bahwa perilaku dapat dipahami sebagai hasil kombinasi, belajar waktu lalu dalam hubungannya dengan keadaan yang serupa,

keadaan motivasional sekarang dan efeknya terhadap kepekaan lingkungan, perbedaan-perbedaan biologik baik secara genetik atau karena gangguan fisiologik.⁴

Dalam diri orang yang memiliki jiwa yang sehat ketiga sistem itu bekerja dalam suatu susunan yang harmonis. Segala bentuk tujuan dan segala gerak geriknya selalu memenuhi keperluan dan keinginan manusia yang pokok. Sebaliknya kalau ketiga sistem itu bekerja secara bertentangan satu sama lainnya, maka orang tersebut dinamainya sebagai orang yang tidak dapat menyesuaikan diri. Ia menjadi tidak puas dengan dirinya dan lingkungannya. Dengan kata lain efisiensinya menjadi berkurang.⁵

Kesehatan mental yang wajar adalah seimbangnya tingkah laku tanpa mengalami kesulitan atau kekurangan tingkah laku yang pantas. Dengan teori psikoanalisa yang terletak pada kesanggupan *super ego* untuk sampai kepada penyelesaian pertarungan yang timbul antara diri dan tuntutan-tuntutan realitas, akan dapat membantu individu atau remaja dalam mencapai identitas dirinya sesuai dengan tingkah laku yang pantas dan wajar.

Dengan terwujudnya dan keserasian yang sungguh-sungguh antara kesehatan mental dengan identitas diri (penyesuaian diri) seorang remaja akan dapat melakukan penyesuaian diri yang sehat terhadap dirinya, yang mencakup pembangunan dan pengembangan seluruh potensi dan daya yang terdapat dalam dirinya serta kemampuan untuk memanfaatkan potensi dan daya itu seoptimal mungkin, sehingga seluruh potensi kejiwaan yang ada dalam diri remaja dapat membawa kepada kesejahteraan dan kebahagiaan diri dan orang lain.⁶ Bahwa tugas terpenting bagi remaja adalah mencapai identitas diri yang lebih mantap melalui pencarian dan eksplorasi terhadap diri dan lingkungan sosialnya. Dengan demikian perkembangan potensi yang optimis yang

⁴ Sofyan S. Willis, *Konseling Keluarga (Family Counseling)*, (Bandung: Alfabeta, 2009), hlm. 104-105..

⁵ Jalaluddin, & Ramayulis, *Pengantar Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta: Kalam Mulia, 1998), hlm. 97-98.

⁶ *Ibid*, hlm. 77.

dimiliki oleh setiap remaja akan dapat terciptadan mampu untuk mengembangkan potensinya dengan baik dan kreatif mungkin untuk dapat mencapai aktualisasi diri.⁷

Berdasarkan hal tersebut masa pertumbuhan dan perkembangan diri remaja sangat memerlukan kesehatan mental untuk dapat mencapai apa yang di inginkannya, yang sesuai dengan kebutuhan diri sendiri dan lingkungannya tanpa ada penyelewengan dari pertumbuhan remaja. Itu sebabnya peneliti mengangkat judul “**PENGARUH KESEHATAN MENTAL TERHADAP PENCAPAIAN IDENTITAS DIRI REMAJA DI DESA SAYURMAINCAT KECAMATAN KOTANOPAN KABUPATEN MANDAILING NATAL**”.

B. Identifikasi Masalah

Setiap diri manusia sangat membutuhkan kesehatan yang prima baik pada fisik atau badan maupun psikis atau jiwa, mental seseorang. Maka peneliti mengidentifikasi beberapa masalah yang berkaitan dengan judul adalah:

1. Kondisi kesehatan mental remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal.
2. Besar pencapaian identitas diri remajadi Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal.
3. Pengaruh yang signifikan antara kesehatan mental terhadap pencapaian identitas diri remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal.

C. Batasan Masalah

Dalam penelitian ini perlu dibuat pembatasan masalah agar terfokus tidak melebar luas, dapat dilaksanakan sesuai dengan jangkauan kemampuan waktu dan biaya yang tersedia. Dalam hal ini masalah yang dibahas dibatasi dan adapun fokus

⁷Muh. Farozin, Kartika Nur Fathiyah, *Pemahaman Tingkah Laku*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2004), hlm. 65.

pembahasannya adalah penelitian tentang Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Pencapaian Identitas Diri Remaja Di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal.

D. Defenisi Operasional Variabel

Untuk menghindari terjadinya kesimpangsiuran dalam memahami judul penelitian ini, maka peneliti berupaya membuat definisi terhadap masing-masing variabel penelitian dimaksud, guna memudahkan peneliti dalam mengumpulkan data di lapangan. Adapun dari masing-masing variabel tersebut adalah sebagai berikut:

1. Pengaruh adalah daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang benda) yang ikut membentuk watak, kepercayaan, atau perbuatan seseorang.⁸ Pengaruh yang dimaksudkan dalam pembahasan ini adalah perbuatan yang ditimbulkan kesehatan mental terhadap pencapaian identitas diri remaja.
2. Kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari gejala jiwa (*neurose*) dan gejala penyakit jiwa (*psychose*). Adanya kemampuan yang dimiliki oleh seseorang untuk menyesuaikan diri sendiri, dengan orang lain, masyarakat atau lingkungannya. Pengetahuan dan perbuatan untuk mengembangkan potensi, bakat dan pembawaan yang ada semaksimal mungkin, sehingga menyebabkan kebahagiaan diri sendiri dan orang lain, serta terhindar dari gangguan dan penyakit jiwa.⁹ Kesehatan mental yang dimaksudkan dalam pembahasan ini adalah kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan masyarakat dan untuk dapat mengembangkan potensi.
3. Pencapaian identitas diri adalah proses, cara, perbuatan mencapai kesadaran akan diri sendiri yang bersumber dari pengamatan dan penilaian, yang merupakan sintesa dari semua aspek konsep diri sebagai suatu kesatuan yang utuh. Dengan menunjukkan

⁸ . Kamisa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Surabaya: Kartika, 1997), hlm, 418.

⁹ Yusak Burhanuddin, *kesehatan...*, hlm. 10.

bahwa dirinya sedang berusaha mencari jati dirinya.¹⁰Pencapaian identitas diri yang dimaksudkan adalah proses dalam mencapai atau mencari jati dirinya.

4. Remaja adalah usia dimana merupakan masa transisi atau peralihan dari masa anak-anak menjadi masa dewasa.¹¹Remaja sebetulnya tidak mempunyai tempat yang jelas. Mereka sudah tidak termasuk golongan anak-anak, tetapi belum juga dapat diterima secara penuh untuk masuk ke golongan orang dewasa. Remaja ada di antara anak dan orang dewasa. Oleh karena itu, remaja sering kali dikenal dengan fase “mencari jati diri” atau fase “topan dan badai”.¹²Remaja yang dimaksud adalah remaja yang berusia sekitar 14-17 tahun yang berada di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal.

E. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang peneliti paparkan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana kondisi kesehatan mental remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal ?
2. Berapa besar pencapaian identitas diri remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal ?
3. Apakah ada pengaruh yang signifikan antara kesehatan mental terhadap pencapaian identitas diri remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal ?

F. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian adalah:

¹⁰ Agoes Dariyo, *Psikologi Perkembangan Remaja*, (Bogor Selatan: Ghalia Indonesia, 2004), hlm.79.

¹¹ Hendriati Agustiani, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2006), hlm. 28.

¹² Mohammad Ali, Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2012), hlm. 9.

1. Untuk mengetahui kondisi kesehatan mental remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal.
2. Untuk mengetahui berapa besar pencapaian identitas diri remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal.
3. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh yang signifikan antara kesehatan mental terhadap pencapaian identitas diri remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal.

G. Kegunaan Penelitian

Sehubungan dengan tujuan penelitian di atas, maka kegunaan penelitian adalah sebagai berikut:

1. Secara Teoritis
 - a. Sebagai sumbangan pemikiran bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang penyuluhan.
 - b. Sebagai bahan perbandingan kepada peneliti selanjutnya yang memiliki keinginan membahas pokok masalah yang sama.
 - c. Melengkapi sebagian tugas dan persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi pada IAIN Padangsidimpuan.
2. Secara Praktis
 - a. Sebagai khazanah ilmu pengetahuan kesehatan mental terhadap pencapaian identitas diri remaja.
 - b. Sebagai penambah pengetahuan dan wawasan peneliti tentang pengaruh kesehatan mental terhadap pencapaian identitas diri remaja.

H. Sistematika Pembahasan

Untuk memudahkan pembahasan penelitian ini, maka penulis membuat sistematika pembahasan yang tiap babnya akan dilengkapi dengan pasal-pasal sebagai berikut:

Bab I pendahuluan yang terdiri dari: latar belakang masalah, identifikasi masalah, batasan masalah, definisi operasional variabel, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian.

Bab II dibahas landasan teori, dan hipotesis yang mencakup kerangka teori, kerangka pikir serta hipotesis.

Bab III membahas tentang metodologi penelitian yang mencakup lokasi dan waktu penelitian, jenis penelitian, populasi dan sampel, instrument pengumpulan data, teknik pengumpulan data dan analisis data.

Bab IV hasil penelitian yang mencakup deskripsi data, pengujian hipotesis, pembahasan hasil penelitian, keterbatasan penelitian.

Bab V penutup yang mencakup kesimpulan dan saran-saran.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kesehatan Mental

1. Pengertian Kesehatan Mental

Kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari keluhan dan gangguan mental baik berupa neurosis maupun psikosis (penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial). Kemampuan untuk menyesuaikan diri sendiri, dengan orang lain dan masyarakat serta lingkungan di mana ia hidup.¹ Merupakan keinginan wajar bagi setiap manusia seutuhnya, tapi tidaklah mudah mendapatkan kesehatan jiwa seperti itu. Perlu pembelajaran tingkah laku, pencegahan yang dimulai secara dini untuk mendapatkan hasil yang diinginkan oleh manusia. Untuk menelusurinya diperlukan keterbukaan psikis manusia ataupun suatu penelitian secara langsung atau tidak langsung pada manusia yang menderita gangguan jiwa. Pada dasarnya untuk mencapai manusia dalam segala hal diperlukan psikis yang sehat.

Dengan sehat badan dan jiwa yang dapat menjadikan diri setiap manusia menjadi orang yang dapat melakukan aktivitas sehari-harinya. Dapat mengenal dirinya dengan baik dan mampu menciptakan suasana yang harmonis dalam kehidupannya. Terutama dapat mengenal dirinya dan kehidupan yang dijalannya yang menjadikan dirinya matang dalam kehidupan.

Mental yang sehat akan bertingkah laku serasi, tepat, dan bisa diterima oleh masyarakat pada umumnya, sikap hidupnya sesuai dengan norma dan pola hidup kelompok masyarakat, sehingga ada relasi interpersonal dan intersosial yang

¹ Zainal Aqib, *Konseling Kesehatan Mental*, (Bandung: Cv Yrama Widya, 2013), hlm. 42.

memuaskan.²Kesehatan mental secara relatif sangat dekat dengan integritas jasmaniah-ruhaniah yang ideal.Kehidupan psikisnya stabil, tidak banyak memendam konflik internal; suasana hatinya tenang imbang, dan jasmaninya selalu sehat.

Apabila badannya kurang sehat maka jiwanyapun ikut tidak sehat, sebab kesehatan mental sangat berpengaruh kepada kondisi fisik kepribadian diri individu yang tidak dapat bersosialisasi dengan baik dilingkungannya.Mental sehat manusia dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Keduanya saling mempengaruhi dan dapat menyebabkan mental yang sakit sehingga bisa menyebabkan gangguan jiwa dan penyakit jiwa.

Secara umum dapat dikatakan bahwa kesehatan mental merupakan fungsi keseluruhan kepribadian secara penuh dan harmonis.Dalam kondisi mental yang sehat, potensi-potensi baik yang bersifat pembawaan maupun yang diperoleh, terekspresikan secara penuh, harmonis, dan terarah kepada satu tujuan. Mereka yang mentalnya sehat akan mampu mengekspresikan potensinya penuh, dan bebas, ia tidak merasa ragu-ragu atau terkekang. Sehingga kesehatan mental merupakan suatu keadaan yang dinamis dan secara penuh dan harmonis.³Kesehatan mental yang sehat akan tercermin dalam keseluruhan tingkah laku, sehingga untuk melihat ciri-ciri mental yang sehat dapat dilihat dari beberapa penampilan perilakunya.

Kesehatan mental mencakup pengetahuan dan perbuatan yang bertujuan untuk mengembangkan dan memanfaatkan segala potensi, bakat dan pembawaan yang ada semaksimal mungkin. Sehingga membawa kepada kebahagiaan diri dan orang lain, serta terhindar dari gangguan-gangguan dan penyakit jiwa. Dapat pula berarti terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi jiwa, serta

²Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta; Amzah, 2010), hlm. 143.

³ Mohamad Surya, *Psikologi Guru...*, hlm. 154-155.

mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problem-problem biasa yang terjadi, dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya.⁴

Karakteristik kesehatan mental tercermin pada manusia yang terhindar dari gangguan dan penyakit jiwa, sehingga ia mampu menyesuaikan diri dan dapat menikmati ketenangan hidup, adalah di dasarkan pada konsep tauhid dan akhlakul karimah. Justru itu, kemerosotan akhlak yang dirasakan dewasa ini semakin mempertegas pentingnya memberdayakan pendidikan akhlak dalam setiap kegiatan pendidikan (terutama kesehatan mental) secara konsisten dan kontinu. Ia merupakan instrumen kunci bagi upaya memproduk, membina dan mengembangkan masyarakat yang beradab, berakhlak mulia sesuai dengan ajaran islam.⁵

Dalam bidang psikologi akhir-akhir ini berkembang psikologi komunitas (*community psychology*) yang tujuannya adalah melakukan usaha *preventif* (pencegahan) bagi lahirnya gangguan jiwa dalam masyarakat. Dalam rukun Islam juga memiliki aspek terapeutik. Demikian pula dengan rukun iman yang salah satunya adalah penerimaan bahwa baik dan buruknya datangnya dari Allah, akan membebaskan orang dari segala ketegangan jiwa.⁶

Orang yang sehat mentalnya ialah orang yang dalam rohani atau dalam hatinya selalu merasa tenang, aman, dan tentram. Barangkali hubungan antara kejiwaan dan agama dalam kaitannya dengan hubungan antar agama sebagai keyakinan dan kesehatan jiwa, terletak pada sikap penyerahan diri seseorang terhadap suatu kekuasaan Yang Maha Tinggi.

Sayangnya, agama sering dipandang hanya sebagai panutan. Dianggap sebagai sesuatu yang datang dari luar dan asing. Padahal, potensinya sudah bersemi dalam

⁴ Zainal Aqib, *Konseling Kesehatan...*, hlm. 44.

⁵ Saiful Akhyar Lubis, *Konseling Islam dan Kesehatan Mental*, (Bandung: Citapustaka Media Perintis, 2011), hlm. 148-149.

⁶ Djamaludin Ancok, dkk, *psikologi islam*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), hlm. 100.

batin sebagai fitrah manusia. Potensi yang ditelantarkan oleh keangkuhan egoisme manusia. Jalanan keharmonisan antara kebutuhan fisik dan mental spiritual terputus. Akibatnya manusia kehilangan kemampuan untuk mengenal dirinya. Menyelami potensi diri sebagai makhluk beragama. Upaya untuk menemukan ketenangan batin dapat dilakukan antara lain melalui penyesuaian diri secara resignasi (penyerahan diri sepenuhnya kepada Tuhan).⁷

2. Ciri-Ciri Kesehatan Mental

- a. Dapat menerima perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya.
- b. Dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya.
- c. Dapat mengatasi gejala-gejala seksualitasnya.
- d. Mampu menemukan jati dirinya dengan berperilaku sesuai jati dirinya tersebut.
- e. Dapat mengaktualisasikan kemampuannya baik dalam sekolah maupun dalam lingkungan sosialnya.
- f. Merasa mudah memasuki kelompok.
- g. Percaya pada diri sendiri.
- h. Berbuat sesuai dengan usianya.
- i. Menyukai orang lain.
- j. Emosionalitas yang seimbang.
- k. Menerima usianya dengan tepat.
- l. Merasa mendapat perlakuan yang baik dirumah dan dari orang lain.
- m. Bersahabat dengan baik.
- n. Merasa aman dengan sesuatu yang lain.
- o. Menyenangi orang tua dan kehidupan di rumah.⁸

3. Ciri-Ciri Gangguan Kesehatan Mental

- a. Menarik diri dari interaksi sosial.
- b. Mengalami kesulitan mengorientasikan waktu, orang dan tempat.
- c. Mengalami penurunan daya ingat.
- d. Mengabaikan penampilannya.
- e. Memiliki labilitas emosional.
- f. Memiliki perilaku yang aneh.

⁷ Jalaluddin, *Psikologi Agama*, (Jakarta: Rajawali, 2011), hlm. 177.

⁸ Mohamad Surya, *Psikologi Guru...*, hlm. 155-156.

- g. Tidak mau melakukan segala hal.
- h. Cemas dan takut berlebihan.
- i. Perilaku membahayakan diri sendiri dan orang lain
- j. Perubahan fisik yang drastis.⁹

4. Prinsip-Prinsip Kesehatan Mental

Ada beberapa prinsip-prinsip kesehatan mental dan penyesuaian diri (*adjustment*). Prinsip-prinsip ini merupakan titik tolak pemikiran dalam pelaksanaan “*mental hygiene*”. Prinsip-prinsip “*mental hygiene*” yang akan digambarkan sebagai berikut ini berdasarkan kepada *hakekat manusia sebagai organisme, hubungan manusia dengan lingkungan, dan hubungan manusia dengan Tuhan*.

- a. Kesehatan mental yang dicapai tergantung keadaan jasmani yang baik dan integritas individu sebagai organisme.
- b. Untuk menjaga kesehatan mental, setiap individu harus sesuai dengan hakekat kemanusiaannya dalam moral, intelektual, religi, emosional, dan sosial.
- c. Kesehatan mental dapat dicapai dengan integritas dan control diri dalam cara berfikir, imajinasi, keinginan, emosi, dan perilaku.
- d. Dalam mencapai dan memelihara kesehatan mental, perlu memperluas pengetahuan atau tilikan terhadap diri sendiri (*self insight*).
- e. Kesehatan mental ditandai dengan konsep diri secara sehat.
- f. Untuk mencapai kesehatan mental, tilikan diri (*self insight*) dan penerimaan diri (*self acceptance*) perlu disertai dengan perbaikan diri (*self improvement*) dan realisasi diri (*self realization*).
- g. Kestabilan mental dicapai dengan perkembangan yang luhur.

⁹*Ibid.*, hlm. 157.

- h. Kestabilan mental menuntut adanya adaptabilitas yaitu kemampuan mengadakan perubahan sesuai dengan keadaan perubahan dan kepribadian.
- i. Kesehatan mental dicapai dengan belajar mengatasi konflik dan frustrasi serta ketegangan-ketegangan secara efektif.
- j. Kesehatan mental tergantung kepada hubungan antar pribadi terutama dalam kehidupan keluarga.
- k. Penyesuaian yang baik dan ketenangan batin bergantung kepada kepuasan dalam kerja.
- l. Kesehatan mental dicapai dengan sikap yang realistis, termasuk penerimaan terhadap kenyataan secara sehat dan obyektif.
- m. Kestabilan mental tercapai dengan perkembangan kesadaran terhadap sesuatu yang lebih luhur dari dirinya sendiri tempat ia bergantung yaitu Tuhan Yang Maha Esa. Dengan kata lain agama memegang peranan penting dalam mencapai kesehatan mental.¹⁰
- n. Kesehatan mental dicapai dengan kegiatan yang tetap dan teratur dalam hubungan dengan Tuhan melalui pelaksanaan ajaran-ajarannya.

5. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kondisi Kesehatan Mental

Kesehatan mental seseorang ditentukan oleh beberapa kondisi yang mempengaruhinya, yaitu sebagai berikut:

- 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-faktor pembawaan, konstruksi fisik sistem syaraf, kelenjer, otot-otot, kesehatan, fisik, dan sebagainya.

¹⁰Mohamad Surya, *Psikologi Guru.....*, hlm. 161-162.

- c. Perkembangan dan kematangan, terutama dalam aspek intelektual, sosial, moral dan emosional.
- d. Kondisi psikologis, termasuk pengalaman, hasil belajar, kebiasaan sikap, frustrasi dan konflik, determinasi diri, dan suasana psikologi lainnya.
- e. Kondisi lingkungan dan *cultural*, keadaan dalam kehidupan keluarga seperti organisasi keluarga, kekompakan dalam keluarga, keanggotaan dalam keluarga, hubungan anak dengan orang tua dan saudara-saudara. Kondisi lingkungan sekolah seperti administrasi, kurikulum, perlengkapan, guru dan sebagainya. Juga kondisi kehidupan dalam lingkungan masyarakat secara luas dengan segala norma dan nilai di dalamnya. Di samping itu kondisi *cultural* mempunyai pengaruh yang besar terhadap kesehatan mental.¹¹
- f. Kondisi keagamaan (*religi*), yaitu hal yang menyangkut hubungan manusia dengan Tuhan turut serta mempengaruhi kesehatan mental. Dalam kondisi ini termasuk pengetahuan, perbuatan dan sikap keagamaan.

B. Identitas Diri

1. Pengertian Identitas Diri (*self-identity*)

Identitas diri merupakan aspek yang paling mendasar pada konsep diri dan mengacu pada pertanyaan, “siapakah saya?” dalam pertanyaan tersebut tercakup label-label dan simbol-simbol yang diberikan pada diri (*self*) oleh individu-individu yang bersangkutan untuk menggambarkan dirinya dan membangun identitasnya. Kemudian dengan bertambahnya usia dengan interaksi dengan lingkungannya, pengetahuan individu tentang dirinya juga bertambah, sehingga ia dapat melengkapi keterangan tentang dirinya dengan hal-hal yang lebih kompleks.

¹¹Mohamad Surya, *Psikologi Guru Konsep dan Aplikasi*, (Bandung; Alfabeta, 2014), hlm. 156-157.

Identitas diri adalah kesadaran akan diri sendiri yang bersumber dari observasi dan penilaian, yang merupakan sintesa dari semua aspek konsep diri sebagai suatu kesatuan yang utuh. Identitas diri adalah komponen dari konsep diri yang memungkinkan individu untuk memelihara pendirian yang konsisten dan karenanya memungkinkan seseorang untuk menempati posisi yang stabil di lingkungannya.

Erik Erikson adalah tokoh utama yang menyadari betapa pentingnya pertanyaan-pertanyaan mengenai identitas untuk memahami perkembangan remaja. Apabila ini identitas diyakini sebagai konsep kunci dalam memahami perkembangan remaja.¹²

Selama masa anak pertengahan dan akhir, kelompok teman sebaya mulai memainkan peran yang dominan, menggantikan orang tua sebagai orang yang turut berpengaruh pada konsep diri mereka. Anak makin mengidentifikasi diri dengan anak-anak seusianya dan mengadopsi bentuk-bentuk tingkah laku dari kelompok teman sebaya dari jenis kelamin yang sama.

Seseorang yang mempunyai perasaan identitas diri yang kuat akan memandang dirinya berbeda dengan orang lain, unik dan tidak ada duanya. Kemandirian timbul dari perasaan berharga, kemampuan dan penguasaan diri. Seseorang yang mandiri dapat mengatur dan menerima dirinya. Salah satu dasar persepsi seseorang terhadap kecukupan peran yang diterimanya adalah ego yang menyertai peran, berkembang sesuai dengan harga diri. Harga diri yang tinggi adalah hasil dari pemenuhan kebutuhan peran dan sejalan dengan ideal diri seseorang.

Maka dapat disimpulkan bahwa identitas diri adalah perkembangan pemahaman diri seseorang yang membuat individu semakin sadar akan kemiripan dan keunikan dari orang lain dan akan memberikan arah, tujuan, dan makna pada hidup seseorang.

¹² Jonh W. Santrock, *Remaja, Edisi kesebelas*, (Jakarta: Erlangga, 2007), hlm. 174.

2.

P

Pembentukan Identitas Diri

Pembentukan identitas tidak berlangsung secara rapi maupun secara tiba-tiba yang menimbulkan perubahan besar. Dalam bentuknya yang paling sederhana, perubahan identitas melibatkan komitmen pada suatu arah vokasional, sikap ideologis, dan orientasi seksual. Keputusan tidak dibuat sekali untuk berlaku seumur hidup, namun harus selalu diperbaharui dari waktu ke waktu.¹³

Pembentukan identitas diri merupakan suatu proses pengkombinasian pengalaman, kepercayaan, dan identifikasi yang dimiliki pada masa kanak-kanak kepada kesatuan yang unik dan akan semakin lebih atau tidak koheren, yang akan memberikan para dewasa awal baik perasaan keterkaitan dengan masa lalu maupun arah bagi masa yang akan datang. Hal ini berarti bahwa dalam pembentukan identitas diri terdapat aspek-aspek masa kanak-kanak seperti pengalaman, kepercayaan dan identifikasi yang menjadi dasar terbentuknya identitas pada masa dewasa awal yang akan memberikan arah untuk masa depan dan menjadi sebuah benang pengait dengan masa lalu.

3.

P

Pencapaian Identitas Diri

Menurut Erikson proses identitas diri sudah berlangsung sejak anak mengembangkan kebutuhan akan rasa percaya (*trust*), otonomidiri (*autonomy*), rasa mampu berinisiatif (*initiative*), dan rasa mampu menghasilkan sesuatu (*industry*). Keempat komponen ini memberikan kontribusi kepada pembentukan identitas diri.

¹³*Ibid*, hlm. 177.

Menurut Erikson, remaja yang berhasil mencapai suatu identitas diri yang stabil bercirikan :

- a. Memperoleh suatu pandangan yang jelas tentang dirinya.
- b. Memahami perbedaan dan persamaan dengan orang lain.
- c. Menyadari kelebihan dan kekurangan dirinya.
- d. Penuh percaya diri.
- e. Tanggapterhadapberbagaisituasi.
- f. Mampu mengambil keputusan penting.
- g. Mampu mengantisipasi tantangan masa depan.
- h. Mengenal perannya dalam masyarakat.¹⁴

Menurut Marci mengembangkan suatu teori berdasarkan ide-ide dari Erickson yaitu teori pencapaian identitas diri. Seseorang yang telah mencapai identitas diri yang sukses dapat dilihat dari komitmen yang telah dibuatnya, khususnya dalam pekerjaan dan hubungan antar pribadi.

Proses pencapaian identitas berawal dengan akhirnya mengidentifikasi diri individu terhadap orang tua atau orang dewasa disekeliling individu. Individu tidak lagi mengidentifikasi dirinya dengan anggota tubuh, penampilan dan orang tuanya. Proses pencapaian identitas tergantung pada keadaan masyarakat dimana dia tinggal, sehingga kemudian masyarakat mengenalnya sebagai individu yang telah menjadi dirinya sendiri dengan caranya sendiri.

4.

K

arakteristik Individu yang Memiliki Identitas Diri

Ciri-ciri individu yang memiliki identitas diri yakni individu tersebut memiliki karakteristik yaitu:

¹⁴Hendriati Agustiani, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2006), hlm. 31.

a. K

konsep diri

Konsep diri yakni gambaran diri tentang aspek fisiologis maupun psikologis yang berpengaruh pada perilaku individu dalam penyesuaian diri dengan orang lain. Sejauh mana individu menyadari dan menerima segala kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya, maka akan mempengaruhi pembentukan konsep dirinya. Kalau dia mampu menerima kelebihan dan kekurangan tersebut, dalam diri individu akan tumbuh konsep diri positif, sebaliknya bagi yang tak mampu menerimanya, maka cenderung menumbuhkan konsep diri yang negatif. Konsep diri yang baik, akan mempengaruhi kemampuan individu dalam penyesuaian diri dengan lingkungan sosialnya dengan baik. Sebaliknya, yang konsep dirinya negatif, cenderung menghambat dalam penyesuaian diri dengan lingkungan sosialnya.¹⁵

b. E

evaluasi diri

Penerimaan kelebihan dan kekurangan yang ada pada diri individu yang baik, berarti ia memiliki kemampuan untuk menilai, menaksir, mengevaluasi potensi diri sendirinya. Kemampuan evaluasi diri tumbuh karena ada kesadaran akan segala potensi yang dimilikinya. Justru mereka yang memiliki konsep diri yang baik, karena memang ia telah mampu mengevaluasi/ menilai aspek-aspek dalam dirinya.

c. H

harga diri

¹⁵ Agoes Dariyo, *Psikologi Perkembangan Remaja*, (Bogor Selatan: Ghalia Indonesia, 2004), hlm.80-83.

Seorang yang mampu mengevaluasi diri akan mungkin diri individu dapat menempatkan diri pada posisi yang tepat, artinya sejauh mana dia dapat menghargai diri sebagai seorang pribadi yang memiliki kemandirian, kemauan, kehendak, dan kebebasan dalam menentukan perilaku dalam hidupnya. Seorang yang memilikiharga diri yang baik akan dapat menghargai diri secara proporsional. Dia tidak akan mengukur dirinya lebih tinggi dari yang seharusnya, kalau memang saat ini belum saatnya. Penghargaan diri yang wajar dan proporsional merupakan tindakan yang tepat bagi seorang individu yang mempunyai identitas diri matang.

d. E

efikasi diri

Efikasi diri yakni kemampuan untuk menyadari, menerima dan mempertanggungjawabkan semua potensi, keterampilan atau keahlian secara tepat. Orang yang memiliki *self-efficacy*, akan menempatkan diri pada posisi yang tepat.

e. K

kepercayaan diri

Kepercayaan diri tumbuh dari kehidupan kelompok sosial atau keluarga yang saling mempercayai antara satu dengan yang lain. Kepercayaan diri ialah keyakinan terhadap diri sendiri bahwa ia memiliki kemampuan dan kelemahannya, dan dengan kemampuan tersebut ia merasa optimis dan yakin akan mampu menghadapi masalahnya dengan baik.

f. T

tanggung jawab

Rasa tanggung jawab yakni rasa tanggung jawab terhadap apa yang menjadi hak dan kewajibannya. Seseorang yang bertanggung jawab biasanya akan melaksanakan kewajiban dan tugas-tugasnya sampai selesai.

g. K

komitmen

Komitmen yakni tekad atau dorongan internal yang kuat untuk melaksanakan suatu janji, ketetapan hati yang telah disepakati sebelumnya, sampai benar-benar selesai dengan baik. Memang orang yang memiliki komitmen akan berusaha keras mencapai keberhasilan, termasuk berusaha untuk mengatasi semua rintangan/hambatan yang menyebabkan kegagalan.

h. K

ketekunan

Untuk melakukan suatu tanggung jawab dan komitmen sampai tuntas, dibutuhkan suatu sifat yang setia dan tekun untuk tetap bertahan pada kewajibannya. Ketekunan biasanya mengutamakan atau memprioritaskan tugas utamanya, dan berani mengorbankan hal-hal yang dianggap sekunder (nomor dua). Orang yang tekun dalam melakukan suatu tugas, biasanya ditandai dengan karakteristik kemandirian, rasa percaya diri, optimis dan pantang menyerah.

i. K

kemandirian

Kemandirian merupakan salah satu sifat dalam diri orang yang memiliki identitas diri (jati diri). Kemandirian ialah sifat yang tidak bergantung pada diri orang lain. Ia akan berusaha menyelesaikan masalah dalam hidupnya sendiri. Dengan demikian, akan mendorong diri dapat mengaktualisasikan dirinya dengan sebaik-baiknya.

C. Remaja

1. Pengertian Remaja

Remaja adalah usia dimana merupakan masa transisi atau peralihan dari masa anak-anak menjadi masa dewasa.¹⁶ Masa remaja bermula pada perubahan fisik yang cepat, penambahan berat dan tinggi badan yang dramatis, perubahan bentuk tubuh, dan perkembangan karakteristik seksual seperti pembesaran buah dada, perkembangan pinggang dan kumis, dan dalamnya suara. Pada perkembangan ini, pencapaian kemandirian dan identitas sangat menonjol (pemikiran semakin logis, abstrak, dan idealistis) dan semakin banyak menghabiskan waktu di luar keluarga.

Remaja merupakan perpanjangan masa kanak-kanak sebelum mencapai masa dewasa, masa remaja ini meliputi:

- a. Remaja awal umur 12-15 tahun,
- b. Remaja madya umur 15-18 tahun,
- c. Remaja akhir umur 19-22 tahun,¹⁷

Dalam data psikologi remaja terdapat tiga bagian:

- a. Fase Pueral

Pada masa ini remaja tidak mau dikatakan anak-anak, tetapi tidak bersedia dikatakan dewasa, pada fase ini remaja tidak merasa senang. Mereka mulai memisahkan diri dari orang tuanya. Atau orang-orang dewasa lain yang ada di sekitarnya.¹⁸

- b. Fase Negatif

Fase kedua ini hanya berlangsung beberapa bulan saja, yang ditandai oleh sikap ragu-ragu, murung suka melamun dan sebagainya.

- c. Fase Pubertas

¹⁶ Hendriati Agustiani, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2006), hlm. 28.

¹⁷ Elizabert B. Hurlok, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Erlangga, 1980), hlm. 206.

¹⁸ Agus Sujanto, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 1996), hlm. 170.

Masa ini dinamakan masa odolezen, secara umum masa masa remaja merupakan masa pancaroba, penuh dengan kegelisahan dan kebingungan keadaan tersebut lebih disebabkan oleh perkembangan dan pertumbuhan yang sangat pesat berlangsungnya, terutama dalam hal fisik, perubahan dalam pergaulan social perkembangan intelektual, adanya perhatian dan dorongan pada lawan jenis.¹⁹

2. Potensi Negatif dan Positif Pada Remaja

Potensi negatif adalah sedikit pertimbangan, suka mencoba hal-hal yang menyimpang, kurangnya filter, mudah tergoda dengan hal-hal yang serba instan, berfikir sesaat, mudah masuk arus pergaulan, kurang percaya diri, dan tidak yakin dengan kemampuannya.

Sedangkan potensi positif kekuatan yang dapat membawa pada kemajuan seperti keinginan yang kuat, hasrat yang tinggi, energi yang melimpah, semangat yang membara, cita-cita yang mantap dan keberanian untuk mengambil resiko.²⁰

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Masa Remaja

a. Faktor Luar (Eksternal)

Pandangan ini menyatakan bahwa perubahan dan perkembangan individu sangat dipengaruhi oleh faktor-faktor yang berasal dari luar individu itu sendiri. Faktor ini diantaranya berupa lingkungan fisik maupun lingkungan soaial. Lingkungan fisik berupa tersedianya sarana dan fasilitas, letak geografis, cuaca, iklim dan sebagainya. Sedangkan lingkungan sosial ialah lingkungan dimana seorang mengadakan relasi/ interaksi dengan individu atau sekelompok individu di dalamnya.

¹⁹ Sarurin, *Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2004), hlm. 64-65

²⁰ Sarlinto Wirawan Sarwono, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2007), hlm. 8.

Faktor eksternal ialah faktor yang berasal dari luar diri anak remaja. Termasuk dalam faktor eksternal adalah kesehatan, makanan dan stimulus individu yang tubuhnya sering di latih untuk meningkatkan percepatan pertumbuhannya akan berbeda dengan yang tidak pernah mendapatkan latihan.

Ada dua golongan besar yang termasuk faktor golongan organis, yaitu manusia, binatang, tumbuh-tumbuhan, dan golongan anorganis, termasuk didalamnya, adalah keadaan alam, dan benda-benda. Termasuk didalam keadaan alam adalah iklim, perikehidupan (petani, pelaut, pegunungan, perdagangan dan sebagainya) dan termasuk keadaan benda-benda yaitu benda-benda alam yang merupakan hasil budaya misalnya keadaan perumahan bangunan-bangunan dan sebagainya.²¹

b. Faktor Dalam (Internal)

Dalam pandangan ini dinyatakan bahwa perubahan-perubahan fisik maupun psikis dipengaruhi oleh faktor internal yang bersifat herediter yaitu yang diturunkan oleh orang tuanya.

Pada proses perkembangan anak remaja menuju pada kedewasaan serta proses adaptasinya terhadap tuntutan lingkungan sekitar, ada pada individu itu sendiri.²² Sifat jasmaniah yang diwariskan dari orang tuanya, kematangan. Secara sepintas, pertumbuhan fisik seolah-olah seperti sudah direncanakan oleh faktor kematangan. Meskipun anak itu diberi makanan yang bergizi tinggi, tetapi kalau saat kematangan belum sampai, pertumbuhan akan tertunda.

D. Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Pencapaian Identitas Diri

²¹ Agus Sujanto, *Psikologi...*, hlm. 177-178.

²² Kartini Kortono, *Patologi Sosial 2 Kenakalan Remaja*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2014), hlm. 112.

Seperti diuraikan di atas pada kajian teori, bahwa orang yang sehat mentalnya adalah orang yang dapat menyesuaikan diri dengan diri sendiri, orang lain dan dengan lingkungannya. Dan interaksi terjadi dalam rangka memenuhi kebutuhan-kebutuhannya demi pertahanan diri, pengembangan diri dan kelangsungan hidupnya. Proses pembentukan identitas ini dibentuk dari proses pembuatan keputusan dan komitmen, dimana proses ini didahului oleh proses mengeksplorasi banyak alternatif dalam berbagai aspek hidup.

Pengaruh kesehatan mental itu besar sekali terhadap pencapaian identitas diri remaja. Dijelaskan bahwa remaja yang sehat mentalnya ingin terpenuhi kebutuhannya termasuk kebutuhan akan kesuksesan. Ia berupaya keras untuk memenuhi keinginannya agar memperoleh kesuksesan dalam mencapai identitas diri (jati diri). Untuk mencapai kesuksesan dalam mencapai jati diri, juga diperlukan jiwa yang sehat untuk melaksanakan atau tidak keinginan yang dicapai. Sehingga tidak akan menunda-nunda komitmen yang telah dibuat untuk mencapai identitas diri dengan jiwa yang sehat.

Apabila jiwanya tidak sehat, sebab kesehatan mental sangat berpengaruh kepada kondisi fisik kepribadian diri individu yang tidak dapat bersosialisasi dengan baik dilingkungannya. Mental sehat manusia dipengaruhi oleh faktor dalam diri dan luar dirinya. Hal ini berarti remaja tidak dapat mencapai identitas diri (jati diri) dan remaja yang tidak berhasil menyelesaikan krisis identitasnya akan mengalami identity confusion (kebimbangan akan identitasnya). Kebimbangan tersebut bisa menyebabkan dua hal: penarikan diri individu, mengisolasi dirinya dari teman sebaya dan keluarga, atau meleburkan diri dengan dunia teman sebayanya dan kehilangan identitas dirinya.

E. Penelitian Terdahulu

Berdasarkan dengan masalah, sejauh pengetahuan peneliti masalah ini belum pernah diteliti, namun peneliti menemukan penelitian dengan judul yang hampir

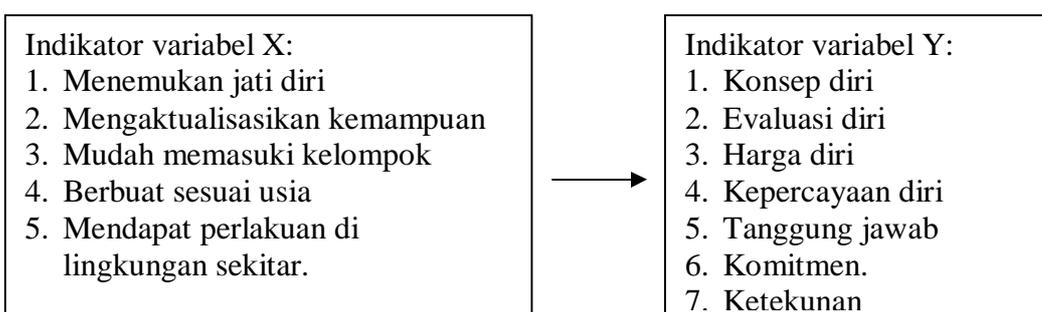
sangat tentang kesehatan mental yang dilakukan terbukti dengan ditemukannya berupa skripsi sebagai berikut:

1. Skripsi yang disusun oleh Rahmad Nasution, Fakultas Tarbiyah Jurusan PAI IAIN Padangsidempuan dengan judul “Pengaruh Pola Asuh Terhadap Kesehatan Mental Beragama Anak Dalam Keluarga Muslim di Kelurahan Palopat Maria”. Dari hasil analisis dan pengujian hipotesis menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan antara Pola Asuh Terhadap Kesehatan Mental Beragama Anak Dalam Keluarga Muslim dengan hasil perhitungan sebesar 0,447”.
2. Skripsi yang disusun oleh Nahdiah Husnah Harahap, tahun Fakultas Tarbiyah Jurusan PAI IAIN Padangsidempuan dengan judul “Pemikiran Zakiah Darajat Dalam Pembinaan Kesehatan Mental Remaja”. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa ada dua faktor. 1. problema-problema kesehatan mental remaja yaitu; penyesuaian diri, problema beragama, kesehatan, ekonomi dan mendapat pekerjaan, perkawinan dan hidup berumah tangga, pendidikan, mengisi waktu terluang. 2. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental remaja yaitu; keluarga, masyarakat lingkungan dan lingkungan sekolah.

F. Kerangka Pikir

Berdasarkan landasan teoritis variabel X (kesehatan mental) dan variabel Y (pencapaian identitas diri remaja), diduga ada pengaruh antara kesehatan mental terhadap pencapaian identitas diri remaja.

Untuk lebih jelasnya kerangka berpikir penulisan skripsi ini dapat digambarkan dengan skema berikut:



G. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban yang kebenarannya masih harus diuji, atau rangkuman kesimpulan teoritis yang diperoleh dari tinjauan pustaka.²³

Berdasarkan latar belakang masalah makahipotesis (H_a) diterima sedangkan (H_o) ditolak, yang berbunyi terdapat pengaruh yang signifikan antara kesehatan mental terhadap pencapaian identitas diri remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal.

²³ Nanang Mortono, *Metode Penelitian Kuantitatif Analisis isi dan Analisis Data Skunder*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2011), hlm.63.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal. Untuk mendapatkan data, menganalisis dan mengolahnya, waktu penelitian ini dimulai dari bulan Mei 2016 sampai dengan bulan Agustus 2016.

B. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah *mixzein* dengan menggunakan pendekatan deskriptif dan uji statistik.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi juga diartikan jumlah keseluruhan dari unit-unit analisis yang memiliki ciri-ciri yang akan diduga.¹ Adapun populasi remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal yang berusia 14-17 tahun berjumlah 25 orang.

2. Sampel

Sampel merupakan bagian populasi yang ingin diteliti. Sampel yang akan diteliti oleh peneliti adalah keseluruhan dari populasi yaitu berjumlah 25 orang remaja.

D. Instrument Pengumpulan Data

¹Iskandar, *Metodologi Penelitian Pendidikan dan Sosial*, (kuantitatif dan kualitatif), (Jakarta: Gaung Persada Pers. 2010), hlm. 68.

Instrumen pengumpulan data yang akan dipakai oleh peneliti kebeberapa sampel yang telah ditentukan yaitu dengan menggunakan:

1. Angket

Kuesioner (angket) merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya.²Dimana angket yang peneliti gunakan yaitu angket yang pertanyaannya disertai dengan pilihan jawaban yang sudah ditentukan oleh peneliti, yang dapat berbentuk pilihan ganda. Angket ini menggunakan skala likert yaitu skala yang menggunakan skala sangat sering (SS), Sering (SR), Jarang (JR), Tidak pernah (TP). dari masing-masing pertanyaan, untuk mengisi daftar pertanyaan (angket) yang dibuat dalam penelitian ini adalah remaja yang sekaligus menjadi sampel dalam penelitian dan telah disediakan alternatif jawabannya.

Angket ini berbentuk skala penilaian dengan menggunakan pertanyaan positif dan negatif. Adapun skor yang ditetapkan untuk pertanyaan butir positif adalah:

1. Untuk option SS diberikan skor 4
2. Untuk option S diberiikan skor 3
3. Untuk option JR diberikan skor 2
4. Untuk option TP diberikan skor 1.

Sedangkan skor yang ditetapkan untuk butir pertanyaan negatif adalah:

1. Untuk option SS diberikan skor 1
2. Untuk option S diberikan skor 2
3. Untuk option JR diberikan skor 3
4. Untuk option TP diberikan skor 4.

2. Wawancara

²Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D* (Bandung: Alfabeta, 2010), hlm.142.

Wawancara yaitu kegiatan yang dilakukan untuk mendapatkan informasi secara langsung dengan mengungkapkan pertanyaan-pertanyaan pada para responden.³Hal ini dimaksudkan untuk lebih mempermudah responden dalam memberikan keterangan, untuk mendapatkan data yang berkenaan dengan tema atau masalah penelitian.

3. Observasi

Observasi yaitu metode pengumpulan data yang menggunakan pengamatan terhadap objek penelitian.⁴Pengamatan yang dilakukan secara sistematis mengenai fenomena social dengan gejala psikis pendekatan.⁵Dalam hal ini, peneliti melakukan observasi bebas untuk mendapatkan data yang original.

Adapun kisi-kisi dari angket ini adalah sebagai berikut:

Tabel I
Kisi-Kisi Angket Kesehatan Mental (X)

No	Indikator	Sub Indikator	No Item Soal
1	Ciri-ciri kesehatan mental remaja	a. Mengatasi seksualitas b. Menemukan jati diri c. Mengaktualisasikan kemampuan d. Memasuki kelompok e. Berbuat sesuai usia f. Mendapat perlakuan g. Bersahabat dengan baik h. Merasa aman i. Menyenangi orang tua dan	1 2, 3 4, 5, 6 7, 8 9, 10 11, 12 13 14 15.

³P Joko Subagyo, *Metode Penelitian Dalam Teori dan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), hlm. 272.

⁴ Yatim Rianto, *metode Penelitian Pendidikan*, (Surabaya: PT SC Anggota IKAPI, 2010), hlm 96.

⁵ Margono, *Metode Penelitian pendidikan*,(Jakarta: Rineka Cipta, 2003), hlm 158.

		kehidupan di rumah	
--	--	--------------------	--

Tabel II
Kisi-Kisi Angket Pencapaian Identitas Diri Remaja (Y)

No	Indikator	Sub Indikator	No Item Soal
1	Konsep diri	a. Kelebihan	1
2	Evaluasi diri	a. Menilai b. Mengevaluasi	2, 3,4 5
3	Harga diri	a. Kebebasan	6
4	Efikasi diri	a. Menyadari	7
5	Kepercayaan diri	a. Percaya diri	8, 9
6	Tanggung jawab	a. Hak dan kewajiban	10, 11, 12
7	Komitmen	a. Tekad dan dorongan	13, 14
8	Ketekunan	a. pantang menyerah	15.

E. Teknik Analisis Data

Sesuai dengan metode penelitian ini maka data yang bersifat kuantitatif diolah dengan analisis statistik dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Editing data, yaitu menyusun redaksi data menjadi kalimat yang sistematis.
2. Reduksi data, yaitu memeriksa kelengkapan data.
3. Tabulasi data, yaitu menghitung dan memberikan skor terhadap jawaban responden pada angket dan mencantumkannya pada tabel yang berisi alternatif jawaban, frekuensi dan persentasi.
4. Deskripsi data, yaitu untuk menguraikan data secara sistematis.

5. Menarik kesimpulan, merangkum uraian-uraian dalam beberapa kalimat yang mengandung suatu pengertian secara singkat dan padat.
6. Mengidentifikasi dan mentotal atau menghitung jawaban subjek penelitian dari angket.
7. Menetapkan skor frekuensi jawaban subjek penelitian dan mencantumkan pada tabel.

Maka untuk memperoleh skor kesehatan mental terhadap pencapaian identitas diri remaja di desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal digunakan rumus, skor perolehan dibagi dengan skor maksimal dikali dengan 100%.

Untuk lebih jelasnya adalah sebagai berikut:

$$\text{Persentase} = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

f = frekuensi yang dicari persentasenya

N = jumlah frekuensi (sampel)

8. Untuk menguji hipotesis tentang adanya pengaruh antara variabel X dengan variabel Y, maka digunakan analisis inferensial dengan perhitungan korelasi *product moment* dengan rumus sebagai berikut:⁶

$$r_{xy} = \frac{N \cdot (\sum XY) - (\sum X) \cdot (\sum Y)}{\sqrt{[N \cdot \sum X^2 - (\sum X)^2][N \cdot \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan :

r_{xy} = koefien korelasi

N = Jumlah sampel

X = Variabel X (kesehatan mental)

Y = Variabel Y (pencapaian identitas diri remaja).

⁶ Anas Sudujono, *Pengantar Statistik*, hlm, 209.

Sedangkan untuk menguji kebenaran apakah ada pengaruh variabel X terhadap variabel Y, maka digunakan perhitungan regresi linier sederhana dengan rumus-rumus:⁷

$$\hat{Y} = a + b X$$

Keterangan ;

\hat{Y} = subjek variabel terikat

a = harga Y ketika harga X = 0 (harga konstanta)

b = angka arah koefisien regresi, yang menunjukkan angka peningkatan atau penurunan variabel dependen yang didasarkan pada perubahan variabel idenpenden. Bila (+) arah garis naik dan bila (-) maka arah garis turun.

X= subjek pada variabel idenpenden yang mempunyai nilai tertentu.

Sebelum menggunakan rumus tersebut terlebih dahulu dicari nilai dari a dan b.

Untuk memperoleh nilai a dan b digunakan rumus sebagai berikut:⁸

$$a = \frac{\sum y - b \cdot \sum x}{n} \quad b = \frac{n(\sum xy) - \sum x \sum y}{n \sum x^2 - (\sum x)^2}$$

Selanjut dilakukan uji signifikansi dengan rumus :

$$F \text{ hitung} = \frac{RJK_{Reg} (b/a)}{RJK_{Res}}$$

Keterangan :

RJK Reg (b/a) = Jumlah kuadrat regresi

RJK Res = Jumlah kuadrat residu

Setelah diperoleh hasil uji signifikansi, maka hasil tersebut dikonsultasikan kepada F tabel pada taraf signifikansi 5% untuk melihat apakah pengaruh yang

⁷ Sugiono, *Statistik Untuk Penelitian*, (Bandung: Alfabeta, 2012), hlm. 261.

⁸ *Ibid*, hlm, 266.

ditemukan signifikansi atau tidak. Apabila $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka hipotesis diterima. Sebaliknya apabila $F_{hitung} < F_{tabel}$ maka hipotesis ditolak.

F. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

1. Uji Validitas Variabel X dan Y

Uji validitas dilakukan untuk melihat apakah data ada yang valid atau tidak. Untuk pengujian validitas digunakan 25 responden dengan 15 pertanyaan untuk variabel kesehatan mental (X), 15 pertanyaan untuk variabel pencapaian identitas diri remaja (Y) di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal, dan r_{tabel} pada taraf signifikan 5% dengan derajat kebebasan $dk = n - 1 = 24$ sehingga r_{tabel} diperoleh = 0,396 untuk mengetahui apakah pertanyaan-pertanyaan valid atau tidak. Untuk mengambil keputusan valid atau tidaknya data tersebut dengan membandingkan r_{hitung} dengan r_{tabel} sebagai berikut:

Jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ berarti valid dan

Jika $r_{hitung} < r_{tabel}$ berarti tidak valid

Tabel III
Uji Validitas Variabel X

No	R Hitung	R Tabel	Hasil
1	0,49161617	0,396	Valid
2	0,053255785		Tidak Valid
3	0,625459315		Valid
4	0,54571515938		Valid
5	0,577673446		Valid
6	0,367510257		Tidak Valid
7	0,71254051		Valid
8	0,258783045		Tidak Valid
9	0,032462523		Tidak Valid
10	0,087401427		Tidak Valid
11	0,434829294		Valid
12	0,457511907		Valid
13	0,063200138		Tidak Valid
14	0,167578705		Tidak Valid

15	2, 859602853		Tidak Valid
----	--------------	--	-------------

Tabel IV
Uji Validitas Variabel Y

No	R Hitung	R Tabel	Hasil
1	0, 63544339	0, 396	Valid
2	0, 51920723		Valid
3	0, 54636504		Valid
4	0, 39462793		Tidak Valid
5	0, 71725359		Valid
6	0, 56060814		Valid
7	0, 26568624		Tidak Valid
8	0, 46679116		Valid
9	0, 49553485		Valid
10	0, 6638052		Valid
11	0, 5908252		Valid
12	0, 3773028		Tidak Valid
13	0, 49925257		Valid
14	0, 35843726		Tidak Valid
15	0, 52363976		Valid

Dari kedua tabel di atas dapat disimpulkan bahwa 7 pertanyaan untuk variabel X yang dan pertanyaan untuk variabel Y yang valid adalah 11 item pertanyaan. Hasil valid dari pertanyaan- pertanyaan tersebut layak digunakan dalam penelitian ini.

2. Uji Reliabilitas Variabel X dan Y

Untuk mengukur reliabilitas suatu variabel dapat dilakukan dengan membandingkan r_{11} dengan r_{tabel} . Dan r_{tabel} pada taraf signifikan 5% dengan derajat kebebasan $dk = n - 1 = 25$ sehingga r_{tabel} diperoleh = 0, 396 untuk mengetahui apakah pertanyaan- pertanyaan tersebut reliabel atau tidak. Untuk mengambil keputusan reliabel atau tidaknya data tersebut dengan membandingkan r_{11} dengan r_{tabel} sebagai berikut:

Jika $r_{11} > r_{tabel}$ berarti reliabel dan

Jika $r_{11} < r_{tabel}$ berarti tidak reliabel.

Tabel V
Uji Reliabilitas Variabel X

No	Nilai Hitung	R Tabel	Interpretasi
1	0, 518	0, 396	Reliabel
2	0, 32		Tidak Reliabel
3	0, 64		Tidak Reliabel
4	0, 454		Reliabel
5	0, 345		Tidak Reliabel
6	0, 361		Tidak Reliabel
7	0, 32		Tidak Reliabel
8	0, 390		Tidak Reliabel
9	0, 342		Tidak Reliabel
10	0, 489		Reliabel
11	0, 297		Tidak Reliabel
12	0, 313		Tidak Reliabel
13	0, 310		Tidak Reliabel
14	0, 390		Tidak Reliabel
15	2, 48		Tidak Reliabel

Tabel VI
Uji Reliabilitas Variabel Y

No	Nilai Hitung	R Tabel	Interpretasi
1	0, 294	0, 396	Tidak Reliabel
2	0, 518		Reliabel
3	0, 438		Reliabel
4	0, 96		Tidak Reliabel
5	0, 505		Reliabel
6	0, 438		Reliabel
7	0, 406		Reliabel
8	0, 32		Tidak Reliabel
9	0, 265		Tidak Reliabel
10	0, 425		Reliabel
11	0, 233		Tidak Reliabel
12	0, 24		Tidak Reliabel
13	0, 297		Tidak Reliabel
14	0, 601		Reliabel
15	0, 377		Tidak Reliabel

Dari tabel diatas dapat dilihat nilai sebagian besar $r_{11} > r_{tabel}$.Maka dapat disimpulkan bahwa sebagian besar variabel- variabel tersebut valid dan reliabel untuk mengukur pengaruh kesehatan mental terhadap pencapaian identitas diri remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal.

BAB IV
HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data

Agar lebih memudahkan pemahaman terhadap hasil penelitian ini, maka peneliti mendeskripsikan data penelitian berdasarkan variabel. Deskripsi yang peneliti paparkan dalam hasil penelitian ini dimulai dari variabel kesehatan mental (X), kemudian pencapaian identitas diri remaja adalah variabel (Y), setelah itu dilanjutkan dengan pengujian hipotesis.

1. Kondisi Kesehatan Mental Remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal

Kesehatan mental sangat penting bagi kehidupan untuk dapat beraktivitas sehari-hari dengan baik, dapat menjadi diri yang matang dalam bertingkah laku maupun berpikir tentang apa yang akan dilakukan seseorang atau remaja. Hal ini yang membuat para remaja kurang dapat menjaga kesehatan mental di karenakan pergaulan yang tidak sesuai dengan usia maupun tingkah lakunya dan tidak mempunya dalam melakukan apa yang di inginkan dan di butuhkan dalam kehidupannya. Sehingga kondisi kesehatan remaja sangat diperlukan dalam mencapai jati dirinya.

Berikut perhitungan data terkumpul dan terungkap secara empiris mengenai kesehatan mental remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal dapat dirangkum dalam tabel di bawah ini:

Tabel VII
Rangkuman Deskriptip Data Variabel (X) Kesehatan Mental
Remaja di Desa Sayurmaincat

No	Statistik	X
1	Skor maksimal	26

2	Skor minimum	16
3	Range (rentangan)	10
4	Rata-rata	21,16
5	Standar diviasi	2,85
6	Median	21,5
7	Modus	21

Perhitungan yang dilaksanakan terhadap angket dari 25 orang sampel yang diteliti, sebagaimana yang terdapat pada tabel tersebut maka skor variabel (X) kesehatan mental yang dilaksanakan menyebar dengan skor tertinggi 26 dan skor terendah 16, range (rentangan) 10, nilai rata-rata sebesar 21,16, standar deviasinya 2,85, mediannya sebesar 21,5 dan modus sebesar 21, selanjutnya penyebaran skor jawaban responden kesehatan mental tersebut dapat dilihat pada tabel distribusi frekuensi berikut ini:

TabelVIII
Distribusi Frekuensi Kesehatan Mental
Remaja di Desa Sayurmaincat

Interval Kelas	Frekuensi	Persentasi
16 – 18	4	16%
19 – 21	10	40%
22 – 24	8	32%
25 – 27	3	12%
Jumlah	25	100%

Secara berturut-berturut tabel di atas menunjukkan responden yang memperoleh skor antara 16 - 18 sebanyak 4 orang atau 16%, antara 19 - 21 sebanyak

10 atau 40% antara 22 - 24 sebanyak 8 orang atau 32%, antara 25 - 27 sebanyak 3 orang atau 12%.

Kesehatan mental yaitu

$$\begin{aligned}
 \text{Tingkat Pencapaian} &= \frac{\text{Skor Perolehan}(\sum \text{skor})}{\text{Skor Maksimal} (\sum \text{responden} \times \text{item soal} \times \text{Bobot nilai tertinggi})} \times 100\% \\
 &= \frac{529}{(25 \times 7 \times 4)} \times 100\% \\
 &= \frac{529}{700} \times 100\% \\
 &= 0,755 \times 100\% \\
 &= 75,5\%
 \end{aligned}$$

Dengan perhitungan di atas dapat diperoleh skor kesehatan mental remaja secara kumulatif adalah 75.5%. Maka untuk melihat tingkat kualitas kesehatan mental remaja tersebut maka dikonsultasikan pada kriteria penilaian sebagaimana berikut:

Tabel IX
Kriteria Penilaian Kesehatan Mental Remaja

No	Skor	Interpretasi
1	0% - 20%	Sangat kurang
2	21% - 40%	Kurang
3	41% - 60%	Cukup
4	61% - 80%	Baik
5	81% - 100%	Sangat baik

Dari perhitungan tersebut di atas dapat dilihat bahwa skor kesehatan mental remaja secara kumulatif adalah 75,5% yang berarti berada pada interval 61% - 80%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental remaja yang terjadi di Desa Sayurmaincat dalam kategori baik.

Berikut perhitungan data terkumpul dan terungkap secara empiris mengenai kesehatan mental remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal dapat dirangkum dalam tabel di bawah ini:

Tabel X
Dapat Mengatasi Gejala-Gejala Seksualitas

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat sering	7	28%
2	Sering	12	48%
3	Jarang	6	24%
4	Tidak pernah	-	-
	Jumlah	25	100%

Dari data di atas diketahui bahwa pandangan remaja tentang dapat mengatasi gejala-gejala seksualitas dengan baik sebanyak 28% yang mengatakan sangat sering, 48% yang mengatakan sering, dan 24% yang mengatakan jarang. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan sebagian besar remaja sering dapat mengatasi gejala-gejala seksualitas dengan baik.

Sementara itu tanggapan remaja tentang tidak berperilaku sesuai jati diri sebagai berikut:

Tabel XI
Tidak Berperilaku Sesuai Jati Diri

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat sering	1	4%
2	Sering	8	32%
3	Jarang	11	44%
4	Tidak pernah	5	20%
	Jumlah	25	100%

Dari data di atas diketahui bahwa pandangan remaja tentang tidak berperilaku sesuai jati diri sebanyak 4% yang mengatakan sangat sering, 32% yang mengatakan sering, 44% yang mengatakan jarang, dan 20% yang mengatakan tidak pernah. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan sebagian besar remaja jarang tidak berperilaku sesuai jati dirinya.

Sementara itu tanggapan remaja tentang dapat mengaktualisasikan kemampuan dengan baik dalam sekolah sebagai berikut:

Tabel XII
Dapat Mengaktualisasikan Kemampuan dengan Baik dalam Sekolah

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat sering	3	12%
2	Sering	16	64%
3	Jarang	5	20%
4	Tidak pernah	1	4%
	Jumlah	25	100%

Dari data di atas diketahui bahwa pandangan remaja tentang dapat mengaktualisasikan kemampuan dengan baik dalam sekolah sebanyak 12% yang mengatakan sangat sering, 64% yang mengatakan sering, 20% yang mengatakan jarang, dan 4% yang mengatakan tidak pernah. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan sebagian besar remaja sering dapat mengaktualisasikan kemampuannya dengan baik dalam sekolah.

Sementara itu tanggapan remaja tentang dapat mengaktualisasikan kemampuan dengan baik dalam lingkungan sosial sebagai berikut:

Tabel XIII
Dapat Mengaktualisasikan Kemampuan dengan Baik
dalam Lingkungan Sosial

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat sering	3	12%
2	Sering	15	60%
3	Jarang	7	28%
4	Tidak pernah	-	-
	Jumlah	25	100%

Dari data di atas diketahui bahwa pandangan remaja tentang dapat mengaktualisasikan kemampuan dengan baik dalam lingkungan sosial sebanyak 12% yang mengatakan sangat sering, 60% yang mengatakan sering, dan 28% yang mengatakan jarang. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan sebagian remaja dapat mengaktualisasikan kemampuannya dengan baik dalam lingkungan sosial.

Sementara itu tanggapan remaja tentang percaya diri sebagai berikut:

Tabel XIV
Percaya Diri

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat sering	7	28%
2	Sering	16	64%
3	Jarang	2	8%
4	Tidak pernah	-	-
	Jumlah	25	100%

Dari data di atas diketahui bahwa pandangan remaja tentang percaya diri sebanyak 28% yang mengatakan sangat sering, 64% yang mengatakan sering, dan 8% yang mengatakan jarang. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan sebagian besar remaja sering percaya diri.

Sementara itu tanggapan remaja tentang merasa mendapat perlakuan yang baik di rumah sebagai berikut:

Tabel XV
Merasa Mendapat Perlakuan yang Baik Dirumah

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat sering	9	36%
2	Sering	15	60%
3	Jarang	1	4%
4	Tidak pernah	-	-
	Jumlah	25	100%

Dari data di atas diketahui bahwa pandangan remaja tentang merasa mendapat perlakuan yang baik di rumah sebanyak 36% yang mengatakan sangat sering, 60% yang mengatakan sering, dan 4% yang mengatakan jarang. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan sebagian besar remaja sering merasa mendapat perlakuan yang baik di rumah.

Sementara itu tanggapan remaja tentang mendapat perlakuan yang baik dari orang lain sebagai berikut:

Tabel XVI
Mendapat Perlakuan yang Baik dari Orang Lain

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat sering	4	16%
2	Sering	18	72%
3	Jarang	3	12%
4	Tidak pernah	-	-
	Jumlah	25	100%

Dari data di atas diketahui bahwa pandangan remaja tentang mendapat perlakuan yang baik dari orang lain sebanyak 16% yang mengatakan sangat sering, 72% yang mengatakan sering, dan 12% yang mengatakan jarang. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan sebagian besar remaja sering mendapat perlakuan yang baik dari orang lain.

2. **Besar Pencapaian Identitas Diri Remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal**

Pencapaian identitas diri remaja sudah baik dan mampu untuk mengatasi masalah yang terjadi dalam diri dan lingkungannya. Hal inilah terlihat dari perilaku

yang dilakukan oleh remaja tanpa ada penyimpangan dari umur atau tingkah laku yang tidak sesuai. Remaja yang dapat mencapai identitas dirinya dengan baik dan benar serta dapat mengelola emosi dalam mencapai keinginannya akan lebih mudah baginya untuk dapat mencapai jati dirinya. Dimulai dengan menanamkan nilai-nilai yang baik dan komitmen yang kuat dalam diri sendiri agar tidak terpengaruh oleh lingkungan yang kurang baik.

Berikut perhitungan data terkumpul dan terungkap secara empiris mengenai pencapaian identitas diri remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal dapat dirangkum dalam tabel di bawah ini:

TabelXVII
Rangkuman Deskriptip Data Variabel (Y) Pencapaian Identitas
Diri Remaja di Desa Sayurmaincat

No	Statistik	X
1	Skor maksimal	39
2	Skor minimum	26
3	Range (rentangan)	13
4	Rata-rata	32,92
5	Standar diviasi	3,46
6	Median	36,5
7	Modus	34

Perhitungan yang dilaksanakan terhadap angket dari 25 orang sampel yang diteliti, sebagaimana yang terdapat pada tabel tersebut maka skor variabel (Y) pencapaian identitas diri remaja yang dilaksanakan menyebar dengan skor tertinggi 39 dan skor terendah 26, range (rentangan) 13, nilai rata-rata sebesar 32,92, standar deviasinya 3,46, mediannya sebesar 36,5 dan modus sebesar 34, selanjutnya

penyebaran skor jawaban responden pencapaian identitas diri remaja tersebut dapat dilihat pada tabel distribusi frekuensi berikut ini:

TabelXVIII
Distribusi Frekuensi Pencapaian Identitas
Diri Remajadi Desa Sayurmaincat

Interval Kelas	Frekuensi	Persentasi
26 – 29	5	20%
30 – 33	5	20%
34 – 37	12	48%
38 – 41	3	12%
Jumlah	25	100%

Secara berturut-berturut tabel di atas menunjukkan responden yang memperoleh skor antara 26 - 29 sebanyak 5 orang atau 20%, antara 30 - 33 sebanyak 5 atau 20% antara 34 - 37 sebanyak 12 orang atau 48%, antara 38 - 41 sebanyak 3 orang atau 12%.

Pencapaian identitas diri remaja yaitu

$$\begin{aligned}
 \text{TingkatPencapaian} &= \frac{\text{Skor Perolehan}(\sum \text{skor})}{\text{Skor Maksimal} (\sum \text{responden} \times \text{item soal} \times \text{bobot nilai tertinggi})} \times 100 \% \\
 &= \frac{823}{(25 \times 11 \times 4)} \times 100\% \\
 &= \frac{823}{1100} \times 100\% \\
 &= 0,748 \times 100\%
 \end{aligned}$$

= 74,8%

Dengan perhitungan di atas dapat diperoleh skor pencapaian identitas diri remaja secara kumulatif adalah 74,8%. Maka untuk melihat tingkat kualitas pencapaian identitas diri remaja tersebut maka dikonsultasikan pada kriteria penilaian sebagaimana berikut:

Tabel XIX
Kriteria Penilaian Pencapaian Identitas Diri Remaja

No	Skor	Interpretasi
1	0% - 20%	Sangat kurang
2	21% - 40%	Kurang
3	41% - 60%	Cukup
4	61% - 80%	Baik
5	81% - 100%	Sangat baik

Dari perhitungan tersebut di atas dapat dilihat bahwa skor pencapaian identitas diri remaja secara kumulatif adalah 74,8% yang berarti berada pada interval 61% - 80%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pencapaian identitas diri remaja yang terjadi di Desa Sayurmaincat dalam kategori baik.

Berikut perhitungan data terkumpul dan terungkap secara empiris mengenai pencapaian identitas diri remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal dapat dirangkum dalam tabel di bawah ini:

Tabel XX
Merasa Mampu Memperbaiki Diri dan Berusaha Mengubah Kekurangan pada Diri Remaja

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
----	--------------------	--------	------------

1	Sangat sering	6	24%
2	Sering	17	68%
3	Jarang	2	8%
4	Tidak pernah	-	-
	Jumlah	25	100%

Dari data di atas diketahui bahwa pandangan remaja tentang merasa mampu memperbaiki diri dan berusaha mengubah kekurangan pada diri remaja sebanyak 24% yang mengatakan sangat sering, 68% yang mengatakan sering, dan 8% yang mengatakan jarang. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan sebagian besar remaja sering merasa mampu memperbaiki diri dan berusaha mengubah kekurangan pada dirinya.

Sementara itu tanggapan remaja tentang memiliki nilai-nilai yang menggambarkan siapa diri remaja sebagai berikut:

Tabel XXI
Memiliki Nilai-Nilai yang Manggambarkan Siapa Diri Remaja

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat sering	7	28%
2	Sering	12	48%
3	Jarang	6	24%
4	Tidak pernah	-	-
	Jumlah	25	100%

Dari data di atas diketahui bahwa pandangan remaja tentang memiliki nilai-nilai yang menggambar siapa diri remaja sebanyak 28% yang mengatakan sangat sering, 48% yang mengatakan sering, dan 24% yang mengatakan jarang. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan sebagian besar remaja sering memiliki nilai-nilai yang menggambarkan siapa diri remaja.

Sementara itu tanggapan remaja tentang merasa sanggup merubah prinsip bila pengalaman yang di alami salah sebagai berikut:

Tabel XXII
Merasa Sanggup Merubah Prinsip Bila Pengalaman yang di Alami Salah

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat sering	4	16%
2	Sering	17	68%
3	Jarang	3	12%
4	Tidak pernah	1	4%
	Jumlah	25	100%

Dari data di atas diketahui bahwa pandangan remaja tentang merasa sanggup mengubah prinsip bila pengalaman yang dialami salah sebanyak 16% yang mengatakan sangat sering, 68% yang mengatakan sering, 12% yang mengatakan jarang, dan 4% yang mengatakan tidak pernah. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan sebagian besar remaja sering merasa sanggup mengubah prinsip bila pengalaman yang dialami salah.

Sementara itu tanggapan remaja tentang selalu mengevaluasi kelebihan dan kekurangan pada diri sebagai berikut:

Tabel XXIII
Selalu Mengevaluasi Kelebihan dan Kekurangan Pada Diri

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat sering	4	16%
2	Sering	15	60%
3	Jarang	5	20%
4	Tidak pernah	1	4%
	Jumlah	25	100%

Dari data di atas diketahui bahwa pandangan remaja tentang selalu mengevaluasi kelebihan dan kekurangan pada diri sebanyak 16% yang mengatakan sangat sering, 60% yang mengatakan sering, 20% yang mengatakan jarang, dan 4% yang mengatakan tidak pernah. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan sebagian besar remaja selalu mengevaluasi kelebihan dan kekurangan pada diri.

Sementara itu tanggapan remaja tentang bisa mencari cara lain untuk mencapai tujuan ketika tidak berhasil sebagai berikut:

Tabel XXIV
Bisa Mencari Cara Lain Untuk Mencapai Tujuan Ketika Tidak Berhasil

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat sering	5	20%
2	Sering	14	56%
3	Jarang	6	24%
4	Tidak pernah	-	-
	Jumlah	25	100%

Dari data di atas diketahui bahwa pandangan remaja tentang bisa mencari cara lain untuk mencapai tujuan ketika tidak berhasil sebanyak 20% yang mengatakan sangat sering, 56% yang mengatakan sering, dan 24% yang mengatakan jarang. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan sebagian besar remaja sering bisa mencari cara lain untuk mencapai tujuan ketika tidak berhasil.

Sementara itu tanggapan remaja tentang dengan penuh percaya diri mampu menyelesaikan masalah yang di hadapi sebagai berikut:

Tabel XXV
Dengan Penuh Percaya Diri Mampu Menyelesaikan Masalah yang di Hadapi

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat sering	4	16%
2	Sering	16	64%
3	Jarang	5	20%
4	Tidak pernah	-	-
	Jumlah	25	100%

Dari data di atas diketahui bahwa pandangan remaja tentang dengan penuh percaya diri mampu menyelesaikan masalah yang di hadapi sebanyak 16% yang mengatakan sangat sering, 64% yang mengatakan sering, dan 20% yang mengatakan

jarang. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan sebagian besar remaja sering dengan penuh percaya diri mampu menyelesaikan masalah yang di hadapi.

Sementara itu tanggapan remaja tentang kurang percaya diri dalam menghadapi masalah sebagai berikut:

Tabel XXVI
Kurang Percaya Diri dalam Menghadapi Masalah

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat sering	5	20%
2	Sering	18	72%
3	Jarang	2	8%
4	Tidak pernah	-	-
	Jumlah	25	100%

Dari data di atas diketahui bahwa pandangan remaja tentang kurang percaya diri dalam menghadapi masalah sebanyak 20% yang mengatakan sangat sering, 72% yang mengatakan sering, dan 8% yang mengatakan jarang. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan sebagian besar remaja sering kurang percaya diri dalam menghadapi masalah.

Sementara itu tanggapan remaja tentang selalu bertanggung jawab apabila ada masalah sebagai berikut:

Tabel XXVII
Selalu Bertanggung Jawab Apabila Ada Masalah

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat sering	7	28%
2	Sering	14	56%
3	Jarang	4	16%
4	Tidak pernah	-	-
	Jumlah	25	100%

Dari data di atas diketahui bahwa pandangan remaja tentang selalu bertanggung jawab apabila ada masalah sebanyak 28% yang mengatakan sangat

sering, 56% yang mengatakan sering, dan 16% yang mengatakan jarang. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan sebagian besar remaja selalu bertanggung jawab apabila ada masalah.

Sementara itu tanggapan remaja tentang bertanggung jawab terhadap apa yang dilakukan sebagai berikut:

Tabel XXVIII
Bertanggung Jawab Terhadap Apa yang Dilakukan

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat sering	4	16%
2	Sering	19	76%
3	Jarang	2	8%
4	Tidak pernah	-	-
	Jumlah	25	100%

Dari data di atas diketahui bahwa pandangan remaja tentang bertanggung jawab terhadap apa yang dilakukan sebanyak 16% yang mengatakan sangat sering, 76% yang mengatakan sering, dan 8% yang mengatakan jarang. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan sebagian besar remaja sering bertanggung jawab terhadap apa yang dilakukannya.

Sementara itu tanggapan remaja tentang selalu berusaha membuat orang tua bahagia sebagai berikut:

Tabel XXIX
Selalu Berusaha Membuat Orang Tua Bahagia

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat sering	18	72%
2	Sering	6	24%
3	Jarang	1	4%
4	Tidak pernah	-	-
	Jumlah	25	100%

Dari data di atas diketahui bahwa pandangan remaja tentang selalu berusaha membuat orang tua bahagia sebanyak 72% yang mengatakan sangat sering, 24% yang mengatakan sering, dan 4% yang mengatakan jarang. Berdasarkan data

tersebut dapat disimpulkan sebagian remaja sangat sering selalu membuat orang tua bahagia.

Sementara itu tanggapan remaja tentang tidak pernah menyerah untuk mencapai keinginan sebagai berikut:

Tabel XXX
Tidak Pernah Menyerah untuk Mencapai Keinginan

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat sering	10	40%
2	Sering	13	52%
3	Jarang	2	8%
4	Tidak pernah	-	-
	Jumlah	25	100%

Dari data di atas diketahui bahwa pandangan remaja tentang tidak pernah menyerah untuk mencapai keinginan sebanyak 40% yang mengatakan sangat sering, 52% yang mengatakan sering, dan 8% yang mengatakan jarang. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan sebagian besar remaja sering tidak pernah menyerah untuk mencapai keinginan.

B. Pengujian Hipotesis

Untuk menguji kebenaran apakah ada pengaruh antara dua variabel yang diteliti yaitu tentang pengaruh kesehatan mental terhadap pencapaian identitas diri remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal, maka dilakukan uji product moment sebagai berikut:

Tabel XXXI
**Perhitungan Mencari Korelasi Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap
Pencapaian Identitas Diri Remaja Di Desa Sayurmaincat
Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal**

No	X	Y	X ²	Y ²	XY
1	21	33	441	1089	693
2	26	36	676	1296	936

3	26	39	676	1521	1014
4	24	35	576	1225	840
5	26	34	676	1156	884
6	24	34	576	1156	816
7	19	31	361	961	589
8	19	34	361	1156	646
9	21	34	441	1156	714
10	17	28	289	784	476
11	16	27	256	729	432
12	22	38	484	1444	836
13	21	35	441	1225	735
14	23	34	529	1156	782
15	22	29	484	841	638
16	21	36	441	1296	756
17	22	29	484	841	638
18	22	30	484	900	660
19	19	30	361	900	570
20	16	26	256	676	416
21	21	34	441	1156	714
22	22	31	484	961	682
23	21	34	441	1156	714
24	21	34	441	1156	714
25	17	38	289	1444	646
□	$\sum 529$	$\sum 823$	$\sum 11389$	$\sum 27381$	$\sum 17541$

Setelah data diperoleh maka langkah selanjutnya adalah melakukan perhitungan dengan menggunakan rumus:

$$r_{xy} = \frac{N \cdot \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{N \cdot \sum x^2 - (\sum x)^2\} \{N \cdot \sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

Dari tabel kerja di atas dapat diperoleh nilai-nilai sebagai berikut:

$$N = 25$$

$$\sum x = 529$$

$$\sum y = 823$$

$$\sum x^2 = 11389$$

$$\sum y^2 = 27381$$

$$\sum xy = 17541$$

$$= \frac{N \cdot \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{N \cdot \sum x^2 - (\sum x)^2\} \{N \cdot \sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

$$r_{xy} = \frac{25 \cdot 17541 - (529)(823)}{\sqrt{\{25 \cdot 11389 - (529)^2\} \{25 \cdot 27381 - (823)^2\}}}$$

$$r_{xy} = \frac{438525 - 435367}{\sqrt{\{284725 - 279841\} \{684525 - 677329\}}}$$

$$r_{xy} = \frac{3158}{\sqrt{4884 \times 7196}}$$

$$r_{xy} = \frac{3158}{\sqrt{35145264}}$$

$$r_{xy} = \frac{3158}{5928,34412}$$

$$r_{xy} = 0,53269512$$

Berdasarkan perhitungan yang dilakukan diperoleh harga r_{hitung} Product Moment sebesar 0,53269512. Apabila angka indeks r_{hitung} Product Moment tersebut dibandingkan dengan nilai yang ada pada tabel harga kritik dari r_{tabel} Product Moment dengan tingkat kepercayaan 95% atau tingkat kesalahan 5% diperoleh harga r_{tabel} sebesar 0,396. Dengan demikian dapat diketahui bahwa harga r_{hitung} (r_{xy}) > r_{tabel} (r_c) atau $0,532 > 0,396$. Mengingat harga r_{hitung} Product Moment sebesar 0,532 maka Interpretasi Koefisien Korelasi berada pada kategori baik.

Sehingga dengan perhitungan diatas diperoleh hasil bahwa hipotesis (Ha) diterima sedangkan (Ho) ditolak, yang berbunyi terdapat pengaruh yang signifikan antara kesehatan mental terhadap pencapaian identitas diri remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal.

Apabila dilakukan perhitungan koefisien determinan yang bertujuan untuk mengetahui besar kecilnya sumbangan variabel kesehatan mental terhadap pencapaian identitas diri remaja dalam bentuk persentase, maka diperoleh : $KP = r^2 \times 100\% = 0,532^2 \times 100\% = 0,28 \times 100\% = 28\%$. Artinya besar nilai variabel pencapaian identitas diri remaja turut ditentukan oleh kesehatan mental sebesar 28% dan sisanya 72% ditentukan oleh variabel lain yang perlu diteliti lebih lanjut.

Kemudian untuk melihat apakah ada pengaruh yang signifikan antara kesehatan mental terhadap pencapaian identitas diri remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal, maka dilakukan uji regresi linear sederhana sebagai berikut:

C. Analisis Regresi Linear Sederhana

1. Menghitung rumus b

$$\begin{aligned}
 b &= \frac{n(\sum xy) - \sum x \sum y}{n \sum x^2 - (\sum x)^2} \\
 &= \frac{25.17541 - 529.823}{25.11389 - 529^2} \\
 &= \frac{438525 - 435367}{284725 - 279841} \\
 &= \frac{3158}{4884} \\
 &= 0,64660115 \\
 &= 0,646
 \end{aligned}$$

2. Menghitung rumus a

$$\begin{aligned} a &= \frac{\sum y - b \cdot \sum x}{n} \\ &= \frac{823 - (0,64660115 \cdot 529)}{25} \\ &= \frac{823 - 342,052008}{25} \\ &= \frac{480,947992}{25} \\ &= 19,2379197 \\ &= 19,23 \end{aligned}$$

3. Menghitung persamaan regresi

$$\begin{aligned} \hat{Y} &= a + b X \\ &= 19,237 + 0,646 \\ &= 19,88 \end{aligned}$$

4. Membuat garis persamaan regresi

$$\begin{aligned} X &= \frac{\sum X}{n} = \frac{529}{25} = 21,16 \\ Y &= \frac{\sum Y}{n} = \frac{823}{25} = 32,92 \end{aligned}$$

5. Mencari jumlah kuadrat regresi $JK_{Reg(a)}$

$$JK_{Reg(a)} = \left(\frac{\sum y}{n} \right)^2 = \left(\frac{823}{25} \right)^2 = \frac{677329}{25} = 27093,16$$

6. Mencari jumlah kuadrat regresi $JK_{Reg} \left(\frac{b}{a}\right)$

$$\begin{aligned} JK_{Reg} \left(\frac{b}{a}\right) &= b \cdot \left(\sum xy - \frac{(\sum x) \cdot (\sum y)}{n} \right) \\ &= 0,646 \times \left(17541 - \frac{(529) \cdot (823)}{25} \right) \\ &= 0,646 \times \left(17541 - \frac{435367}{25} \right) \\ &= 0,646 \times (17541 - 17414,68) \\ &= 0,646 \times 126,32 \\ &= 81,60272 \\ &= 81,602 \end{aligned}$$

7. Mencari jumlah kuadrat residu JK_{Res}

$$\begin{aligned} JK_{Res} &= \sum y^2 - JK_{Reg} \frac{b}{a} - JK_{Reg(a)} \\ &= 27381 - 81,602 - 27093,16 \\ &= 206,238 \end{aligned}$$

8. Mencari rata-rata jumlah kuadrat residu JK_{Res}

$$JK_{Res} = \frac{JK_{Res}}{n-2} = \frac{206,238}{23} = 8,96686957 = 8,966$$

9. Menguji signifikansi

$$F_{hitung} = \frac{RJK_{Reg} \left(\frac{b}{a}\right)}{RJK_{Res}} = \frac{81,602}{8,966} = 9,10127147 = 9,101$$

$$F_{tabel} = F(1 - \alpha) \cdot (dk_{Reg} \frac{b}{a}) \cdot (dk_{Res})$$

$$= F(1 - 0,05) \cdot (dk_{Reg} \frac{b}{a} = 1) \cdot (dk_{Res} = 25 - 2 = 23)$$

$$= F(0, 95)(1, 23)$$

Cara mencari F tabel = angka 1 pembilang

= angka 23 penyebut

F tabel = 4,28

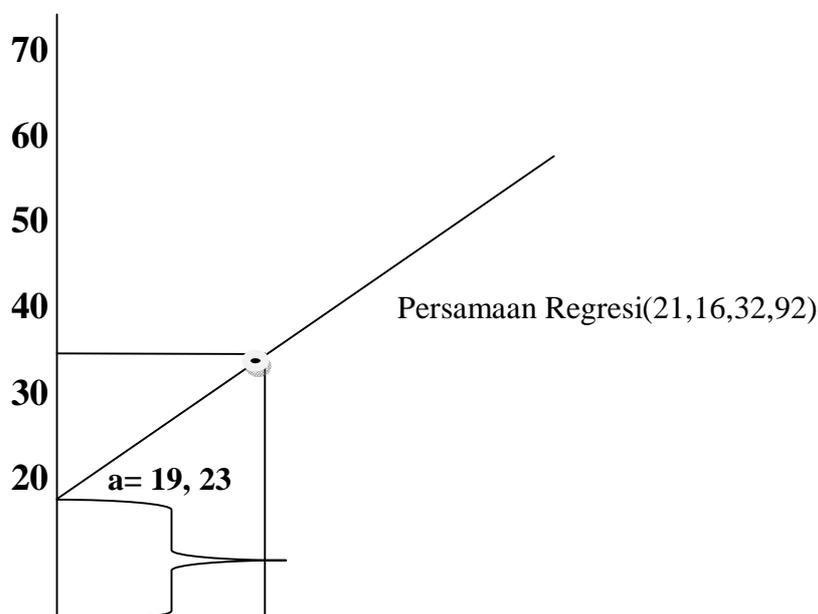
Karena $F_{hitung}(9, 101)$ lebih besar dari $F_{tabel}(4,28)$ maka H_0 ditolak sedangkan H_a diterima. Dengan demikian terdapat pengaruh yang signifikan Kesehatan Mental Terhadap Pencapaian Identitas Diri Remaja Di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal.

Untuk membuat garis persamaan regresi dari penelitian ini maka dilakukan dengan cara:

$$X = \frac{\sum X}{n} = \frac{529}{25} = 21,16$$

$$Y = \frac{\sum Y}{n} = \frac{823}{25} = 32,92$$

Gambar. 3
Persamaan Garis Regresi



D. Pembahasan Hasil Penelitian

Hasil analisis dan pengujian hipotesis menunjukkan bahwa kedua variabel ini memiliki korelasi. Hal ini dapat diartikan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan kesehatan mental terhadap pencapaian identitas diri remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal.. Dari perhitungan product moment juga dapat dilihat adanya pengaruh yang signifikan antara kedua variabel tersebut dengan hasil perhitungan sebesar 0,532.

Data diatas didukung dengan hasil wawancara dengan salah satu orang tua remaja, “remaja di Desa Sayurmaincat sebagian kadang mampu memperbaiki diri dengan berusaha mengubahnya ke yang lebih baik yang berguna bagi dirinya dan orang lain”.¹

Begitu juga dengan hasil wawancara peneliti dengan kepala desa Sayurmaincat,” bahwa sebagian remaja itu memiliki nilai-nilai yang menggambarkan siapa dirinya dengan sikap yang baik kadang-kadang remaja menunjukkan sikap-sikap yang tidak baik”.²

Kemudian hasil wawancara peneliti dengan wakil ketua naposo bulung Desa Sayurmaincat,” remaja mampu menyelesaikan masalah mereka tanpa memberitahukan kepada orang tua ataupun orang lain”.³

Kemudian data tersebut didukung hasil wawancara dengan salah satu remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal “ bahwa mereka

¹Hasil Wawancara dengan orang tua remaja, 20 Mei 2016.

²Hasil Wawancara dengan kepala desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan.30 Mei 2016.

³Hasil Wawancara dengan wakil ketua naposo bulung Desa Sayurmaincat. 28 mei 2016.

kadang berusaha memperbaiki diri sendiri kepada yang lebih baik untuk dapat memiliki nilai-nilai yang menggambarkan jati dirinya dan dapat bersikap dengan baik terhadap diri sendiri dan orang lain. Sehingga mereka dapat menyelesaikan permasalahan yang di hadapi mereka tanpa melibatkan orang lain.”⁴

E. Keterbatasan Penelitian

Hasil penelitian diperoleh dari pengumpulan data angket yang dibagikan kepada responden, yakni terhadap remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal. Akan tetapi untuk mendapatkan hasil yang sempurna dari hasil penelitian sangat sulit sekali. Hal ini di akibatkan oleh adanya keterbatasan peneliti dalam penelitian ini.

Adapun keterbatasan yang peneliti maksudkan adalah kejujuran responden, mungkin saja responden sungguh-sungguh menjawab sesuai dengan keadaan sebenarnya. Sebaliknya peneliti tidak mampu mengetahui aspek ketidak jujuran responden dengan keadaan yang sebenarnya, serta tingkat keshahihan instrument tidak di uji disebabkan keterbatasan-keterbatasan peneliti, baik dana, serta kemampuan dan lain-lain.

Meski demikian, peneliti terus berusaha dengan semaksimal mungkin untuk menyelesaikan penelitian ini dengan prosedur yang telah ditentukan.

⁴Hasil wawancara dengan salah satu anak remaja desa sayurmaincat, 20 mei 2016.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari beberapa uraian diatas pembahasan skripsi ini dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Kondisi kesehatan mental remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal tergolong pada kategori baik dengan perolehan sebesar 75,5%.
2. Gambaran kesehatan pencapaian identitas diri remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal tergolong pada kategori baik dengan sebesar 74,8%.
3. Hipotesis (H_a) diterima bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel X yaitu kesehatan mental dengan variabel Y yaitu pencapaian identitas diri remaja di Desa Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Kabupaten Mandailing Natal. Hal ini berdasarkan perhitungan dengan korelasi product moment yang di peroleh $r_{xy} = 0,532 > r_t = 0,396$. Berdasarkan uji regresi sederhana pada taraf signifikansi 5% yakni $F_{hitung} = 9,101 > F_{tabel} = 4,28$. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara kesehatan mental terhadap pencapaian identitas diri remaja.

B. Saran-Saran

1. Kepada remaja di harapkan dapat menjaga kesehatan mental agar mampu mencapai identitas dirinya atau menemukan jati dirinya dengan baik dan benar tanpa ada gangguan- gangguan jiwa ataupun dari lingkungan.
2. Kepada orang tua dan keluarga remaja agar turut menuntun atau membimbing remaja dalam mencapai identitas dirinya, karena dalam menemukan jati diri diperlukan bimbingan dan tuntunan yang baik dalam lingkungannya.
3. Kepada peneliti lain yang ingin juga mengadakan penelitian terhadap pengaruh kesehatan mental terhadap pencapaian identitas diri remaja, agar dapat memberikan sumbangsih dalam menjawab problematika yang dihadapi masyarakat khususnya remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Agoes Dariyo, *Psikologi Perkembangan Remaja*, Bogor Selatan: Ghalia Indonesia, 2004.
- Agus Sujanto, *Psikologi Perkembangan*, Jakarta; PT Rineka Cipta, 1996.
- Djamaludin Ancok,dkk, *psikologi islam*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011.
- Elizabert B. Hurlok, *Psikologi Perkembangan*, Jakarta: Erlangga, 1980.
- Hendriati Agustiani, *Psikologi Perkembangan*, Bandung: PT Refika Aditama, 2006.
- Iskandar, *Metodologi Penelitian Pendidikan dan Sosial*, kuantitatif dan kualitatif, Jakarta: Gaung Persada Pers.2010.
- Jalaluddin, & Ramayulis, *Pengantar Ilmu Jiwa Agama*, Jakarta: Kalam Mulia, 1998.
- Jalaluddin, *Psikologi Agama*, Jakarta: Rajawali, 2011.
- Jonh W. Santrock, *Remaja, edisi kesebelas*, Jakarta: Erlangga, 2007.
- Kamisa ,*Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Surabaya: Kartika, 1997.
- Kartini Kortono, *Patologi Sosial 2 Kenakalan Remaja*, Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2014.
- Margono, *Metode Penelitian pendidikan*, Jakarta: Rineka Cipta, 2003.
- Moeljono Notosoedirjo, Latipun, *Kesehatan Mental: Konsep dan Penerapan*, Malang: Universitas Muhammdiyah Malang, 2005.
- Mohamad Surya, *Psikologi Guru Konsep dan Aplikasi*, Bandung; Alfabeta, 2014.
- Mohammad Ali, Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja*, Jakarta: PT Bumi Aksara, 2012.

- Muh. Farozin, Kartika Nur Fathiyah, *Pemahaman Tingkah Laku*, Jakarta: PT Rineka Cipta, 2004.
- Nanang Mortono, *Metode Penelitian Kuantitatif Analisis isi dan Analisis Data Sekunder*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2011.
- P Joko Subagyo, *Metode Penelitian Dalam Teori dan Praktek*, Jakarta: Rineka Cipta, 2013.
- Saifuddin Anwar, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004.
- Saiful Akhyar Lubis, *Konseling Islam dan Kesehatan Mental*, Bandung: Citapustaka Media Perintis, 2011.
- Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, Jakarta: Amzah, 2010.
- Sarlinto Wirawan Sarwono, *Psikologi Remaja*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2007.
- Sarurin, *Ilmu Jiwa Agama*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2004.
- Siti Sundari, *Kesehatan Mental dalam Kehidupan*, Jakarta: PT Rineka Cipta, 2005.
- Sofyan S. Willis, *Konseling Keluarga (Family Counseling)*, Bandung: Alfabeta, 2009.
- Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*, Bandung: Alfabeta, 2010.
- Sugiono, *Statistik Untuk Penelitian*, Bandung: Alfabeta, 2012.
- Syaifuddin Azwar, *Metode Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004.
- Yatim Rianto, *metode Penelitian Pendidikan*, Surabaya: PT SC Anggota IKAPI, 2010.
- Yusak Burhanuddin, *Kesehatan Mental*, Bandung: Cv Pustaka Setia, 1999.
- Zainal Aqib, *Konseling Kesehatan Mental*, Bandung: Cv Yrama Widya, 2013.



KEMENTERIAN AGAMA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
 Jalan T. Rizal Nurdin km 4,5 Sihitang, Padangsidempuan 22733
 Telepon (0634) 22080 Faximile. (0634) 24022

nomor : In.19 / F.4.c / P.00.9 / 17 / 2015

Padangsidempuan, 12 Januari 2016

mpiran : -
 : **Pengesahan Judul dan Pembimbing Skripsi**

Kepada:

Yth. :

1. Dra. Hj. Replita, M.Si
 2. Risdawati Siregar, S.Ag., M.Pd
- di tempat

Dengan hormat, disampaikan kepada Bapak/Ibu bahwa berdasarkan hasil sidang Tim Pengkajian Kelayakan Judul Skripsi, telah ditetapkan judul skripsi mahasiswa/i tersebut di bawah ini sebagai berikut:

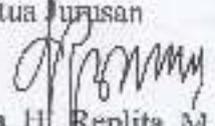
Nama/NIM : Nur Asiah/ 12 120 0058
 Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Ilmu Komunikasi/ BKI
 Judul Skripsi : **Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Pencapaian Identitas Diri Remaja Di Desa Sayurmaincat Kec. Kotanopan Kab. Madina**

Seiring dengan hal tersebut, kami mengharapkan kesediaan Bapak/Ibu menjadi Pembimbing I dan Pembimbing II penelitian penulisan skripsi mahasiswa/i dimaksud.

Demikian kami sampaikan, atas kesediaan dan kerjasama yang baik dari Bapak/Ibu, kami ucapkan terima kasih.

Ketua Jurusan

Sekretaris Jurusan


Dra. Hj. Replita, M.Si
 NIP. 19690526 199503 2 001


Risdawati Siregar, S. Ag., M.Pd
 NIP. 19760302 20012 2 001

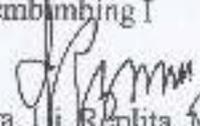
Dekan

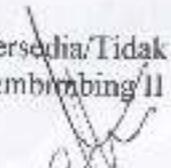

Fauziah Nasution, M.Ag
 NIP.19730617 200003 2 013

Pernyataan Kesiediaan Sebagai Pembimbing

Bersedia/Tidak bersedia
 Pembimbing I

Bersedia/Tidak Bersedia
 Pembimbing II


Dra. Hj. Replita, M.Si
 NIP. 19690526 199503 2 001


Risdawati Siregar, S. Ag., M.Pd
 NIP. 19760302 20012 2 001



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI

Jalan. T. Rizal Nurdin Km 4,5 Sihitang Padangsidempuan 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

Nomor : 459 /In.14/F.4c/PP.00.9/05/2016

13 Mei 2016

Sifat : Biasa

Tempat : -

Tujuan : **Mohon Bantuan Informasi**
Penyelesaian Skripsi

Kepada : Kepala Desa Sayurmaincat Kec. Kotanopan Kab. Madina
di Tempat

Dengan hormat, Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Institut Agama Islam Negeri Padangsidempuan menerangkan bahwa :

Nama : Nur Asiah
NIM : 12 120 0058
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Ilmu Komunikasi/Bimbingan Konseling Islam
Alamat : Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Mandailing Natal.

adalah benar Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Institut Agama Islam Negeri Padangsidempuan yang sedang menyelesaikan Skripsi dengan Judul: "Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Pencapaian Identitas Diri Remaja di Desa Sayurmaincat Kec. Kotanopan Kab. Madina".

Sehubungan dengan itu, dimohon bantuan Bapak untuk memberikan data dan informasi sesuai dengan maksud judul tersebut.

Demikian disampaikan, atas kerja sama yang baik diucapkan terima kasih.



Dekan

Fauziah Nasution, M.Ag

NIP. 19730617 200003 2 013



PEMERINTAHAN KABUPATEN MANDAILING NATAL
KECAMATAN KOTANOPAN
DESA SAYURMAINCAT

Nomor : 474/70/2025/2016
Sifat : Biasa
Lampiran : --
Perihal : Izin Penyelesaian Skripsi

Sayurmaincat, 29 Mei 2016

Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Institut Agama Islam Negeri Padang Sidimpuan.

Dengan hormat,

Sesuai dengan Surat IAIN Padang Sidimpuan Nomor 459/in.14/F.4c/PP.00.9/05/2016 tentang Bantuan Informasi Penyelesaian Skripsi maka Pj. Kepala Desa Sayurmaincat Kec. Kotanopan Kab. Mandailing Natal menerangkan bahwa :

Nama : NUR ASIAH
NIM : 12 120 0058
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Ilmu Komunikasi / Bimbingan Konseling Islam
Alamat : Desa Sayurmaincat Kec. Kotanopan Kab. Mandailing Natal

benar telah melakukan Penggajian Informasi Penyelesaian Skripsi dengan Judul "Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Pencapaian Identitas Diri Remaja di Desa Sayurmaincat Kec. Kotanopan Kab. Madina"

Demikian disampaikan atas kerjasamanya yang baik kami ucapkan terima kasih.

Desa Sayurmaincat
KEPALA DESA
SAYUR MAINCAT
FABRIDDIN LUBIS