



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**PENGARUH KESEHATAN MENTAL DAN *COPING STRESS* SISWA
TERHADAP HASIL BELAJAR SISWA PADA MATA PELAJARAN
PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DI SEKOLAH MENENGAH
ATAS NEGERI 11 PEKANBARU**

TESIS

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Magister Pendidikan (M. Pd) pada Program Studi
Pendidikan Agama Islam



Oleh:

ALYA MARDATILLAH. B
NIM: 22390124911

PASCASARJANA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
SULTAN SYARIF KASIM RIAU
1446 H/2025 M



KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PASCASARJANA
كلية الدراسات العليا
THE GRADUATE PROGRAMME

Alamat : Jl. KH. Ahmad Dahlan No. 94 Pekanbaru 28129 PO.BOX. 1004
 Phone & Facs, (0761) 858832, Website: <https://pasca.uin-suska.ac.id> Email : pasca@uin-suska.ac.id

Lembaran Pengesahan

Nama
 Nomor Induk Mahasiswa
 Gelar Akademik
 Judul

: Alya Mardatillah. B
 : 22390124911
 : M.Pd. (Magister Pendidikan)
 : Pengaruh Kesehatan Mental dan *Coping Stress* Siswa
 Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran
 Pendidikan Agama Islam di Sekolah Menengah Atas
 Negeri 11 Pekanbaru

Tim Penguji:

Dr. Alwizar, M.Ag.
 Penguji I/Ketua

Dr. Eva Dewi, M. Ag.
 Penguji II/Sekretaris

Prof. Dr. Hj. Risnawati, M.Pd.
 Penguji III

Dr. Hj. Andi Murniati, M.Pd.
 Penguji IV

Tanggal Ujian/Pengesahan

21 /04/2025

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Disetujui dan Dikukuhkan

Rektor

UIN SUSKA RIAU

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



PENGESAHAN PENGUJI

Kami yang bertanda tangan di bawah ini selaku Tim Penguji Tesis mengesahkan dan menyetujui bahwa Tesis yang berjudul: **Pengaruh Kesehatan Mental dan *Coping Stress* Siswa Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di Sekolah Menengah Atas Negeri 11 Pekanbaru**, yang ditulis oleh sdr:

Nama : Alya Mardatillah. B
NIM : 22390124911
Program Studi : Pendidikan Agama Islam

Telah diujikan dan diperbaiki sesuai dengan saran Tim Penguji Tesis Pascasarjana UIN Sultan Syarif Kasim Riau, pada tanggal 21 April 2025.

Penguji I,

Prof. Dr. Risnawati, M. Pd
NIP. 19650304 199303 2003



Tgl: 28 April 2025

Penguji II,

Dr. Andi Murniati, M. Pd
NIP. 19650817 199402 001


Tgl: 28 April 2025

Mengetahui,
Ketua Program Studi Pendidikan Agama Islam


Dr. Alwizar, M. Ag
NIP. 19700422 200312 1 002

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Ditugaskan Undang-Undang

© Hak Cipta Ditugaskan UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



PENGESAHAN PENGUJI

Kami yang bertanda tangan di bawah ini selaku Tim Penguji Tesis mengesahkan dan menyetujui bahwa Tesis yang berjudul: **Pengaruh Kesehatan Mental dan *Coping Stress* Siswa Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di Sekolah Menengah Atas Negeri 11 Pekanbaru**, yang ditulis oleh sdr:

Nama : Alya Mardatillah. B
NIM : 22390124911
Program Studi : Pendidikan Agama Islam

Telah diujikan dan diperbaiki sesuai dengan saran Tim Penguji Tesis Pascasarjana UIN Sultan Syarif Kasim Riau, pada tanggal 21 April 2025.


Penguji I,

Prof. Dr. Risnawati, M. Pd
NIP. 19650304 199303 2003

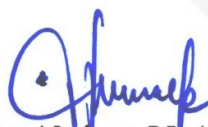

Tgl: 28 April 2025

Penguji II,

Dr. Andi Murniati, M. Pd
NIP. 19650817 199402 001


Tgl: 28 April 2025

Mengetahui,
Ketua Program Studi Pendidikan Agama Islam


Dr. Alwizar, M. Ag
NIP. 19700422 200312 1 002

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis tanpa merantarkannya dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Prof. Dr. Zaitun, M. Ag
DOSEN PASCASARJANA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM RIAU

NOTA DINAS

Perihal: Tesis Saudara
Alya Mardatillah. B

Kepada Yth:
Direktur Pascasarjana
UIN Sultan Syarif Kasim Riau
Di –
Pekanbaru

Assalamu'alaikum wr. wb.

Setelah kami membaca, meneliti, mengoreksi dan mengadakan perbaikan terhadap isi Tesis saudara:

Nama : Alya Mardatillah. B
NIM : 22390124911
Prodi : Pendidikan Agama Islam
Judul : Pengaruh Kesehatan Mental dan *Coping Stress* Siswa Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 11 Pekanbaru

Maka dengan ini dapat disetujui untuk diuji dan diberikan penilaian, dalam sidang ujian Tesis Pascasarjana UIN Suska Riau.

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Pekanbaru, 03 Maret 2025
Pembimbing I,

Prof. Dr. Zaitun, M. Ag
NIP. 19720510 1899803 2 006

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Dr. Masyhuri, M. Si
DOSEN PASCASARJANA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM RIAU

NOTA DINAS

Perihal : Tesis Saudara
Alya Mardatillah. B

Kepada Yth:
Direktur Pascasarjana
UIN Sultan Syarif Kasim Riau
Di –
Pekanbaru

Assalamu'alaikum wr. wb.

Setelah kami membaca, meneliti, mengoreksi dan mengadakan perbaikan terhadap isi Tesis saudara:

Nama : Alya Mardatillah. B
NIM : 22390124911
Prodi : Pendidikan Agama Islam
Judul : Pengaruh Kesehatan Mental dan *Coping Stress* Siswa Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 11 Pekanbaru

Maka dengan ini dapat disetujui untuk diuji dan diberikan penilaian, dalam sidang ujian Tesis Pascasarjana UIN Suska Riau.

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Pekanbaru, 03 Maret 2025
Pembimbing II,

Dr. Masyhuri, M. Si
NIP. 19771102 200801 1 010

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



PERSETUJUAN

Kami yang bertanda tangan di bawah ini selaku pembimbing Tesis, dengan ini menyetujui bahwa Tesis yang berjudul **“Pengaruh Kesehatan Mental dan Coping Stress Siswa Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 11 Pekanbaru”** yang ditulis oleh:

Nama : Alya Mardatillah. B
NIM : 22390124911
Program Studi : Pendidikan Agama Islam

untuk diajukan dalam Sidang Munaqasyah Tesis pada Pascasarjana UIN Sultan Syarif Kasim Riau.

Tanggal: 03 Maret 2025
Pembimbing I,

Prof. Dr. Zaitun, M. Ag
NIP. 19720510 1899803 2 006

Tanggal: 03 Maret 2025
Pembimbing II,

Dr. Masyhuri, M. Si
NIP. 19771102 200801 1 010

Mengetahui,
Ketua Program Studi Pendidikan Agama Islam

Dr. Alwizar, M. Ag
NIP. 19700422 200312 1 002

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Alya Mardatillah. B
 NIM : 22390124911
 Tempat Tanggal Lahir : Pekanbaru, 19 Agustus 2001
 Program Studi : Pendidikan Agama Islam
 Judul tesis : Pengaruh Kesehatan Mental dan *Coping Stress* Siswa Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 11 Pekanbaru

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa:

1. Penulisan Tesis dengan judul sebagaimana tersebut diatas adalah hasil pemikiran dan penelitian saya sendiri.
2. Semua kutipan pada karya tulis saya sudah disebutkan sumbernya.
3. Oleh karena itu Tesis saya ini, saya nyatakan bebas dari plagiat
4. Apabila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam penulisan Tesis saya tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa Paksaan dari pihak manapun juga.

Pekanbaru, 03 Maret 2025



Alya Mardatillah. B

NIM. 22390124911



KATA PENGANTAR



Puji dan rasa syukur penulis ucapkan atas kehadiran Allah *Subhanahu Wata'ala* yang senantiasa selalu memberikan rahmat, nikmat dan hidayah-Nya berupa petunjuk, pertolongan, kesempatan, kesehatan dan kasih sayang-Nya. Kemudian juga tidak kalah pentingnya shalawat dan salam kepada baginda Nabi Muhammad *Shallallahu 'Alaihi Wasallam* yang telah membawa umat manusia dari zaman *jahiliyah* menuju zaman yang penuh dengan keimanan dan juga ilmu pengetahuan.

Tesis dengan judul “Pengaruh Kesehatan Mental dan *Coping Stress* Siswa Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 11 Pekanbaru” merupakan hasil karya ilmiah yang ditulis untuk memenuhi salah satu persyaratan untuk mendapatkan gelar Magister Pendidikan (M. Pd.) pada jurusan Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Penyelesaian tesis ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dan motivasi serta do'a dari berbagai pihak. Penulis ucapkan terimakasih dan penghargaan istimewa kepada orang tua tercinta, ayahanda Bakri, ST, dan Ibunda Misfadillah, S. Ag yang telah mendidik, mendoakan dan mendukung serta membantu penulis baik dalam segi moral maupun materi selama ini, sehingga penulis dapat memperoleh gelar Magister Pendidikan. Dan juga seluruh keluarga tercinta yang juga semangat memberikan bantuan, doa dan dukungan dalam penyelesaian tesis ini.

Selain itu, selama mengikuti perkuliahan hingga selesainya penulisan tesis ini penulis juga ingin mengucapkan rasa terimakasih dan rasa hormat kepada:

1. Prof. Dr. Hairunnas Rajab, M.Ag. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Wakil Rektor I Prof. Dr. Helmiati, M.Ag., Wakil Rektor II Prof. Dr. H. Mas'ud Zein, M.Pd., dan Wakil Rektor III bapak Edi Erwan, S.Pt., M.Sc., Ph.D.
2. Prof. Dr. Ilyas Husti, M. A selaku Direktur Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, dan Prof. Dr. Zaitun, M.Ag. selaku Wakil Direktur Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau
3. Dr. Alwizar, M.Ag selaku Ketua Program Studi Magister Pendidikan Agama Islam Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau., dan Dr. Eva Dewi, M.Ag. selaku Sekretaris Program Studi Magister Pendidikan Agama Islam Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
4. Prof. Dr. Zaitun, M. Ag selaku pembimbing I, dan Dr. Masyhuri, M. Si selaku pembimbing II yang telah memberikan banyak kontribusi serta bimbingan kepada penulis. Baik berupa arahan, bimbingan, dan motivasi sehingga penulisan tesis ini terselesaikan sebagaimana mestinya.
5. Prof. Dr. Zaitun, M.Ag. selaku Penasehat Akademik penulis selama menyelesaikan studi magister Pendidikan Agama Islam yang telah memberikan arahan, bimbingan, nasehat, serta motivasi.
6. Bapak dan Ibu dosen Program Studi Magister Pendidikan Agama Islam yang telah mendidik penulis selama menjalani pendidikan di Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

7. Kepada seluruh staf dan karyawan Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang telah memberikan bantuan dan pelayanan terbaik sehingga penulis sampai pada tahap ini.
8. Bapak Edi Isnanto, M. Pd, selaku Kepala Sekolah SMA Negeri 11 Pekanbaru yang telah memberikan izin penelitian, kepercayaan, serta kemudahan dalam penelitian.
9. Bapak Khomidun, S. Pdi dan Ibu Suaidah, S. Pdi selaku guru PAI SMA Negeri 11 Pekanbaru yang telah meluangkan waktu selama penelitian berlangsung.
10. Teman-teman Pendidikan Agama Islam angkatan 2023 terkhusus untuk kelas PAI Lokal A yang sudah kebersamai selama ini serta semua pihak yang terlibat dan tidak dapat penulis sebutkan nama, gelar dan jabatan satu persatu.

Terimakasih atas semua dukungan, bantuan serta do'anya, semoga Allah memberikan balasan yang terbaik atas segala yang telah diberikan.

Penulis menyadari bahwa penulisan tesis ini masih banyak terdapat kekurangan ditinjau dari teknis maupun ilmiahnya. Untuk itu penulis mengharapkan kritikan dan saran demi kesempurnaan tesis ini. Akhirnya, semoga bantuan dan bimbingan yang diberikan kepada penulis akan mendapatkan balasan pahala yang berlipat ganda dan menjadi amal jariyah disisi Allah *Subhanahu Wata'ala. Aamiin Ya Rabbal'Alamin*

Pekanbaru, 30 Januari 2025

Penulis

Alya Mardatillah. B
NIM. 22390124911



DAFTAR ISI

COVER	i
PERSETUJUAN	iv
NOTA DINAS PEMBIMBING I	vi
NOTA DINAS PEMBIMBING II	vii
PERSETUJUAN KETUA PRODI	ix
SURAT PERNYATAAN	
KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
PEDOMAN LITERASI	vii
ABSTRAK	ix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Permasalahan Penelitian	
1. Identifikasi Masalah	8
2. Pembatasan Masalah	8
3. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian	
1. Tujuan Penelitian	9
2. Manfaat Penelitian	9
BAB II KERANGKA TEORI	
A. Kajian Teori	11
1. Hasil Belajar	
a. Pengertian Hasil Belajar	11
b. Indikator Hasil Belajar	12
c. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Hasil Belajar	17
d. Tingkat Keberhasilan Hasil Belajar	19
2. Kesehatan Mental	
a. Pengertian Kesehatan Mental	20
b. Kesehatan Mental dalam Perspektif Islam	23
c. Karakteristik Kesehatan Mental	25
d. Indikator Kesehatan Mental	29
e. Upaya Pemberian Dukungan Kesehatan Mental	30
3. <i>Coping Stress</i>	
a. Pengertian <i>Coping Stress</i>	33
b. <i>Coping Stress</i> dalam Perspektif Islam	34
c. Jenis-Jenis <i>Coping Stress</i>	36
d. Indikator <i>Coping Stress</i>	40
e. Upaya Mengelola Stress dengan Pendekatan Islami	41
f. Pentingnya <i>Coping Stress</i>	42

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

4. Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Hasil Belajar.....	44
5. Pengaruh <i>Coping Stress</i> Terhadap Hasil Belajar.....	45
B. Konsep Operasional.....	46
C. Kerangka Berfikir.....	48
D. Hipotesis Penelitian.....	49
E. Kajian Penelitian yang Relevan.....	50
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	55
B. Tempat dan Waktu Penelitian	55
C. Populasi dan Sampel Penelitian	55
D. Variabel Penelitian	57
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	57
F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen	59
G. Teknis Analisis Data	61
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Lokasi Penelitian.....	66
B. Deskripsi Hasil Penelitian	82
C. Analisis Data Penelitian	91
D. Hasil Uji Hipotesis	96
E. Pembahasan	104
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	119
B. Saran.....	119
DAFTAR PUSTAKA	123
LAMPIRAN	
BIODATA PENULIS	



DAFTAR TABEL

Tabel III.1	Kriteria Koefisien Reliabilitas	61
Tabel IV.1	Struktur Organisasi Sekolah SMA Negeri 11 Pekanbaru.....	73
Tabel IV.2	Tenaga Pengajar SMA Negeri 11 Pekanbaru	76
Tabel IV.3	Tenaga Administrasi SMA Negeri 11 Pekanbaru	79
Tabel IV.4	Pustakawan SMA Negeri 11 Pekanbaru.....	80
Tabel IV.5	Laboran SMA Negeri 11 Pekanbaru	80
Tabel IV.6	Jumlah Siswa Kelas X dan XII SMA Negeri 11 Pekanbaru	80
Tabel IV.7	Jumlah Siswa Kelas XII SMA Negeri 11 Pekanbaru	81
Tabel IV.8	Jumlah Siswa Muslim Kelas X SMA Negeri 11 Pekanbaru	81
Tabel IV.9	Hasil Uji Validitas Angket Variabel X1	82
Tabel IV.10	Hasil Uji Reliabilitas Angket Variabel X1	83
Tabel IV.11	Hasil Uji Validitas Angket Variabel X2.....	84
Tabel IV.12	Hasil Uji Reliabilitas Angket Variabel X2	85
Tabel IV.13	Hasil Kategorisasi Angket Variabel X1	86
Tabel IV.14	Kategori Kesehatan Mental Siswa dan Hubungannya dengan Hasil Belajar.....	87
Tabel IV.15	Hasil Kategorisasi Angket Variabel X2	89
Tabel IV.16	Kategori <i>Coping Stress</i> Siswa dan Hubungannya dengan Hasil Belajar.....	90
Tabel IV.17	Hasil Uji Normalitas	92
Tabel IV.18	Hasil Uji Linearitas Persamaan Garis Regresi X1 ke Y	93
Tabel IV.19	Hasil Uji Linearitas Persamaan Garis Regresi X2 ke Y	94
Tabel IV.20	Hasil Uji Multikolinieritas	95
Tabel IV.21	Hasil Uji Heteroskedastisitas.....	96
Tabel IV.22	Hasil Uji Koefisien Determinasi.....	97
Tabel IV.23	Hasil Uji Regresi Linear Sederhana X1 Terhadap Y	97
Tabel IV.24	Hasil Uji Koefisien Determinasi	99
Tabel IV.25	Hasil Uji Regresi Linear Sederhana X2 Terhadap Y	99
Tabel IV.26	Hasil Uji Koefisien Determinasi.....	101
Tabel IV.27	Hasil Uji F	102
Tabel IV.28	Hasil Uji T	102

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mengemukakan sumbernya
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

PEDOMAN TRANSLITERASI

Pengalihan huruf Arab-Indonesia dalam naskah ini di dasarkan atas Surat Keputusan Bersama (SKB) Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Indonesia, tanggal 22 Januari 1988, No. 158/1987 dan 0543.b/U/1987, sebagaimana yang tertera dalam buku Pedoman Transliterasi Bahasa Arab (A Guide to Arabic TransliterationI), INIS Fellow 1992.

A. Konsonan

Arab	Latin	Arab	Latin
ا	A	ط	Th
ب	B	ظ	Zh
ي	Y	ع	'
ت	Ts	غ	Gh
ج	J	ف	F
ح	H	ق	Q
خ	Kh	ك	K
د	D	ل	L
ذ	Dz	م	M
ر	R	ن	N
ز	Z	و	W
س	S	ه	H
ش	Sy	ء	'
ص	Sh	ي	Y
ض	Dl		

B. Vokal

Setiap penulisan bahasa Arab dalam bentuk tulisan latin vokal *fathah* ditulis dengan “a”, *kasrah* dengan “i”, *dlomah* dengan “u”, sedangkan bacaan panjang masing-masing ditulis dengan cara berikut:

1. Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Vokal (a) panjang = Â misalnya قال menjadi qâla

Vokal (i) panjang = î misalnya قيل menjadi qîla

Vokal (u) panjang = Ũ misalnya دون menjadi dûna

Khusus untuk bacaan ya' nisbat, maka tidak boleh digantikan dengan "i", melainkan tetap ditulis dengan "iy" agar dapat menggambarkan ya' nisbat diakhirnya. Begitu juga untuk suara diftong, wawu dan ya' setelah fathah ditulis dengan "aw" dengan "ay". Perhatikan contoh berikut:

Diftong (aw) = و misalnya قول menjadi qawlun

Diftong (ay) = ي misalnya خير menjadi khayrun

C. Ta' marbûthah (ة)

Ta' marbuthah ditransliterasikan dengan "t" jika berada ditengah kalimat, tetapi apabila Ta' marbuthah tersebut berada diakhir kalimat, maka ditransliterasikan dengan menggunakan "h" misalnya للمدرسة الرسالة menjadi *arisalat li al-madrasah*, atau apabila berada ditengah-tengah kalimat yang berdiri dari susunan *mudlaf* dan *Mudlaf ilayh*, maka ditransliterasikan dengan menggunakan t yang disambungkan dengan kalimat berikutnya, misalnya الله رحمة في menjadi *fi rahmatillah*.

D. Kata Sandang dan Lafdh Al-Jalalah

Kata Sandang dan Lafdh al-Jalâlah Kata Sandang berupa "al" (ال) ditulis dengan huruf kecil, kecuali terletak diawal kalimat, sedangkan "al" dalam lafadh jalâlah yang berada di tengah-tengah kalimat yang disandarkan (*idhafah*), maka dihilangkan. Perhatikan contoh-contoh berikut ini:

1. Al-Imâm al-Bukhâriy mengatakan...
2. Al-Bukhâriy dalam muqaddimah kitabnya menjelaskan...
3. Masyâ' Allâh kâna wa mâ lam yasya' lam yakun.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



ABSTRAK

Alya Mardatillah. B, (2025):

Pengaruh Kesehatan Mental dan *Coping Stress* Siswa Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 11 Pekanbaru

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh kesehatan mental dan *coping stress* siswa terhadap hasil belajar siswa pada mata pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 11 Pekanbaru. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Populasinya seluruh siswa muslim di SMA Negeri 11 Pekanbaru yang berjumlah 634 siswa. Sampel penelitian ini adalah siswa muslim kelas XII yang berjumlah 215 orang. Teknik pengumpulan data menggunakan angket dan dokumentasi. Teknik analisis data menggunakan regresi linear sederhana dan regresi linear berganda. Hasil penelitian ini: *Pertama*, terdapat pengaruh yang signifikan kesehatan mental terhadap hasil belajar siswa pada mata pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 11 Pekanbaru dengan nilai R_{Square} (r^2) sebesar 0,151. *Kedua*, terdapat pengaruh yang signifikan *coping stress* terhadap hasil belajar siswa pada mata pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 11 Pekanbaru dengan nilai R_{Square} (r^2) sebesar 0,185. *Ketiga*, terdapat pengaruh yang signifikan kesehatan mental dan *coping stress* secara simultan terhadap hasil belajar siswa pada mata pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 11 Pekanbaru dengan nilai R_{Square} (r^2) sebesar 0,239.

Kata Kunci: Kesehatan Mental, *Coping Stress*, Hasil Belajar.

1. Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang.
 - a. Dilarang mengutip, memperbanyak, atau menyebarkan sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ABSTRACT

Alya Mardatillah. B, (2025): The Influence of Students' Mental Health and Coping Stress on Learning Outcomes in Islamic Religious Education at State Senior High School 11 Pekanbaru

This study attempts to examine the impact of students' mental health and stress coping mechanisms on their academic performance in Islamic Religious Education at State Senior High School 11 Pekanbaru. This study utilizes a quantitative methodology including a correlational design. The demographic comprises all Muslim students at State Senior High School 11 Pekanbaru, amounting to 634 students. The research sample included 215 Muslim students from the twelfth grade. Data gathering methodologies encompass surveys and documentation. Data analysis methodologies encompass basic linear regression and multivariate linear regression.

The study's findings indicate the following: Mental health significantly affects students' learning results in Islamic Religious Education at State Senior High School 11 Pekanbaru, evidenced by an R-Square (r^2) value of 0.151. The impact of coping with stress on students' learning results in Islamic Religious Education at State Senior High School 11 Pekanbaru is substantial, evidenced by an R-Square (r^2) value of 0.185. Third, there exists a notable concurrent impact of mental health and coping stress on students' academic performance in Islamic Religious Education at State Senior High School 11 Pekanbaru, evidenced by an R-Square (r^2) value of 0.239.

Keywords: *Mental Health, Coping Stress, Learning Outcomes.*

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

UIN SUSKA RIAU



ملخص

أيلا مرضات الله.ب، (2025): تأثير الصحة النفسية والتكيف مع الضغوط النفسية في نتيجة تعلم

درس التربية الدينية الإسلامية في المدرسة العامة الحكومية الحادية

عشرة بكنبارو

يهدف هذا البحث إلى التحليل عن تأثير الصحة النفسية والتكيف مع الضغوط النفسية في

نتيجة تعلم درس التربية الدينية الإسلامية في المدرسة العامة الحكومية الحادية عشرة بكنبارو. أما مدخل

هذا البحث فهو المدخل النوعي بالتصميم الارتباطي. ومجتمع البحث التلاميذ في المدرسة العامة الحكومية

الحادية عشرة بكنبارو حيث أن عددهم ستمائة وأربعة وثلاثون تلميذا. فجعلت الباحثة عينة البحث

مائتين وخمسة عشر تلميذا. ومن أساليب جمع البيانات استبانة ووثيقة. ومن أساليب تحليل البيانات

انحسابي خطي بسيط ومتعدد. ونتائج البحث ما يأتي : الأول وجد التأثير الهام عن الصحة النفسية في

نتيجة تعلم درس التربية الدينية الإسلامية في المدرسة العامة الحكومية الحادية عشرة بكنبارو حيث أن

مدى نتيجة $Rsquare (r^2) = 0,151$. والثاني وجد التأثير الهام التكيف مع الضغوط النفسية في نتيجة تعلم

درس التربية الدينية الإسلامية في المدرسة العامة الحكومية الحادية عشرة بكنبارو حيث أن مدى نتيجة

$Rsquare (r^2) = 0,185$. والثالث وجد التأثير الهام عن تأثير الصحة النفسية والتكيف مع الضغوط النفسية

في نتيجة تعلم درس التربية الدينية الإسلامية في المدرسة العامة الحكومية الحادية عشرة بكنبارو متزامنا

حيث أن مدى نتيجة $Rsquare (r^2) = 0,239$.

الكلمات الرئيسية: الصحة النفسية، الضغوط النفسية، نتيجة التعلم

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Hasil belajar merupakan bagian yang sangat penting dalam pembelajaran, hasil belajar biasanya dipakai untuk mengukur dan mengetahui sampai dimana penguasaan seseorang terhadap materi yang diajarkan. Dimiyati dan Mudjiono mengemukakan hasil belajar sebagai hasil dari suatu interaksi tindak mengajar dan tindak belajar. Dari pihak guru, akhir dari tindak mengajar adalah proses evaluasi hasil belajar. Dari pihak siswa, hasil belajar adalah puncak proses belajar sehingga pengajaran berakhir.¹

Secara umum, faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar dapat di bedakan menjadi dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Kedua faktor tersebut saling memengaruhi dalam proses belajar individu sehingga menentukan kualitas hasil belajar. Faktor dari dalam diri seperti kesehatan, intelegensi, minat, motivasi, dan cara belajar, sedangkan faktor dari luar diri misalnya lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat.² Salah satu faktor yang mempengaruhi hasil belajar adalah kesehatan. Kesehatan yang prima, tidak dalam keadaan lelah dan letih, tidak dalam keadaan cacat jasmani, dan sebagainya, akan membantu dalam proses dan hasil belajar seseorang. Demikian pula dengan kesehatan mental, apabila orang dalam kondisi mental yang sehat, potensi-potensi baik bersifat pembawaan ataupun yang diperoleh, akan tersalurkan secara penuh, harmonis, dan terarah kepada satu tujuan. Orang yang

¹ Ida Putri, 2022, *Peningkatan Hasil Belajar Siswa Melalui Penerapan Pembelajaran Contextual Teaching and Learning pada Mata Pelajaran Bahasa Indonesia di Kelas IX.8 Semester Juli-Desember 2022 MTsN 1 Kota Padang*, Jurnal Pengabdian Mandiri, Vol. 1, No. 12, h. 2520.

² Sudirman, dkk, 2019, *Teori-Teori Belajar dan Pembelajaran*, Jawa Tengah: PT. Pena Persada Kerta Utama, h. 30.

mentalnya sehat akan mampu mengembangkan potensi dirinya secara penuh, dan bebas, dan tidak merasakan ragu-ragu atau terhambat.³

Coping stress termasuk bagian kecil faktor yang mempengaruhi dari sisi kesehatan dan cara belajar. Stres yang tidak dikelola dengan baik dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, seperti gangguan tidur, sakit kepala, dan penurunan sistem kekebalan tubuh, yang pada gilirannya dapat berdampak negatif pada proses belajar. Secara khusus, stres yang berlebihan dapat menyebabkan kesulitan konsentrasi, penurunan motivasi, serta masalah dengan memori dan pemahaman. Misalnya, seorang siswa yang mengalami tingkat stres tinggi mungkin akan kesulitan fokus selama pelajaran, merasa kurang termotivasi untuk belajar, dan mengalami kesulitan dalam mengingat informasi yang telah dipelajari. Hal ini tentunya akan mempengaruhi hasil belajar mereka.

Di sisi lain, cara belajar yang baik dapat membantu siswa dalam mengatasi masalah dalam belajar, termasuk mengelola stres dengan lebih efektif. Strategi belajar yang efektif, seperti manajemen waktu yang baik, teknik pembelajaran aktif, dan penggunaan sumber daya yang tepat, dapat meningkatkan kemampuan siswa untuk mengatasi tantangan akademik dan mengurangi tingkat stres. Dengan demikian, siswa yang menerapkan strategi belajar yang baik cenderung memiliki hasil belajar yang lebih baik.⁴

Kesehatan mental memiliki peran penting dalam mencapai kesehatan yang holistik, baik untuk individu, masyarakat, maupun negara. Kesehatan mental adalah kondisi di mana seseorang bebas dari gangguan atau penyakit jiwa, yang memungkinkan perkembangan optimal dari semua aspek, baik fisik, intelektual, maupun emosional. Dengan kesehatan

³ Lara Setiawati, dkk, 2023, *Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Hasil Belajar Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di SMK Negeri 1 Bukittinggi*, Tabsyir: Jurnal Dakwah dan Sosial Humaniora, Vol. 4, No. 4, h. 4.

⁴ Muhammad Royhanul Ulum Aziz, dkk, 2024, *Pengaruh Coping Stress Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran PAI di SMAN Jatiroto*, Kitabaca: Journal Of Islamic Studies, Vol. 1 No. 1, h. 47.

mental yang baik, seseorang dapat berkembang secara seimbang dengan orang lain dan mampu berinteraksi dengan lingkungannya.⁵

Prestasi dalam berbagai bidang seharusnya dapat dicapai secara optimal oleh individu yang memiliki mental yang sehat. Artinya, kesehatan mental sangat mempengaruhi aktivitas seseorang dalam mencapai proses dan hasil yang dicapai tanpa merasakan beban atau tekanan. Ini berarti terdapat keserasian fungsi-fungsi jiwa dan penyesuaian diri baik secara internal maupun dengan lingkungan sekitar berdasarkan keyakinan pada tujuan akhir kehidupan. Oleh karena itu, dalam dunia pendidikan, capaian belajar menjadi prioritas dan menjadi sesuatu yang pasti akan diperoleh oleh siswa yang memiliki kesehatan mental yang baik. Riadi menyatakan bahwa kesehatan mental melibatkan pertumbuhan fisik, emosi, dan intelektual, penerimaan tanggung jawab, serta kematangan dalam pengelolaan sosial dan tindakan. Dalam pendekatan sosio-kultural, kesehatan mental sangat ditentukan oleh interaksi sosial dan nilai-nilai yang diyakini dalam proses pembelajaran di sekolah. Proses pembelajaran yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengeksplorasi rasa ingin tahunya agar potensinya berkembang secara optimal juga akan berkontribusi pada terwujudnya kesehatan mental siswa yang baik.⁶

Kondisi psikologi positif yang dapat dilihat dari pencapaian belajar yang tinggi, sedangkan kondisi psikologi negatif yang berujung pada terjadinya stress akademik. Hal ini dikarenakan siswa diminta untuk menyesuaikan diri terhadap lingkungan yang terjadi di sekolah. *Coping* merupakan upaya untuk mengkoordinasi tuntutan-tuntutan yang dianggap sebagai sesuatu hal yang membebani atau melebihi kemampuan sumber daya individu. Sedangkan stress merupakan respon mental dan psikologis terhadap

⁵ Diana Vidya Fakhriyani, 2019, *Kesehatan Mental*, Surabaya: Duta Media Publishing, h. 11.

⁶ Asriana Kibtiyah, dkk, 2023, *Kesehatan Mental dan Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar*, Al-Adawat: Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah, Vol. 02, No. 01, h. 13.

tuntutan hidup yang mengganggu kehidupan seseorang yang akan menghambat kesejahteraan hidupnya dan stress merupakan suatu respons tubuh yang non spesifik dari berbagai tuntutan.⁷

Kemudian dapat disimpulkan *coping stress* adalah strategi yang dapat digunakan oleh seseorang untuk mengatasi stres (tekanan) dari dalam maupun dari luar.

Coping stress menjadi salah satu mekanisme pertahanan dalam diri individu saat menghadapi masalah. Mekanisme coping terbentuk melalui proses belajar dan mengingat, yang dimulai sejak awal timbulnya stres. Faktor yang berasal dari dalam diri individu seperti emosi, kepribadian, dan kesehatan serta faktor yang berasal dari luar diri individu seperti lingkungan, budaya, dan peran sosial dalam mempengaruhi *coping stress*. Sehingga efektivitas *coping stress* memiliki kedudukan sangat penting dalam mengatasi faktor ketahanan tubuh dan daya penolakan tubuh terhadap gangguan atau tekanan baik itu secara fisik maupun psikis. Pentingnya *coping stress* juga terlihat dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Meichenbaum. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *Stress Inoculation Training* sebagai salah satu bentuk *coping* mampu membantu individu untuk mengubah kondisi eksternal dan bekerja dengan orang lain secara signifikan dalam mengubah stress.⁸

Berdasarkan wawancara peneliti dengan Bapak Khomidun dengan Ibu Su'aidah selaku Guru PAI di SMA Negeri 11 Pekanbaru, bahwasannya guru telah melakukan beberapa upaya untuk menumbuhkan kesehatan mental siswa, contoh upaya yang telah dilakukan di kelas antara lain membaca Al-Qur'an dan shalawat sebelum pembelajaran, memberikan

⁷ Muhammad Royhanul Ulum Aziz, dkk, *Op. Cit*, h. 38.

⁸ Hasmawati, dkk, 2024, *Stress Inoculation Training Sebagai Upaya Mengurangi Stres Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama di Kabupaten Takalar*, *Pinisi Journal Of Art, Humanity and Social Studies*, Vol. 4 No. 1, h. 305.

motivasi spiritual secara rutin, menanamkan disiplin ibadah, dan memberikan pemahaman tentang manfaat ibadah bagi ketenangan mental, dan lainnya.⁹

Berdasarkan wawancara dengan Guru BK di SMA Negeri 11 Pekanbaru, guru BK telah melakukan berbagai upaya untuk menumbuhkan kesehatan mental siswa. Salah satu langkah utama yang dilakukan adalah melakukan konseling individual bagi siswa yang menunjukkan tanda-tanda kesulitan, baik akademik maupun emosional. Guru BK berupaya mendeteksi masalah sejak dini melalui pendekatan yang bersifat personal dan *non-judgmental* (tidak menghakimi), sehingga siswa merasa nyaman untuk berbicara mengenai masalah yang mereka hadapi. Upaya lain termasuk program kampanye anti-bullying yang bertujuan menciptakan lingkungan sekolah yang aman secara psikologis, serta kolaborasi dengan orang tua dan guru mata pelajaran untuk memastikan adanya dukungan yang menyeluruh bagi kesehatan mental siswa.

Dalam membantu siswa mengelola stres, terutama menjelang ujian atau saat menghadapi tekanan akademik, Guru BK mengajarkan berbagai teknik untuk menghadapi stres tersebut. Beberapa upaya yang dilakukan di antaranya adalah memberikan bimbingan dalam manajemen waktu, sehingga siswa dapat mengatur prioritas dan tidak merasa terbebani dengan tugas akademik. Selain itu, bagi siswa yang mengalami masalah dalam belajar, Guru BK memberikan bimbingan terkait manajemen waktu dan teknik relaksasi untuk membantu mereka menghadapi tekanan akademik dengan lebih baik.¹⁰

Secara keseluruhan, Guru BK melakukan pengawasan rutin terhadap perkembangan belajar siswa dengan berdiskusi bersama guru mata pelajaran untuk mengidentifikasi siswa

⁹ Wawancara dengan Bapak Khomidun dengan Ibu Su'aidah Guru PAI di SMA Negeri 11 Pekanbaru, 10 September 2024.

¹⁰ Wawancara dengan Ibu Khairunnisa dan Ibu Pungki Ira Puspita Guru BK di SMA Negeri 11 Pekanbaru, 10 September 2024.

yang membutuhkan bantuan tambahan. Guru Bimbingan dan Konseling (BK) juga berperan aktif di media sosial dengan membagikan berbagai tips dan strategi untuk mengelola stres serta menjaga kesehatan mental.

Selain itu, dalam upaya mendukung kesehatan mental siswa, berbagai program dan kegiatan keagamaan telah diterapkan dengan tujuan untuk menciptakan lingkungan yang positif, aman, dan suportif. Program keagamaan sekolah seperti kegiatan Kerohanian Islam, program hariannya yaitu kegiatan zhuhur (baca al quran sebelum azan dan kultum setelah azan), program pekanan yaitu kegiatan riau mengaji setiap pagi rabu, imtaq jum'at pagi, shalat dhuha berjamaah yang dilaksanakan satu kali dalam sebulan yaitu hari jumat, dan Kegiatan PHBI (Peringatan Hari Besar Islam). Sekolah juga menghadirkan ustadz dari luar satu minggu sebelum pelaksanaan Ujian Sekolah bagi siswa kelas 12 untuk mengadakan muhasabah diri sebagai persiapan menghadapi ujian akhir dan kelulusan. Dalam amanat upacara, pembina upacara mengingatkan bahaya bullying dan menekankan pentingnya menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan suportif. Sekolah juga mengadakan event pensi setiap tahunnya untuk menyalurkan bakat dan minat siswa siswinya.

Berdasarkan observasi dan wawancara kepada guru BK di SMA Negeri 11 Pekanbaru, penulis dapati kesehatan mental siswa berada dalam kondisi yang baik, dengan gejala-gejala sebagai berikut:

1. Tidak terdapat siswa yang mengalami gangguan dan penyakit jiwa
2. Siswa terlihat dapat beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya bergaul dengan baik.
3. Siswa aktif berpartisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler, yang membantu mereka membangun keterampilan sosial.

Berdasarkan wawancara kepada siswa di SMA Negeri 11 Pekanbaru, penulis dapati *coping stress* siswa menunjukkan hasil yang positif, dengan gejala-gejala sebagai berikut:

1. Siswa mencari bantuan dari teman-teman dan guru saat mengalami kesulitan, misalnya dengan berdiskusi bersama atau meminta nasihat ketika menghadapi tekanan akademik.
2. Siswa menggunakan *emotion focused coping* terutama jika siswa terlalu tertekan atau cemas dalam menghadapi situasi akademik, seperti melakukan hobi/aktivitas yang menyenangkan, berolahraga, beribadah dan mendengarkan murottal al-qur'an untuk meredakan stres.
3. Beberapa siswa memilih untuk mengerjakan tugas secara bertahap untuk menghindari stres mendadak, dengan cara membuat jadwal harian yang teratur.

Berdasarkan wawancara kepada Bapak Khomidun dengan Ibu Su'aidah Guru PAI di SMA Negeri 11 Pekanbaru, ditemukan adanya masalah pada hasil belajar siswa yang rendah pada mata pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 11 Pekanbaru. Hal ini juga dapat dilihat dari gejala-gejala yang timbul pada hasil belajar siswa sebagai berikut:

1. Masih ada sebagian siswa yang tidak memperhatikan penjelasan materi oleh guru pada mata pelajaran Pendidikan Agama Islam.
2. Masih ada sebagian siswa yang tidak turut aktif dalam pembelajaran Pendidikan Agama Islam, seperti saat diskusi kelompok, beberapa siswa terlihat hanya diam dan tidak memberikan pendapat, meskipun guru telah memberikan kesempatan kepada semua siswa untuk berkontribusi.
3. Masih ada sebagian siswa yang tidak bisa menjawab pertanyaan yang diberikan guru tentang materi yang diajarkan.
4. Masih ada sebagian siswa yang tidak mengerjakan tugas
5. Masih ada sebagian siswa yang tidak aktif saat tugas praktik di kelas pada mata pelajaran PAI.

1. Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
 - a. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.
 - b. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

6. Sekitar 45% siswa, yaitu 97 dari 215 siswa, belum mencapai nilai KKM 85 dalam mata pelajaran Pendidikan Agama Islam berdasarkan hasil ulangan harian dan ujian semester.

Kondisi ini menunjukkan perlunya kajian lebih lanjut untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi rendahnya hasil belajar siswa. Berdasarkan permasalahan di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut.

B. Permasalahan Penelitian

1. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

- a. Sebagian siswa yang tidak memperhatikan penjelasan guru saat pembelajaran Pendidikan Agama Islam berlangsung.
- b. Sebagian siswa tidak aktif berpartisipasi dalam proses pembelajaran Pendidikan Agama Islam.
- c. Sebagian siswa kesulitan dalam menjawab pertanyaan tentang materi yang diajarkan.
- d. Sebagian siswa tidak menyelesaikan tugas yang diberikan.
- e. Sebagian siswa menunjukkan ketidakaktifan saat mengikuti tugas praktik dalam pelajaran PAI.
- f. Sebagian siswa dalam mata pelajaran PAI di SMA Negeri 11 Pekanbaru belum tuntas hasil belajarnya.

2. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya cakupan pada identifikasi masalah di atas, maka penulis memfokuskan penelitian ini pada:

1. Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
 - a. Fokus Penelitian: Penelitian ini hanya membahas tentang pengaruh kesehatan mental dan *coping stress* terhadap hasil belajar siswa pada mata pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 11 Pekanbaru.
 - b. Sampel: Penelitian ini hanya melibatkan siswa muslim kelas XII SMA Negeri 11 Pekanbaru sebagai responden.
 - c. Variabel: Variabel yang diukur dalam penelitian ini adalah kesehatan mental, *coping stress*, dan hasil belajar PAI.

3. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini diantaranya:

- a. Apakah terdapat pengaruh kesehatan mental terhadap hasil belajar siswa pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 11 Pekanbaru?
- b. Apakah terdapat pengaruh *coping stress* terhadap hasil belajar siswa pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 11 Pekanbaru?
- c. Apakah terdapat pengaruh kesehatan mental dan *coping stress* terhadap hasil belajar siswa pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 11 Pekanbaru?

D. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, penelitian ini bertujuan:

- a. Untuk menganalisis pengaruh kesehatan mental terhadap hasil belajar siswa pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 11 Pekanbaru
- b. Untuk menganalisis pengaruh *coping stress* terhadap hasil belajar siswa pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 11 Pekanbaru

2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.



- c. Untuk menganalisis pengaruh kesehatan mental dan *coping stress* terhadap hasil belajar siswa pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 11 Pekanbaru

2. Manfaat Penelitian

Kegunaan penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan secara teoretis maupun praktis, yaitu:

a. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai pengaruh kesehatan mental dan *coping stress* siswa terhadap hasil belajar siswa pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam.

b. Manfaat Praktis

- 1) Bagi Sekolah, hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai informasi dan masukan untuk meningkatkan hasil belajar siswa.
- 2) Bagi Siswa, hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar siswa.
- 3) Bagi Guru, hasil penelitian ini diharapkan guru dapat memahami lebih dalam tentang pengaruh kesehatan mental dan *coping stress* terhadap hasil belajar siswa, sehingga mereka dapat lebih peka terhadap kondisi siswa.
- 4) Bagi penulis dan pembaca, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah khazanah keilmuan dan dapat menjadi bahan pembandingan untuk penelitian selanjutnya.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

UIN SUSKA RIAU

BAB II

KERANGKA TEORI

A. Konsep Teoretis

1. Hasil Belajar

a. Pengertian Hasil Belajar

Hasil belajar seringkali digunakan sebagai ukuran untuk mengetahui seberapa jauh seseorang menguasai bahan yang diajarkan. Hasil belajar berasal dari dua kata yaitu “hasil” dan “belajar”. Hasil (product) merupakan suatu perolehan akibat dilakukannya suatu aktivitas atau proses yang mengakibatkan berubahnya input secara fungsional.¹¹ Sedangkan belajar adalah tahapan perubahan seluruh tingkah laku individu yang relatif menetap sebagai hasil pengalaman dan interaksi dengan lingkungan yang melibatkan proses kognitif.¹² Perubahan tingkah laku dalam hal ini seperti tingkah laku yang diakibatkan oleh proses kematangan fisik. Keadaan mabuk, lelah, dan jenuh tidak dipandang sebagai proses belajar. Berikut paparan beberapa pengertian hasil belajar dari beberapa ahli, diantaranya:

- 1) Menurut Nana Syaodih Sukmadinata hasil belajar merupakan realisasi potensial atau kapasitas yang dimiliki seseorang. Penguasaan hasil belajar seseorang dapat dilihat dari perilakunya, baik perilaku dalam bentuk penguasaan pengetahuan, keterampilan berfikir maupun keterampilan motorik.¹³
- 2) Menurut Gagne dan Briggs hasil belajar adalah sebagai kemampuan yang diperoleh seseorang sesudah mengikuti proses belajar.

¹¹ Maria Kanusta, 2021, *Gerakan Literasi dan Minat Baca*, Sumatra Barat: Cv. Azka Pustaka, h. 69.

¹² Biasri Suarim dan Neviyarni, 2021, *Hakikat Konsep Belajar*, Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan, Vol X, No. X, h. 5.

¹³ Ikah, 2021, *Korelasi Motivasi dengan Hasil Belajar Mata Pelajaran Sosiologi Kelas X IPS MAN 1 Kota Bandung*, Teacher: Jurnal Inovasi Karya Ilmiah Guru, Vol. 1, No. 1, h. 51.

- 3) Menurut Asep Jihad hasil belajar adalah perubahan tingkah laku siswa secara nyata setelah dilakukan proses belajar mengajar yang sesuai tujuan pembelajaran.¹⁴
- 4) Menurut Winkel hasil belajar adalah perubahan yang mengakibatkan manusia berubah dalam sikap dan tingkah lakunya.

Dari uraian definisi-definisi di atas dapat dipahami bahwa hasil belajar adalah suatu hasil yang telah dicapai setelah mengalami proses belajar atau setelah mengalami interaksi dengan lingkungannya guna untuk memperoleh ilmu pengetahuan yang akan menimbulkan tingkah laku sesuai dengan tujuan pembelajaran.

b. Indikator Hasil Belajar

Hasil belajar yang ideal meliputi segenap ranah psikologis yang berubah sebagai akibat pengalaman dan proses belajar siswa. Kunci pokok untuk memperoleh ukuran dan data hasil belajar siswa adalah mengetahui garis besar indikator dikaitkan dengan jenis prestasi yang hendak dicapai, dinilai, atau bahkan diukur. Indikator hasil belajar menurut Benjamin S. Bloom dengan *Taxonomy of Education Objectives* membagi tujuan pendidikan menjadi tiga ranah, yaitu ranah kognitif, yakni semua yang berhubungan dengan otak serta intelektual, afektif yaitu semua yang berhubungan dengan sikap, dan sedangkan psikomotorik adalah sesuatu yang berkaitan dengan gerak atau ucapan baik verbal maupun non verbal.

Yang perlu diperhatikan adalah bahwa hasil belajar harus dilihat secara keseluruhan. Hasil belajar seseorang tidak dapat dilihat secara sendiri-sendiri dan terpisah-pisah. Ketiga kategori hasil belajar tersebut harus dijadikan satu kesatuan dalam melakukan penilaian.

¹⁴ Dhian Afrianti, 2020, *Peningkatan Hasil Belajar Siswa Tema Hemat Energi melalui Model Pembelajaran Think Pair Share (TPS)*, Jurnal: Pancar, Vol. 4 No. 2, h. 80.

Hasil belajar dapat dikatakan berhasil apabila telah mencapai tujuan pendidikan.

Di mana tujuan pendidikan berdasarkan hasil belajar peserta didik secara umum dapat diklasifikasikan menjadi tiga yakni: aspek kognitif, aspek afektif, dan aspek psikomotorik.

D) Aspek kognitif, berkenaan dengan hasil belajar intelektual yang terdiri dari enam aspek diantaranya:

- a) Pengetahuan (*knowledge*), adalah jenjang kemampuan yang menuntut peserta didik untuk dapat mengenali atau mengetahui adanya konsep, prinsip, fakta atau istilah tanpa harus mengerti atau dapat menggunakannya. Dalam hal ini siswa diminta untuk mengingat kembali satu atau lebih dari fakta-fakta yang sederhana.
- b) Pemahaman (*comprehension*), yaitu jenjang kemampuan yang menurut peserta didik untuk memahami atau mengerti tentang materi pelajaran yang disampaikan guru dan dapat memanfaatkannya tanpa harus menghubungkannya dengan hal-hal lain. Kemampuan ini dijabarkan lagi menjadi tiga, yaitu menerjemahkan, menafsirkan, dan mengekstrapolasi. Siswa diharapkan mampu untuk membuktikan bahwa ia memahami hubungan yang sederhana di antara fakta-fakta atau konsep. Pemahaman dapat dibedakan ke dalam tiga kategori yaitu: tingkat terendah adalah pemahaman terjemahan mulai dari terjemahan dalam arti yang sebenarnya. Tingkat kedua adalah pemahaman penafsiran yaitu menghubungkan beberapa bagian-bagian terdahulu dengan yang diketahui berikutnya. Tingkat ketiga atau tingkat tertinggi adalah pemahaman ekstrapolasi yang berarti dapat memperluas persepsi dalam arti waktu, dimensi, kasus, ataupun masalahnya.
- c) Penerapan (*application*), yaitu jenjang kemampuan yang menuntut peserta didik untuk menggunakan ide-ide umum, tata cara ataupun metode, prinsip, dan teori-

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

teori dalam situasi baru dan konkret. Disini siswa dituntut untuk memiliki kemampuan untuk menyeleksi atau memilih generalisasi/ abstraksi tertentu (konsep, hukum, dalil, aturan, cara) secara tepat untuk diterapkan dalam suatu situasi baru dan menerapkannya secara benar.

- d) Analisis (*analysis*), yaitu jenjang kemampuan yang menuntut peserta didik untuk menguraikan suatu situasi atau keadaan tertentu ke dalam unsur-unsur atau komponen pembentukannya. kemampuan analisis dikelompokkan menjadi tiga yaitu analisis unsur, analisis hubungan, dan analisis prinsip-prinsip yang terorganisasi.
- e) Sintesis (*synthesis*), yaitu jenjang kemampuan yang menuntut peserta didik untuk menghasilkan sesuatu yang baru dengan merupakan kemampuan siswa untuk menggabungkan unsur-unsur pokok ke dalam struktur yang baru.
- f) Evaluasi (*evaluation*), yaitu jenjang kemampuan yang menuntut peserta didik untuk dapat mengevaluasi suatu situasi, keadaan, pernyataan, atau konsep berdasarkan kriteria tertentu.¹⁵

Dalam proses belajar mengajar, aspek kognitif inilah yang paling menonjol dan bisa dilihat langsung dari hasil tes. Dimana disini pendidik dituntut untuk melaksanakan semua tujuan tersebut. Hal ini bisa dilakukan oleh pendidik dengan cara memasukkan unsur tersebut ke dalam pertanyaan yang diberikan. Pertanyaan yang diberikan kepada siswa harus memenuhi unsur tujuan dari segi kognitif, sehingga peserta didik dapat mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan.

¹⁵ Zainudin dan Ubabuddin, 2023, *Ranah Kognitif, Afektif, dan Psikomotorik, Sebagai Objek Evaluasi Hasil Belajar Peserta Didik*, ILJ: Islamic Learning Journal (Jurnal Pendidikan Islam), Vol. 1, No. 3, h. 920-921.

2) Aspek afektif

Tujuan ranah afektif berhubungan dengan hierarki perhatian, sikap, penghargaan, nilai, perasaan, dan emosi. Ranah Afektif berkenaan dengan sikap yang terdiri dari lima aspek yaitu:

- a) Penerimaan (*receiving*), kata penerimaan berarti penerimaan panca indra untuk mau berkomunikasi dengan dunia luar agar siswa bisa berubah kearah yang lebih baik. seperti mendengarkan pendapat dan masukan dari orang lain.
- b) Reaksi (*responding*), kata penanggapan yaitu penerimaan stimulus yang dilanjutkan dengan memberikan reaksi setelah stimulus diberikan, seperti respon mata terpejam atau anggukan kepala atau tanda jempol tangan sebagai bentuk tanggapan dari pemaparan guru.
- c) Penghargaan atau penilaian (*valuing*), kata penghargaan meliputi rasa ketertarikan pada mata pelajaran atau rasa memiliki pada suatu objek setelah diberikan beberapa stimulus, seperti kesiapan siswa terhadap mata pelajaran Matematika dengancara mengerjakan semua tugas yang diberikan oleh gurunya.
- d) Pengorganisasi (*organization*), kata pengorganisasian terjadi jika siswa berada dalam situasi yang memungkinkan ia belajar lebih dari satu nilai atau satu sikap Suatu kondisi diberlakukan agar siswa bisa menentukan cara mengorganisasikan nilai atau sikap pada kondisi tertentu, seperti siswa mampu beradaptasi dengan pergaulan di lingkungan sekolah atau di kelas.
- e) Karakterisasi (*Characterization*), kata karakterisasi yaitu siswa mampu mengendalikan prilakunya menurut nilai yang ia anut dan bisa memperbaiki

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

hubungan interpersonal dan sosial. Seperti mempunyai sifat percaya diri, kooperatif saat mengerjakan pekerjaan kelompok.¹⁶

3) Aspek psikomotorik

Tujuan ranah psikomotorik berhubungan dengan ketrampilan motorik, manipulasi benda atau kegiatan yang memerlukan koordinasi saraf dan koordinasi badan.¹⁷ Hasil belajar kognitif dan afektif akan menjadi hasil belajar psikomotorik apabila peserta didik mampu menunjukkan perilaku atau perbuatan tertentu sesuai dengan makna yang terkandung dalam ranah kognitif dan afektif.

Aspek psikomotorik terdiri dari 5 hierarki kemampuan yaitu kemampuan mempraktekkan keterampilan yang diamati (imitasi), Kemampuan dalam memodifikasi suatu keterampilan (manipulasi), Kemampuan yang memperlihatkan adanya kecakapan dalam melakukan aktivitas tingkat akurasi tinggi (presisi), Kemampuan dalam melakukan aktivitas secara terkoordinasi dan efisien (artikulasi) serta kemampuan dalam mendesain, menentukan dan mengelola (naturalisasi).¹⁸

Dalam proses belajar mengajar, tidak hanya aspek kognitif yang harus diperhatikan, melainkan aspek afektif dan psikomotoriknya juga. Untuk melihat keberhasilan kedua aspek ini, pendidik dapat melihatnya dari segi sikap dan keterampilan yang dilakukan oleh peserta didik setelah melakukan proses belajar mengajar.

¹⁶ Hayyan Ahmad Ulul Albab, 2021, *Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Bagi Anak Berkebutuhan Khusus*, Jawa Timur: Academia Publication, h. 38-39.

¹⁷ Qosmedia Team, 2019, *Jurnal Pendidikan Konvergensi*, Sang Surya Media, h. 99.

¹⁸ Benny A. Pribadi, 2014, *Desain dan Pengembangan Program Pelatihan Berbasis Kompetensi: Implementasi Model ADDIE*, Jakarta: Prenada Media Group, h. 100-101.

c. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Hasil Belajar

Keberhasilan seseorang dalam belajar bisa dipengaruhi oleh dua faktor, diantaranya:

1) Faktor Internal

a) Kesehatan

Kesehatan jasmani dan rohani memiliki pengaruh yang luar biasa terhadap kemampuan belajar. Jika peserta didik sakit maka akan mengakibatkan ia tidak semangat dan bergairah untuk mengikuti proses pembelajaran. Demikian pula halnya jika kesehatan rohani (jiwa) kurang baik maka belajar juga akan terhambat.

b) Intelegensi dan Bakat

Peserta didik yang mempunyai intelegensi baik (IQ-nya tinggi) akan mudah belajar cenderung mendapatkan hasil yang baik. Bakat memiliki pengaruh yang besar dalam menentukan keberhasilan belajar. Jika peserta didik mempunyai IQ yang tinggi dan bakatnya ada dalam bidang yang dipelajari, maka proses belajar akan lebih mudah.

c) Minat dan Motivasi

Minat timbul karena adanya daya tarik dari luar dan juga datang dari dalam diri Sanubari. Peserta didik yang belajar dengan motivasi yang kuat, akan melaksanakan Kegiatan belajarnya dengan sungguh-sungguh, penuh gairah dan semangat. Motivasi berbeda dengan minat. Motivasi adalah daya penggerak atau pendorong dalam belajar sehingga belajar lebih bersemangat. Minat adalah keinginan belajar yang muncul dari dalam diri dan penuh dengan kesenangan dalam melakukannya.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Hak Cipta Milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

2) Faktor Eksternal

a) Keluarga

Faktor orang sangat besar pengaruhnya terhadap keberhasilan anak dalam belajar, misalnya tinggi rendahnya pendidikan, besar kecilnya penghasilan dan perhatian.

b) Sekolah

Keadaan sekolah tempat belajar turut mempengaruhi tingkat keberhasilan anak. Kualitas guru, metode mengajarnya, kesesuaian kurikulum dengan kemampuan anak, keadaan fasilitas atau perlengkapan di sekolah dan sebagainya, semua ini mempengaruhi keberhasilan belajar.

c) Masyarakat

Keadaan masyarakat juga menentukan hasil belajar. Bila sekitar tempat tinggal keadaan masyarakatnya terdiri dari orang-orang yang berpendidikan,

¹⁹ Endang Sri Wahyu Ningsih, 2020, *Model Pembelajaran Mastery Learning Upaya Peningkatan Keaktifan dan Hasil Belajar Siswa*, Sleman: Deepublish, h. 69-74.

²⁰ Agus Supinganto, 2024, *Keluarga Sebagai Agen Perubahan: Membangun Kesehatan Bersama-Sama*, Jakarta Barat: PT Indonesia Delapan Kreasi Nusa, h. 126.

terutama anak-anaknya, rata-rata bersekolah tinggi dan moralnya baik, hal ini akan mendorong anak giat belajar.

d) Lingkungan sekitar

Keadaan lingkungan tempat tinggal, juga sangat mempengaruhi hasil belajar.

Keadaan lingkungan, bangunan rumah, suasana sekitar, keadaan lalu lintas dan sebagainya semua ini akan mempengaruhi kegairahan belajar.

d. Tingkat Keberhasilan

Setiap proses belajar mengajar selalu menghasilkan hasil belajar. Masalah yang dihadapi adalah sampai ditingkat mana prestasi (hasil) belajar yang telah dicapai. Sehubungan dengan hal inilah keberhasilan proses mengajar itu dibagi atas beberapa tingkatan atau taraf. Tingkatan keberhasilan tersebut adalah sebagai berikut:

- 1) Istimewa/maksimal, apabila seluruh bahan pelajaran yang diajarkan itu dapat dikuasai para siswa.
- 2) Baik sekali/optimal, apabila sebagian besar (76% s.d.99%) bahan pembelajaran yang diajarkan dapat dikuasai oleh siswa.
- 3) Baik/minimal, apabila bahan pembelajaran yang diajarkan hanya 60% s.d.75% saja dikuasai oleh siswa.
- 4) Kurang, apabila bahan pembelajaran yang diajarkan kurang dari 60% dikuasai oleh siswa.

2. Kesehatan Mental

a. Pengertian Kesehatan Mental

Kesehatan mental telah menjadi bagian dari studi ilmu kejiwaan sejak abad ke-19, tepatnya di Jerman pada tahun 1875 M. Memasuki abad ke-20, kajian ini mengalami perkembangan pesat seiring dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

teknologi. Saat ini, kesehatan mental tidak hanya menjadi disiplin ilmu teoretis, tetapi juga memiliki penerapan praktis dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam lingkungan keluarga, sekolah, lembaga pendidikan, serta masyarakat.²¹

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), kesehatan mental merupakan kondisi di mana seseorang dapat menyadari potensinya, mampu menghadapi tekanan hidup sehari-hari, bekerja secara efektif, serta menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya.²² Ketika kondisi mental dan fisik seseorang dalam keadaan sehat, kemungkinan mengalami gangguan dalam beraktivitas menjadi lebih kecil. Selain itu, individu dapat mengoptimalkan bakat dan potensi yang dimilikinya secara maksimal.

Menurut Zakiah Daradjat, kesehatan mental ialah terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya sendiri dan lingkungannya, berlandaskan keimanan dan ketakwaan serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia dunia akhirat.²³

Menurut Pieper dan Uden, kesehatan mental merupakan kondisi di mana seseorang tidak merasa bersalah terhadap dirinya sendiri, memiliki penilaian yang realistis terhadap kemampuannya, serta dapat menerima segala kekurangan yang dimilikinya. Selain itu, individu dengan kesehatan mental yang baik mampu menghadapi berbagai tantangan hidup, merasakan kepuasan dalam hubungan sosial, dan menjalani kehidupan dengan perasaan bahagia.²⁴

²¹ Fatma Silvana, dkk, 2022, *Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Prestasi Belajar Siswa SMP Negeri 1 Jebus*, Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling UNDIKSHA, Vol. 13 No. 1, 2022, h. 26.

²² Diana Vidya Fakhriyani, *Op. Cit*, h. 11.

²³ Musripah, 2022, *Konsep Kesehatan Mental Zakiah Daradjat*, Jawa Tengah: PT Nasya Expanding Management, h. 77.

²⁴ Eka Sri Handayani, 2022, *Kesehatan Mental (Mental Hygiene)*, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin, h. 199.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Saifuddin Kasim Riau

Sementara itu, Notosoedirjo mendefinisikan kesehatan mental sebagai keadaan di mana seseorang terus mengalami pertumbuhan, perkembangan, dan kematangan dalam hidupnya. Individu yang sehat secara mental juga mampu menerima tanggung jawab, menyesuaikan diri dalam kehidupan sosial, serta berpartisipasi dalam menjaga norma dan budaya yang berlaku di masyarakat.

Hawari menjelaskan bahwa kesehatan mental adalah suatu kondisi yang mendukung perkembangan fisik, intelektual, dan emosional seseorang secara optimal. Perkembangan tersebut terjadi secara harmonis dan selaras dengan kehidupan orang lain di sekitarnya.²⁵

Kesehatan mental merupakan faktor utama dalam menjalani berbagai aspek kehidupan. Seseorang yang memiliki mental yang sehat cenderung menjalani kehidupan dengan lebih baik dan normal. Secara umum, kondisi mental yang sehat ditandai dengan kestabilan jiwa serta pola pikir yang selaras dengan nilai-nilai agama dan norma sosial.²⁶

Setiap individu memiliki kondisi kesehatan mental yang berbeda, yang terus berkembang secara dinamis. Dalam kehidupan, manusia kerap menghadapi berbagai tantangan yang menuntut mereka untuk menemukan solusi yang tepat. Tidak jarang, seseorang mengalami gangguan kesehatan mental pada waktu-waktu tertentu sebagai bagian dari dinamika kehidupannya.

Berikut yang merupakan gangguan kesehatan mental siswa di sekolah:

- 1) Masalah kesulitan belajar, ketika seorang siswa mengalami gelisah, panik, stress, depresi, dan takut dalam menghadapi suatu permasalahan maka itu merupakan

²⁵ Sandy Ardiansyah, dkk, 2022, *Kesehatan Mental*, PT Global Eksekutif Teknologi, h. 3.

²⁶ Rizka Nur Hamidah dan Noneng Siti Rosidah, 2021, *Konsep Kesehatan Mental Remaja Dalam Perspektif Islam*, *Prophetic Guidance and Counseling Journal*, Vol. 2, No. 1, h. 26–33.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Al-Malik Kasim Riau

gejala psikologis yang dapat mempengaruhi kreatifitas, inisiatif, menurunkan motivasi belajar sehingga menimbulkan kesulitan belajar yang berdampak kepada menurunnya prestasi belajar siswa.

2) Masalah kenakalan remaja, siswa melanggar aturan dan norma yang berlaku.

3) Siswa mengalami gangguan mental yaitu sulit mengontrol emosi dan perilakunya.²⁷

Beberapa faktor yang dapat melindungi anak dari gangguan kesehatan mental meliputi kecerdasan emosional, perasaan dicintai dan aman, serta lingkungan keluarga yang stabil, di mana peran orang tua sangat berpengaruh terhadap kondisi mental anak. Selain itu, hubungan sosial yang positif, ketahanan emosional, pola pikir optimis, dan rasa humor juga berkontribusi dalam menjaga kesehatan mental mereka.²⁸

Dengan demikian, kesehatan mental dapat diartikan sebagai keadaan individu yang mendukung perkembangan optimal dalam aspek fisik, intelektual, dan emosional, serta memungkinkan terciptanya interaksi yang harmonis dengan lingkungan. Hal ini mencakup keseimbangan antara pikiran, perasaan, kemauan, sikap, persepsi, pandangan hidup, dan keyakinan, sehingga individu dapat mencapai ketenangan batin serta terhindar dari perasaan ragu, gelisah, dan konflik dalam dirinya.

b. Kesehatan Mental dalam Perspektif Islam

Zakiah Daradjat menyatakan bahwa salah satu peran agama adalah sebagai terapi dalam mengatasi gangguan mental. Menerapkan ajaran agama dalam kehidupan sehari-hari dapat mencegah gangguan kesehatan mental serta membantu proses

²⁷ Shinta Mutiara, 2019, *Kemampuan Mengelola Emosi Sebagai Dasar Kesehatan Mental Anak Usia Dini*, Jurnal Program Studi PGRA, Vol. 5, No. 1, h. 89

²⁸ Siswanto, 2007, *Kesehatan Mental: Konsep, Cakupan, dan Perkembangannya*, Yogyakarta: CV Andi Offset, h. 25.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pemulihan bagi individu yang mengalami kecemasan. Semakin seseorang mendekatkan diri kepada Tuhan dan rutin beribadah, semakin damai jiwanya serta semakin kuat dalam menghadapi berbagai tantangan, seperti kekecewaan dan kesulitan hidup. Sebaliknya, semakin jauh seseorang dari nilai-nilai agama, semakin sulit baginya untuk menemukan ketenangan batin.²⁹

Sebagai pedoman hidup, Islam memberikan pemenuhan kebutuhan manusia secara menyeluruh, termasuk dalam aspek kesehatan fisik maupun mental. Ajaran Islam yang mencakup akidah dalam rukun iman, syariat dalam rukun Islam, serta akhlak sebagai wujud ihsan mengandung prinsip-prinsip kesehatan yang sesuai dengan standar WHO, yaitu kesehatan fisik, mental, dan sosial. Ketiga aspek ini merupakan kebutuhan dasar manusia yang idealnya dipenuhi untuk menjadi seorang Muslim yang berkualitas dan seimbang dalam kehidupannya.³⁰

Ajaran Islam dalam menjaga kesehatan berlandaskan pada prinsip bahwa pencegahan lebih utama daripada pengobatan, yang dalam bahasa Arab dikenal sebagai *al-wiqayah khairun min al-'ilaj*. Dalam konteks ini, terdapat banyak petunjuk dalam Al-Qur'an dan Sunnah Nabi SAW yang menekankan pentingnya langkah-langkah pencegahan sebelum penyakit muncul.

Untuk menerapkan prinsip pencegahan ini, Islam menekankan kebersihan baik secara lahir maupun batin. Kebersihan lahir mencakup menjaga kebersihan tempat tinggal, lingkungan sekitar, tubuh, pakaian, makanan, dan minuman. Dalam hal ini, Al-Qur'an juga memberikan panduan, salah satunya dalam Surah Al-Baqarah ayat 222, yang mengajarkan pentingnya menjaga kebersihan dalam kehidupan sehari-hari.

²⁹ Sulistianingsih, dkk, 2020, *Pengaruh Agama Terhadap Kesehatan Mental*, Edunity: Kajian Ilmu Sosial dan Pendidikan, Vol. 01, No. 01, h. 20.

³⁰ Bahri Ghazali, 2024, *Kesehatan Mental Membangun Hidup Lebih Bermakna*, Yogyakarta: Samudra Biru, h. 101.

إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ

"Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertaubat dan menyukai orang-orang yang mensucikan diri."

Menurut Quraish Shihab, bertobat sebagaimana dikemukakan pada ayat tersebut akan menghasilkan kesehatan mental, sedangkan kebersihan lahiriah menghasilkan kesehatan fisik.³¹

Ayat tentang ketenangan dan ketentraman jiwa, Firman Allah SWT dalam Q.S. Al-Ra'd (13): 28.

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ (الرعد / 28: 28)

Artinya: "(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram". (QS. Al-Rad (13): 28).

Quraish Shihab dalam Tafsir Al-Misbah kata zikr mulanya mengucapkan dengan lidah dan berkembang menjadi "mengingat", dalam ayat di atas dipahami arti menyebut nama Allah yang agung. Kontek ayat ini tentang zikrullah yang melahirkan ketentraman hati yang mencakup keangungan, larangan dan perintah, dan Allah sebagai penolong dan pelindung.³²

c. Karakteristik Kesehatan Mental

Karakteristik kesehatan mental dapat dilihat dari ciri-ciri mental yang sehat.

Berikut ini merupakan ciri-ciri mental yang sehat, yakni:

³¹ Uzhlah Maulana, 2019, *Spiritual sebagai Terapi Kesehatan Mental Perspektif Tafsir Al-Qur'an*, Jakarta: Perguruan Tinggi Ilmu Al-Quran, h. 83.

³² Samain dan Budihardjo, 2020, *Konsep Kesehatan Mental Dalam Al-Qur'an dan Implikasinya Terhadap Adversity Quotient Perspektif Tafsir Al-Misbah*, Atta'dib: Jurnal Pendidikan Agama Islam, Vol. 1, No. 2, h. 26.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1) Terhindar dari gangguan jiwa

Menurut Zakiah Daradjat, terdapat dua jenis gangguan mental yang berbeda, yaitu gangguan jiwa (neurose) dan penyakit jiwa (psikose). Perbedaannya terletak pada kesadaran individu terhadap kondisi yang dialaminya. Seseorang dengan neurose masih menyadari dan merasakan kesulitannya, sedangkan individu dengan psikose tidak memiliki kesadaran akan masalah yang dihadapinya.

Selain itu, individu dengan neurose masih dapat berfungsi dalam kehidupan nyata, sementara mereka yang mengalami psikose mengalami gangguan serius dalam persepsi, emosi, dan dorongan diri, sehingga kehilangan keterhubungan dengan realitas. Oleh karena itu, mental yang sehat adalah kondisi di mana seseorang terbebas dari gangguan maupun penyakit mental, mampu menghadapi tantangan hidup, serta tetap terhubung dengan dunia nyata.

2) Mampu menyesuaikan diri

Penyesuaian diri adalah proses dalam memperoleh atau pemenuhan kebutuhan, sehingga individu mampu mengatasi stres, konflik, frustrasi, serta masalah-masalah tertentu melalui alternatif cara-cara tertentu.

Seseorang dapat dikatakan memiliki penyesuaian diri yang baik apabila ia mampu mengatasi kesulitan dan permasalahan yang dihadapinya, secara wajar, tidak merugikan diri sendiri dan lingkungannya, dan sesuai dengan norma sosial dan agama.

3) Mampu memanfaatkan potensi secara maksimal

Selain mampu menghadapi permasalahan dengan berbagai solusi, indikator lain dari kesehatan mental adalah kemampuan individu untuk secara aktif

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

memanfaatkan kelebihanannya. Hal ini dilakukan dengan mengeksplorasi potensi diri secara optimal.

Pemanfaatan potensi secara maksimal dapat diwujudkan melalui keterlibatan aktif dalam berbagai aktivitas positif dan konstruktif yang mendukung pengembangan kualitas diri. Contohnya, seseorang dapat berpartisipasi dalam kegiatan belajar di rumah, sekolah, atau lingkungan masyarakat, bekerja, berorganisasi, berolahraga, mengembangkan hobi, serta berbagai aktivitas lain yang mendorong eksplorasi dan pengembangan potensi individu.

4) Mampu mencapai kebahagiaan pribadi dan orang lain

Poin ini menekankan bahwa setiap aktivitas individu seharusnya mencerminkan upaya untuk mencapai kebahagiaan bersama. Individu dengan mental yang sehat akan merespons situasi dan memenuhi kebutuhannya dengan cara yang positif. Respon positif ini tidak hanya berdampak baik bagi dirinya sendiri tetapi juga bagi orang lain.

Tidak mengorbankan hak orang lain demi kepentingan pribadi serta tidak mencari keuntungan di atas kerugian orang lain merupakan bagian dari upaya mencapai kebahagiaan bagi diri sendiri maupun lingkungan sekitarnya. Individu dengan karakteristik tersebut senantiasa berusaha mencapai kesejahteraan bersama tanpa merugikan siapa pun.³³

Menurut Muhammad Mahmud, terdapat sembilan tanda kesehatan mental. *Pertama*, kemampuan untuk merasa tenang, tenteram, dan rileks dalam menjalankan kewajiban terhadap diri sendiri, masyarakat, dan Tuhan. *Kedua*, kecukupan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. *Ketiga*, penerimaan terhadap

³³ Windy Freska, 2023, *Advokasi Kesehatan Mental*, Bantul: CV. Mitra Edukasi Negeri, h. 8-11.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

diri sendiri dan orang lain. *Keempat*, kemampuan menjaga diri. *Kelima*, kesiapan dalam memikul tanggung jawab, baik dalam keluarga, sosial, maupun agama. *Keenam*, kesediaan untuk berkorban dan memperbaiki kesalahan. *Ketujuh*, kemampuan menjalin hubungan sosial yang baik berdasarkan kepercayaan dan sikap saling melengkapi. *Kedelapan*, memiliki keinginan yang realistis sehingga dapat diwujudkan dengan baik. *Kesembilan*, adanya rasa puas, kegembiraan, dan kebahagiaan dalam menyikapi atau menerima nikmat yang diperoleh.³⁴

Dalam pandangan Islam, individu yang memiliki kesehatan mental yang baik adalah mereka yang perilaku, pemikiran, dan perasaannya sejalan dengan ajaran Islam. Ini menunjukkan adanya keselarasan antara tindakan, emosi, pemikiran, dan spiritualitas dalam diri seseorang. Oleh karena itu, mencapai kondisi kesehatan mental tanpa agama menjadi hal yang sulit. Malik B. Badri, berdasarkan pengamatannya, menegaskan bahwa keyakinan seseorang terhadap Islam memiliki peran besar dalam membebaskan jiwa dari gangguan dan penyakit psikologis. Inilah yang menjadikan Islam memiliki peran penting dalam membentuk kesehatan mental yang baik.³⁵

Menurut Zakiah Daradjat, individu dengan kesehatan mental yang terganggu akan menunjukkan beberapa tanda. *Pertama*, dari aspek perasaan, mereka cenderung mengalami kecemasan, ketakutan, iri hati, kesedihan tanpa alasan yang jelas, serta mudah marah terhadap hal-hal sepele. *Kedua*, dari segi pemikiran, mereka memiliki keterbatasan dalam berpikir, sulit berkonsentrasi, mudah lupa, dan kesulitan menjalankan rencana yang telah dibuat. *Ketiga*, dari aspek perilaku,

³⁴ Zulkarnain dan Siti Fatimah, 2019, *Kesehatan dan Mental dan Kebahagiaan: Tinjauan Psikologi Islam*, Mawa'izh, Vol. 10, No. 1, h. 30.

³⁵ Mursidin, 2021, *Kesehatan Mental dalam Perspektif Al-Qur'an*, Jurnal Cendekia Sambas, Vol. 1, No. 1, h. 63.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mereka mungkin menunjukkan tindakan menyimpang seperti kenakalan, kebohongan, menyakiti diri sendiri maupun orang lain, serta perilaku agresif. *Keempat*, dari sisi kesehatan fisik, mereka rentan mengalami penyakit jasmani yang tidak disebabkan oleh faktor fisik langsung.

Individu dengan kondisi mental yang kurang sehat cenderung merasa tidak nyaman, tidak aman, kurang percaya diri, serta memiliki pemahaman diri yang rendah. Selain itu, mereka juga sering kali mengalami ketidakpuasan dalam hubungan sosial, ketidakstabilan emosional, dan gangguan dalam kepribadian mereka.³⁶

Dalam Islam, gangguan mental berkaitan erat dengan penyimpangan sikap batin, yang menjadi akar dari berbagai penderitaan jiwa. Dua aspek utama yang mencerminkan gangguan mental menurut Islam adalah hati (qalb) dan perbuatan (af'al).

Gejala gangguan mental ini dapat diidentifikasi dalam beberapa bentuk. *Pertama*, hati yang tidak lagi memiliki keikhlasan dan ketundukan kepada Allah, sehingga individu melupakan kedudukannya sebagai hamba-Nya. Penyimpangan ini dapat tampak dalam sikap seperti ria, hasad, ujub, takabur, serta ketamakan. *Kedua*, perilaku yang terus-menerus melanggar ajaran agama akibat dominasi nafs al-ammarah dalam kehidupannya.

Dalam pandangan Islam, kesehatan mental tidak hanya diukur berdasarkan perspektif humanistik sebagaimana dianut oleh berbagai aliran psikologi modern.

³⁶ Muhammad Yusuf, dkk, 2022, *Urgensi Pendidikan Islam dalam Menjaga Kesehatan Mental Remaja di Lingkungan Sekolah pada Era Media Sosial*, Ilmu Al-Qur'an (IQ) Jurnal Pendidikan Islam, Vol. 5, No. 1, h. 6.

Islam juga menilai kesehatan mental berdasarkan tingkat keimanan dan akhlak seseorang, yang menjadi tolok ukur keseimbangan jiwa.³⁷

d. Indikator Kesehatan Mental

Menurut Zakiah Daradjat, indikator kesehatan mental mencakup keyakinan dan ketakwaan kepada Allah, yang ditunjukkan melalui lima poin berikut:

- 1) Terbebas dari gangguan dan penyakit jiwa.
- 2) Terwujudnya keserasian antara unsur-unsur kejiwaan.
- 3) Mampu menyesuaikan diri secara fleksibel serta menciptakan hubungan yang bermanfaat dan menyenangkan dengan orang lain.
- 4) Memiliki kemampuan untuk mengembangkan potensi diri dan memanfaatkannya untuk kepentingan diri sendiri maupun orang lain.
- 5) Beriman dan bertakwa kepada Allah, serta senantiasa berupaya merealisasikan tuntutan agama dalam kehidupan sehari-hari, sehingga tercipta kehidupan yang bahagia di dunia dan di akhirat.³⁸

Indikator ini mencerminkan pentingnya keseimbangan antara kesehatan mental dan spiritual dalam mencapai kesejahteraan keseluruhan.

e. Upaya Pemberian Dukungan Kesehatan Mental

Pendidikan Islam bagi remaja merupakan aspek penting yang harus dipenuhi.

Masa remaja adalah fase krusial dalam perkembangan individu, ditandai dengan pencarian identitas yang sering kali menimbulkan berbagai tantangan. Oleh karena itu, pendidikan Islam berperan sebagai elemen fundamental dalam mengarahkan dan

³⁷ Zulkarnain dan Siti Fatimah, *Op. Cit*, h. 32.

³⁸ Yusria Ningsih, 2018, *Kesehatan Mental*, Surabaya: UINSA, h. 33.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mengontrol perkembangan remaja.³⁹ Pendidikan ini diharapkan dapat membentuk remaja dengan tujuan hidup yang jelas, sehingga setiap tindakan yang diambil lebih terarah dan efektif. Tujuan tersebut dapat tercapai apabila remaja benar-benar memahami makna dari proses pendidikan Islam.

Cerminan kesehatan mental remaja Muslim terlihat dari kemampuannya dalam mengendalikan potensi fitrahnya. Hal ini ditandai dengan kemampuannya menghadapi tantangan hidup, beradaptasi dengan baik, serta menyelesaikan berbagai permasalahan, baik yang berkaitan dengan diri sendiri, orang lain, maupun lingkungan sekitar, sesuai dengan ketentuan syariat Islam.⁴⁰

Berdasarkan temuan dari berbagai literatur, pendidikan agama Islam berperan penting dalam meningkatkan kesehatan mental pada Generasi Z. Pendidikan ini tidak hanya menitikberatkan aspek spiritual, tetapi juga mendukung perkembangan individu secara menyeluruh. Berbagai studi menunjukkan bahwa pendidikan agama Islam berkontribusi dalam membangun karakter positif serta kesehatan mental yang baik pada Generasi Z, yang berperan penting dalam kehidupan mereka saat ini maupun di masa depan.⁴¹

Beberapa hal yang bisa diperhatikan dan diterapkan dalam menjaga kesehatan mental peserta didik melalui pendidikan Islam, diantaranya:

- 1) Menanamkan Nilai-Nilai Keimanan kepada Remaja Agar Sadar akan Hakikatnya sebagai Ciptaan Allah

³⁹ Rini Rahman, dkk, 2018, "Pendidikan Islam bagi Remaja (Upaya Penguatan Karakter dengan Pendekatan Agama)", *Islam Transformatif: Journal of Islamic Studies*, Vol. 1, No. 2, h. 100.

⁴⁰ Septiani Selly Susanti, 2018, *Kesehatan Mental Remaja Dalam Perspektif Pendidikan Islam*, As-Salam I, Vol. VII, No. 1, h. 3-4.

⁴¹ Aqila Khairani Nasution, dkk., 2024, *Peran Pendidikan Agama Islam dalam Meningkatkan Kesehatan Mental pada Generasi Z*, *Adabiyah Islamic Journal: Jurnal Fakultas Agama Islam*, Vol. 2, No. 2, h. 200.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Menjaga kesehatan mental remaja melalui pendidikan Islam dapat dimulai dengan menanamkan nilai-nilai keimanan kepada Allah. Dengan memiliki keimanan yang kuat, remaja akan merasakan ketenangan dan kedamaian, karena mereka memahami bahwa segala sesuatu bergantung pada Allah. Kedekatan dengan-Nya melalui ibadah dan mengingat-Nya dapat memberikan rasa aman serta perlindungan, sehingga mereka lebih siap menghadapi berbagai tantangan hidup. Keimanan tidak hanya memberikan manfaat bagi kesehatan mental, tetapi juga berdampak positif pada kesehatan fisik. Ketakwaan dan keyakinan kepada Allah menjadi landasan utama dalam mencapai keseimbangan jiwa serta kemampuan untuk beradaptasi dengan lingkungan sekitar.

2) Menanamkan Kesadaran untuk Senantiasa Melaksanakan Ibadah

Pendidikan Islam di sekolah berperan penting dalam membentuk dan menyempurnakan kesehatan mental siswa melalui praktik ibadah. Dengan menjalankan ibadah seperti shalat berjamaah, dzikir, dan membaca Al-Qur'an, siswa semakin mendekatkan diri kepada Allah serta memperkuat keyakinan mereka kepada-Nya. Ketika siswa memahami dan menghayati ibadah yang mereka lakukan, ibadah tersebut akan menjadi pedoman dalam menghadapi berbagai tantangan hidup, sehingga mendukung kesehatan mental yang optimal. Selain itu, ibadah juga berkontribusi dalam meningkatkan kecerdasan sosial serta mempererat hubungan mereka dengan lingkungan. Agar manfaat tersebut tercapai, ibadah harus dilakukan sesuai dengan syarat-syarat yang ditetapkan, sehingga terbentuk kesadaran diri dan hubungan yang kokoh dengan Allah.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

③) Menanamkan Sikap Syukur Kepada Peserta Didik

Dalam Islam, syukur memiliki makna mendalam sebagai ungkapan rasa terima kasih dan kerelaan atas nikmat yang diterima, meskipun jumlahnya sedikit. Sikap syukur tidak hanya menumbuhkan rasa puas, tetapi juga meningkatkan kesadaran spiritual yang dapat mencegah gangguan mental. Syukur berperan sebagai pelindung kesehatan mental dengan mengurangi kecemasan, meningkatkan rasa percaya diri, serta membentuk sikap positif dan kasih sayang terhadap diri sendiri. Menanamkan sikap syukur pada siswa berkontribusi dalam memperkuat kontrol diri, mengembangkan potensi pribadi, menerima diri apa adanya, serta memiliki tujuan hidup yang jelas, yang semuanya berdampak positif bagi kesehatan mental mereka.

4) Menanamkan Sikap Belajar yang Positif

Peserta didik yang memiliki sikap positif terhadap pelajaran akan menghadapi setiap tugas dan aktivitas dengan cara yang sehat. Sebaliknya, mereka yang bersikap negatif cenderung mengalami stres saat dihadapkan pada tugas yang harus diselesaikan atau bahkan menjadi malas dalam mengikuti pelajaran yang dianggap sulit. Sikap belajar yang positif serta rasa senang dalam menjalani proses pembelajaran akan membuat peserta didik lebih ringan dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru. Dengan demikian, sikap positif dalam belajar berkontribusi pada peningkatan kualitas kesehatan mental peserta didik.⁴²

⁴² Muhammad Yusuf, dkk, *Op. Cit*, h. 12-14.

3. Coping Stress

a. Pengertian Coping Stress

Dalam menghadapi situasi yang menekan dan sulit, individu biasanya menerapkan strategi yang dikenal sebagai *coping stress*. Lazarus dan Folkman menjelaskan bahwa *coping stress* melibatkan upaya kognitif dan perilaku yang berkelanjutan untuk mengelola tuntutan internal maupun eksternal yang dianggap berat atau melebihi kapasitas individu. Baron dan Bryne mendefinisikannya sebagai respons terhadap stres yang bertujuan untuk mengurangi ancaman serta dampaknya, mencakup tindakan, perasaan, atau pemikiran yang digunakan seseorang dalam mengatasi tekanan.⁴³

Menurut Farida, *coping stress* merupakan upaya individu dalam mengubah pola pikir dan perilaku secara terus-menerus guna menghadapi situasi yang mengancam dengan menyesuaikan atau mengubah lingkungan demi menyelesaikan masalah. Cohen mendefinisikan *coping stress* sebagai proses individu dalam mengelola ketidakseimbangan antara tuntutan dari dalam diri maupun lingkungan dengan memanfaatkan sumber daya yang tersedia untuk menghadapi tekanan. Sementara itu, Pramadi & Lasmono menjelaskan bahwa *coping stress* adalah respons psikologis dan perilaku yang bersifat dinamis serta bertujuan untuk mengurangi stres.⁴⁴

Dapat disimpulkan bahwa *coping stress* adalah strategi atau cara yang digunakan seseorang untuk mengatasi atau mengelola stres yang mereka alami. Dengan kata lain, *coping stress* adalah usaha berkesinambungan untuk menyesuaikan

⁴³ Sherly Atika dan Laila Meiliyandrie Indah Wardani, 2021, *Core Self Evaluation And Coping Stress*. Pekalongan: NEM, h. 8-9.

⁴⁴ Florence Jessica Sapardo, 2019, *Hubungan Dukungan Sosial Dengan Koping Stres Pada Mahasiswa Merantau Yang Bekerja*, Psikoborneo, Vol. 7, No. 2, h. 219.

diri dengan situasi stres, baik dengan cara mengubah lingkungan maupun melalui adaptasi internal, guna mengurangi tekanan dan menjaga keseimbangan psikologis individu.

b. *Coping Stress* dalam Perspektif Islam

Secara normatif, seorang muslim yang mengamalkan ajaran agama Islam dengan baik dan istiqamah (wajib dan sunah) akan memiliki ketenangan jiwa tinggi dan tidak rentan dengan stres karena seluruh ajaran Islam memiliki dampak terhadap peningkatan kesehatan jiwa bagi yang mengamalkannya. Akan tetapi, tidak semua orang Islam memiliki pemahaman dan pengamalan yang baik terhadap ajaran Islam.⁴⁵

Ajaran Islam memberikan tuntunan kepada manusia dalam menghadapi cobaan dan mengatasi kesulitan hidupnya, seperti dengan cara sabar dan shalat, dalam firman Allah Swt dalam al-Qur'an yang menegaskan dalam QS. Al Baqarah ayat 153 sebagai berikut:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

Artinya: "Hai orang-orang yang beriman, jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar".

Pada umumnya sabar sering diartikan sebagai keteguhan hati dalam menghadapi cobaan dan kesulitan, serta keuletan menghadapi cita-cita. Ajaran Islam mengajarkan, penghayatan nilai-nilai ketakwaan dan keteladanan yang diberikan Nabi Muhammad SAW. Ajaran Islam memberikan tuntunan kepada akal agar benar dalam berpikir melalui bimbingan wahyu (kitab suci Al-Qur'an al Karim), Tuntunan ajaran Islam mewajibkan bagi manusia mengadakan hubungan yang baik kepada Allah Swt,

⁴⁵ Andi Bunyamin, 2021, *Mengelola Stress Dengan Pendekatan Islami dan Psikologis*, Jurnal Idaarah, Vol. V, No. 1, h. 151.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

orang lain, maupun hubungan dengan, alam dan lingkungan. Peranan agama Islam dapat membantu manusia dalam mengobati jiwanya dan mencegahnya dari gangguan.⁴⁶

Kehidupan yang dijalani manusia tak akan terlepas dari berbagai permasalahan, ujian, cobaan dan sejenisnya. Hal ini tertuang dalam firmanNya pada surat Al-baqarah ayat 155:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ

Artinya: Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar.

Jenis stressor sesuai dengan ayat di atas sudah menjelaskan hal-hal apa saja yang dapat menjadi cobaan bagi manusia. Secara tersurat dinyatakan oleh Allah SWT bahwa rasa takut, kekurangan makan, kemiskinan, dan kehilangan harta dapat menjadi cobaan yang berat.⁴⁷

Allah SWT dalam Al-Qur'an memberikan panduan dalam mengatasi stres melalui shalat, dzikir, dan membaca Al-Qur'an. Shalat memiliki peran penting sebagai terapi dalam meredakan kegelisahan, kecemasan, dan keresahan dalam diri seseorang. *Pertama*, dengan menunaikan shalat secara khushyuk, penuh keikhlasan, serta menjadikannya sebagai bentuk kepasrahan kepada Allah, seseorang dapat meninggalkan keburukan dan problematika hidup, sehingga menghadirkan ketenangan dan ketentraman. *Kedua*, dzikir memiliki efek relaksasi yang membantu mengurangi stres serta menumbuhkan ketenangan jiwa, karena setiap bacaan dzikir mengandung

⁴⁶ Tetra Tianiafi dan Don Bosco Doho, 2024, *Halal Lifestyle Untuk Generasi Milenial*, Jawa Barat: Adab, h. 94-95.

⁴⁷ Yuli Darwati, 2022, *Coping Stress Dalam Perspektif Al-Qur'an*, Spirituality: Journal of Ethics And Spirituality, Vol. 6, No. 1, h. 6.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

makna mendalam yang mampu mencegah timbulnya tekanan batin. *Ketiga*, penelitian yang dilakukan oleh Khan menunjukkan bahwa membaca Al-Qur'an dengan dukungan visualisasi dan sistem multimedia dapat memberikan efek relaksasi, mengurangi rasa jenuh, mengatasi kelelahan, serta membantu meredakan depresi dan stres.⁴⁸

c. Jenis-Jenis *Coping Stress*

Menurut Lazarus dan Folkman, jenis-jenis *coping stress* dibagi menjadi dua kategori utama: coping terfokus masalah (*problem focused coping*) dan coping terfokus emosi (*emotion focused coping*). Coping terfokus masalah melibatkan tindakan yang diarahkan untuk menyelesaikan masalah atau mengubah situasi. Individu cenderung menggunakan strategi ini ketika mereka menilai situasi yang dihadapi masih bisa dikontrol dan percaya bahwa mereka dapat mengubah situasi tersebut.

Dalam coping terfokus masalah, ada tiga pendekatan utama:

1) Merencanakan Pemecahan Permasalahan (*Planful Problem Solving*)

Pendekatan ini melibatkan usaha-usaha analitis untuk mengubah keadaan dengan cara yang sistematis. Misalnya, seseorang yang melakukan *planful problem solving* akan bekerja dengan penuh konsentrasi dan perencanaan yang cukup baik serta mau merubah gaya hidupnya agar masalah yang dihadapi secara berlahan-lahan dapat terselesaikan.

2) Konfrontasi (*Confrontative*)

Pendekatan ini melibatkan tindakan yang berisiko untuk mengubah situasi. Contohnya, melakukan sesuatu meskipun tidak yakin akan berhasil, tetapi

⁴⁸ Nurhafizah, dkk, 2024, *Manajemen Stress Dalam Perspektif Islam*, Khazanah Pendidikan, Vol. 18, No. 1, h. 49-51.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

setidaknya telah berbuat sesuatu, atau berusaha menghubungi pihak yang berwenang untuk mengubah keputusan yang telah diambil.

3) Mencari Dukungan Sosial (*Seeking Social Support*)

Individu mencari dukungan eksternal, baik berupa informasi, bantuan nyata, maupun dukungan emosional. Contohnya, mendapatkan simpati dan pengertian dari orang lain atau membicarakan masalah dengan seseorang yang dapat memberikan bantuan konkret.⁴⁹

Coping yang berfokus pada emosi melibatkan upaya untuk menyesuaikan respons emosional tanpa berusaha mengubah sumber stres secara langsung. *Emotion focused coping* dipergunakan untuk mengatur respon emosional terhadap stress.⁵⁰

Stanton menjelaskan bahwa strategi ini dapat memberikan dampak positif dan tidak selalu bersifat maladaptif dalam menghadapi suatu masalah. Sebaliknya, Averill menyoroiti sisi negatif dari pendekatan ini dengan berpendapat bahwa dalam beberapa kondisi, penggunaannya bisa kurang efektif atau bahkan merugikan.

Pandangan negatif terhadap *emotion-focused coping* sebelumnya didasarkan pada asumsi bahwa mengutamakan emosi tanpa mengambil tindakan terhadap penyebab stres justru dapat memperburuk situasi. Namun, penelitian yang dilakukan oleh Stanton menunjukkan bahwa pengolahan dan ekspresi emosi yang tepat dapat membantu individu memahami serta mengelola stres dengan lebih baik.⁵¹

Terdapat lima pendekatan dalam strategi ini:

1) Pengendalian Diri (*Self Controlling*)

⁴⁹ Ekawarna, 2018, *Manajemen Konflik dan Stres*, Rawamangun: PT. Bumi Aksara, h. 229-230.

⁵⁰ Muhammad Yusup dan Muhammad Shoffa Saifillah Al Faruq, 2021, *Manajemen Konflik dan Stress*, Jawa Timur: Wade Group, h. 192.

⁵¹ Raudatussalamah dan Ahyani Radhiani Fitri, 2012, *Psikologi Kesehatan*, Pekanbaru: Al-Mujtahadah Press, h. 70.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Pendekatan ini melibatkan regulasi perasaan dan tindakan. Contohnya, menyimpan perasaan untuk diri sendiri atau menjaga agar berbagai pilihan tetap terbuka tanpa merusak dukungan yang ada.

2) Menjaga Jarak (*Distancing*)

Pendekatan ini memberi reaksi dengan membuat dan memberi jarak dengan masalah maupun sumber masalah agar tidak terbelenggu oleh permasalahan.

3) Menghindar atau Melarikan Diri (*Escape-Avoidance*)

Pendekatan ini memberi reaksi dengan menghindar dari masalah yang dihadapi dengan melakukan kompensasi dan sebagainya. Contohnya, tidur lebih lama dari biasanya atau menghindari interaksi dengan orang lain.

4. Menerima Tanggung Jawab (*Accepting Responsibility*)

Individu menumbuhkan kesadaran akan peran mereka dalam permasalahan dan berusaha menyikapinya dengan bijak. Misalnya, seseorang yang melakukan *accepting responsibility* akan menerima segala sesuatu yang terjadi saat ini sebagai mana mestinya dan mampu menyesuaikan diri dengan kondisi yang sedang dialaminya.

5. Penilaian kembali secara positif (*Positive Reappraisal*)

Pendekatan ini melibatkan penciptaan makna positif dalam situasi stres dengan tujuan pengembangan diri, termasuk melibatkan hal-hal yang religius. Contohnya, seseorang yang melakukan *positive reappraisal* akan selalu berfikir positif dan mengambil hikmahnya atas segala sesuatu yang terjadi dan tidak pernah

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menyalahkan orang lain serta mencari pertolongan Tuhan atau berdoa lebih sering dari biasanya.⁵²

Dengan memahami kedua kategori coping ini, individu dapat memilih strategi yang paling sesuai dengan situasi dan kebutuhan mereka untuk mengelola stres secara efektif.

Problem focused coping dengan kata kuncinya adalah melakukan sesuatu hal yang dapat mengubah situasi untuk menghilangkan atau mengurangi stres. Sementara itu, *emotion focused coping* berbeda dengan *problem focused coping*, *emotion focused coping* penekanannya pada bagaimana seseorang mencoba untuk berdamai dengan tekanan emosional (stres) yang dihadapinya dengan kata lain seseorang berusaha untuk mengontrol tekanan emosional yang ada di dalam dirinya. Artinya situasi di luar dirinya memang tidak berubah, tetapi setidaknya di dalam diri (seseorang mencoba untuk tidak merisaukan masalah yang membuatnya dalam tekanan).

Menurut Rutter, tidak ada satu metode tunggal yang dapat diterapkan dalam setiap situasi stres. Tidak ada strategi coping yang secara universal paling efektif. Sementara itu, Taylor menekankan bahwa keberhasilan dalam menghadapi stres lebih bergantung pada kombinasi strategi coping yang sesuai dengan karakteristik setiap situasi stres, daripada mencari satu strategi terbaik yang bisa diterapkan di semua kondisi.⁵³ Setiap individu menghadapi stres dengan cara yang berbeda, tergantung pada situasi dan jenis stres yang dialami. Strategi yang efektif bagi seseorang dalam satu situasi belum tentu berhasil dalam situasi lain. Oleh karena itu, seseorang perlu

⁵² Siti Maryam, 2017, *Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya*, Jurnal Konseling Andi Matappa, Vol. 1, No. 2, h. 103-104.

⁵³ Lintang Dyah Pradipta dan Yuliana Hanami, 2024, *Studi Kualitatif: Pengalaman Stres dalam Kehidupan Sehari-hari dan Strategi Coping pada Remaja*, Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi, Vol. 5, No. 3, h. 362.

menyesuaikan strategi coping dengan kondisi dan tantangan yang dihadapinya agar lebih efektif dalam mengelola stres.

d. Indikator *Coping Stress*

Problem focused coping merupakan bentuk coping yang lebih diarahkan kepada upaya untuk mengurangi tuntutan dari situasi yang penuh tekanan. Sub skala *problem focused coping* memiliki indikator, di antaranya adalah:

- 1) mencari bantuan,
- 2) penegasan yang sifatnya konfrontatif,
- 3) melakukan aksi nyata,
- 4) melakukan perencanaan untuk memecahkan masalah.

Emotion focused coping merupakan bentuk coping yang diarahkan untuk mengatur respon emosional terhadap situasi yang menekan. Sub skala *emotion focused coping* ini memiliki indikator-indikator, di antaranya adalah;

- 1) kontrol diri
- 2) menjaga jarak
- 3) menghindari,
- 4) menerima tanggung jawab
- 5) tanggapan positif⁵⁴

e. Upaya Mengelola Stress Dengan Pendekatan Islami

Menurut Pargament, sebagaimana dikutip oleh Utami, agama memiliki peran penting dalam mengatasi stres dengan memberikan arahan, harapan, dan dukungan emosional. Rammohan, juga dalam Utami, menambahkan bahwa doa dan keyakinan

⁵⁴ Badrun Susantyo, dkk, 2020, *Pemetaan Strategi Coping Keluarga Penerima Manfaat Program Keluarga Harapan Menghadapi Wabah Covid-19 di Kota Bogor, Depok Bekasi dan Tangerang*, Jakarta Timur: Puslitbangkesos Kementerian Sosial RI bekerjasama P3KS Press, h. 19-20.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

agama dapat membantu seseorang menghadapi tekanan hidup dengan memberikan rasa harapan dan ketenangan.

Menurut Darul Ilmi, menciptakan suasana religius berarti membangun lingkungan keagamaan dalam pendidikan sekolah, yang dapat memperkuat cara pandang berdasarkan nilai-nilai agama serta tercermin dalam perilaku sehari-hari.⁵⁵

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa shalat dapat memberikan ketenangan dan rasa rileks, menurunkan tekanan darah, serta menghasilkan efek relaksasi. Selain itu, shalat juga dapat membangkitkan semangat karena seseorang merasa bahwa Allah selalu menyertainya dalam setiap keadaan.⁵⁶

Penelitian telah membuktikan bahwa membaca Al-Qur'an memberikan manfaat baik secara psikologis maupun fisiologis. Al-Qur'an bukan hanya sebagai pedoman hidup bagi umat manusia, tetapi juga berfungsi sebagai penyembuh dan penyejuk rohani. Beberapa bukti menunjukkan bahwa membaca Al-Qur'an dapat mengurangi stres, terutama melalui ayat-ayat yang berisi janji-janji kebaikan. Efeknya mencakup penurunan tingkat stres yang dirasakan, menstabilkan denyut jantung, serta menurunkan tekanan darah, sehingga menghasilkan ketenangan dan menjadi alternatif non-farmakologis dalam mengatasi kecemasan.⁵⁷

f. Pentingnya *Coping Stress*

Membantu peserta didik dalam mengelola stres memiliki banyak manfaat, terutama dalam membekali mereka dengan strategi yang efektif sesuai dengan permasalahan yang dihadapi. Pengenalan terhadap strategi *coping stress* diharapkan

⁵⁵ Azzati Nur Laili, dkk, 2023, *Hubungan Tingkat Religiusitas dengan Kemampuan Coping Stress Siswa di SMAN 2 Payakumbuh*, Concept: Journal of Social Humanities and Education, Vol. 2, No. 4, h. 5.

⁵⁶ Rizky Hanifah dan Suyadi, 2024, *Coping Stress Dalam Pendidikan Islam Perspektif Neurosains Strategi Siswa Menghadapi Ujian Sekolah*, Jurnal Ilmu Pendidikan Islam, Vol. 08, No. 02, h. 340.

⁵⁷ Hussein Rassol, 2023, *Islamic Psychology*, Jakarta: PT Qof Media Kreatifa, h. 733.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dapat meningkatkan pemahaman serta mengubah perilaku peserta didik dalam menghadapi berbagai tuntutan hidup. Sebagai bagian dari generasi Z, peserta didik berada dalam masa transisi yang menuntut mereka untuk beradaptasi dengan berbagai perubahan, baik dari segi biologis, kognitif, maupun sosial-emosional. Meskipun dikenal lebih mandiri dibandingkan generasi sebelumnya, proses penyesuaian ini tetap menjadi tantangan yang tidak mudah, sehingga berpotensi menimbulkan berbagai permasalahan.

Menurut Hurlock, remaja menghadapi sejumlah tantangan dalam menjalani tugas perkembangannya, termasuk masalah pribadi yang berkaitan dengan lingkungan keluarga, sekolah, kondisi fisik, penampilan, emosi, serta penyesuaian sosial. Selain itu, mereka juga menghadapi permasalahan khas remaja, seperti pencapaian kemandirian, kesalahpahaman akibat stereotip yang keliru, serta ketidakseimbangan antara hak dan tanggung jawab yang diberikan oleh orang tua. Berbagai situasi tersebut dapat memicu stres, dan setiap individu memiliki cara yang berbeda dalam menghadapinya. Inilah yang disebut sebagai *coping stress*, di mana strategi yang digunakan seseorang untuk mengatasi stres dapat bervariasi. Oleh karena itu, memahami strategi *coping stress* sangat penting untuk mengurangi dampak stres dan mencegah risiko yang lebih serius.

Dengan mengenal konsep berbagai strategi *coping stress*, peserta didik akan merasa lebih percaya diri menghadapi setiap perubahan dalam kehidupannya, karena mereka telah terlatih untuk mengelola setiap masalah sehingga pada akhirnya mereka menemukan berbagai solusi untuk mengatasi masalah yang dihadapi. Bagi kita sebagai pengajar, *konsep strategi coping stress* akan memberikan pengalaman yang memperkaya wawasan karena kita akan melihat berbagai strategi coping yang berbeda

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

untuk setiap peserta didik bahkan untuk setiap masalah yang sama dengan cara yang mungkin tidak pernah kita pikirkan sebelumnya. Dengan kata lain, tujuan akhir kita membekali peserta didik dengan konsep *coping stress* adalah memotivasi peserta didik untuk:

a. Mengurangi kondisi lingkungan yang membahayakan

Strategi *coping stress* membantu peserta didik untuk mengidentifikasi dan mengurangi faktor-faktor dalam lingkungan mereka yang dapat menyebabkan stres atau bahaya.

b. Mentoleransi berbagai peristiwa dan kenyataan yang negatif

Peserta didik diajarkan untuk mengembangkan toleransi terhadap peristiwa atau kenyataan yang tidak sesuai harapan, serta untuk tetap tenang dan terkendali dalam menghadapinya.

c. Memelihara *self image* yang positif

Melalui strategi coping, peserta didik akan belajar bagaimana cara menjaga gambaran diri yang positif, bahkan dalam situasi stres atau konflik.

d. Memelihara keseimbangan emosi

Mendorong peserta didik untuk mengembangkan kemampuan dalam mengelola dan mempertahankan keseimbangan emosi mereka, sehingga mereka dapat merespons situasi yang menantang dengan cara yang lebih sehat.

e. Melestarikan hubungan baik dengan orang lain

Dengan menggunakan strategi coping yang tepat, peserta didik dapat mempertahankan dan memperbaiki hubungan interpersonal mereka, meskipun dalam situasi yang menekan atau sulit.⁵⁸

4. Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Hasil Belajar Siswa

Abraham Maslow merupakan salah satu tokoh yang menyatakan bahwa kesehatan mental berpengaruh terhadap hasil belajar. Menurutnya, kebutuhan dasar seperti kesehatan mental harus terpenuhi terlebih dahulu sebelum seseorang dapat mencapai potensi maksimalnya, termasuk dalam pembelajaran. Teori hierarki kebutuhannya menekankan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan fondasi penting dalam mencapai prestasi akademik yang optimal.

Kesehatan mental memiliki pengaruh besar terhadap prestasi akademik seseorang. Gangguan kesehatan mental dapat menyebabkan penurunan konsentrasi, perhatian, dan fungsi sosial, yang pada akhirnya berdampak pada pencapaian belajar. Dengan demikian, faktor psikologis berperan penting dalam keberhasilan akademik. Prestasi akademik memiliki keterkaitan erat dengan kesehatan mental, di mana peserta didik dengan kondisi mental yang baik cenderung mencapai hasil belajar yang optimal. Hal ini terjadi karena mereka mampu mengelola fungsi kejiwaan dengan baik serta beradaptasi dengan lingkungan, sehingga dapat menjalani kehidupan yang lebih bahagia dan bermakna.⁵⁹

Sebaliknya, jika kesehatan mental terganggu, maka proses belajar akan terhambat, yang berakibat pada menurunnya hasil akademik. Oleh karena itu, pelajar perlu menjaga kesehatan mentalnya agar dapat belajar dengan kesiapan mental yang optimal. Penting

⁵⁸ Riry Ambarsarie, dkk, 2021, *Buku Saku Untuk Guru Bimbingan Konseling SMU: Strategi Coping Stress Pada Generasi Z*, Bengkulu: UPP FKIP UNIB, h. 17-18.

⁵⁹ Fajar Arianto, dkk, *Hubungan Antara Kondisi Kesehatan Mental Dengan Prestasi Akademik Peserta Didik Kelas X Sma Negeri 6 Semarang Tahun 2023*, Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling tahun 2023, 'Inovasi Layanan BK di Era Merdeka Belajar', h. 362-363.

bagi mereka untuk memahami cara merawat kesehatan mental agar tetap dalam kondisi yang baik, sehingga mampu menjalani aktivitas dengan penuh semangat dan kesiapan. Sebagai makhluk yang memiliki potensi kejiwaan, manusia dikaruniai aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik yang saling berhubungan. Berbagai penelitian telah mengidentifikasi struktur kejiwaan manusia secara mendalam menggunakan beragam metode dan pendekatan ilmiah.⁶⁰

5. Pengaruh *Coping Stress* Terhadap Hasil Belajar Siswa

Lazarus dan Folkman merupakan tokoh yang menyatakan bahwa *coping stress* berpengaruh terhadap hasil belajar. Mereka mengembangkan teori *coping stress* yang menekankan bahwa cara seseorang dalam menghadapi stres dapat menentukan keberhasilannya dalam belajar. Strategi coping yang efektif dapat membantu mengurangi dampak negatif stres, sehingga individu tetap dapat berkonsentrasi dan mencapai prestasi akademik yang optimal.

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Haq dkk, mengungkapkan bahwa *coping stress* berpengaruh terhadap performa akademik mahasiswa. Temuan serupa juga diperoleh dalam studi yang dilakukan oleh Hendra dan timnya, di mana hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa yang mampu mengelola stres dengan baik cenderung memiliki kemampuan belajar yang lebih optimal.⁶¹

Dari perspektif psikologis, relaksasi berperan dalam meredakan kecemasan, terutama saat menghadapi situasi penting dalam kehidupan. Perubahan fisiologis yang terjadi selama proses relaksasi dapat menciptakan ketenangan pikiran dan perasaan, sehingga individu dapat terhindar dari kecemasan serta kegelisahan. Dengan

⁶⁰ Fatma Sylvana Dewi Harahap, dkk, 2022, *Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Prestasi Belajar Siswa SMP Negeri 1 Jebus*, Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha, Vol. 13, No. 1, h. 27.

⁶¹ Rina Mirza, dkk, 2023, *Strategi Coping Sebagai Upaya Meningkatkan Performa Diri Bagi Mahasiswa*, Jurnal Ilmu Sosial, Vol. 3, No. 2, h. 65.

berkurangnya ketegangan dan meningkatnya rasa tenang, relaksasi berkontribusi pada peningkatan kinerja. Dalam konteks pendidikan, pelajar dapat lebih maksimal dalam mencapai hasil belajar, sementara dalam dunia kerja, relaksasi dapat membantu meningkatkan produktivitas pegawai.⁶²

B. Konsep Operasional

Konsep operasional adalah konsep yang digunakan dalam memberi batasan terhadap konsep teoritis dengan menggambarkan cara mengukur dari konsep tersebut agar dapat diidentifikasi dan dikumpulkan datanya. Kajian ini berkaitan dengan Kesehatan Mental dan *Coping Stress* Terhadap Hasil Belajar Siswa pada mata pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 11 Pekanbaru. Dalam penelitian ini terdapat tiga variabel yaitu Kesehatan Mental (variabel X1), *Coping Stress* (variabel X2), dan Hasil Belajar (variabel Y).

1. Kesehatan Mental

Berikut adalah konsep operasional untuk Kesehatan Mental:

- a. Siswa tidak menunjukkan masalah psikologis yang mengganggu aktivitas sehari-hari.
- b. Siswa mampu menjaga keseimbangan antara pikiran, perasaan, dan tindakan dalam menghadapi situasi sehari-hari.
- c. Siswa mampu berinteraksi dengan teman-teman, guru, dan lingkungan sosial lainnya tanpa kesulitan.
- d. Siswa aktif terlibat dalam kegiatan yang sesuai dengan minat dan bakatnya, baik akademik maupun non-akademik.
- e. Siswa secara konsisten melaksanakan ajaran agama dengan baik.

2. *Coping Stress*

⁶² Subandi, 2013, *Psikologi Agama & Kesehatan Mental*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, h. 127.

Berikut adalah konsep operasional untuk *Problem-Focused Coping*:

- a. Siswa menghubungi guru, keluarga atau teman untuk meminta bantuan menyelesaikan masalah.
- b. Siswa secara langsung menyatakan masalah dan mencari solusi dengan menghadapi pihak yang terlibat secara langsung.
- c. Siswa mengerjakan tugas yang tertunda atau mencari solusi praktis untuk masalah yang dihadapi.
- d. Siswa membuat rencana yang jelas dan terstruktur untuk mengatasi masalah, termasuk langkah-langkah yang harus diambil dan jadwal pelaksanaan.

Berikut adalah konsep operasional untuk *Emotion-Focused Coping*:

- a. Siswa dapat mengatur emosi mereka, seperti tidak marah atau frustrasi ketika menghadapi situasi yang memicu stres.
- b. Siswa menjaga jarak dari situasi yang dapat meningkatkan stres atau ketegangan emosional.
- c. Siswa menggunakan strategi untuk menghindari dari situasi yang memicu stres
- d. Siswa menerima tanggung jawab atas tindakan mereka meskipun menghadapi tantangan.
- e. Siswa merespons stres atau tantangan dengan sikap optimis dan positif.

3. Hasil Belajar

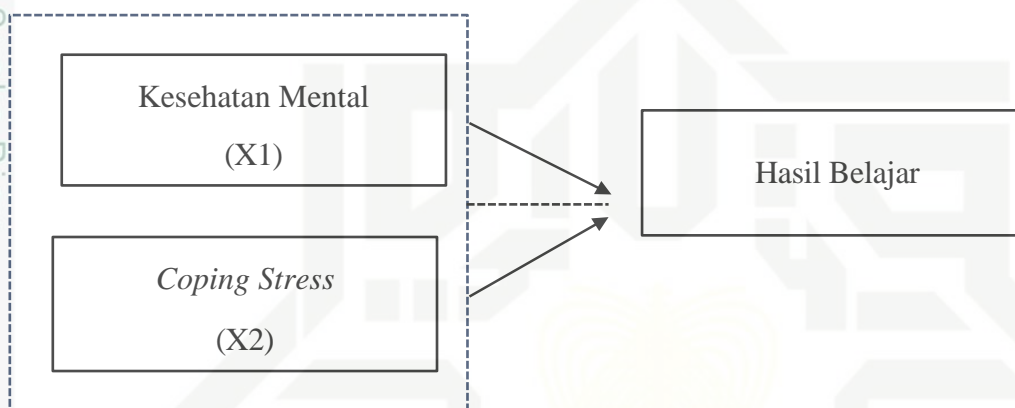
Hasil belajar yang diukur adalah hasil belajar dalam ranah kognitif dan psikomotorik yang diambil dari nilai rapor siswa pada mata pelajaran PAI. Dalam penelitian ini KKM yang akan dicapai adalah 85 (Berdasarkan KKM yang telah ditetapkan). Adapun indikator hasil belajar siswa sebagai berikut:

- a. Nilai-nilai tugas memenuhi standar KKM, yaitu 85.

b. Nilai-nilai ulangan dan ujian memenuhi standar KKM, yaitu 85.

C. Kerangka Berfikir

Dari beberapa identifikasi masalah yang diperoleh penulis di sekolah ini maka perlu diberikan solusi untuk mengatasi permasalahan-permasalahan tersebut. Berikut ini merupakan kerangka pemikiran yang menjelaskan Pengaruh Kesehatan Mental dan *Coping Stress* Terhadap Hasil Belajar.



Keterangan:

X1 dan Y : Siswa dengan kesehatan mental yang baik akan lebih mampu berkonsentrasi, termotivasi, dan menjalin interaksi positif dalam proses pembelajaran, sehingga cenderung memperoleh hasil belajar yang lebih baik.

X2 dan Y : Siswa yang memiliki kemampuan *coping stress* yang efektif akan lebih tenang dalam menghadapi tekanan akademik, tidak mudah menyerah, dan tetap fokus pada tujuan belajar, yang pada akhirnya berdampak positif terhadap hasil belajar mereka.

X1, X2 dengan Y : Kombinasi antara kesehatan mental yang stabil dan *coping stress* yang baik akan memperkuat kesiapan siswa dalam belajar,

meningkatkan daya juang, dan mendorong tercapainya hasil belajar yang optimal.

Kesehatan mental dan *coping stress* diasumsikan memiliki pengaruh signifikan terhadap hasil belajar siswa, di mana kesehatan mental yang baik dan *coping stress* yang efektif diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar dalam mata pelajaran Pendidikan agama islam.

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian sampai terbukti melalui data yang terkumpul. Berdasarkan kajian teori dan asumsi yang telah dipaparkan diatas, maka hipotesis yang akan dikemukakan dalam penelitian ini adalah:

1) Hipotesis Pertama

H_{a1} = Terdapat pengaruh yang signifikan kesehatan mental terhadap hasil belajar siswa pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 11 Pekanbaru.

H_{01} = Tidak terdapat pengaruh yang signifikan kesehatan mental terhadap hasil belajar siswa pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 11 Pekanbaru.

2) Hipotesis Kedua

H_{a2} = Terdapat pengaruh yang signifikan *coping stress* terhadap hasil belajar siswa pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 11 Pekanbaru.

H_{02} = Tidak terdapat pengaruh yang signifikan *coping stress* terhadap hasil belajar siswa pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 11 Pekanbaru.

3) Hipotesis Ketiga

H_{a3} = Terdapat pengaruh yang signifikan *self-esteem* terhadap hasil belajar siswa pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 11 Pekanbaru.

H_{03} = Tidak terdapat pengaruh yang signifikan *self-esteem* terhadap hasil belajar siswa pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 11 Pekanbaru.



H_{a3} = Terdapat pengaruh yang signifikan kesehatan mental dan *coping stress* terhadap hasil belajar siswa pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 11 Pekanbaru.

H_{03} = Tidak terdapat pengaruh yang signifikan kesehatan mental dan *coping stress* terhadap hasil belajar siswa pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 11 Pekanbaru.

E. Kajian Penelitian Yang Relevan

1. Penelitian oleh Lara Setiawati, dkk (2020) dengan judul “Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Hasil Belajar Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di SMK Negeri 1 Bukittinggi”. Penelitian ini menunjukkan bahwa berdasarkan hasil uji statistik yang telah dilakukan, penelitian ini menyimpulkan bahwa kesehatan mental memiliki pengaruh signifikan terhadap hasil belajar pendidikan agama Islam. Hubungan antara kedua variabel ini bersifat negatif, yang berarti bahwa ketika kesehatan mental siswa menurun, hasil belajar mereka dalam mata pelajaran pendidikan agama Islam juga cenderung menurun. Temuan ini didukung oleh nilai signifikansi yang lebih kecil dari 0,05 dan nilai Fhitung yang lebih besar dari Ftabel, yang menunjukkan bahwa hubungan tersebut tidak terjadi secara kebetulan dan bersifat signifikan secara statistik. Oleh karena itu, hipotesis alternatif yang menyatakan bahwa kesehatan mental berpengaruh terhadap hasil belajar pendidikan agama Islam diterima, sementara hipotesis nol yang menyatakan tidak ada pengaruh ditolak. Dengan demikian, penelitian ini menggarisbawahi pentingnya kesehatan mental siswa sebagai faktor yang mempengaruhi prestasi belajar mereka dalam mata pelajaran

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Hak cipta milik UIN Suska Riau

Street Islam University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pendidikan agama Islam, sehingga upaya untuk meningkatkan kesehatan mental dapat menjadi strategi yang efektif untuk meningkatkan prestasi belajar siswa di bidang ini.⁶³

Persamaan penelitian ini dengan masalah yang sedang diteliti penulis ialah sama-sama mengkaji mengenai hasil belajar siswa, sama-sama menggunakan metode penelitian kuantitatif-korelasional dan keduanya berfokus pada mata pelajaran Pendidikan Agama Islam. Sedangkan perbedaannya adalah dalam penelitian ini meneliti dua variabel yaitu kesehatan mental (X) dan hasil belajar (Y). Sedangkan peneliti meneliti tiga variabel yaitu variabel X1 kesehatan mental, variabel X2 *cooping stress*, dan variabel Y hasil belajar.

2. Penelitian oleh Mei Kalimatusyaro (2021), dengan judul “Pengaruh Kesehatan Mental, Motivasi Belajar, dan Kedisiplinan Belajar Terhadap Prestasi Belajar Peserta Didik di Madrasah Ibtidaiyah Salafiyah Bahauddin Taman Sepanjang Sidoarjo”. Berdasarkan analisis regresi linier berganda dengan tiga prediktor menggunakan tabel Anova, diperoleh bahwa kesehatan mental, motivasi belajar, dan kedisiplinan belajar secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap prestasi belajar. Nilai Fhitung sebesar 1073,023 dan sig 0,000 dengan Ftabel pada taraf $\alpha = 0,05$, $df1 = (\text{jumlah variabel independen} = 3)$ dan $df2 (n-k-1 = 127-3-1 = 123)$ sebesar 2,68. Karena $F_{\text{hitung}} > F_{\text{tabel}} (1073,023 > 2,68)$ dan $\text{sig} < 0,05 (0,000 < 0,05)$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Ini menunjukkan adanya pengaruh signifikan secara simultan antara kesehatan mental, motivasi belajar, dan kedisiplinan belajar terhadap prestasi belajar siswa di Madrasah Ibtidaiyah Taman Sepanjang Sidoarjo.⁶⁴

⁶³ Lara Setiawati, dkk, 2023, *Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Hasil Belajar Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di SMK Negeri 1 Bukittinggi*, Tabssyir: Jurnal Dakwah dan Sosial Humaniora, Vol. 4, No. 4.

⁶⁴ Mei Kalimatusyaro, 2021, *Pengaruh Kesehatan Mental, Motivasi Belajar, dan Kedisiplinan Belajar Terhadap Prestasi Belajar Peserta Didik di Madrasah Ibtidaiyah Salafiyah Bahauddin Taman Sepanjang Sidoarjo*, Pedir: Journal Elementary Education, Vol. 1. No.1.



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Persamaan antara penelitian Mei Kalimatusyaro dengan penelitian penulis terletak pada variabel X1, yaitu sama-sama meneliti tentang kesehatan mental. Kedua penelitian tersebut menggunakan metode penelitian yang sama, yakni metode kuantitatif-korelasional. Adapun perbedaannya adalah dalam penelitian ini meneliti empat variabel yaitu kesehatan mental (X1) motivasi belajar (X2), kedisiplinan belajar (X3) terhadap prestasi belajar (Y). dan hasil belajar (Y). Sedangkan peneliti meneliti tiga variabel yaitu variabel X1 kesehatan mental, variabel X2 *cooping stress*, dan variabel Y hasil belajar.

3. Penelitian oleh M. Dahlan R dan Mulan Alfipah (2023) dengan judul “Pengaruh Kesehatan Mental Siswa terhadap Motivasi Belajar di SMK Farmako Medika Plus”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa menggunakan metode uji regresi linear pada SPSS 26, diperoleh hasil sebesar 0,688. Angka 0,688 berada di antara 0,40 - 0,70, yang termasuk dalam kategori korelasi yang cukup atau sedang. Dengan demikian, peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh kesehatan mental siswa terhadap motivasi belajar yang berada pada tingkat hubungan yang cukup atau sedang.⁶⁵

Persamaan antara penelitian M. Dahlan R dan Mulan Alfipah dengan penelitian penulis terletak pada variabel X1, yaitu sama-sama meneliti tentang kesehatan mental. Kedua penelitian tersebut menggunakan metode penelitian yang sama, yakni metode kuantitatif-korelasional. Adapun perbedaannya adalah dalam penelitian ini meneliti dua variabel yaitu kesehatan mental (X) dan motivasi belajar (Y). Sedangkan peneliti meneliti tiga variabel yaitu variabel X1 kesehatan mental, variabel X2 *cooping stress*, dan variabel Y hasil belajar.

4. Penelitian oleh Muhammad Royhanul Ulum Aziz, dkk (2023) dengan judul “Pengaruh *Coping Stress* Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran PAI di SMAN Jatiroto”.

⁶⁵ M. Dahlan R dan Mulan Alfipah, 2023, *Pengaruh Kesehatan Mental Siswa terhadap Motivasi Belajar di SMK Farmako Medika Plus*, Reslaj: Religion Education Social Laa Roiba Journal, Vol. 5, No. 1.

Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa secara keseluruhan terdapat pengaruh *coping stress* terhadap hasil belajar siswa pada mata pelajaran PAI di SMAN Jatiroto. Dapat dilihat bahwa perolehan nilai R Square menunjukkan nilai besar 0,062 atau 6,2%. Hal ini menunjukkan bahwa variabel *Coping Stress* sebesar 6,2% dan sisanya 94,8% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain (selain variabel *Coping Stress*). Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikan $0,000 < 0,005$.⁶⁶

Persamaan antara penelitian Muhammad Royhanul Ulum Aziz, dkk dengan penelitian penulis terletak pada variabel X2 dan Y, yaitu sama-sama meneliti tentang *coping stress* dan hasil belajar siswa dan keduanya berfokus pada mata pelajaran Pendidikan Agama Islam. Adapun perbedaannya adalah dalam penelitian ini meneliti dua variabel yaitu *coping stress* (X) dan hasil belajar (Y). Sedangkan peneliti meneliti tiga variabel yaitu variabel X1 kesehatan mental, variabel X2 *cooping stress*, dan variabel Y hasil belajar. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif-survei sedangkan penelitian penulis menggunakan metode kuantitatif-korelasional.

5. Penelitian oleh Novita Maulidya Jalal, dkk (2022) dengan judul “Upaya Peningkatan *Coping Stress* Terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa Baru. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa hasil penelitian menunjukkan Uji Wilcoxon melalui IBM SPSS Statistics 21, diperoleh hasil bahwa, nilai Asymp. Sig. (2-tailed) untuk pre-test dan post test sebesar 0,000. Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa psikoedukasi ini efektif dalam meningkatkan upaya *coping stress* terhadap stres akademik pada mahasiswa baru.⁶⁷

Persamaan antara penelitian Novita Maulidya Jalal, dkk dengan penelitian penulis terletak pada variabel X1, yaitu sama-sama meneliti tentang *coping stress*. Adapun

⁶⁶ Muhammad Royhanul Ulum Aziz, 2024, *Pengaruh Coping Stress Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran PAI di SMAN Jatiroto*, Kitabaca: Journal of Islamic Studies, Vol. 1, No. 1.

⁶⁷ Novita Maulidya Jalal, dkk, 2022, *Upaya Peningkatan Coping Stress Terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa Baru*, Al-Riwayah: Jurnal Kependidikan, Vol. 14, No. 1.

perbedaannya dalam penelitian ini yakni pada variabel Y yaitu stress akademik. Sedangkan variabel Y pada penelitian ini adalah hasil belajar. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif-eksperimen sedangkan penelitian penulis menggunakan metode kuantitatif-korelasional. Perbedaannya lainnya terletak pada subjek penelitian.

Tesis oleh Muhammad Bagas F (2021), dengan judul “ Pengaruh Motivasi Belajar dan *Coping Stress* Terhadap Kesulitan Belajar Mahasiswa Baru Pada Masa Pembelajaran Daring di Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Tjut Nyak Dien”. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa untuk variabel *Coping Stress* (X2) diketahui sebanyak 12 orang atau 12,90% orang mempunyai *Coping Stress* yang tinggi ,65 orang atau 69,89% orang memiliki *Coping Stress* sedang dan 16 orang atau 17,20% memiliki *Coping Stress* yang rendah. Dengan demikian, ada pengaruh yang signifikan antara *Coping Stress* terhadap Kesulitan Belajar Mahasiswa Pada Saat Pembelajaran Daring di Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Tjut Nyak Dhien. Yang mana semakin tinggi penggunaan *Coping Stress* pada diri mahasiswa maka akan semakin rendah juga kesulitan belajar yang dialami oleh mahasiswa tersebut.

Persamaan antara penelitian Muhammad Bagas F dengan penelitian penulis terletak pada variabel X2, yaitu sama-sama meneliti tentang *coping stress*. Adapun perbedaannya adalah dalam terletak pada variabel X1 (motivasi belajar) dan Y (kesulitan belajar). Sedangkan dalam penelitian ini X1 (Kesehatan mental) dan Y (hasil belajar).⁶⁸

⁶⁸ Muhammad Bagas F, 2021, *Pengaruh Motivasi Belajar dan Coping Stress Terhadap Kesulitan Belajar Mahasiswa Baru Pada Masa Pembelajaran Daring di Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Tjut Nyak Dien*, Medan: Uin Sumatera Utara, Tesis.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif, yaitu penelitian yang menggunakan data dalam bentuk angka-angka yang bersifat kuantitatif, untuk dapat meramalkan kondisi populasi, atau kecenderungan masa depan.⁶⁹ Sedangkan metode penelitiannya adalah korelasi. Desain korelasional digunakan untuk mengukur sejauh mana dua atau lebih variabel berkorelasi, dengan tujuan mengetahui apakah terdapat hubungan atau pengaruh antara variabel-variabel tersebut.⁷⁰

B. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan pada semester genap yaitu tahun ajaran 2024-2025 dan telah mendapat surat izin riset dari Fakultas Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Tempat penelitian dilakukan di SMA Negeri 11 Pekanbaru yang beralamatkan di Jl. Segar No.40, Rejosari, Kec. Tenayan Raya, Kota Pekanbaru, Riau. Pemilihan lokasi ini didasari oleh adanya permasalahan yang relevan dengan fokus penelitian, serta kondisi sosial dan akademik siswa yang dapat memberikan wawasan mendalam mengenai pengaruh kesehatan mental dan *coping stress* terhadap hasil belajar PAI siswa.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan jumlah objek yang diteliti atau sumber data penelitian.⁷¹ Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa muslim di SMA Negeri

⁶⁹ Abdul Mukhid, 2019, *Metodologi Penelitian Pendekatan Kuantitatif*, Surabaya: PT Jakad Media Publishing, h. 14.

⁷⁰ Sugiyono, 2021, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung: Alfabeta, h. 63-67

⁷¹ Amri Darwis, 2021, *Metode Penelitian Agama Islam: Pengembangan Ilmu Berparadigma Islami*, Pekanbaru: Suska Press, h. 40.

16 Pekanbaru yang berjumlah 634 siswa. Populasi merujuk pada keseluruhan subjek yang menjadi objek kajian dan memiliki karakteristik yang sesuai dengan tujuan penelitian.⁷² Pemilihan populasi ini didasarkan pada relevansi mereka sebagai peserta didik yang mengikuti mata pelajaran PAI, yang menjadi fokus utama dalam penelitian ini.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.⁷³ Dalam penelitian ini, peneliti mengambil sampel dengan menggunakan sampel *purposive*. *Purposive sampling* dikenal juga dengan *sampling pertimbangan* ialah teknik *sampling* yang digunakan peneliti jika peneliti mempunyai pertimbangan-pertimbangan tertentu di dalam pengambilan sampelnya atau penentuan sampel untuk tujuan tertentu.⁷⁴ Sampel yang diambil hanya kelas XII saja yang jumlah siswa muslimnya sebanyak 215 orang. Peneliti mengambil sampel kelas XII dengan pertimbangan bahwa kelas tersebut siswa menghadapi tekanan yang lebih besar dibandingkan dengan kelas lainnya. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, seperti persiapan ujian akhir yang menentukan kelulusan mereka, serta tekanan untuk mempersiapkan diri masuk ke perguruan tinggi atau dunia kerja, dan lain sebagainya. Penelitian pada kelas ini akan memberikan wawasan tentang bagaimana *coping stress* dan kesehatan mental mempengaruhi hasil belajar pada puncak tekanan akademis dan memungkinkan peneliti untuk mengumpulkan data yang lebih relevan dan mendalam, yang dapat digunakan untuk mengembangkan intervensi yang lebih efektif.

⁷² Sugiyono, 2022, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung: Alfabeta, cetakan ke-29, h. 215.

⁷³ Sugiyono, 2019, *Metode Penelitian Pendidikan (pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D)*, Bandung: Alfabeta, h. 81.

⁷⁴ Endro Praponco, 2021, *Statistik*, Jakarta Timur: Yayasan Cipta Widya Karya, h. 17.

D. Variabel Penelitian

Variabel dapat diartikan sebagai segala sesuatu yang menjadi obyek penelitian, sering pula dinyatakan variabel penelitian sebagai faktor yang berperan dalam peristiwa atau gejala yang akan diteliti.⁷⁵ Variabel didalam penelitian ini terdiri dari tiga variabel yaitu:

1. Variabel Bebas (Independent)

Variabel bebas adalah merupakan variabel yang nilainya mempengaruhi variabel lainnya yaitu variabel terikat. Dalam penelitian ini variabel bebasnya adalah kesehatan mental dan *coping stress*.

2. Variabel Terikat (Dependent)

Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas.⁷⁵ Dalam hal ini variabel terikatnya adalah hasil belajar siswa.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan cara-cara tertentu atau teknik-teknik tertentu yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Angket

Angket yaitu teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya.⁷⁶

Angket yang digunakan adalah angket berstruktur atau tertutup artinya jawaban sudah disediakan. Angket yang digunakan sebagai instrumen untuk dapat mengukur kesehatan mental dan *coping stress*. Dalam pengumpulan data, peneliti menggunakan skala likert yaitu terdiri dari pernyataan yang akan dipilih oleh responden, untuk mengetahui apakah

⁷⁵ Nurul Amaliyah, 2023, *Biostatistik*, Sleman: Deepublish Digital, h. 38.

⁷⁶ Sugiyono, *Op. Cit*, h. 60.

didukung atau ditolak melalui nilai tertentu. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok tentang kejadian atau gejala sosial.

Dalam penelitian ini pernyataan sikap responden dibuat dalam bentuk pernyataan yang berupa Selalu (SL), Sering (SR), Kadang-kadang (KK), Jarang (JR) dan Tidak pernah (TP). Setiap jawaban tersebut memiliki skor tersendiri sesuai dengan positif atau negatifnya item itu. Sebuah item positif skor tiap pilihannya adalah Selalu = 5, Sering = 4, Kadang-kadang = 3, Jarang = 2, Tidak pernah = 1.⁷⁷

Skala variabel kesehatan mental dalam penelitian ini mengacu pada teori Zakiah Daradjat, yang kemudian dimodifikasi berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Fatimah dan Indri Saputri. Sementara itu, variabel *coping stress* didasarkan pada teori Lazarus dan Folkman, dengan modifikasi yang mengacu pada penelitian Muhammad Bagas. Modifikasi dilakukan dengan mengurangi jumlah item, menyusun ulang redaksi kalimat, serta menyeimbangkan jumlah butir untuk setiap indikator kesehatan mental dan *coping stress*.

b. Dokumentasi

Teknik ini dilakukan dengan mengumpulkan dan menganalisis sejumlah dokumen yang terkait dengan masalah penelitian. Dalam desain penelitiannya, peneliti harus menjelaskan dokumen apa yang dikumpulkan dan bagaimana cara mengumpulkan dokumen tersebut.⁷⁸ Studi dokumentasi juga dapat dilakukan untuk mengumpulkan data sekunder, misalnya data hasil belajar peserta didik. Data tentang kemajuan belajar atau prestasi belajar peserta didik dapat dikumpulkan tanpa melakukan tes (pengujian). Data tersebut dapat dikumpulkan dengan cara melakukan pemeriksaan dokumen, misalnya dokumen yang berisi data yang dimaksud. Peneliti cukup mencatat atau melakukan studi dokumentasi untuk memperoleh data yang diinginkan. Jadi, pengumpulan data hasil

⁷⁷ Mukhtar, dkk, 2017, *Menakar Komitmen Guru*, Jambi: Salim Media Indonesia, h. 79-80.

⁷⁸ Amri Darwis, *Op. Cit.*, h. 53.

belajar tidak semata-mata dilakukan dengan tes, tetapi dapat juga dilakukan dengan studi dokumentasi.⁷⁹

Dokumentasi dalam penelitian ini digunakan untuk mengumpulkan data untuk mengukur hasil belajar yang diambil dari yang nilai rapor siswa pada mata pelajaran PAI di SMA Negeri 11 Pekanbaru, selain itu teknik dokumentasi ini peneliti gunakan untuk menganalisis atau pun mengumpulkan dokumen tertentu sebagai data pendukung, baik mengenai sejarah sekolah, data siswa, sarana dan prasarana dan segala sesuatu yang terkait didalam penelitian ini.

E. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Instrumen penelitian yang baik harus memenuhi dua persyaratan, yaitu valid dan reliabel. Semakin tinggi tingkat validitas dan reliabilitas suatu data maka data tersebut semakin baik. Sebelum instrumen angket diberikan maka terlebih dahulu dilakukan beberapa uji, yaitu uji validitas dan reliabilitas.

1. Uji Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrument. Suatu instrument dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan. Sebuah instrument dikatakan valid apabila dapat mengungkap data variabel yang diteliti secara tepat.⁸⁰ Dalam melakukan instrument validitas maka peneliti menggunakan teknik korelasi *product moment*.

Penentuan valid atau tidaknya suatu data dapat dibandingkan dengan r_{hitung} dan r_{tabel} yang menggunakan bantuan SPSS 24 dengan ketentuan sebagai berikut:

⁷⁹ Fahmi Rizal dan Muhammad Ihsan, 2023, *Metodologi Kuantitatif Pendidikan Kejuruan*, Medan: CV. Merdeka Kreasi, h. 78.

⁸⁰ Rostina Sundayana, 2020, *Statistika Penelitian Pendidikan*, Bandung: Alfabeta, h. 59.

- a) Jika $r_{hitung} > r_{tabel}$, maka pertanyaan dinyatakan valid.
- b) Jika $r_{hitung} < r_{tabel}$, maka pertanyaan dinyatakan tidak valid.

Uji validitas dilakukan terhadap seluruh siswa Muslim kelas XI di SMA Negeri 11

Pekanbaru sebagai responden. Pemilihan kelas XI didasarkan pada kesamaan karakteristik akademik dan lingkungan sekolah dengan kelas XII, serta karena mereka bukan bagian dari sampel utama, sehingga tidak memengaruhi hasil penelitian. Uji validitas ini bertujuan untuk memastikan bahwa setiap butir dalam angket benar-benar mengukur variabel kesehatan mental dan *coping stress* secara signifikan. Melalui proses ini, kualitas instrumen ditingkatkan agar data yang diperoleh dari responden utama, yaitu siswa kelas XII, menjadi lebih akurat, sahih, dan dapat dipercaya sebagai dasar analisis dalam penelitian.

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas merupakan salah satu persyaratan dalam pengukuran instrumen.

Suatu instrumen pengukuran dikatakan reliabel jika pengukurannya konsisten dan cermat akurat. Jadi uji reliabilitas instrumen dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui konsisten dari instrumen sebagai alat ukur, sehingga hasil suatu pengukuran reliable dapat dipercaya.

Uji reliabilitas merupakan kelanjutan dari uji validitas dimana item yang masuk pengujian adalah item yang valid saja, menggunakan metode *cronbach's allfha* (α), dengan menggunakan penilaian $> 0,60$ dapat dikatakan reliable atau dapat dipercaya.⁸¹

⁸¹ Sambas Ali Muhidin dan Maman Abdurrahman, 2017, *Analisis Korelasi, Regresi dan Jalur Dalam Penelitian (Dilengkapi Aplikasi Program SPSS)*, Bandung: CV. Pustaka Setia, h. 37.

Tabel III. 1

Kategori Koefisien Reliabilitas

INTERVAL	KRITERIA
0,80 - 1,00	Sangat Tinggi
0,60 – 0,80	Tinggi
0,40 – 0,60	Sedang
0,20 – 0,40	Rendah
0,00 – 0,20	Sangat Rendah

G. Teknik Analisis Data

Untuk menjawab rumusan masalah apakah ada pengaruh kesehatan mental dan coping stress terhadap hasil belajar siswa pada mata pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 11, setelah data dikumpulkan, kemudian dianalisis secara statistik dengan teknik analisis regresi linear sederhana dan regresi linear berganda. Data tentang Kesehatan Mental dan *Coping Stress* Siswa diperoleh melalui hasil angket kemudian dianalisis meliputi merubah data ordinal menjadi interval. Untuk data hasil belajar tidak dirubah dikarenakan sudah menjadi data interval. Setelah melakukan perubahan data selanjutnya melakukan tahapan uji normalitas, uji heteroskedastisitas, uji linearitas, uji multikolonieritas, uji regresi linear sederhana dan uji regresi linear berganda. Berikut tahapan analisisnya.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah prosedur yang digunakan untuk menilai distribusi data dalam suatu kelompok atau variabel, guna menentukan apakah data tersebut berdistribusi

normal atau tidak. Tujuan dari uji normalitas adalah untuk memastikan bahwa data yang digunakan dalam penelitian berdistribusi normal. Data yang baik adalah data yang mempunyai pola seperti distribusi normal, yakni distribusi data tersebut tidak menceng ke kiri atau menceng ke kanan.⁸² Dalam penelitian ini uji normalitas di dapat dengan menggunakan uji Kolmogorov Smirnov. Salah satu diantaranya ialah pengujian normalitas dengan SPSS memakai teknik Kolmogorov Smirnov. Uji Kolmogorov Smirnov ialah pengujian normalitas yang banyak dipakai. Kelebihan dari uji ini ialah sederhana dan tidak menimbulkan banyak perbedaan pendapat dari para ahli statistik.

Uji ini berkaitan dengan penggunaan statistik parametrik dan statistik nonparametrik. Statistik parametrik dapat digunakan sebuah data lolos uji normalitas, dan ini berarti data berdistribusi normal. Statistik nonparametrik digunakan apabila sebuah data tidak lolos dari uji normalitas maka statistik nonparametrik yang harus digunakan, dan ini berarti data tidak berdistribusi normal.⁸³

Ketentuan yang harus dipenuhi jika melakukan uji *One Sample Kolmogorov-Smirnov* yaitu:

- a. jika nilai signifikansi $> 0,05$ maka data yang digunakan berdistribusi normal
- b. jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka data yang digunakan tidak berdistribusi normal.⁸⁴

2. Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel yang mempunyai hubungan yang linier secara signifikan atau tidak. Korelasi yang baik seharusnya terdapat hubungan yang linier antara variabel independent (X) dan variabel dependen (Y).

⁸² Yuliana, dkk, 2023, *Statistik*, Sumatra Barat: CV. Azka Pustaka, h. 77.

⁸³ Misbahuddin, 2022, *Analisis Data Penelitian Dengan Statistik Edisi Ke-2*, Jakarta: PT. Bumi Aksara, h. 278-279.

⁸⁴ Marwan, dkk, *Analisis Jalur dan Aplikasi SPSS Versi 25*, 2023, Medan: CV. Merdeka Kreasi Group, h. 54.

Regresi linier dapat dipakai jika asumsi linearitas dapat terpenuhi. Jika asumsi ini tidak terpenuhi, maka tidak dapat memakai analisis regresi linear. Namun dapat memakai analisis regresi non linear. Asumsi linearitas ialah asumsi yang akan memastikan apakah data yang akan dianalisis sesuai dengan garis linear atau tidak.

Adapun dasar pengambilan keputusan dalam uji linearitas yaitu:

- a. Jika nilai *deviation form linearity* Sig > 0,05, maka ada hubungan yang linier secara signifikan antara *variable independent* dengan *variable dependent*.
- b. Jika nilai *deviation form linearity* Sig < 0,05, maka tidak ada hubungan yang linier secara signifikan antara *variable independent* dengan *variable dependent*.⁸⁵

3. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinieritas dalam penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui terdapat tidaknya korelasi yang tinggi antar kedua variabel bebas dalam suatu model regresi. Model regresi yang baik adalah tidak terjadi korelasi di antara variabel bebas. Model regresi yang baik tidak terjadi multikolinearitas. Dasar pengambilan keputusannya adalah:

- a. Melihat Nilai Tolerance:
 - 1) Jika nilai Tolerance $\geq 0,10$, maka Tidak Terjadi Multikolinearitas
 - 2) Jika nilai Tolerance $\leq 0,10$, maka Terjadi Multikolinearitas
- b. Melihat Nilai VIF (Variance Inflation Faktor):
 - 1) Jika nilai VIF $\leq 10,00$, maka Tidak Terjadi Multikolinearitas
 - 2) Jika nilai VIF $\geq 10,00$, maka Terjadi Multikolinearitas.⁸⁶

⁸⁵ Sintha Wahjusaputri, 2022, *Statistika Pendidikan: Teori dan Aplikasi*, Yogyakarta: Bintang Semesta Media, h. 133.

⁸⁶ Sintha Wahjusaputri dan Anim Purwanto, 2021, *Statistika Pendidikan: Teori dan Aplikasi*, Yogyakarta: CV. Bintang Semesta Media, h. 125.

Berdasarkan perhitungan uji *collinearity* tersebut, maka dapat dibuat putusan bahwa hasil nilai toleransi untuk variabel X1 dan X2 sebesar 0,948 lebih besar dari 0,1. Sejalan dengan itu besarnya nilai VIF variabel X1 dan X2 adalah 1,055 lebih kecil dari 10 atau $VIF < 10$. Maka dapat disimpulkan bahwa multikolinieritas diantara variabel bebas tidak terjadi. Jadi persyaratan untuk melakukan perhitungan uji regresi terpenuhi.

4. Uji Heteroskesdisitas

Uji heteroskesdisitas adalah untuk melihat apakah terdapat ketidaksamaan varians dari residual satu pengamatan ke pengamatan lain. Model regresi yang baik adalah tidak mengandung heteroskesdisitas. Dasar yang digunakan dalam pengambilan keputusan yaitu untuk melihat dari angka probabilitas dengan ketentuan, sebagai berikut:

- Apabila nilai signifikansi atau nilai probabilitas $> 0,05$ maka, hipotesis diterima karena data tersebut tidak ada heteroskesdisitas.
- Apabila nilai signifikansi atau nilai probabilitas $< 0,05$ maka, hipotesis ditolak karena data ada heteroskesdisitas.⁸⁷

5. Uji Regresi Linear Sederhana

Analisis regresi linear sederhana adalah analisis yang digunakan untuk melihat pengaruh satu variabel bebas terhadap variabel terikat. Jika data pada variabel bebas dan variabel terikat digambarkan pada scatterplot dan membentuk garis lurus, maka hal itu menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut memiliki hubungan linear.⁸⁸ Dalam konteks

⁸⁷ Syafrida Hafni Sahir, 2021, *Metodologi Penelitian*, Medan: KBM Indonesia, h. 69-70.

⁸⁸ Wayan Terimajaya, dkk, 2024, *Dasar-Dasar Statistika*, Jambi: PT Sonpedia Publishing Indonesia, h.

regresi sederhana, kita mengasumsikan bahwa hubungan antara kedua variabel dapat dijelaskan oleh sebuah garis lurus atau fungsi linier.⁸⁹

Pengujian hipotesis penelitian dilakukan dengan menggunakan analisis regresi linear sederhana pada hipotesis pertama dan kedua, karena dalam modelnya memasukkan satu variabel independent dan variabel dependent.

6. Uji Regresi Linear Berganda

Regresi linier berganda adalah analisis untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh yang signifikan secara parsial atau simultan antara dua atau lebih variabel independen terhadap satu variabel dependen, untuk mengetahui bagaimana pengaruhnya (positif atau negatif), seberapa besar pengaruhnya, dan untuk memprediksi nilai variabel dependen dengan menggunakan variabel independen.⁹⁰

Pengujian hipotesis penelitian dilakukan dengan menggunakan analisis regresi linear berganda pada hipotesis ketiga, karena dalam modelnya memasukkan dua variabel independent dan satu variabel dependen.

⁸⁹ Vivi Herlina, 2019, *Panduan praktis mengolah data kuesioner menggunakan SPSS*, Jakarta: Elex Media Komputindo, h. 12.

⁹⁰ Duwi Priyatno, 2022, *Olah Data Sendiri Analisis Regresi Linear Dengan SPSS dan Analisis Regresi Linear Data Panel dengan EvIEWS*, Yogyakarta: Cahaya Harapan, h. 3.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penyajian dan analisa data, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa:

1. Terdapat pengaruh yang signifikan kesehatan mental terhadap hasil belajar siswa di SMA Negeri 11 Pekanbaru dengan nilai R_{Square} (r^2) sebesar 15,1%. Semakin baik kesehatan mental siswa, maka dapat meningkatkan hasil belajar siswa di SMA Negeri 11 Pekanbaru.
2. Terdapat pengaruh yang signifikan *coping stress* terhadap hasil belajar siswa di SMA Negeri 11 Pekanbaru dengan nilai R_{Square} (r^2) sebesar 18,5%. Semakin baik *coping stress* yang dimiliki siswa, maka dapat meningkatkan hasil belajar siswa di SMA Negeri 11 Pekanbaru.
3. Terdapat pengaruh yang signifikan kesehatan mental dan *coping stress* secara simultan terhadap hasil belajar siswa di SMA Negeri 11 Pekanbaru dengan nilai R_{Square} (r^2) sebesar 23,9%. Semakin baik kesehatan mental dan *coping stress* siswa secara bersamaan, maka semakin tinggi hasil belajar siswa di SMA Negeri 11 Pekanbaru.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, berikut adalah beberapa saran yang dapat diberikan:

1. Pihak Sekolah

Pihak sekolah disarankan untuk mengembangkan program kesejahteraan mental dan *coping stress* guna membantu siswa dalam menjaga stabilitas emosional serta mengelola tekanan akademik dengan lebih baik. Untuk menunjang kesehatan mental siswa, sekolah dapat menyediakan layanan konseling yang lebih mudah diakses, baik



secara individu maupun kelompok, dengan meningkatkan peran Guru BK dalam memberikan bimbingan terhadap siswa yang mengalami tekanan akademik atau persoalan pribadi. Selain itu, sekolah juga dapat mengadakan program sosialisasi dan pelatihan kesehatan mental secara berkala dengan menghadirkan psikolog atau konselor pendidikan, guna memberikan pemahaman tentang cara menjaga kesehatan mental serta strategi coping yang efektif dalam menghadapi tekanan akademik.

2. Pihak Guru

Dalam upaya meningkatkan kesehatan mental siswa, guru disarankan untuk bekerja sama dengan pihak sekolah dan orang tua dalam membentuk sistem pendampingan yang lebih menyeluruh. Guru dapat memberikan ruang bagi siswa untuk mengekspresikan perasaan mereka, memberikan dukungan emosional, serta mengajarkan pentingnya keseimbangan antara akademik dan kesehatan mental. Guru juga memiliki peran penting dalam membantu siswa mengelola stres akademik mereka. Guru PAI dapat memperkuat pembinaan spiritual dengan menanamkan nilai-nilai ketenangan batin dalam menghadapi tekanan akademik, seperti melalui pemahaman yang lebih mendalam tentang manfaat ibadah sebagai strategi *coping stress*. Selain itu, Guru PAI juga dapat memberikan motivasi spiritual yang relevan dengan tantangan akademik yang dihadapi siswa serta mengadakan sesi muhasabah untuk meningkatkan ketenangan dan rasa percaya diri mereka. Sementara itu, Guru BK disarankan untuk lebih aktif dalam mendeteksi dini siswa yang mengalami stres akademik serta memberikan intervensi melalui konseling individu maupun kelompok. Workshop atau pelatihan tentang manajemen stres juga dapat diadakan untuk membekali siswa dengan teknik relaksasi dan strategi mengatasi kecemasan saat ujian. Guru BK juga dapat membantu siswa dalam mengembangkan *problem-focused coping* dengan membimbing mereka dalam menyusun strategi belajar yang lebih efektif

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



dan mengelola waktu dengan baik. Di sisi lain, Guru Mata Pelajaran dapat berkontribusi dalam mengurangi tekanan akademik dengan memberikan panduan belajar yang lebih terstruktur, menciptakan lingkungan kelas yang suportif, serta memberikan motivasi dan apresiasi kepada siswa atas usaha mereka dalam proses belajar. Dengan adanya dukungan dari para guru, diharapkan siswa dapat mengembangkan *coping stress* yang lebih efektif serta meningkatkan hasil belajar mereka secara optimal.

3. Pembuat Kebijakan

Pembuat kebijakan di bidang pendidikan, diharapkan dapat memberikan perhatian lebih terhadap pentingnya kesehatan mental siswa dalam mendukung proses pembelajaran. Salah satu bentuk nyata yang dapat dilakukan adalah dengan mendorong sekolah untuk mengintegrasikan program kesehatan mental ke dalam kegiatan pendidikan, baik melalui pelatihan guru mengenai literasi kesehatan mental dan *coping stress*, maupun dengan penyediaan layanan konseling yang memadai di lingkungan sekolah. Selain itu, dukungan kebijakan juga diperlukan agar sekolah memiliki pedoman yang jelas dalam menciptakan lingkungan belajar yang aman, suportif, dan kondusif secara psikologis. Dengan demikian, kebijakan pendidikan tidak hanya berfokus pada capaian akademik, tetapi juga memperhatikan aspek kesejahteraan mental siswa sebagai bagian penting dalam menunjang keberhasilan belajar.

4. Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti yang tertarik untuk mengkaji lebih lanjut tentang kesehatan mental dan *coping stress* dalam konteks pendidikan, disarankan untuk mempertimbangkan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi hasil belajar siswa, seperti lingkungan sosial siswa, dukungan keluarga, atau bahkan penggunaan teknologi dalam mendukung proses pembelajaran. Penelitian lebih lanjut akan memberikan pemahaman yang lebih

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

komprehensif mengenai hubungan antara kesehatan mental, *coping stress*, dan hasil belajar siswa.

Dengan memperhatikan faktor-faktor tersebut, diharapkan dapat tercipta lingkungan pembelajaran yang lebih sehat, mendukung, dan dapat meningkatkan hasil belajar siswa di masa depan.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman, S. A. (2017). *Analisis Korelasi, Regresi dan Jalur Dalam Penelitian (Dilengkapi Aplikasi Program SPSS)*. Bandung: Cv. Pustaka Setia.
- Afrianti, D. (2020). Peningkatan Hasil Belajar Siswa Tema Hemat Energi melalui Model Pembelajaran Think Pair Share (TPS). *Jurnal: Pancar*, Vol. 4 No. 2, 80.
- Ahmad, H. (2021). *Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Bagi Anak Berkebutuhan Khusus*. Jawa Timur: Academia Publication.
- Alfipah, M. D. (2023). Pengaruh Kesehatan Mental Siswa terhadap Motivasi Belajar di SMK Farmako Medika Plus. *Reslaj: Religion Education Social Laa Roiba Journal*, Vol. 5, No. 1.
- Amaliyah, N. (2023). *Biostatistik*. Sleman: Deepublish Digital.
- Aqila Khairani Nasution, d. (2024). Peran Pendidikan Agama Islam dalam Meningkatkan Kesehatan Mental pada Generasi Z. *Adabiyah Islamic Journal: Jurnal Fakultas Agama Islam*, Vol. 2, No. 2, 200.
- Aryono, M. M. (2021). Studi Deskriptif Kesehatan Mental Remaja. *Widya Warta*, Vol. 2, No. 02, 213.
- Asriana Kibtiyah, d. (2023). Kesehatan Mental dan Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar. Al-Adawat. *Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, Vol. 02, No. 0, 13.
- Azzati Nur Laili, d. (2023). Hubungan Tingkat Religiusitas dengan Kemampuan Coping Stress Siswa di SMAN 2 Payakumbuh. *Concept: Journal of Social Humanities and Education*, Vol. 2, No. 4.
- Badrun Susantyo, d. (2020). *Pemetaan Strategi Coping Keluarga Penerima Manfaat Program Keluarga Harapan Menghadapi Wabah Covid-19 di Kota Bogor, Depok, Bekasi, dan Tangerang Selatan*. Jakarta Timur: Puslitbangkesos Kementerian Sosial RI bekerjasama P3KS Pre.
- Budihardjo, S. d. (2020). Konsep Kesehatan Mental dalam Al-Qur'ān dan Implikasinya Terhadap Adversity Quotient Perspektif Tafsir Al-Misbah, At-Ta'dib: *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, Vol. 1, No. 2, 26.
- Bunayamin, A. (2021). Mengelola Stres dengan Pendekatan Islami dan Psikologis. *Jurnal Idaarah*, Vol. V, No. 1.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

© Hak Cipta Milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
- Darwati, Y. (2022). Coping Stress Dalam Perspektif Al-Qur'an, Spiritualita. *Journal of Ethics And Spirituality*, Vol. 6, No. 1, 6.
- Darwis, A. (2021). *Metode Penelitian Agama Islam: Pengembangan Ilmu Berparadigma Islami*. Pekanbaru: Suska Press.
- Doho, T. T. (2024). *Halal Lifestyle Untuk Generasi Milenial*. Jawa Barat: Adab.
- Ekawarna. (2018). *Manajemen Konflik dan Stres*. Rawamangun: PT. Bumi Aksara.
- Eting Ida Fitriyah, d. (2024). Pengaruh Kesehatan Mental, Kebiasaan Belajar dan Motivasi Berprestasi Terhadap Prestasi Belajar Siswa MTsN 4 Kota Surabaya. *Jurnal Kependidikan*, Vol. 12, No. 2, 314-315.
- Euriko Rimala, d. (2024). The Effect of Academic Stress and Mental Health on Students' Academic Achievement. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, Vol. 7, No. 4, 12648.
- F, M. B. (2021). *Pengaruh Motivasi Belajar dan Coping Stress Terhadap Kesulitan Belajar Mahasiswa Baru Pada Masa Pembelajaran Daring di Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Tjut Nyak Dien*. Medan: Uin Sumatera Utara, Tesis.
- Fajar Arianto, d. (2023). Hubungan Antara Kondisi Kesehatan Mental Dengan Prestasi Akademik Peserta Didik Kelas X Sma Negeri 6 Semarang Tahun 2023. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling tahun 2023, 'Inovasi Layanan BK di Era Merdeka Belajar'*, (pp. 362-363).
- Fakhriyani, D. V. (2019). *Kesehatan Mental*. Surabaya: Duta Media Publishing.
- Faruq, M. Y. (2021). *Manajemen Konflik dan Stress*. Jawa Timur: Wade Group.
- Fatimah. (2019). *Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Agama Islam Di SMP Piri Jati Agung*. Lampung: UIN Raden Intan.
- Fatimah, Z. d. (2019). Kesehatan dan Mental dan Kebahagiaan: Tinjauan Psikologi Islam. *Mawa'izh*, Vol. 10, No. 1, 30.
- Fatma Sylvana Dewi Harahap, d. (2022). Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Prestasi Belajar Siswa SMP Negeri 1 Jebus. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, Vol. 13, No. 1, 27.
- Fitri, R. d. (2012). *Psikologi Kesehatan*. Pekanbaru: Al-Mujtahadah Press.
- Freska, W. (2023). *Advokasi Kesehatan Mental*. Bantul: CV. Mitra Edukasi Negeri.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Ganesya Silvia Putri, d. (2024). Psikologi Ibadah dalam Kesehatan Mental. *Jurnal Psikologi dan Konseling West Science Vol. 2, No. 04*, 322.
- Ghazali, B. (2024). *Kesehatan Mental Membangun Hidup Lebih Bermakna*. Yogyakarta: Samudra Biru.
- Hanami, L. D. (2024). Studi Kualitatif: Pengalaman Stres dalam Kehidupan Sehari-hari dan Strategi Coping pada Remaja. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi, Vol. 5, No. 3*, 362.
- Handayani, E. S. (2022). *Kesehatan Mental (Mental Hygiene)*. Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari : Banjarmasin.
- Hartono. (2004). *Statistik Untuk Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hasmawati, d. (2024). Stress Inoculation Training Sebagai Upaya Mengurangi Stres Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama di Kabupaten Takalar. *Pinisi Journal Of Art, Humanity and Social Studies, Vol. 4 No. 1*, 305.
- Herlina, V. (2019). *Panduan praktis mengolah data kuesioner menggunakan SPSS*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- I Wayan Terimajaya, d. (2024). *Dasar-Dasar Statistika*. Jambi: PT Sonpedia Publishing Indonesia.
- Ihsan, F. R. (2023). *Metodologi Kuantitatif Pendidikan Kejuruan*. Medan: CV. Merdeka Kreasi.
- Ikah. (2021). Korelasi Motivasi dengan Hasil Belajar Mata Pelajaran Sosiologi Kelas X IPS MAN 1 Kota Bandung. *Teacher: Jurnal Inovasi Karya Ilmiah Guru, Vol. 1, No. 1*, 51.
- Kalimatusyaro, M. (2021). Pengaruh Kesehatan Mental, Motivasi Belajar, dan Kedisiplinan Belajar Terhadap Prestasi Belajar Peserta Didik di Madrasah Ibtidaiyah Salafiyah Bahauddin Taman Sepanjang Sidoarjo. *Pedir: Journal Elmentary Education, Vol. 1. No.1*.
- Kanusta, M. (2021). *Gerakan Literasi dan Minat Baca*. Sumatra Barat: Cv. Azka Pustaka.
- Lara Setiawati, d. (2023). Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Hasil Belajar Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di SMK Negeri 1 Bukittinggi. *Tabisyir: Jurnal Dakwah dan Sosial Humaniora, Vol. 4, No. 4*, 4.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Marwan, d. (2023). *Analisis Jalur dan Aplikasi SPSS Versi 25*. Medan: CV. Merdeka Kreasi Group.
- Maryam, S. (2017). Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya. *Jurnal Konseling Andi Matappa, Vol. 1, No. 2*, 103-104.
- Maulana, U. (2019). *Spiritual sebagai Terapi Kesehatan Mental Perspektif Tafsir Al-Qur'an*. Jakarta: Perguruan Tinggi Ilmu Al-Quran.
- Misbahuddin. (2022). *Analisis Data Penelitian Dengan Statistik Edisi Ke-2*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Mudzakir, A. M. (2002). *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Muhammad Royhanul Ulum Aziz, d. (2024). Pengaruh Coping Stress Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran PAIdi SMAN Jatiroto. *KITABACA: Journal of Islamic Studies, Vol. 1, No. 1*, 47.
- Muhammad Yusuf, d. (2022). Urgensi Pendidikan Islam dalam Menjaga Kesehatan Mental Remaja di Lingkungan Sekolah pada Era Media Sosial. *Ilmu Al-Qur'an (IQ) Jurnal Pendidikan Islam, Vol. 5, No. 1*.
- Mukhid, A. (2019). *Metodologi Penelitian Pendekatan Kuantitatif*. Surabaya: PT Jakad Media Publishing.
- Mukhtar, d. (2017). *Menakar Komitmen Guru*. Jambi: Salim Media Indonesia.
- Mursidin. (2021). Kesehatan Mental dalam Perspektif Al-Qur'an. *Jurnal Cendekia Sambas, Vol. 1, No. 1*, 63.
- Musrifah. (2022). *Konsep Kesehatan Mental Zakiah Daradjat*. Jawa Tengah: PT Nasya Expanding Management.
- Mustafidah, T. T. (2014). *Penelitian Kuantitatif (Sebuah Pengantar)*. Bandung: Alfabeta.
- Mutiara, S. (2019). Kemampuan Mengelola Emosi Sebagai Dasar Kesehatan Mental Anak Usia Dini. *Jurnal Program Studi PGRA, Vol. 5, No. 1*, 89.
- Nailul Fauziah, d. (2015). Hubungan Penggunaan Strategi Coping dengan Prestasi Akademik Pada Siswa Kelas XI SMA. *Alibkin (Jurnal Bimbingan Konseling), Vol. 4, No. 2*, 8.
- Neviyarni, B. S. (2021). Hakikat Konsep Belajar. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan, Vol. X, No. X*, 5.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Ningsih, E. S. (2020). *Model Pembelajaran Mastery Learning Upaya Peningkatan Keaktifan dan Hasil Belajar Siswa*. Sleman: Deepublish.
- Ningsih, Y. (2018). *Kesehatan Mental*. Surabaya: UINSA.
- Novita Maulidya Jalal, d. (2022). Upaya Peningkatan Coping Stress Terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa Baru. *Al-Riwayah: Jurnal Kependidikan, Vol. 14, No. 1*.
- Nurhafizah, d. (2024). Manajemen Stress Dalam Perspektif Islam. *Khazanah Pendidikan, Vol. 18, No. 1*, 49-51.
- Nuryuaz, U. A. (2021). *Pengaruh Coping Stress Pada Siswa Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Ekonomi Tingkat SMA*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Praponco, E. (2021). *Statistik*. Jakarta Timur: Yayasan Cipta Widya Karya.
- Pribadi, B. A. (2014). *Desain dan Pengembangan Program Pelatihan Berbasis Kompetensi: Implementasi Model ADDIE*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Priyatno, D. (2022). *Olah Data Sendiri Analisis Regresi Linear Dengan SPSS dan Analisis Regresi Linear Data Panel dengan Eviews*. Yogyakarta: Cahaya Harapan.
- Purwanto, S. W. (2021). *Statistika Pendidikan: Teori dan Aplikasi*. Yogyakarta: CV. Bintang Semesta Media.
- Purnomo, R. A. (2016). *Analisis Statistik Ekonomi dan Bisnis Dengan SPSS*. Gorontalo: CV. Wade Group.
- Putri, I. (2022). Peningkatan Hasil Belajar Siswa Melalui Penerapan Pembelajaran Contextual Teaching and Learning pada Mata Pelajaran Bahasa Indonesia di Kelas IX.8 Semester Juli-Desember 2022 MTsN 1 Kota Padang. *Jurnal Pengabdian Mandiri, Vol. 1, No. 12*, 2520.
- Rachmah, D. N. (2013). Hubungan Self Efficacy, Coping Stress dan Prestasi Akademik. *Jurnal Ecopsy, Vol. 1, No. 1*, 9.
- Rassol, H. (2023). *Islamic Psychology*. Jakarta: PT Qof Media Kreatifa.
- Rina Mirza, d. (2023). Strategi Coping Sebagai Upaya Meningkatkan Performa Diri Bagi Mahasiswa. *Jurnal Social Library, Vol. 3, No. 2*, 65.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Rini Rahman, d. (2018). "Pendidikan Islam bagi Remaja (Upaya Penguatan Karakter dengan Pendekatan Agama)". *Islam Transformatif: Journal of Islamic Studies* 1, No. 2.
- Riry Ambarsarie, d. (2021). *Buku Saku Untuk Guru Bimbingan Konseling SMU: Strategi Coping Stress Pada Generasi Z*. Bengkulu: UPP FKIP UNIB.
- Rosidah, R. N. (2021). "Konsep Kesehatan Mental Remaja Dalam Perspektif Islam." *Prophetic Guidance and Counseling Journal*, Vol. 2, No. 1.
- Saefudin, W. (2020). *Psikologi Pemasyarakatan*. Jakarta: Kencana.
- Sahir, S. H. (2021). *Metodologi Penelitian*. Medan: KBM Indonesia.
- Sandy Ardiansyah, d. (2022). *Kesehatan Mental*. PT Global Eksekutif Teknologi.
- Santoso, S. (2010). *Statistik Multivariat Konsep dan Aplikasi Dengan SPSS*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Sapardo, F. J. (2019). *Hubungan Dukungan Sosial Dengan Koping Stres Pada Mahasiswa Merantau Yang Bekerja*. Psikoborneo, Vol. 7, No. 2.
- Shadiqi, M. S. (2020). *Konstruksi Alat Ukur Psikologi*. Universitas Lambung Mangkurat Banjar Baru.
- Siswanto. (2007). *Kesehatan Mental: Konsep, Cakupan, dan Perkembangannya*. Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Subandi. (2013). *Psikologi Agama&Kesehatan Mental*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sudirman, d. (2019). *Teori-Teori Belajar dan Pembelajaran*. Jawa Tengah: PT. Pena Persada Kerta Utama.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan (pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukmadinata, N. S. (2005). *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosda Karya.
- Sulistianingsih, d. (2020). Pengaruh Agama Terhadap Kesehatan Mental. *Edunity: Kajian Ilmu Sosial dan Pendidikan*, Vol. 01, No. 01, 20.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Sundayana, R. (2020). *Statistika Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Supinganto, A. (2024). *Keluarga Sebagai Agen Perubahan: Membangun Kesehatan Bersama-Sama*. Jakarta Barat: PT Indonesia Delapan Kreasi Nusa.
- Susanti, S. S. (2018). "Kesehatan Mental Remaja Dalam Perspektif Pendidikan Islam. *As-Salam I, Vol. VII, No. 1*.
- Suyadi, R. H. (2024). Coping Stress dalam Pendidikan Islam Perspektif Neurosains: Strategi Siswa Menghadapi Ujian Sekolah. *Jurnal Ilmu Pendidikan Islam, Vol. 08, No. 02*.
- Team, Q. (2019). Jurnal Pendidikan Konvergensi. *Sang Surya Media*, 99.
- Ubabuddin, Z. d. (2023). Ranah Kognitif, Afektif, dan Psikomotorik, Sebagai Objek Evaluasi Hasil Belajar Peserta Didik. *ILJ: Islamic Learning Journal (Jurnal Pendidikan Islam), Vol. 1, No. 3*, 920-921.
- Vannisa Intahaniya Anggraini, d. (2023). Hubungan Antara Kesehatan Mental dengan Prestasi Akademik pada Siswa SMPN 36 Surabaya Selama Pembelajaran Daring di Masa Pandemi. *Web Of Scientist: International Scientific Research Journal, Vol: 2, No. 3*, 7.
- Wahjusaputri, S. (2022). *Statistika Pendidikan: Teori dan Aplikasi*. Yogyakarta: Bintang Semesta Media.
- Wahyuni, E. S. (2020). *Pembelajaran Matery Learning*. Yogyakarta: CV Budi Utama.
- Wardani, S. A. (2021). *Core Self Evaluation And Coping Stress*. Pekalongan: NEM.
- Yuliana, d. (2023). *Statistik*. Sumatra Barat: CV. Azka Pustaka.
- Yuliara, I. M. (2016). *Modul Regresi Linear Berganda*. Denpasar: Universitas Udayana.
- Yuwono, S. (2010). Mengelola Stress dalam Perspektif Islam dan Psilologi. *Psycho Idea, Vol. 8 No. 2*.
- Wawancara dengan Bapak Khomidun dengan Ibu Su'aidah Guru PAI di SMA Negeri 11 Pekanbaru, 10 September 2024.
- Wawancara dengan Ibu Khairunnisa dan Ibu Pungki Ira Puspita Guru BK di SMA Negeri 11 Pekanbaru, 10 September 2024.



LAMPIRAN 1

ANGKET KESEHATAN MENTAL DAN *COPING* STRESS SISWA TERHADAP HASIL BELAJAR SISWA PADA MATA PELAJARAN PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DI SMA NEGERI 11 PEKANBARU

A. Identitas responden

Nama Lengkap :

Kelas :

B. Petunjuk pengisian angket

1. Sebelum anda mengisinya, bacalah terlebih dahulu dengan seksama
2. Mohon menjawab seluruh pertanyaan dengan jujur sesuai kondisi atau pendapat anda.
3. Tidak ada jawaban benar atau salah, yang terpenting adalah memberikan jawaban yang sesuai dengan keadaan sebenarnya.
4. Pilihlah dengan memberi tanda cek (✓) pada salah satu jawaban yang paling sesuai dengan diri anda. Berikut adalah ketentuan pilihan jawaban:

SL	: Selalu
SR	: Sering
KK	: Kadang-Kadang
JR	: Jarang
TP	: Tidak Pernah
5. Informasi yang Anda berikan melalui pengisian skala psikologis ini sangat berarti dan dijamin kerahasiaannya.
6. Terima kasih atas partisipasinya.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Angket Variabel X1
(Kesehatan Mental)**

NO	PERNYATAAN	SL	SR	KK	JR	TP
1.	Saya merasa percaya diri dan siap saat menghadapi ujian atau tugas					
2.	Saya merasa mudah untuk fokus saat belajar atau mengerjakan tugas					
3.	Saya tetap tenang dan mencari solusi ketika sesuatu tidak berjalan sesuai harapan					
4.	Saya tetap optimis meskipun menghadapi masalah berat					
5.	Saya mengungkapkan rasa syukur atas hal-hal yang saya miliki dalam kehidupan sehari-hari					
6.	Saya dapat mengontrol emosi saya ketika menghadapi masalah					
7.	Saya tetap tenang dan percaya diri saat menghadapi masalah akademik atau sosial					
8.	Saya bisa menyesuaikan perasaan dan tindakan saya dengan situasi yang dihadapi					
9.	Saya mampu menenangkan diri dengan cara yang positif ketika merasa stres					
9.	Saya merasa mudah bergaul dengan teman-teman dan orang-orang di sekitar saya					
10	Saya merasa termotivasi untuk belajar bersama teman menjelang ujian					
11.	Saya merasa puas dengan usaha saya, meskipun kadang hasilnya belum sesuai harapan					
12.	Saya mudah mengungkapkan pendapat saya kepada orang lain					
14.	Saya siap untuk menjadi penengah (pendamai) jika terjadi perselisihan antara teman-teman saya					
15.	Saya merasa percaya diri dengan kemampuan yang saya miliki dan siap menghadapi tantangan					
16.	Saya merasa dapat memberikan kontribusi positif di lingkungan sekolah dan keluarga					
17.	Saya tertarik mengikuti kegiatan sekolah yang mendukung pengembangan diri saya					
18.	Saya merasa senang saat terlibat dalam kegiatan ekstrakurikuler					
19.	Saya aktif berpartisipasi dalam kegiatan sekolah yang saya minati					
20.	Saya berusaha untuk melaksanakan sholat dengan penuh kesadaran					

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

21.	Saya berdoa sebelum mengambil keputusan penting atau memulai suatu aktivitas					
22.	Saya menerapkan nilai-nilai agama dalam kehidupan sehari-hari					
23.	Saya merasa nyaman saat berpakaian sesuai tuntunan agama					
24.	Saya berusaha untuk selalu berbicara dengan kata-kata yang baik dan sopan terhadap teman					
25.	Saya merasa lebih tenang setelah menjalankan ibadah sesuai ajaran agama saya					



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Angket Variabel X2
(Coping Stress)

NO	PERNYATAAN	SL	SR	KK	JR	TP
1.	Saya meminta bantuan dari guru, keluarga, atau teman ketika menghadapi kesulitan dalam memahami pelajaran atau mengerjakan tugas sekolah					
2.	Saya berbicara dengan guru BK untuk mencari solusi masalah saya					
3.	Saya membutuhkan dukungan orang lain saat merasa terpuruk					
4.	Saya berbicara langsung dengan orang yang terkait untuk menyelesaikan masalah					
5.	Saya berani menyampaikan pendapat atau saran jika melihat sesuatu yang tidak adil agar situasinya bisa menjadi lebih baik					
6.	Saya tetap teguh dengan pendirian saat menghadapi tekanan					
7.	Saya segera melakukan tindakan untuk menyelesaikan masalah yang saya hadapi					
8.	Saya menyelesaikan tugas-tugas yang tertunda untuk mengatasi masalah akademik					
9.	Saya mencari cara alternatif jika satu solusi tidak berhasil dalam menyelesaikan masalah					
10.	Saya menyusun strategi untuk mengatasi kesulitan belajar					
11.	Saya menyelesaikan masalah secara bertahap					
12.	Saya berpikir keras untuk memecahkan masalah					
13.	Saya tetap tenang saat menghadapi situasi sulit					
14.	Saya berusaha mengendalikan emosi saya meskipun sedang menghadapi banyak masalah					
15.	Saya mencari cara alternatif jika satu solusi tidak berhasil dalam menyelesaikan masalah					
16.	Saya terlibat dalam hobi atau aktivitas lain untuk mengalihkan pikiran dari masalah					
17.	Saya memanfaatkan humor, seperti bercanda atau menonton sesuatu yang lucu sebagai cara untuk mengurangi stres					
18.	Jika ada orang yang membuat saya tertekan, saya mencoba untuk menjaga jarak dengan mereka					
19.	Saya percaya bahwa segala sesuatu yang					



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

terjadi memiliki alasan tertentu, dan saya berusaha menerima keadaan dengan lapang dada					
20. Saya tidak menyalahkan orang lain ketika menghadapi kesulitan, saya bertanggung jawab atas perbuatan saya					
21. Saya merasa mampu menyesuaikan diri dengan situasi sulit yang saya hadapi tanpa merasa terbebani					
22. Saya menunda menyelesaikan masalah yang membuat saya stres					
23. Saya membayangkan hal-hal positif atau masa depan yang lebih baik untuk mengurangi stres					
24. Saya lebih memilih untuk diam dan tidak membicarakan masalah yang saya hadapi					
25. Saya mengalihkan perhatian saya ke hal lain saat sedang mengalami masalah					
26. Saya mengabaikan masalah yang saya hadapi untuk sementara waktu.					
27. Saya berusaha mengambil hikmah atau pelajaran positif dari situasi yang menyebabkan stres					
28. Saya berpikir positif saat menangani masalah					
29. Saya berdoa ketika merasa stres untuk mendapatkan ketenangan					
30. Saya beribadah untuk merasa lebih tenang saat menghadapi stres					

© H. K. Kim et al.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

[illegible]

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau..

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

[illegible]

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

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

HASIL SPSS Uji Reliabilitas Variabel X1

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.902	25

HASIL SPSS Uji Reliabilitas Variabel X2

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.875	30



LAMPIRAN 2 (SURAT IZIN PRA RISET)

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Hak Cipta Milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PASCASARJANA
كلية الدراسات العليا
THE GRADUATE PROGRAMME
Alamat : Jl. KH. Ahmad Dahlan No. 94 Pekanbaru 28129 Po.BOX. 1004
Phone & Fax (0761) 858832. Website: <https://pasca.uin-suaska.ac.id>. Email : pasca@uin-suaska.ac.id.

Nomor : B-3367/Un.04/Ps/HM.01/08/2024
Lamp. :-
Hal : Izin Melakukan Kegiatan Riset Tesis/Disertasi

Pekanbaru, 30 Agustus 2024

Kepada
Yth. Kepala Sekolah SMA N 11 Pekanbaru
Pekanbaru

Dengan hormat, dalam rangka penulisan tesis/disertasi, maka dimohon kesediaan Bapak/Ibu untuk mengizinkan mahasiswa yang tersebut di bawah ini:

Nama	: Alya Mardatillah. B
NIM	: 22390124911
Program Studi	: Pendidikan Agama Islam S2
Semester/Tahun	: III (Tiga) / 2024
Judul Tesis/Disertasi	: Pengaruh Kesehatan Mental dan Coping Stres Siswa Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Agama Islam Di SMA N 11 Pekanbaru.

untuk melakukan penelitian sekaligus pengumpulan data dan informasi yang diperlukannya dari SMA N 11 PEKANBARU

Waktu Penelitian: 3 Bulan (30 Agustus 2024 s.d 30 November 2024)

Demikian disampaikan, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.



Wassalam
Direktur,

Prof. Dr. H. Ilyas Husti, MA
NIP. 19611230 198903 100 2

Tembusan:
Yth. Rektor UIN Suska Riau

UIN SUSKA RIAU



LAMPIRAN 3 (SURAT IZIN RISET DARI KAMPUS)

hak Cipta Dilindungi Undang-Undang



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PASCASARJANA
كلية الدراسات العليا
THE GRADUATE PROGRAMME

Alamat : Jl. KH. Ahmad Dahlan No. 94 Pekanbaru 28129 P.O. BOX 1004
Phone & Fax (0761) 858832 Website: <https://pasca.uin-suska.ac.id> Email: pasca@uin-suska.ac.id

Nomor : B-3889/Un.04/PS/HM.01/10/2024
Lamp. :
Hal : Izin Melakukan Kegiatan Riset Tesis/Disertasi

Pekanbaru, 22 Oktober 2024

Kepada
Yth. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu
Satu Pintu Prov. Riau
Pekanbaru

Dengan hormat, dalam rangka penulisan tesis/disertasi, maka dimohon kesediaan Bapak/Ibu untuk mengizinkan mahasiswa yang tersebut di bawah ini:

Nama	: ALYA MARDATILLAH. B
NIM	: 22390124911
Program Studi	: Pendidikan Agama Islam S2
Semester/Tahun	: III (Tiga) / 2024
Judul Tesis/Disertasi	: Pengaruh Kesehatan Mental Dan Coping Stress Siswa Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di Sekolah Menengah Atas Negeri 11 Pekanbaru

untuk melakukan penelitian sekaligus pengumpulan data dan informasi yang diperlukannya dari SMA Negeri 11 Pekanbaru

Waktu Penelitian: 3 Bulan (22 Oktober 2024 s.d 22 Januari 2025)

Demikian disampaikan, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Wasalam
Direktur,

Prof. Dr. H. Ilyas Husti, MA
NIP. 19611230 198903 100 2

Tembusan:
Yth. Rektor UIN Suska Riau

UIN SUSKA RIAU

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



LAMPIRAN 4 (SURAT IZIN RISET DARI DINAS PENDIDIKAN)

Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



PEMERINTAH PROVINSI RIAU DINAS PENDIDIKAN

JL. CUT NYAK DIEN NO. 3 TELP. (0761) 22552 / 21553
PEKANBARU

Pekanbaru, 12 0 NOV 2024

Nomor : 400 3.11.2/Disdik/1.3/2024/ 18663
Sifat : Biasa
Lampiran :
Hal : Izin Riset / Penelitian

Yth. Kepala SMA Negeri 11 Pekanbaru

di-
Tempat

Berkenaan dengan Surat Rekomendasi dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau Nomor : 503/DPMTSP/NON IZIN-RISET/70145 Tanggal 13 November 2024 Perihal Pelaksanaan Izin Riset, dengan ini disampaikan bahwa:

Nama : ALYA MARDATILLAH. B
NIM/KTP : 22390124911
Program Studi : PENDIDIKAN AGAMA ISLAM
Konsentrasi : PENDIDIKAN AGAMA ISLAM
Jenjang : S2
Judul Penelitian : PENGARUH KESEHATAN MENTAL DAN COPING STRESS SISWA TERHADAP HASIL BELAJAR SISWA PADA MATA PELAJARAN PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 11 PEKANBARU
Lokasi Penelitian : SMA NEGERI 11 PEKANBARU

Dengan ini disampaikan hal-hal sebagai berikut :

1. Untuk dapat memberikan yang bersangkutan berbagai informasi dan data yang diperlukan untuk penelitian.
2. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan dan memaksakan kehendak yang tidak ada hubungan dengan kegiatan ini.
3. Adapun Surat Izin Penelitian ini berlangsung selama 6 (enam) bulan terhitung mulai tanggal rekomendasi ini dibuat.

Demikian disampaikan, atas perhatian diucapkan terima kasih.

Pt. KEPALA DINAS PENDIDIKAN
PROVINSI RIAU

EDI RUSMA DINATA, S.Pd, M.Pd
Pembina Tingkat I (IV/b)
NIP. 19720822 199702 1 001

Tembusan,
Direktur Program Pascasarjana UIN Suska Riau di Pekanbaru

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



LAMPIRAN 5 (SURAT BALASAN TELAH MENYELESAIKAN PENELITIAN DARI SMA NEGERI 11 PEKANBARU)

1. Diilindungi Undang-Undang
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

PEMERINTAH PROVINSI RIAU
DINAS PENDIDIKAN
SMA NEGERI 11 PEKANBARU
AKREDITASI : A

Alamat : Jl. Sepat No 40, Kel. Rejosari, Kec. Tenayan Raya - Kota Pekanbaru
NPSN 10404010 telp : (0761) 8407915 - Pos 28281 - Email : sma.negeri.11.pekanbaru@gmail.com



SURAT KETERANGAN

No : 423.4/SMAN.11/MB/II/0078

Kepala Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 11 Pekanbaru Kota Pekanbaru,
dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : **ALYA MARDATILLAH. B**
NIM : 22390124911
Program Studi : Pendidikan Agama Islam

Benar telah mengadakan Riset / Penelitian dan Pengambilan data dalam rangka penyusunan Tesis atau Tugas Akhir Program S2 atas nama yang bersangkutan dengan judul **"Pengaruh Kesehatan Mental dan Coping Stress Siswa Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di Sekolah Menengah Atas Negeri 11 Pekanbaru"**, sesuai dengan Rekomendasi dari Dinas Pendidikan Provinsi Riau dengan Nomor : 400.3.11.2/Disdik/1.3/2024/18663

Demikianlah Surat Keterangan ini kami buat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Pekanbaru, 4 Februari 2025

KEPALA SMA NEGERI 11 PEKANBARU



EDI ISNANTO, S. Pd., M. Pd
(Pembina Tk. I / IVb)
NIP. 19780929 200604 1 012

UIN SUSKA RIAU



LAMPIRAN 6 (SERTIFIKAT TOEFL)

Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
 - a. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - b. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - c. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU



LAMPIRAN 7 (SERTIFIKAT TOAFL)

1. Hak cipta milik UIN Suska Riau
 - a. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - b. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - c. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





LAMPIRAN 8 (KARTU KONTROL BIMBINGAN)

KARTU KONTROL KONSULTASI
BIMBINGAN TESIS / DISERTASI MAHASISWA

NAMA : Alya Mardanih B
NIM : 22390124911
PROGRAM STUDI : Pendidikan Agama Islam
KONSENTRASI : Pendidikan Agama Islam
PEMBIMBING I / PROMOTOR : Prof. Dr. Zaitun, M. Ag
PEMBIMBING II / CO PROMOTOR : Dr. Mashuri, M. Psi
JUDUL TESIS/DISERTASI : Pengaruh Eksistensi Media dan Coping Stress Siswa Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran PAI di SMA Negeri 11 Pekanbaru

PASCASARJANA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM RIAU

KONTROL KONSULTASI BIMBINGAN TESIS / DISERTASI

No	Tanggal Kunjungan	Nama Pembimbing / Promotor	Tanda Tangan / Stempel	Keterangan
1	09/11/14	Pembimbing Promotor	[Signature]	
2	01/11/14	Pembimbing Promotor	[Signature]	
3	01/09/15	Pembimbing Promotor	[Signature]	
4				
5				
6				

KONTROL KONSULTASI BIMBINGAN TESIS / DISERTASI

No	Tanggal Kunjungan	Nama Pembimbing / Promotor	Tanda Tangan / Stempel	Keterangan
1	01/11/14	Pembimbing Promotor	[Signature]	
2	01/11/14	Pembimbing Promotor	[Signature]	
3	01/09/15	Pembimbing Promotor	[Signature]	
4	01/09/15	Pembimbing Promotor	[Signature]	
5	01/09/15	Pembimbing Promotor	[Signature]	
6	01/09/15	Pembimbing Promotor	[Signature]	

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Hak cipta milik UIN Suska Riau
2. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
3. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DOKUMENTASI PENELITIAN

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





BIODATA PENULIS

Nama : Alya Mardatillah. B
Tempat/Tgl. Lahir: Pekanbaru/ 19 Agustus 2001
Pekerjaan : Mahasiswa
Alamat Rumah : Jl. Amanah, No. 05
No.Telp/HP : 085272730518
Nama Orang Tua : Bakri, ST (Ayah)
Misfadillah, S. Ag (Ibu)

RIWAYAT PENDIDIKAN:

SD : SDN 61 Pekanbaru Lulus Tahun 2013
SLTP : MTsN 1 Pekanbaru Lulus Tahun 2016
SLTA : MAN 2 Pekanbaru Lulus Tahun 2019
(S.1) : Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Lulus
Tahun 2023

RIWAYAT PEKERJAAN

- a. THL Dinas Pekerjaan Umum dan Penataan Ruang Kota Pekanbaru
- b. Guru MDTA Amaliyah

PENGALAMAN ORGANISASI

1. Pramuka MAN 2 Pekanbaru
2. HMPS PAI UIN Suska Riau

KARYA ILMIAH

1. Pemikiran Pendidikan Masa Bani Umayyah (661-750 M), Innovative: Journal Of Social Science Research, Tahun 2024.
2. Ayat-Ayat Kauniah dan Qur'aniyah dalam Perspektif Epistemologi Ilmu, LANCAH: Jurnal Inovasi dan Tren, Tahun 2024.



UIN SUSKA RIAU

3. Pengaruh Keharmonisan Keluarga terhadap Motivasi Belajar Siswa dalam Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Pekanbaru, Al-Ihda': Jurnal Pendidikan dan Pemikiran, Tahun 2024.
- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
- a. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - b. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - c. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PASCASARJANA
كلية الدراسات العليا
THE GRADUATE PROGRAMME

Alamat : Jl. KH. Ahmad Dahlan No. 94 Pekanbaru 28129 Po.BOX. 1004
Phone & Fax (0761) 858832. Website: <https://pasca.uin-suaska.ac.id>. Email : pasca@uin-suaska.ac.id.

Nomor : B-3889/Un.04/Ps/HM.01/10/2024
Lamp. : -
Hal : Izin Melakukan Kegiatan Riset Tesis/Disertasi

Pekanbaru, 22 Oktober 2024

Kepada
Yth. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu
Satu Pintu Prov. Riau
Pekanbaru

Dengan hormat, dalam rangka penulisan tesis/disertasi, maka dimohon kesediaan Bapak/Ibu untuk mengizinkan mahasiswa yang tersebut di bawah ini:

Nama	: ALYA MARDATILLAH. B
NIM	: 22390124911
Program Studi	: Pendidikan Agama Islam S2
Semester/Tahun	: III (Tiga) / 2024
Judul Tesis/Disertasi	: Pengaruh Kesehatan Mental Dan Coping Stress Siswa Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di Sekolah Menengah Atas Negeri 11 Pekanbaru

untuk melakukan penelitian sekaligus pengumpulan data dan informasi yang diperlukannya dari SMA Negeri 11 Pekanbaru

Waktu Penelitian: 3 Bulan (22 Oktober 2024 s.d 22 Januari 2025)

Demikian disampaikan, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Wasalam
Direktur,

Prof. Dr. H. Ilyas Husti, MA
NIP. 19611230 198903 100 2

Tembusan:
Yth. Rektor UIN Suska Riau

3. Dilindungi Undang-Undang

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



PEMERINTAH PROVINSI RIAU DINAS PENDIDIKAN

JL. CUT NYAK DIEN NO. 3 TELP. (0761) 22552 / 21553
PEKANBARU

Pekanbaru, 20 NOV 2024

Nomor 400.3.11.2/Disdik/1.3/2024/ 10003
Sifat Biasa
Lampiran
Hal Izin Riset / Penelitian
Yth. Kepala SMA Negeri 11 Pekanbaru

Tempat

Berkenaan dengan Surat Rekomendasi dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau Nomor : 503/DPMPSTP/NON IZIN-RISET/70145 Tanggal 13 November 2024 Perihal Pelaksanaan Izin Riset, dengan ini disampaikan bahwa:

Nama : **ALYA MARDATILLAH. B**
NIM/KTP : 22390124911
Program Studi : **PENDIDIKAN AGAMA ISLAM**
Konsentrasi : **PENDIDIKAN AGAMA ISLAM**
Jenjang : **S2**
Judul Penelitian : **PENGARUH KESEHATAN MENTAL DAN COPING STRESS SISWA TERHADAP HASIL BELAJAR SISWA PADA MATA PELAJARAN PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 11 PEKANBARU**
Lokasi Penelitian : **SMA NEGERI 11 PEKANBARU**

Dengan ini disampaikan hal-hal sebagai berikut :

1. Untuk dapat memberikan yang bersangkutan berbagai informasi dan data yang diperlukan untuk penelitian.
2. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan dan memaksakan kehendak yang tidak ada hubungan dengan kegiatan ini.
3. Adapun Surat Izin Penelitian ini berlangsung selama 6 (enam) bulan terhitung mulai tanggal rekomendasi ini dibuat.

Demikian disampaikan, atas perhatian diucapkan terima kasih.

Pt.KEPALA DINAS PENDIDIKAN
PROVINSI RIAU

EDI RUSMA DINATA, S.Pd,M.Pd
Pembina Tingkat I (IV/b)
NIP. 19720822 199702 1 001

Tembusan:
Direktur Program Pascasarjana UIN Suska Riau di Pekanbaru

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Dilarang menyalin atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.



PEMERINTAH PROVINSI RIAU
DINAS PENDIDIKAN
SMA NEGERI 11 PEKANBARU
AKREDITASI : A



Alamat : JL.Segar No.40, Kel. Rejosari, Kec. Tenayan Raya - Kota Pekanbaru

NPSN : 10404010 Telp : (0761) 8407915 - Pos 28281 - Email : sma.negeri.11.pekanbaru@gmail.com

SURAT KETERANGAN

No : 423.4/SMAN.11/MB/II/0078

Kepala Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 11 Pekanbaru Kota Pekanbaru,
dengan ini menerangkan bahwa:

N a m a : **ALYA MARDATILLAH. B**
N I M : 22390124911
Program Studi : Pendidikan Agama Islam

Benar telah mengadakan Riset / Penelitian dan Pengambilan data dalam rangka penyusunan Tesis atau Tugas Akhir Program S2 atas nama yang bersangkutan dengan judul **"Pengaruh Kesehatan Mental dan Coping Stress Siswa Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di Sekolah Menengah Atas Negeri 11 Pekanbaru"**, sesuai dengan Rekomendasi dari Dinas Pendidikan Provinsi Riau dengan Nomor : 400.3.11.2/Disdik/1.3/2024/18663

Demikianlah Surat Keterangan ini kami buat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Pekanbaru, 4 Februari 2025
KEPALA SMA NEGERI 11 PEKANBARU



EDI ISNANTO, S. Pd., M. Pd
(Pembina Tk. I / IVb)
NIP. 19780929 200604 1 012

Hak cipta milik UIN Suska Riau
Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

KARTU KONTROL KONSULTASI

BIMBINGAN TESIS / DISERTASI MAHASISWA

NAMA	Alya Mardiah B
NIM	22390124911
PROGRAM STUDI	Pendidikan Agama Islam
KONSENTRASI	Pendidikan Agama Islam
PEMBIMBING I / PROMOTOR	Prof. Dr. Zaitun M. Ag
PEMBIMBING II / CO PROMOTOR	Dr. Mashuri, M. Psi
JUDUL TESIS/DISERTASI	Pengaruh Fesahatan Media dan Coping Stress Siswa Terhadap Hasil Belajar siswa Pada Mata Pelajaran PAI di IMA Negeri 1 Pekanbaru

PASCASARJANA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM RIAU

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

KONTROL KONSULTASI BIMBINGAN TESIS / DISERTASI

No.	Tanggal Konsultasi	Materi Pembimbing / Promotor *	Pembimbing / Promotor *	Keterangan
1.	09/11/24	Bimbingan Angket Penelitian		
2.	02/12/24	Acc Angket Penelitian		
3.	03/03/25	Acc untuk diujikan		
4.				
5.				
6.				

Catatan:

*Coret yang tidak perlu

Pekanbaru, 2025

Pembimbing I / Co Promotor *

No.	Tanggal Konsultasi	Materi Pembimbing / Promotor *	Pembimbing / Promotor *	Keterangan
1.	10/12/24	Bimbingan Angket Penelitian		
2.	18/12/24	Acc Angket Penelitian		
3.	03/02/25	Penulisan, skala penelitian, pembahasan		
4.	20/02/25	Pembahasan ditam- bah kaitan aspek do- minan dengan variabel x yang diteliti		
5.	25/02/25	Abstrak dan saran		
6.	27/02/25	Acc Untuk diuji-an		

Catatan:

*Coret yang tidak perlu

Pekanbaru, 2025

Pembimbing I / Co Promotor *



KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PASCASARJANA
كلية الدراسات العليا
THE GRADUATE PROGRAMME
 Alamat : Jl. KH. Ahmad Dahlan No. 94 Pekanbaru 28129 P.O.BOX. 1004
 Phone & Facs. (0761) 858832, Site : pps.uin-suska.ac.id E-mail : pps@uin-suska.ac.id

KARTU KONTROL MENGIKUTI SEMINAR PROPOSAL / TESIS / DISERTASI
PASCASARJANA UIN SULTAN SYARIF KASIM RIAU

NAMA : Alia Mardatillah.B
 NIM : 22390124911
 PRODI : Pendidikan Agama Islam
 KONSENTRASI : _____

NO	HARI/TGL	JUDUL PROPOSAL / TESIS / DISERTASI	PESERTA UJIAN	PARAF SEKRETARIS
1	Kamis / 13-03-25	Pendidikan Karakter Perspektif Buya Hamka dalam Buku Pribadi Hebat serta Relevansinya dengan Pendidikan Islam Kontemporer	Toni Irawan 22290115780	
2		Pengaruh Penerimaan Pukungan sosial Guru dan Self Efficacy Terhadap Student Engagement Pada Mata Pelajaran Fikih di MAN 2 Kampar	Nadinda Mar. 22390124624	
3		Hubungan Self Regulated Learning dan Pukungan sosial Teman sebaya dengan Kepercayaan diri Mahasiswa UIN suska Riau	Anisa Fitri 22390124690	
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				

Pekanbaru, 13 Maret 2025
 Kaprodi,

Dr. Alwizar, M.Ag
 NIP. 19700422 200312 1 002

- NB 1. Kartu ini dibawa setiap kali mengikuti ujian.
 2. Setiap mahasiswa wajib menghadiri minimal 10 kali seminar proposal Tesis
 3. Sebagai syarat ujian Proposal dan tesis

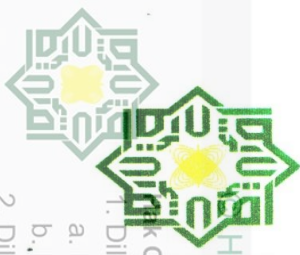
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan harus untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak diperkenankan untuk kepentingan komersial atau keuntungan pribadi.

Cipta Dilindungi Undang-Undang

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PASCASARJANA
كلية الدراسات العليا
THE GRADUATE PROGRAMME
Alamat : Jl. KH. Ahmad Dahlan No. 94 Pekanbaru 28129 PO.BOX. 1004
Phone & Facs. (0761) 858832, Site : pps.uin-suska.ac.id E-mail : pps@uin-suska.ac.id

**KARTU KONTROL MENGIKUTI SEMINAR PROPOSAL / TESIS / DISERTASI
PASCASARJANA UIN SULTAN SYARIF KASIM RIAU**

NAMA : Alya Mardaniyah.B
NIM : 22390124911
PRODI : Pendidikan Agama Islam
KONSENTRASI : _____

NO	HARI/TGL	JUDUL PROPOSAL / TESIS / DISERTASI	PESERTA UJIAN	PARAF SEKRETARIS
1	25-09	Implementasi Pemikiran Fazlur Rahman ter-hadap nilai Pendidikan Islam dalam kurikulum merdeka di MAN 3 Pekanbaru	Ira Oktaria 22390124846	
2		Pengaruh Dukungan sosial Guru dan self Efficacy Terhadap Students Engagement di MAN Kabupaten Kampar	Nadhila Mar-lura 22390124624	
3		Pengaruh Strategi Pembelajaran Peningkatan kemampuan Berpikir (SPPKB) dan Media Wordwall Terhadap Hasil Belajar siswa pada Mata pelajaran Fikih di MA Diniyyah Puteri Pekanbaru	Putri Sakinah 22390124809	

Pekanbaru, 25 September 2024
Kaprodi,

Dr. Alwizar M. Ag
NIP. 19700422 200312 1 002

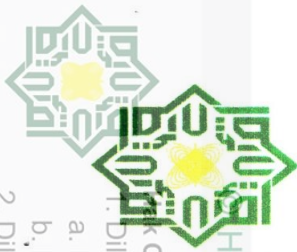
- NB 1. Kartu ini dibawa setiap kali mengikuti ujian.
2. Setiap mahasiswa wajib menghadiri minimal 10 kali seminar proposal Tesis
3. Sebagai syarat ujian Proposal dan tesis

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya atau sebagian karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruhnya atau sebagian karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak diperkenankan untuk diperjualbelikan.

Hak cipta milik UIN Suska Riau



KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PASCASARJANA
كلية الدراسات العليا
THE GRADUATE PROGRAMME

Alamat : Jl. KH. Ahmad Dahlan No. 94 Pekanbaru 28129 P.O.BOX. 1004
Phone & Facs. (0761) 858832, Site : pps.uin-suska.ac.id E-mail : pps@uin-suska.ac.id

**KARTU KONTROL MENGIKUTI SEMINAR PROPOSAL / TESIS / DISERTASI
PASCASARJANA UIN SULTAN SYARIF KASIM RIAU**

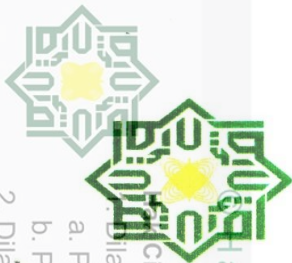
NAMA : Alya Mardatulillah B
NIM : 22390124911
PRODI : Pendidikan Agama Islam
KONSENTRASI : _____

NO	HARI/TGL	JUDUL PROPOSAL / TESIS / DISERTASI	PESERTA UJIAN	PARAF SEKRETARIS
1	Kamis / 26-09-2024	Pengaruh self concept dan Learning style terhadap Hasil Belajar Mata pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 1 Cesa	Nurhasanah Hasibuan 22390124907	<i>[Signature]</i>
		Pengaruh keaktifan dalam program Bina Pribadi Islami (BPI) dan kedisiplinan Beribadah Terhadap Akhlak siswa di SMPIT Al-Ihsan Boarding School Riau	Irma suryani 22390124919	<i>[Signature]</i>
		Pengaruh kecerdasan Emosional dan karakter Religius siswa terhadap Adab Bergaul ke-tama pada Teman sebaya di SMPIT Pekanbaru	M. Surya Pra- 22390114383	<i>[Signature]</i>

Pekanbaru, 26 September 2024
Kaprodi,

[Signature]
Dr. Alwizar, M.Ag
NIP. 19700422 200312 1 002

- NB 1. Kartu ini dibawa setiap kali mengikuti ujian.
2. Setiap mahasiswa wajib menghadiri minimal 10 kali seminar proposal Tesis
3. Sebagai syarat ujian Proposal dan tesis



KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PASCASARJANA
كلية الدراسات العليا
THE GRADUATE PROGRAMME
 Alamat : Jl. KH. Ahmad Dahlan No. 94 Pekanbaru 28129 P.O.BOX. 1004
 Phone & Facs. (0761) 858832, Site : pps.uin-suska.ac.id E-mail : pps@uin-suska.ac.id

KARTU KONTROL MENGIKUTI SEMINAR PROPOSAL / TESIS / DISERTASI
PASCASARJANA UIN SULTAN SYARIF KASIM RIAU

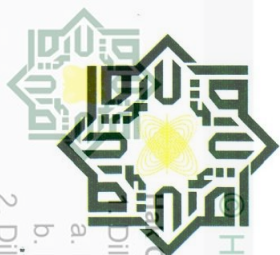
NAMA : Alya Mardatiilah . B
 NIM : 22390124911
 PRODI : Pendidikan Agama Islam
 KONSENTRASI : _____

NO	HARI/TGL	JUDUL PROPOSAL / TESIS / DISERTASI	PESERTA UJIAN	PARAF SEKRETARIS
1	Senin / 09-12-20	Perspektif Azyumardi Azra Tentang Modernisasi Pendidikan Islam di Tengah Tantangan Milenium lii	Syahrul Azmi	
2		Pengaruh Penerapan Technological Pedagogical Content Knowledge (TPACK) dan Somatic Auditory Visual Intellectual (SAVI) Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran SKI di MA Cendekia Bangsa Pekanbaru	Rezzi Yanti Naimah	
3		Pengaruh Religiusitas dan Resiliensi Akademik Terhadap Pemecatan Akademik Mahasiswa Magister PAI Pascasarjana UIN Sultan Syarif Kasim Riau	Riti Ike Riti	

Pekanbaru, 20
 Kaprodi,

Dr. Alwizar M. Ag
 NIP. 19700422 200312 1 002

- NB** 1. Kartu ini dibawa setiap kali mengikuti ujian.
 2. Setiap mahasiswa wajib menghadiri minimal 10 kali seminar proposal Tesis
 3. Sebagai syarat ujian Proposal dan tesis



KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PASCASARJANA
كلية الدراسات العليا
THE GRADUATE PROGRAMME

Alamat : Jl. KH. Ahmad Dahlan No. 94 Pekanbaru 28129 PO.BOX. 1004
 Phone & Facs, (0761) 858832, Website: <https://pasca.uin-suska.ac.id> Email : pasca@uin-suska.ac.id

KARTU KONTROL MENGIKUTI SEMINAR PROPOSAL / TESIS / DISERTASI
PASCASARJANA UIN SULTAN SYARIF KASIM RIAU

NAMA : Alia Mardiatillah.B
 NIM : 22390124911
 PRODI : Pendidikan Agama Islam
 KONSENTRASI : _____

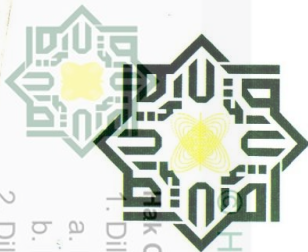
NO	HARI/TGL	JUDUL PROPOSAL / TESIS / DISERTASI	PESERTA UJIAN	PARAF SEKRETARIS
1	Senin / 25-11-24	Adab Menuntut Ilmu dalam kitab Washaya Al- Aba' Lilabna karya syaikh Muhammad Syair dan relevansinya dengan nilai? Pendidikan karakter dalam kurikulum Merdeka	Adek Saputra harahap	
2		Studi komparatif kemampuan santri memahami mi Fathul qarib antara pembelajaran menggunakan aksara arab Pegon dan sorogan arab gundul di Pondok Pesantren Hidayatullah Mubtadi'in kampar	Muhammad Najih	
3		Pengaruh Penerapan Metode Peer Teaching Terhadap keaktifan dan Motivasi Belajar Pendidikan Agama Islam SMPN Pekanbaru	Muhammad Firdaus	

Pekanbaru, 20
 Kaprodi,

Dr. Alwizar M.Ag
 NIP. 19700422 200312 1 002

2. Dilarang mengumunkan dan menerbitkan sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
 b. Pengutipan tidak diperkenankan dengan cara yang tidak jujur.
 a. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 Dianggap melanggar Undang-Undang Hak Cipta milik UIN Suska Riau

- NB 1.** Kartu ini dibawa setiap kali mengikuti ujian.
2. Setiap mahasiswa wajib menghadiri minimal 10 kali seminar proposal Tesis
3. Sebagai syarat ujian Proposal dan tesis



KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PASCASARJANA
كلية الدراسات العليا
THE GRADUATE PROGRAMME

Alamat : Jl. KH. Ahmad Dahlan No. 94 Pekanbaru 28129 PO.BOX. 1004
 Phone & Facs, (0761) 858832, Website: <https://pasca.uin-suska.ac.id> Email : pasca@uin-suska.ac.id

KARTU KONTROL MENGIKUTI SEMINAR PROPOSAL / TESIS / DISERTASI
PASCASARJANA UIN SULTAN SYARIF KASIM RIAU

NAMA : Alya Mardatulillah.B
 NIM : 22390124911
 PRODI : Pendidikan Agama Islam
 KONSENTRASI : _____

NO	HARI/TGL	JUDUL PROPOSAL / TESIS / DISERTASI	PESERTA UJIAN	PARAF SEKRETARIS
1.	Semin/02-12-24	Pengaruh kompetensi pedagogik dan Pembelajaran Berdiferensiasi Terhadap Hasil Belajar siswa di MAN 1 Pekanbaru	Zuhri	<i>[Signature]</i>
2.		Pengaruh Penerapan Model Pembelajaran Problem Based Learning Terhadap Kemampuan Berpikir Kreatif dan Berpikir kritis pada Pembelajaran PAI di IMAM 3 Bengkalis	M. Khatib Artafiq	<i>[Signature]</i>
3.		Pengaruh Penerapan strategi Tutor sebaya Terhadap Hasil Belajar PAI berdasarkan Kepercayaan diri pada siswa UPT SMPN di Kabupaten Kampar	Jannata Anhar	<i>[Signature]</i>

Pekanbaru,
 Kaprodi,

20

[Signature]
 Dr. Alwizar, M.Ag

NIP. 197004221200312 1 002

- NB**
- Kartu ini dibawa setiap kali mengikuti ujian.
 - Setiap mahasiswa wajib menghadiri minimal 10 kali seminar proposal Tesis
 - Sebagai syarat ujian Proposal dan tesis

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Dilarang mengutip sebagai acuan atau seluruhnya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.

a. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak mengaitkan tanggung jawab UIN Suska Riau.



KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PASCASARJANA
كلية الدراسات العليا
THE GRADUATE PROGRAMME
Alamat : Jl. KH. Ahmad Dahlan No. 94 Pekanbaru 28129 PO.BOX. 1004
Phone & Facs, (0761) 858832, Site : pps.uin-suska.ac.id E-mail : pps@uin-suska.ac.id

**KARTU KONTROL MENGIKUTI SEMINAR PROPOSAL / TESIS / DISERTASI
PASCASARJANA UIN SULTAN SYARIF KASIM RIAU**

NAMA : Alya Mardatiyah .B
NIM : 2290124911
PRODI : Pendidikan Agama Islam
KONSENTRASI : _____

NO	HARI/TGL	JUDUL PROPOSAL / TESIS / DISERTASI	PESERTA UJIAN	PARAF SEKRETARIS
1		Internatisasi nilai-nilai Washatiyah dalam	Pewi Rahmawati	
2		dunia Pendidikan di Pondok Pesantren SMP	22290125168	
3		Babursalam Pekanbaru		
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				

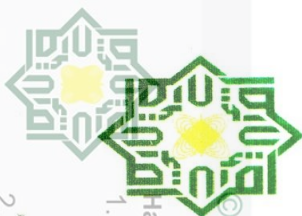
Pekanbaru,
Kaprodi,

20

Dr. Arwizar, M.Ag
NIP. 19700422200312 1 002

- NB 1. Kartu ini dibawa setiap kali mengikuti ujian.
2. Setiap mahasiswa wajib menghadiri minimal 5 kali seminar proposal Tesis
3. Sebagai syarat ujian Proposal dan tesis

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis inisiatif tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.
a. Pengutipan harus untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak diperkenankan untuk kepentingan komersial atau keuntungan pribadi.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PASCASARJANA
كلية الدراسات العليا
THE GRADUATE PROGRAMME
 Alamat : Jl. KH. Ahmad Dahlan No. 94 Pekanbaru 28129 P.O.BOX. 1004
 Phone & Facs. (0761) 858832, Site : pps.uin-suska.ac.id E-mail : pps@uin-suska.ac.id

KARTU KONTROL MENGIKUTI SEMINAR PROPOSAL / TESIS / DISERTASI
PASCASARJANA UIN SULTAN SYARIF KASIM RIAU

NAMA : Alya Mardatiilah.B
 NIM : 22390124911
 PRODI : Pendidikan Agama Islam
 KONSENTRASI : _____

NO	HARI/TGL	JUDUL PROPOSAL / TESIS / DISERTASI	PESERTA UJIAN	PARAF SEKRETARIS
1		Sikap wara menurut ilmu menurut Az-	Marisa Hanum	
2		Zarwaji dalam kitab ta'lim muta'allim dan	Harahap	
3		Relevansinya dengan sikap Peserta didik		
4		masa sekarang		
5				
6	Kamis / 13-06-24	Pengaruh PAI dalam keluarga dan self control	Ariza	
7		terhadap ahlak siswa di sekolah menengah	22290124590	
8		Pertama Negeri Kecamatan Tuah Madani Pekanbaru		
9		baru		
10				
11		Pengaruh Penggunaan Metode Drill and Practice	Siti Nurhidani	
12		Terhadap minat dan hasil PAI siswa SMAN	22290125777	
13		1 Bangkincing Kota		
14				
15				

Pekanbaru,
 Kaprodi,

20

Dr. Alwizar, M.Ag
 NIP. 19700422 200312 1 002

NB 1. Kartu ini dibawa setiap kali mengikuti ujian.

2. Setiap mahasiswa wajib menghadiri minimal 5 kali seminar proposal Tesis

3. Sebagai syarat ujian Proposal dan tesis

2. Dilarang mengemukakan dan memperbarik, sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan harus mencantumkan kepengantar, penelaah, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan harus mengikatkan kepengantar, penelaah, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

c. Pengutipan harus mengikatkan kepengantar, penelaah, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

d. Pengutipan harus mengikatkan kepengantar, penelaah, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

e. Pengutipan harus mengikatkan kepengantar, penelaah, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

f. Pengutipan harus mengikatkan kepengantar, penelaah, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

g. Pengutipan harus mengikatkan kepengantar, penelaah, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

h. Pengutipan harus mengikatkan kepengantar, penelaah, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

i. Pengutipan harus mengikatkan kepengantar, penelaah, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

j. Pengutipan harus mengikatkan kepengantar, penelaah, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

k. Pengutipan harus mengikatkan kepengantar, penelaah, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

l. Pengutipan harus mengikatkan kepengantar, penelaah, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

m. Pengutipan harus mengikatkan kepengantar, penelaah, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

n. Pengutipan harus mengikatkan kepengantar, penelaah, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

o. Pengutipan harus mengikatkan kepengantar, penelaah, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

p. Pengutipan harus mengikatkan kepengantar, penelaah, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

q. Pengutipan harus mengikatkan kepengantar, penelaah, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

r. Pengutipan harus mengikatkan kepengantar, penelaah, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

s. Pengutipan harus mengikatkan kepengantar, penelaah, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

t. Pengutipan harus mengikatkan kepengantar, penelaah, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

u. Pengutipan harus mengikatkan kepengantar, penelaah, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

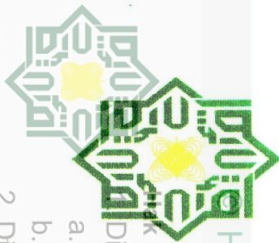
v. Pengutipan harus mengikatkan kepengantar, penelaah, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

w. Pengutipan harus mengikatkan kepengantar, penelaah, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

x. Pengutipan harus mengikatkan kepengantar, penelaah, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

y. Pengutipan harus mengikatkan kepengantar, penelaah, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

z. Pengutipan harus mengikatkan kepengantar, penelaah, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.



KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PASCASARJANA
كلية الدراسات العليا
THE GRADUATE PROGRAMME
 Alamat : Jl. KH. Ahmad Dahlan No. 94 Pekanbaru 28129 P.O.BOX. 1004
 Phone & Facs, (0761) 858832, Site : pps.uin-suska.ac.id E-mail : pps@uin-suska.ac.id

KARTU KONTROL MENGIKUTI SEMINAR PROPOSAL / TESIS / DISERTASI
PASCASARJANA UIN SULTAN SYARIF KASIM RIAU

NAMA : Alya Mardatillah.B
 NIM : 22390124911
 PRODI : Pendidikan Agama Islam
 KONSENTRASI : _____

NO	HARI/TGL	JUDUL PROPOSAL / TESIS / DISERTASI	PESERTA UJIAN	PARAF SEKRETARIS
1	11-03-25	Pengaruh keaktifan dalam Program Bina Pribadi Islami dan Disiplin Beribadah Terhadap Akhlak siswa SMP Islam Terpadu Bording School Pidie	Irma Nuryani 22390124019	
2		Problematika Implementasi Kurikulum Merdeka Pada Mata Pelajaran Fiqih di MI 02 Pekanbaru	Ahmad Ralihin 22290115053	
3		Pengembangan Bahan Ajar Interaktif dengan Media Berbasis Website Google Sites pada Mata Pelajaran Sejarah Kebudayaan Islam di Madrasah Aliyah	Siti Maulikha Adutrin 22390124797	
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				

Pekanbaru,
 Kaprodi,

Dr. Alwizar, M.Ag
 NIP. 19700422 200312 1 002

20

- NB 1.** Kartu ini dibawa setiap kali mengikuti ujian.
2. Setiap mahasiswa wajib menghadiri minimal 10 kali seminar proposal Tesis
3. Sebagai syarat ujian Proposal dan tesis



PEMERINTAH PROVINSI RIAU
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU

Gedung Menara Lancang Kuning Lantai I dan II Komp. Kantor Gubernur Riau
Jl. Jend. Sudirman No. 460 Telp. (0761) 39064 Fax. (0761) 39117 **PEKANBARU**
Email : dpmptsp@riau.go.id

REKOMENDASI

Nomor : 503/DPMPTSP/NON IZIN-RISET/70145
T E N T A N G

**PELAKSANAAN KEGIATAN RISET/PRA RISET
DAN PENGUMPULAN DATA UNTUK BAHAN TESIS**



1.04.02.01

Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau, setelah membaca Surat
Permohonan Riset dari : **Direktur Program Pascasarjana UIN Suska Riau, Nomor :
B-3889/Un.04/Ps/HM.01/10/2024 Tanggal 22 Oktober 2024**, dengan ini memberikan rekomendasi kepada:

- | | | |
|----------------------|---|--|
| 1. Nama | : | ALYA MARDATILLAH. B |
| 2. NIM / KTP | : | 22390124911 |
| 3. Program Studi | : | PENDIDIKAN AGAMA ISLAM |
| 4. Konsentrasi | : | PENDIDIKAN AGAMA ISLAM |
| 5. Jenjang | : | S2 |
| 6. Judul Penelitian | : | PENGARUH KESEHATAN MENTAL DAN COPING STRESS SISWA TERHADAP
HASIL BELAJAR SISWA PADA MATA PELAJARAN PENDIDIKAN AGAMA ISLAM
DI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 11 PEKANBARU |
| 7. Lokasi Penelitian | : | SMA NEGERI 11 PEKANBARU |

Dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan.
2. Pelaksanaan Kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data ini berlangsung selama 6 (enam) bulan terhitung mulai tanggal rekomendasi ini diterbitkan.
3. Kepada pihak yang terkait diharapkan dapat memberikan kemudahan serta membantu kelancaran kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data dimaksud.

Demikian rekomendasi ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya.

Dibuat di : Pekanbaru
Pada Tanggal : 13 November 2024



Ditandatangani Secara Elektronik Melalui :
Sistem Informasi Manajemen Pelayanan (SIMPEL)

**DINAS PENANAMAN MODAL DAN
PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
PROVINSI RIAU**

Tembusan :

Disampaikan Kepada Yth :

1. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Riau di Pekanbaru
2. Kepala Dinas Pendidikan Provinsi Riau di Pekanbaru
3. Direktur Program Pascasarjana UIN Suska Riau di Pekanbaru
4. Yang Bersangkutan

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa menyebutkan dan menyebutkan sumber.

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.



State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Certificate Number: 290/GLC/EPT/XII/2024

ENGLISH PROFICIENCY TEST[®]

CERTIFICATE OF ACHIEVEMENT

This is to certify that

Name : Alya Mardatillah. B
 ID Number : 1471105908010021
 Test Date : 01-12-2024
 Expired Date : 01-12-2026

achieved the following scores:

Listening Comprehension : 50
 Structure and Written Expression : 42
 Reading Comprehension : 46
 Total : 460



Lirpati Marfa Kalisah, M. Pd
Global Languages Course Director



Izin No: 420/BID. PAUD.PNF.2/VIII/2017/6309

Under the auspices of:
Global Languages Course

At: Pekanbaru

Date: 02-12-2024



Powered by e-test.id



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

الشهادة اختبار كفاءات اللغة العربية لغير الناطقين بها

يشهد العلق بأن:

سيد/ة : Alya Mardatillah. B
رقم الهوية : 1471105908010021
تاريخ الاختبار : 30-11-2024
الصلاحية : 30-11-2026

قد حصل/ت على النتيجة في اختبار الكفاءات في اللغة العربية لغير الناطقين بها

الاستماع : 47
القواعد : 40
القراءة : 52
المجموع : 463

الترقيم التعريفي

No. 277/GLC/APT/XII/2024



Powered by e-Test



Izin No: 420/BID.PAUD.PNF.2/VIII/2017/6308

Under the auspices of:
Global Languages Course
At: Pekanbaru
Date: 02-12-2024