

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Belajar merupakan hal yang tidak pernah lepas dari kehidupan manusia. Djamaluddin (2019:6) mendefinisikan belajar sebagai segala aktivitas psikis yang dilakukan oleh individu, yang menghasilkan perubahan dalam perilaku mereka sebelum dan setelah belajar. Ulfah (2021:6) mengemukakan perubahan tingkah laku tersebut adalah perubahan dalam kebiasaan, sikap, dan keterampilan, pengamatan dan kemampuan. Secara konseptual, belajar dapat didefinisikan sebagai suatu proses transformatif di mana individu mengalami perubahan pengetahuan, pemahaman, keterampilan, atau sikap melalui interaksi dengan lingkungan atau pengalaman belajar.

Dalam proses belajar, tujuan pembelajaran merupakan hal yang sangat penting. Ubabuddin (2019:22) menegaskan bahwa tujuan pembelajaran pada dasarnya merupakan harapan, yaitu apa yang diharapkan dari siswa sebagai hasil dari belajar. Dalam konteks ini, tujuan pembelajaran berperan sebagai panduan yang mengarahkan proses belajar menuju pencapaian yang diinginkan. Kurniati (2019:311) menambahkan bahwa tujuan pembelajaran mencakup aspek pengetahuan, keterampilan, sikap, dan nilai-nilai yang diharapkan dapat dikuasai siswa.

Setiap individu memiliki karakteristik yang unik dan berbeda-beda. Hal ini juga berlaku dalam konteks proses pembelajaran. Setiap siswa memiliki keunikan

dalam cara mereka menerima, memproses, dan menerapkan informasi. Turhusna, (2020:28) berpendapat dengan karakteristik yang berbeda-beda, menjadikan proses pembelajaran pada setiap siswa bersifat unik dan tidak ada yang sama. Nuraeni (2020:22) menambahkan perbedaan karakteristik ini tercermin pada siswa yang lancar dan berhasil serta siswa yang menghadapi hambatan atau kesulitan dalam proses belajar mereka.

Kesulitan belajar pada dasarnya merupakan suatu fenomena yang umum dialami oleh banyak siswa. Rosada (2016:61) berpendapat fenomena ini akan terlihat dalam berbagai aspek, seperti kognitif, motorik, dan afektif, baik dalam proses maupun hasil belajar yang dicapai. Syah (2007:122) mengemukakan bahwa kesulitan belajar tidak hanya terjadi pada siswa yang memiliki kemampuan rendah, tetapi juga dialami oleh siswa dengan kemampuan rata-rata (normal). Kegagalan ini disebabkan oleh faktor-faktor tertentu yang menghambat pencapaian prestasi akademik yang sesuai dengan harapan. Syarifuddin (2011: 128) menyampaikan bahwa proses pembelajaran dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu faktor internal, dan faktor eksternal. Kedua faktor ini mempunyai pengaruh terhadap keberhasilan atau kegagalan dalam mencapai tujuan pembelajaran.

Proses belajar siswa dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal berkaitan dengan karakteristik individu siswa, sedangkan faktor eksternal berkaitan dengan lingkungan sekitar. Menurut Slameto (2015:54) faktor internal meliputi faktor fisik, faktor psikologis, dan faktor kelelahan. Faktor internal belajar meliputi minat, motivasi, sikap belajar, serta kesehatan fisik dan mental siswa. Faktor-faktor ini berasal dari dalam diri siswa dan dapat mempengaruhi

kemampuan mereka dalam belajar. Sedangkan Marlina, dkk., (2021:67) mengemukakan bahwa faktor eksternal meliputi faktor keluarga, faktor sekolah, dan faktor masyarakat. Di sisi lain, faktor eksternal belajar meliputi lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, dan lingkungan masyarakat. Sedangkan faktor dari lingkungan masyarakat meliputi pergaulan teman, aktivitas atau kesibukan dalam masyarakat, dan pengaruh media massa.

Semua faktor ini dapat berdampak pada siswa yang mengalami masalah dalam belajar. Syarifuddin (2011:127) mengemukakan faktor-faktor tersebut dapat mempengaruhi motivasi, konsentrasi, serta kemampuan siswa dalam memahami dan menguasai materi pelajaran. Ketika terjadi permasalahan, hal ini dapat berpotensi menyebabkan gangguan emosional yang bervariasi, termasuk gangguan psikiatrik dan akan berdampak negatif terhadap perkembangan kualitas hidup individu di masa depan. Tusturi, dkk., (2017:129) menyatakan dalam kondisi yang ideal, siswa yang mengalami kesulitan dalam belajar harus mendapatkan penanganan yang memadai dan mampu mengatasi masalah yang dihadapinya.

Penelitian ini berfokus pada salah satu SMA Negeri yang ada di Tanjungpinang, yaitu SMAN 6 Tanjungpinang. Setelah mewawancarai salah satu guru biologi di SMA Negeri 6 Tanjungpinang pada tanggal 1 Oktober 2023, yang mana hasil wawancara ini dapat dilihat pada Lampiran 1, ditemukan bahwa siswa kelas X menghadapi beberapa kesulitan belajar dalam pelajaran biologi beberapa diantaranya adalah: 1) siswa kurang serius, 3) keterbatasan sarana prasarana hingga ketidakcocokan metode pembelajaran. Narasumber mengatakan bahwa kesulitan belajar yang dialami siswa dipengaruhi oleh berbagai faktor. Menurutnya faktor-

faktor yang mempengaruhi kesulitan belajar tersebut antara lain lingkungan rumah, lingkungan masyarakat, pola hidup dan kondisi psikologis siswa, motivasi belajar yang rendah sehingga siswa merasa cepat bosan dan jenuh, kurangnya keseriusan siswa dalam pembelajaran, kurang keaktifan saat berdiskusi, serta kurangnya perhatian siswa terhadap guru.

Tidak dapat dipungkiri bahwa faktor lingkungan berperan penting terhadap kondisi siswa. Faktor-faktor dalam lingkungan sekolah dapat mempengaruhi kesehatan mental dan kesejahteraan siswa (Harding, dkk.,2020:180). Dalam lingkungan rumah dan masyarakat, situasi yang tidak mendukung seperti gangguan atau kekerasan dapat mempengaruhi kesejahteraan mental siswa dan menghambat motivasi belajar mereka. Escobar, dkk., (2020:1) menambahkan bahwa pola hidup dan kondisi psikologis siswa juga berperan penting dalam kesulitan belajar, karena kondisi emosional yang tidak stabil atau gaya hidup yang tidak sehat dapat mengganggu fokus dan konsentrasi siswa. Selain itu, Badaruddin, dkk., (2016:50) berpendapat bahwa motivasi belajar memiliki kaitan dengan kesehatan mental di kelas. Hal ini menjadikan rendahnya motivasi belajar menjadi faktor lain yang signifikan. Ketika siswa tidak termotivasi, mereka cenderung merasa bosan dan jenuh dalam proses belajar. Kurangnya keseriusan dan keaktifan siswa saat berdiskusi juga dapat menghambat pemahaman dan pembelajaran yang efektif. Terakhir, kurangnya perhatian siswa terhadap guru dapat mempengaruhi interaksi dan pemahaman di kelas (Irachmat, 2015:2).

Dalam pembelajaran, terutama di bidang biologi, seringkali ditemui permasalahan di mana siswa mengalami berbagai kesulitan dalam belajar. Hal ini

sesuai dengan hasil analisis angket yang dilakukan kepada seluruh siswa kelas X di SMA Negeri 6 Tanjungpinang pada tanggal 1 Oktober 2023, yang mana hasil analisis angket ini dapat dilihat pada Lampiran 2, ditemukan beberapa permasalahan yang dihadapi siswa dalam pembelajaran biologi: 1) Minimnya ketersediaan sarana dan prasarana, 2) kurangnya inovasi guru dalam pembelajaran, 3) kesulitan dalam memahami materi biologi, 4) adanya konflik keluarga yang mempengaruhi konsentrasi belajar, 5) kondisi pembelajaran yang dianggap membosankan, 6) kesulitan dalam mempertahankan fokus dan konsentrasi, 7) tes evaluasi yang tidak sesuai dengan pemahaman konsep, 8) kelelahan akibat tuntutan belajar yang tinggi, 9) stres yang dialami saat pembelajaran, 10) kurangnya hubungan yang baik dengan teman sekelas, 11) keterbatasan sumber belajar yang tersedia, 12) kurangnya motivasi dalam pembelajaran, dan tingkat kesulitan materi biologi yang tinggi.

Berdasarkan permasalahan di atas terdapat fakta yang menunjukkan adanya kesulitan belajar siswa kelas X dalam pembelajaran biologi. Dalam hal ini, faktor-faktor yang mempengaruhi minat belajar dapat disatukan menjadi dua kategori, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Fuad (2016:45-46) menjelaskan bahwa salah satu faktor yang dapat mempengaruhi minat belajar siswa adalah aspek kesehatan. Faktor ini merujuk pada kondisi kesehatan siswa, baik fisik maupun mental. Ketika siswa menghadapi masalah kesehatan, seperti gangguan fisik atau masalah kesehatan mental, minat belajar mereka dapat dipengaruhi secara negatif.

Penting menjaga kondisi kesehatan mental agar dapat memaksimalkan potensi yang ada. Dalam situasi tertentu, gangguan kesehatan mental dapat menghambat seseorang dalam menggunakan kecerdasannya dengan baik (Masturi, 2018: 110). Kondisi kesehatan mental yang tidak stabil atau terganggu dapat mempengaruhi kemampuan seseorang untuk berpikir secara jernih, konsentrasi, dan mengambil keputusan yang tepat. Henny, dkk., (2020:10) mengemukakan gangguan seperti stres, kecemasan, atau depresi yang dapat mengganggu fungsi kognitif seseorang, sehingga mempengaruhi kemampuan mereka dalam menggunakan kecerdasan yang dimiliki.

Gangguan kesehatan mental berdampak negatif pada kesehatan fisik. Menurut Rohma (2013:201-202), pada dasarnya gangguan kesehatan mental dapat mempengaruhi perasaan, pikiran, kecerdasan, serta perilaku seseorang. Endriyani, dkk., (2022:430) mengemukakan adanya gangguan kesehatan mental dapat mengganggu aktivitas jika tidak ditangani dengan baik. Ketika seseorang mengalami gangguan kesehatan mental, mereka mungkin akan merasakan perubahan emosional seperti kecemasan, depresi, atau ketidakstabilan emosi lainnya. Selain itu, kemampuan berpikir dan menggunakan kecerdasan juga dapat mempengaruhi, sehingga individu mungkin mengalami kesulitan dalam memproses informasi, mengingat, dan mengambil keputusan yang tepat. Kesehatan mental yang baik dapat tercermin dari perilaku seseorang secara keseluruhan.

Selain kesehatan mental, Fauziah, dkk., (2017:52) mengemukakan bahwa terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi minat belajar siswa, yaitu motivasi belajar. Motivasi belajar merupakan kekuatan mental yang mendorong seseorang

untuk belajar. Kekuatan mental ini bisa berupa keinginan, perhatian, kemauan, atau cita-cita. Menurut Kompri (2016:23), motivasi dalam belajar tidak hanya memberikan arah yang benar, tetapi juga memberikan pertimbangan positif dalam kegiatan belajar. Hal ini menjadikan motivasi belajar sangat penting dalam menunjang proses pembelajaran dan mencapai prestasi belajar yang optimal. Selain faktor-faktor lain seperti kondisi kesehatan secara umum, intelegensi, bakat, dan motivasi merupakan unsur yang sangat penting.

Salah satu alasan kuat untuk menjadikan siswa kelas X SMA Negeri 6 sebagai subjek penelitian adalah peserta didiknya memiliki kondisi khusus yang membuat peneliti tertarik, sekolah ini telah melaksanakan program-program kesehatan mental atau motivasi yang inovatif sehingga memiliki tantangan khusus yang dapat memberikan wawasan unik dalam penelitian. Oleh karena itu, peneliti menggunakan tingkat kesehatan mental dan motivasi sebagai objek penelitian. Dengan memfokuskan penelitian pada siswa kelas X, hubungan dari kesehatan mental dan motivasi terhadap minat belajar pada tahap awal peralihan ini dapat dilihat secara langsung.

Kesehatan mental dan motivasi dipilih sebagai objek penelitian karena memiliki peran yang sangat penting dalam mempengaruhi minat belajar siswa. Kondisi kesehatan mental yang baik, seperti kestabilan emosi dan keseimbangan psikologis, dapat memberikan dasar yang kuat bagi siswa untuk memiliki minat belajar yang tinggi. Sementara itu, motivasi yang tinggi juga menjadi faktor penentu dalam meningkatkan minat belajar siswa. Dengan memiliki motivasi yang kuat,

siswa akan termotivasi untuk belajar dalam menghadapi tantangan, dan mencapai tujuan belajar.

Penelitian ini sangat penting dilakukan karena peneliti melihat permasalahan yang terkait dengan kesulitan belajar. Data menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas X SMAN 6 Tanjungpinang, mengalami kesulitan untuk fokus dan memiliki konsentrasi yang buruk. Selain itu, sebagian kecil siswa juga mengalami stres yang dipicu oleh berbagai hal seperti tekanan untuk mencapai kegiatan akademik hingga konflik pribadi yang berdampak negatif pada akademik siswa. Kesulitan untuk berfokus dan konsentrasi yang buruk merupakan salah satu gejala serta pemicu dari sindrom *brain fog*, yaitu kondisi di mana seseorang sulit untuk berpikir dan memusatkan perhatian. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Azcue, dkk., (2022:20) stres yang tidak terkelola dengan baik dapat menjadi pemicu *brain fog*.

Sindrom ini memiliki kaitan yang signifikan dengan kesehatan mental dan motivasi belajar siswa. Berdasarkan temuan Ayonrinde, dkk., (2015:160) bahwa sindrom *brain fog* dapat menyerupai gangguan kecemasan, depresi dan somatoform. Dalam konteks kesehatan mental, menurut Ocon (2013:1) sindrom *brain fog* dapat menyebabkan penurunan kemampuan kognitif dan kebingungan mental. Hal ini dapat berdampak negatif pada kesejahteraan mental siswa, seperti peningkatan stress, kecemasan bahkan depresi. Selain itu, dalam hal motivasi belajar, sindrom *brain fog* dapat menghambat kemampuan siswa untuk memusatkan perhatian dan berpikir jernih. Hal ini membuat siswa sulit memahami dan memproses informasi dengan baik. Akibatnya, motivasi belajar siswa dapat



menurun karena mereka merasa kesulitan menghadapi tugas-tugas yang membutuhkan konsentrasi tinggi. Hal ini dapat mengakibatkan rasa frustrasi dan kehilangan minat dalam proses belajar.

Selain itu, sebagian kecil siswa merasa tidak termotivasi dalam pembelajaran. Berdasarkan penelitian Lutfiwati (2020:61) ketika siswa tidak termotivasi, mereka cenderung kehilangan minat dan semangat dalam belajar yang pada gilirannya dapat mempengaruhi kinerja akademik siswa. Dari data tersebut menunjukkan bahwa terdapat gejala gangguan kesehatan mental, dan rendahnya motivasi belajar biologi pada siswa kelas X SMAN 6 Tanjungpinang yang perlu diperhatikan.

Dengan mempertimbangkan kekhususan potensi dampak yang signifikan, penelitian ini menjadi penting untuk dilakukan pada siswa kelas X SMAN 6 Tanjungpinang. Dengan demikian, peneliti dapat memberikan rekomendasi serta solusi yang lebih spesifik dan relevan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran biologi dan kesejahteraan siswa kelas X di SMAN 6 Tanjungpinang. Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan kesehatan mental dan motivasi terhadap minat belajar pada mata pelajaran biologi kelas X di SMA Negeri 6 Tanjungpinang.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan, adapun rumusan masalah penelitian ini sebagai berikut :

1. Apakah terdapat hubungan antara kesehatan mental terhadap minat belajar pada mata pelajaran biologi siswa kelas X SMA Negeri 6 Tanjungpinang?
2. Apakah terdapat hubungan antara motivasi terhadap minat belajar pada mata pelajaran biologi siswa kelas X SMA Negeri 6 Tanjungpinang?
3. Apakah terdapat hubungan antara kesehatan mental dan motivasi secara simultan terhadap minat belajar pada mata pelajaran biologi siswa kelas X SMA Negeri 6 Tanjungpinang?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka tujuan penelitian sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui hubungan tingkat kesehatan mental terhadap minat belajar pada mata pelajaran biologi siswa kelas X SMA Negeri 6 Tanjungpinang.
2. Untuk mengetahui hubungan antara motivasi terhadap minat belajar pada mata pelajaran biologi pada siswa kelas X SMA Negeri 6 Tanjungpinang.
3. Untuk mengetahui hubungan antara kesehatan mental dan motivasi secara simultan terhadap minat belajar mata pelajaran biologi pada siswa kelas X SMA Negeri 6 Tanjungpinang.

## **D. Manfaat Penelitian**

Hubungan Kesehatan mental dan motivasi terhadap minat belajar pada siswa kelas X SMA Negeri 6 Tanjungpinang ini dapat memberikan manfaat antara lain:

### **1. Manfaat Teoritis**

Secara teoritis, hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan untuk menambah wawasan atau ilmu terkait dengan hubungan tingkat kesehatan mental dan motivasi terhadap minat belajar dalam pembelajaran biologi pada siswa kelas X SMA Negeri 6 Tanjungpinang.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi Guru**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana kesehatan mental dan motivasi siswa berkontribusi terhadap minat belajar mereka pada mata pelajaran biologi. Hal ini dapat membantu guru dan pihak terkait dalam mengembangkan strategi pembelajaran yang lebih efektif untuk meningkatkan minat belajar siswa.

#### **b. Bagi Siswa**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengatasi permasalahan belajar berupa kesehatan mental dan motivasi yang dihadapi oleh siswa kelas X dalam pembelajaran biologi serta dapat meningkatkan prestasi akademik.

**c. Bagi Sekolah**

Penelitian ini sebagai informasi dan masukan kepada siswa, guru, kepala sekolah dan staf lainnya untuk meningkatkan mutu pendidikan dengan pembelajaran yang sesuai dengan mata pelajaran.

**d. Bagi Peneliti**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sarana untuk mengembangkan diri dan pengalaman untuk mengetahui letak kesulitan belajar yang dialami siswa pada mata pelajaran biologi serta dapat menerapkan teori-teori mengenai kesehatan mental dan motivasi yang didapatkan selama perkuliahan.

**e. Bagi Masyarakat**

Penelitian ini dapat menjadi landasan untuk penelitian lanjutan di bidang yang sama atau terkait. Dengan memperdalam pemahaman tentang hubungan antara kesehatan mental, motivasi, dan minat belajar siswa, penelitian lanjutan dapat dilakukan untuk mengeksplorasi lebih jauh faktor-faktor yang mempengaruhi minat belajar siswa pada mata pelajaran lain atau dalam konteks yang berbeda.