Volume 1, Issue 1, June 2026
Contents lists available at journals.stabn-sriwijaya.ac.id

Journal of Buddhist Psychological Counseling

journal homepage: https://journals.stabn-sriwijaya.ac.id/index.php/jbpc

PENGARUH SPIRITUALITAS DAN KECERDASAN SOSIAL TERHADAP KESEHATAN MENTAL PADA SISWA SMK BUDDHI KARAWACI TANGERANG

Paramita Enjellina[1], Yuriani[2], Hadi Widodo[3]
[1]STABN Sriwijaya Tangerang Banten, Tangerang, Indonesia
[2] STABN Sriwijaya Tangerang Banten, Tangerang, Indonesia
[3] STABN Sriwijaya Tangerang Banten, Tangerang, Indonesia
Corresponding author: paramitaenjellina@sekha.kemenag.go.id

Article history:
Received: 01/04/2026
Revised: 01/05/2026
Accepted: 01/06/2026
DOI: https://doi.org/xxxxx

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh spiritualitas dan kecerdasan sosial terhadap kesehatan mental pada siswa SMK Buddhi Karawaci Tangerang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif *ex post facto* dengan teknik *proportionate stratified random sampling*. Subjek penelitian ini adalah siswa SMK Buddhi Karawaci Tangerang kelas 10 dan kelas 11 Tahun Ajaran 2024/ 2025 yang berjumlah 186 orang. Instrumen penelitian menggunakan skala *likert* yang telah diuji validitas dan reliabilitas serta telah memenuhi uji persyaratan asumsi klasik. Teknik analisis data menggunakan analisis regresi linier berganda. Hasil analisis data penelitian ini secara simultan terdapat pengaruh spiritualitas dan kecerdasan sosial secara signifikan terhadap kesehatan mental pada siswa SMK Buddhi Karawaci Tangerang dengan sumbangan pengaruhnya sebesar 51,3%. Hasil uji persamaan regresi linier berganda yang diperoleh yaitu Y = 13,832 + 0,207x1 + 0,452x2. Selain itu hasil analisis regresi secara parsial diperoleh simpulan bahwa terdapat pengaruh spiritualitas terhadap kesehatan mental dan terdapat pengaruh kecerdasan sosial berpengaruh terhadap kesehatan mental.

***Kata Kunci**: spiritualitas, kecerdasan, sosial, kesehatan, mental*

The Influence of Spirituality and Social Intelligence on Students' Mental Health at Buddhi Vocational High School, Karawaci, Tangerang City

***ABSTRACT*:**

This research aims to determine the influence of spirituality and social intelligence on mental health among students at Buddhi Vocational High School, Karawaci, Tangerang City. This research uses an ex post facto quantitative method with proportionate stratified random sampling technique. The subjects of this research were students of Buddhi Vocational High School,Karawaci,

Tangerang City, from tenth and eleventh grade students for the 2024/2025 academic year, totaling 186 people. The research data uses a Likert scale which has been tested for validity and reliability and has met the classical assumption requirements. The data analysis technique uses multiple linear regression analysis. The results of this research data analysis simultaneously show a significant influence of spirituality and social intelligence on the mental health of students at Buddhi Vocational High School, Karawaci, Tangerang City, with an influence contribution of 51.3%. The results of the multiple linear regression equation test obtained were Y = 13.832 + 0.207x1 + 0.452x2. Apart from that, the results of partial regression analysis concluded that there is an influence of spirituality on mental health and there is an influence of social intelligence on mental health.

Keywords: *spirituality, social intelligence, mental health.*

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah hal yang sangat penting bagi seluruh masyarakat Indonesia, terlebih bagi mereka yang menghendaki pengembangan potensi dan intelegensinya. Pendidikan menurut Undang-Undang Dasar Nomor 20 Tahun 2003 adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara. Pendidikan sebagai sebuah proses dan pengalaman belajar yang berlangsung selama dirinya masih ingin berkembang. Pendidikan juga mengajarkan nilai baik agar semua orang memiliki kesadaran sesuai dengan berlakunya aturan kehidupan.

Pendidikan dilakukan melalui tiga jalur diantaranya jalur informal, jalur non formal, dan jalur formal. Jalur pendidikan informal sebagai jalur pendidikan yang di mana keluarga menjadi tempat awal belajar tentang nilai kebaikan, agama, dan diri. Kemudian anak dapat bersosialisasi dengan lingkungan yang memberikan cukup banyak pada anak. Jalur pendidikan nonformal merupakan bentuk pendidikan yang dilakukan di luar pendidikan formal yang terorganisir baik dari segi tenaga pendidik, kurikulum yang terstruktur, serta peraturan lainnya yang harus dilaksanakan. (Rembangsupu, dkk. 2022:93) Namun jalur pendidikan nonformal ini dapat dilaksanakan oleh siapa saja dan penggunaan kurikulum yang fleksibel. Jalur pendidikan formal dilaksanakan dengan terstruktur, sistematis, dan berjenjang mulai dari jenjang pendidikan dasar, pendidikan menengah, sampai dengan jenjang universitas yang berstatus swasta dan berstatus negeri. Pendidikan formal di negara Indonesia sebagai program wajib pemerintah untuk semua warga negara dari usia tujuh tahun sampai lima belas tahun dan tanpa dipungut biaya. Hal ini terdapat di Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 pada Pasal 6 Ayat 1 dan pada Pasal 11 Ayat 2. Pendidikan formal dilaksanakan wajib belajar minimal pada jenjang pendidikan dasar yang meliputi Sekolah Dasar, Madrasah Ibtidaiyah, Sekolah Menengah Pertama, Madrasah Tsanawiyah, dan bentuk lain yang sederajat. Hal ini terdapat di Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 47 Tahun 2008 tentang Wajib Belajar Pasal 13 Ayat 1. Akan tetapi sekarang wajib belajar menjadi 12 tahun terdapat pada Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2015 tentang

Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2015-2019. Dengan adanya bantuan pendidikan yang diberikan oleh pemerintah dapat mengurangi jumlah putus sekolah siswa dikarenakan alasan biaya. Pendidikan formal dilakukan melalui sekolah. Sekolah sebagai tempat kegiatan pembelajaran antara siswa yang belajar dengan guru yang memberikan materi pelajaran.

Selain itu, sekolah merupakan lembaga pendidikan yang didalamnya terdapat kegiatan pembelajaran untuk peningkatan kualitas dan pengembangan potensi siswa. Bukan hanya tempat memberikan pengetahuan saja tetapi juga memberikan keterampilan dan membentuk perilaku siswa serta menjadi tempat penting bagi siswa dalam kesehatan mental dalam dirinya. Kesehatan mental setiap siswa berbeda-beda, ada yang memiliki kualitas mental yang baik dan juga terdapat siswa yang kualitas mentalnya terganggu. Kesehatan mental merupakan kondisi sehat yang berkaitan dengan jiwa, pikiran dan emosi diri seorang manusia. Kesehatan mental dapat mendorong berkembangnya seluruh aspek dalam diri berupa aspek fisik, intelektual, dan emosional secara optimal serta selaras dengan perkembangan individu yang umumnya sehingga mampu berinteraksi dengan lingkungan. Selain itu, kesehatan mental adalah jiwa yang terhindar dari gangguan kejiwaan yang dapat membawanya kepada hal buruk. Kesehatan mental siswa berpengaruh terhadap perilaku dalam suasana di rumah, sekolah, dan masyarakat. Kesehatan mental siswa selalu menjadi penting oleh semua orang, karena siswa terkadang belum bisa memahami dirinya sendiri. Kesehatan mental bagi siswa untuk menghindari perbuatan yang mengarah kepada akibat tidak baik seperti dapat merusak hubungan bersama orang lain, sulit bergaul, sulit beradaptasi, menarik diri dari lingkungan, berperilaku tidak sesuai dengan norma masyarakat, stres, dan dapat mengalami gangguan kepribadian. Semua siswa harus mengetahui pentingnya menjaga kesehatan mental pada dirinya karena dapat berdampak pada kegiatan dan meningkatkan kualitas hidup ke depannya seperti tidak mudah gelisah, dapat berpikir tenang, dan bisa mengambil keputusan yang baik. Memiliki mental sehat, siswa mempunyai jiwa semangat yang positif untuk melakukan aktivitas sehari-hari seperti bersekolah, beribadah, dan berkegiatan lainnya di masyarakat. Mental sehat juga membuat siswa bahagia dan menjauhkan kesedihan dalam kehidupan sehingga dapat melaksanakan produktivitasnya.

Masalah kesehatan mental dapat berpengaruh pada aspek emosional, aspek sosial, dan aspek kognitif pada diri siswa. Hal ini menjadi masalah yang sangat serius jika tidak tertangani dan juga dapat memberi dampak yang merugikan bagi siswa lain dan warga sekolah. Masalah kesehatan mental ini juga ada di sekolah dan di tempat kerja. Kasus yang terjadi dengan masalah mental adalah individu yang suka mengganggu ketenangan dan hak siswa lain seperti mencuri, menyakiti, memfitnah, mencakar, dan memukul. Siswa yang mempunyai masalah kesehatan mental jarang untuk mengungkapkan hal tersebut kepada guru maupun siswa lainnya, terkadang merahasiakan dan menutupi dari orang sekitarnya. Sehingga siswa yang sudah tidak bisa menahan rasa sakit mental lagi dapat melakukan perbuatan bunuh diri maupun

membunuh orang lain. Hal ini dapat berakibat buruk selama jangka panjang maupun jangka pendek bagi yang mengalaminya.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan penulis pada saat Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Buddhi bahwa terdapat siswa seperti memukul siswa lainnya (observasi tanggal 3 Oktober 2023), siswa yang menyendiri dan menjauhi siswa lainnya di sekolah (observasi tanggal 20 Oktober 2023), siswa yang datang terlambat, siswa yang tidak memakai seragam sekolah lengkap, penggunaan kata-kata kasar, dan siswa yang melakukan tindak pengrusakan fasilitas sekolah (observasi tanggal 25 Oktober 2023). Kasus tersebut termasuk sebagai gejala siswa memiliki mental yang tidak sehat. Hal itu terdapat dalam Aqib (2021) tentang indikator gejala mental yang tidak sehat diantaranya neurasthenia, hysteria, psychasthenia, gagap bicara, ngompol, kepribadian psikopat, keabnormalan seksual, gangguan kesadaran, defisien moral, damaged children, dan psikosis.

Berdasarkan pengakuan beberapa siswa yang diwawancara dapat disimpulkan bahwa gangguan kesehatan mental siswa dapat dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor luar diri seperti perceraian orang tua dan faktor dalam diri seperti kurang bisa mengontrol dan memahami diri sendiri. Masalah kesehatan mental siswa seharusnya dapat menjadi perhatian untuk semuanya. Kenyataan gangguan kesehatan mental pada diri siswa lainnya terdapat dalam CNN Indonesia (2023) yaitu kasus yang terjadi di Sekolah Menengah Atas Negeri (SMAN) Kota Banjarmasin Provinsi Kalimantan Selatan. Tragedi ini dilakukan oleh seorang siswa yang kesal dan sakit hati terhadap teman lainnya karena sering dirundung. Hal yang dilakukan oleh siswa itu sebagai tanda mengalami gangguan kesehatan mental berkaitan dengan emosi negatif yang dipengaruhi secara terus- menerus hingga terjadinya penusukan. Tragedi penusukan siswa terhadap siswa lain menjadi perhatian penting bagi seluruh masyarakat sekolah. Seharusnya di sekolah, siswa mendapatkan perkembangan yang baik dalam kesehatan mental.

Tragedi gangguan kesehatan mental pada diri siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) terdapat dalam Kompas.com (2024). Yang mewartakan seorang siswa SMK nekat melakukan pembunuhan terhadap satu keluarga. Pembunuhan itu dilatar-belakangi perasaan sakit hati akibat mendapatkan penolakkan dari salah satu korban. Tragedi ini mengingatkan betapa pentingnya kesadaran akan kesehatan mental terlebih para siswa dalam menempuh pendidikan mereka. Berdasarkan kenyataan di sekolah dan kedua berita tersebut, kesehatan mental siswa dipengaruhi oleh faktor dalam dan faktor luar diri seperti kekerasan di masa kecil, merasa terasing di lingkungannya (sengaja dikucilkan oleh lingkungan pergaulan), kehilangan orang yang dicintai, stres berkepanjangan, dan hal-hal traumatis lainnya. Kesehatan mental juga dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu spiritualitas dan kecerdasan sosial. Spiritualitas dapat memengaruhi kesehatan mental. Spiritualitas dinyatakan sebagai suatu pengalaman seorang manusia terhadap menilai kehidupan yang berkaitan dengan Tuhan serta perolehan makna dan ketenangan batin yang berhubungan dengan prinsip

moral dan alam semesta karena hal ini berkaitan dengan kesehatan mental yang ada dalam diri manusia. Spiritualitas seorang siswa mengikuti seiring perkembangan zaman. Selain itu, spiritualitas dalam diri siswa sebagai bersifat alamiah manusia yang sudah ada.

Spiritualitas yang baik akan memengaruhi kesehatan mental siswa. Spiritualitas pada diri siswa SMK Buddhi seperti menganggap hidup ini mengalir saja karena kurang yakin terhadap pada proses adanya Tuhan dan alam semesta. Selain itu, contoh lain spiritualitas pada diri siswa SMK Buddhi adalah melakukan meditasi, berdoa pagi, dan membantu teman yang sedang membutuhkan. Siswa yang melaksanakan spiritualitas dalam kehidupan sehari-hari seperti salah satunya yaitu meditasi dapat membuat mental sehat. Selain spiritualitas, kecerdasan sosial juga dapat memengaruhi kesehatan mental. Kecerdasan sosial adalah keterampilan seorang manusia yang bisa berinteraksi dengan manusia lainnya dalam kehidupan tanpa mengalami masalah apapun. Selain itu, kecerdasan sosial merupakan kemampuan seseorang dalam menghadapi dan merespon pada situasi sosial di lingkungan masyarakat. Kecerdasan sosial sangat penting dikembangkan dan diarahkan untuk siswa membangun hubungan yang baik dengan siswa lain dan guru di sekolah. Tetapi tidak semua siswa bisa mempunyai tingkat kecerdasan sosial yang baik. Oleh karena itu, kecerdasan sosial sebagai salah satu aspek berkaitan dengan mental dalam diri siswa. Siswa yang tidak mempunyai kecerdasan sosial yang baik akan mengalami kesulitan dalam membuat hubungan dengan orang lain. Pada SMK Buddhi terdapat siswa yang memiliki kecenderungan kecerdasan sosial yang baik dan juga kurang baik. Siswa SMK Buddhi memiliki kecenderungan kecerdasan sosial yang baik dapat bersosialisasi, berkomunikasi dan bergaul dengan teman lainnya, serta dapat menyesuaikan diri serta aktif mengikuti kegiatan sekolah. Kemudian terdapat juga siswa SMK Buddhi memiliki kecenderungan kecerdasan sosial yang kurang baik seperti berdiam diri, kurang mampu berinteraksi dan bergaul. Siswa yang mempunyai kecerdasan sosial dalam kehidupan sehari-hari dapat membuat mental sehat dan menghindari perbuatan tidak baik.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif *ex post facto*. Data awal penelitian berasal dari observasi pada beberapa siswa saat PPL SMK Buddhi tanggal 3 Oktober 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa Sekolah Menengah Kejuruan Buddhi Karawaci Tangerang kelas 10 dan kelas 11 Tahun Ajaran 2024/2025 yang berjumlah 186 siswa. Jumlah sampel penelitian menggunakan tabel Isaac dan Michael pada tingkat kesalahan 5% didapatkan sebanyak 128 siswa yang menjadi sampel. Penelitian ini menggunakan teknik *probability sampling* dengan metode *proportionate stratified random sampling*. Terdapat tiga jenis data yang dikumpulkan di dalam penelitian ini yaitu spiritualitas, kecerdasan sosial, dan kesehatan mental. Ketiga jenis data tersebut diukur menggunakan instrumen dengan skala *Likert* termodifikasi.

Uji statistik penelitian ini menggunakan analisis regresi linier berganda untuk menguji data variabel bebas yang memengaruhi variabel terikat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Statistika deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan data penelitian sehingga menggambarkan karakteristik pemusatan data. Hasil analisis deskriptif dalam penelitian ini ditunjukkan dalam tabel 1 berikut ini:

Tabel 1. Statistika Deskriptif

	Kesehatan Mental (Y)	Spiritualitas (X1)	Kecerdasan Sosial (X2)
Rerata	55,94	63,03	64,27
Simpangan Data	5,00	4,92	6,15
Varian	25,05	24,28	37,82
Rentang	26,00	23,00	27,00
Nilai Terendah	43,00	51,00	52,00
Nilai Tertinggi	69,00	74,00	79,00

Source: Enjellina, Paramita. (2024). Pengaruh Spiritualitas Dan Kecerdasan Sosial Terhadap Kesehatan Mental Pada Siswa SMK Buddhi Karawaci Tangerang

Hasil Uji Prasyarat Analisis

Hasil Uji Normalitas

Pengujian normalitas menggunakan residual dengan Kolmogorov Smirnov dengan hasil pada tabel 2 berikut ini:

Tabel 2. Hasil Analisis Normalitas

Kolmogorov Smirnov Signifikan	Keterangan
0,067	Normal

Source: Enjellina, Paramita. (2024). Pengaruh Spiritualitas Dan Kecerdasan Sosial Terhadap Kesehatan Mental Pada Siswa SMK Buddhi Karawaci Tangerang

Data dikatakan berdistribusi normal jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, sebaliknya jika signifikansi kurang dari 0,05 maka berdistribusi tidak normal. Dari tabel di atas terlihat bahwa nilai signifikansi sebesar 0,067 lebih besar dari 0,05, maka penelitian ini berdistribusi normal yang secara generalisasi simultan dari sampel jadi populasi.

Hasil Uji Multikolinieritas

Pengujian multikolinieritas menggunakan regresi linear berganda dengan hasil pada tabel 3 berikut ini:

Tabel 3. Hasil Analisis Multikolinieritas

Variabel	VIF	Keterangan
Spiritualitas (X1)	2,303	Tidak terjadi multikolinieritas
Kecerdasan Sosial (X2)	2,303	Tidak terjadi multikolinieritas

Source: Enjellina, Paramita. (2024). Pengaruh Spiritualitas Dan Kecerdasan Sosial Terhadap Kesehatan Mental Pada Siswa SMK Buddhi Karawaci Tangerang

Uji multikolinieritas dengan SPSS dapat diuji dengan uji regresi melalui patokan nilai VIF kedua variabel bebas kurang dari 10. Pada tabel di atas nilai VIF variabel spiritualitas dan kecerdasan sosial menunjukkan angka kurang dari 10, sehingga tidak terjadi mulikolinieritas untuk ketiga valiabel. Dari data tersebut, dinyatakan bahwa hubungan antara variabel bebas tidak terjadi multikolinieritas dalam model regresi ini.

Hasil Uji Autokorelasi

Pengujian autokorelasi yang dilakukan dalam penelitian ini adalah uji Durbin-Watson (Uji DW) dengan ketentuan jika d terletak antara dU dan (4-dU). Hasil pengujian autokorelasi dilihat pada tabel 4 berikut ini:

Tabel 4. Hasil Analisis Autokorelasi

Nama Variabel	Nilai Koefisien	Keterangan
Spiritualitas (X1) dan Kecerdasan Sosial (X2)	1,906	Tidak terjadi autokorelasi

Source: Enjellina, Paramita. (2024). Pengaruh Spiritualitas Dan Kecerdasan Sosial Terhadap Kesehatan Mental Pada Siswa SMK Buddhi Karawaci Tangerang

Berdasarkan hasil output tersebut diketahui bahwa nilai Durbin-Watson sebesar 1,906. Nilai tersebut kemudian dibandingkan dengan nilai tabel DW dengan signifikansi 0,05, (n=128) dan jumlah variabel bebas (K=2). Sehingga diketahui bahwa dL= 1,6798 dan dU= 1,7432. Berdasarkan data tersebut maka nilai DW sebesar 1,906 terletak antara dU yaitu 1,7432 dan (4-dU). Dengan demikian, penelitian ini tidak terjadi autokorelasi.

Hasil Uji Heteroskedastisitas

Pengujian heteroskedastisitas menggunakan uji koefisien korelasi Spearman's Rho dengan dapat dilihat pada tabel 5 berikut ini:

Tabel 5. Hasil Analisis Heteroskedastisitas

Variabel	Signifikan	Keterangan
Spiritualitas (X1)	0,628	Tidak terjadi heteroskedastisitas
Kecerdasan Sosial (X2)	0,911	Tidak terjadi heteroskedastisitas

Source: Enjellina, Paramita. (2024). Pengaruh Spiritualitas Dan Kecerdasan Sosial Terhadap Kesehatan Mental Pada Siswa SMK Buddhi Karawaci Tangerang

Deteksi heteroskedastisitas dilakukan dengan melihat nilai signifikansi jika lebih dari 0,05 berarti tidak terdapat heteroskedastisitas dan bila signifikansi kurang dari 0,05 berarti terdapat heteroskedastisitas. Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai korelasi independen variabel spiritualitas memiliki nilai signifikansi sebesar 0,628 dan variabel kecerdasan sosial sebesar 0,175. Kedua variabel tersebut memiliki nilai

signifikansi di atas 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi masalah heteroskedastisitas pada model regresi.

Uji Parsial

Pengujian hipotesis secara parsial dengan menggunakan uji T. Kriteria pengujian yang digunakan untuk uji signifikansi secara parsial adalah jika $T_{hitung} \leq T_{tabel}$ maka tidak berpengaruh, sebaliknya jika $T_{hitung} \geq T_{tabel}$ maka berpengaruh. Uji hipotesis dapat diketahui dengan membandingkan T_{tabel} dengan T_{hitung} pada taraf signifikansi 0,05. Hasil pengujian hipotesis secara parsial dapat dilihat di tabel 6 berikut ini:

Tabel 6. Hasil Analisis Parsial

Variabel	T	Signifikasi	Keterangan
Spiritualitas (X1)	2,172	0,032	Ada Pengaruh
Kecerdasan Sosial (X2)	5,904	0,000	Ada Pengaruh

Source: Enjellina, Paramita. (2024). Pengaruh Spiritualitas Dan Kecerdasan Sosial Terhadap Kesehatan Mental Pada Siswa SMK Buddhi Karawaci Tangerang

Dari tabel 6 di atas diketahui bahwa T_{hitung} dari variabel spiritualitas (X1) sebesar 2,172. Nilai tersebut lebih besar daripada T_{tabel} sebesar 1,979. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat ada pengaruh secara signifikan secara parsial spiritualitas (X1) terhadap kesehatan mental pada siswa SMK Buddhi Karawaci Tangerang. (Y) jika variabel kecerdasan sosial (X2) dikendalikan. Selain itu, pada tabel 6 diketahui T_{hitung} dari kecerdasan sosial (X2) sebesar 5,904. Nilai tersebut lebih besar daripada T_{tabel} sebesar 1,979. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat ada pengaruh secara signifikan secara parsial kecerdasan sosial (X2) terhadap kesehatan mental pada siswa SMK Buddhi Karawaci Tangerang (Y) jika variabel spiritualitas (X1) dikendalikan.

Uji Simultan

Pengujian hipotesis secara simultan dengan menggunakan uji F untuk mengetahui pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat. Kriteria pengujian yang digunakan adalah $F_{hitung} < F_{tabel}$ maka tidak berpengaruh dan sebaliknya jika $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka berpengaruh. Hasil pengujian ditunjukkan pada hasil di tabel 7 berikut ini:

Tabel 7. Hasil Analisis Simultan

Model	Jumlah Kuadrat	Df	Rerata Jumlah Kuadrat	F	Signifikasi	Keterangan
Regresi	1655.192	2	827.596	67,778	0,000	Terdapat Pengaruh
Residual	1526.308	125	12.210			
Total	3181.500	127				

Source: Enjellina, Paramita. (2024). Pengaruh Spiritualitas Dan Kecerdasan Sosial Terhadap Kesehatan Mental Pada Siswa SMK Buddhi Karawaci Tangerang

Dari hasil analisis regresi berganda di atas diperoleh nilai F_{hitung} sebesar 67,778. Hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai F_{hitung} sebesar 67,778 lebih besar daripada F_{tabel} sebesar 3,07, sehingga H0 ditolak atau H1 diterima. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara spiritualitas dan kecerdasan sosial terhadap kesehatan mental pada siswa SMK Buddhi Karawaci Tangerang. Besarnya sumbangan pengaruh variabel spiritualitas (X1) dan kecerdasan sosial (X2) terhadap kesehatan mental (Y) ditunjukkan dari hasil analisis regresi berganda pada tabel 8 model summary berikut ini:

Tabel 8. *Model Summary*

Model	R	R *Square*	*Adjusted* R *Square*	*Std. Error of The Estimate*
1	.721(a)	.520	.513	3.494

Source: Enjellina, Paramita. (2024). Pengaruh Spiritualitas Dan Kecerdasan Sosial Terhadap Kesehatan Mental Pada Siswa SMK Buddhi Karawaci Tangerang

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui besarnya sumbangan pengaruh variabel spiritualitas (X1) dan kecerdasan sosial (X2) terhadap kesehatan mental (Y) dari nilai Adjusted R Square sebesar 0,513. Nilai ini menunjukkan sumbangan pengaruh spiritualitas dan kecerdasan sosial terhadap kesehatan mental pada siswa SMK Buddhi Karawaci Tangerang sebesar 51,3%. Sedangkan 48,7% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Analisis Regresi Berganda

Analisis regresi berganda dilakukan dengan menggunakan persamaan regresi yaitu: $Y = a + b_1x_1 + b_2x_2$. Analisis dilakukan dengan menggunakan program SPSS 26 dengan hasil dapat dilihat pada tabel 9 berikut ini:

Tabel 9. Hasil Analisis Regresi Berganda

Variabel	Koefisien *Unstandarized* B
Konstanta	13,832
Spiritualitas	0,207
Kecerdasan Sosial	0,452

Source: Enjellina, Paramita. (2024). Pengaruh Spiritualitas Dan Kecerdasan Sosial Terhadap Kesehatan Mental Pada Siswa SMK Buddhi Karawaci Tangerang

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui persamaan regresi untuk memprediksi variabel terikat jika variabel bebas diketahui, sehingga diperoleh persamaan regresi sebagai berikut:

$Y = 13,832 + 0,207x_1 + 0,452x_2$

Keterangan:

Y = Kesehatan Mental

x_1 = Spiritualitas
x_2 = Kecerdasan Sosial

Berdasarkan persamaan regresi linier berganda di atas diperoleh nilai konstanta sebesar 13,832. Nilai 13,832 artinya kesehatan mental pada siswa SMK Buddhi Karawaci Tangerang dengan spiritualitas dan kecerdasan sosial dalam keadaan tetap. Nilai koefisien regresi spiritualitas sebesar 0,207 dan kecerdasan sosial sebesar 0,452. Spiritualitas dan kecerdasan sosial memiliki pengaruh yang searah terhadap kesehatan mental pada siswa SMK Buddhi Karawaci Tangerang.

Pembahasan

Pengaruh spiritualitas terhadap kesehatan mental pada siswa SMK Buddhi Karawaci Tangerang. Pada hasil uji regresi secara parsial pertama diperoleh hasil nilai signifikansi di bawah angka 0,05 yaitu 0,032 yang menyatakan bahwa spiritualitas berpengaruh terhadap kesehatan mental jika kecerdasan sosial dikendalikan. Hasil dari Uji t menunjukan bahwa ada pengaruh positif yang signifikan antara spiritualitas terhadap kesehatan mental sehingga hasil penelitian ini mendukung hipotesis yang telah ditetapkan. Artinya semakin baik spiritualitas maka akan semakin baik kesehatan mental. Spiritualitas yaitu keyakinan seseorang yang berkaitan dengan pencipta kehidupan ini. Dengan demikian spiritualitas yang baik di sekolah mempunyai dampak positif terhadap kesehatan mental. Kesehatan mental dapat dipengaruhi oleh spiritualitas. Spiritualitas yang dimiliki oleh siswa dalam kehidupan sehari-hari dapat mempengaruhi kesehatan mental. Hal tersebut sesuai dengan (Setiawan et al., 2023) di mana semakin siswa mampu memiliki spiritualitas yang positif maka akan meningkatkan mental yang sehat dan sebaliknya jika siswa tidak mampu menjaga spiritualitas akan memberikan efek negatif bagi kesehatan mentalnya.

Pengaruh kecerdasan sosial terhadap kesehatan mental pada siswa SMK Buddhi Karawaci Tangerang.

Pada hasil uji regresi secara parsial kedua diperoleh hasil nilai signifikansi dibawah angka 0,05 yaitu 0,000 yang menyatakan bahwa kecerdasan sosial berpengaruh terhadap kesehatan mental jika spiritualitas dikendalikan. Hasil dari Uji t menunjukan bahwa ada pengaruh positif yang signifikan antara kecerdasan sosial terhadap kesehatan mental sehingga hasil penelitian ini mendukung hipotesis yang telah ditetapkan. Kecerdasan sosial merupakan kemampuan yang baik dalam berinteraksi dengan lingkungan sosial di kehidupannya. Artinya semakin tinggi kecerdasan sosial para siswa maka akan semakin baik dalam kesehatan mental. Siswa yang mempunyai kecerdasan sosial dalam kehidupannya dapat mempengaruhi kesehatan mental. Hal tersebut sesuai dengan (Azañedo et al., 2020) bahwa kecerdasan sosial dapat memberikan pengaruh terhadap kesehatan mental.

Pengaruh spiritualitas (X_1) dan kecerdasan sosial (X_2) terhadap kesehatan mental pada siswa SMK Buddhi Karawaci Tangerang Berdasarkan hasil analisis regresi pada *output* tabel model *summary* diperoleh angka *Adjusted R Square* sebesar 0,513. Hal ini menunjukkan bahwa presentase sumbangan pengaruh variabel spiritualitas dan kecerdasan sosial terhadap kesehatan mental pada siswa SMK Buddhi Karawaci Tangerang 51,3%, sedangkan sisanya sebesar 48,7% adalah faktor lainnya dari hal yang tidak diteliti pada penelitian ini. Data penelitian ini setelah diuji hipotesis memiliki nilai signifikansi sebesar nilai 0,000 dibawah angka 0,05 yang telah ditentukan. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima, artinya terdapat pengaruh spiritualitas dan kecerdasan sosial terhadap kesehatan mental pada siswa SMK Buddhi Karawaci Tangerang.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data dan diskusi yang disajikan, penelitian ini menghasilkan beberpa kesimpulan diantaranya: (1) Ditemukan bahwa spiritualitas memiliki pengaruh signifikan terhadap kesehatan mental siswa, tetapi pengaruh ini hanya terlihat ketika kecerdasan sosial dikontrol. Artinya, manfaat spiritualitas bagi kesehatan mental akan lebih optimal jika disertai dengan kesadaran dan keterampilan sosial yang baik; (2) Kecerdasan sosial terbukti mempengaruhi kesehatan mental, tetapi pengaruh ini menjadi signifikan ketika spiritualitas dikontrol; (3) Ketika spiritualitas dan kecerdasan sosial diuji secara bersamaan, keduanya terbukti secara bersama-sama memengaruhi kesehatan mental siswa. Bahkan, kontribusi gabungan kedua variabel ini terhadap kesehatan mental mencapai 51,3%. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menegaskan bahwa kesehatan mental siswa merupakan konstruksi yang kompleks dan dipengaruhi secara sinergis oleh aspek batin (spiritualitas) dan aspek relasional (kecerdasan sosial). Oleh karena itu, upaya untuk meningkatkan kesehatan mental di lingkungan pendidikan, khususnya di SMK Buddhi Karawaci, akan lebih efektif jika diimplementasikan melalui pendekatan holistik yang mengintegrasikan penguatan nilai-nilai spiritual dengan pengembangan keterampilan sosial siswa yang berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

Aqib, Z. (2021). *Psikologi Konseling Dan Kesehatan Mental*. Yogyakarta: Pustaka Referensi.

Azañedo, C. M., Sastre, S., Artola, T., Alvarado, J. M., & Jiménez-Blanco, A. (2020). *Social Intelligence And Psychological Distress: Subjective And Psychologicalwell-Being As Mediators*. International Journal Of Environmental Research And Public Health, 17(21), 1–11. https://doi.org/10.3390/Ijerph17217785

Chengti, S. (2018). *Understanding Mental Health And Well-Being*. The International Journal Of Indian Psychology. https://Ijip.In/Articles/Understanding-Mental-Health-And-Well-Being/

CNN Indonesia. (2023). *Diduga Kesal Sering Dirundung, Siswa SMA Tusuk Teman Satu Kelas*. https://www.cnnindonesia.com/Nasional/20230803141619-12-981484/Diduga-Kesal-Sering-Dirundung-Siswa-Sma-Tusuk-Teman-Satu-Kelas

Goleman, D. (2006). *Social Intelligence: The New Science Of Human Relationships*. Bantam.

Hamzah, A., & Susanti, L. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif Kajian Teoretik & Praktik*. Malang: Literasi Nusantara.

Headey, B., Kelley, J., & Wearing, A. (1993). *Dimensions Of Mental Health: Life Satisfaction, Positive Affect, Anxiety And Depression* On JSTOR. https://www.Jstor.Org/Stable/27522681

Kompas.com. (2024). *Pembunuhan Satu Keluarga Di Penajam Paser Utara, 5 Orang Tewas, Pelaku Masih SMK*. Kompas.com. https://regional.kompas.com/Read/2024/02/07/121500678/Pembunuhan-Satu-Keluarga-Di-Penajam-Paser-Utara-5-Orang-Tewas-Pelaku-Masih?Page=Al

Peraturan Pemerintah (PP) Nomor 47 Tahun 2008 tentang Wajib Belajar. Jakarta: Indonesia, Pemerintah Pusat.

Peraturan Presiden (Perpres) Nomor 2 Tahun 2015 tentang Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional Tahun 2015 - 2019. Jakarta: Indonesia, Pemerintah Pusat.

Priyastama, R. (2017). *Buku Sakti Kuasai SPSS*. Bantul: PT. Anak Hebat Indonesia.

Ramadhayanti. (2019). *Aplikasi SPSS Untuk Penelitian Dan Riset Pasar*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.

Rembangsupu, A., et.al. (2022). *Studi Yuridis Tentang Jenis Dan Jalur Pendidikan Di Indonesia.* AL-AFKAR: Journal for Islamic Studies 91–100. https://al-afkar.com/index.php/Afkar_Journal/article/download/337/214. doi: 10.31943/afkarjournal.v5i4.337.

Saebani, B. ., & Sutisna, Y. (2018). *Metode Penelitian (Edisi Revisi)*. Bandung: CV Pustaka Setia.

Setiawan, F., Erlaili, J., & Bintang, M. (2024). *Kesehatan Mental: Analisis Regresional Antara Spiritualitas dan Empati*. Journal of Islamic Guidance and Counseling, 2(3), 391-398. https://ejournal.uinfasbengkulu.ac.id/index.php/istisyfa/article/view/2447

Undang-undang Dasar Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. Jakarta: Departemen Pendididikan Nasional.

Veit, C. T., & Ware, J. E. (1983). *The Structure Of Psychological Distress And Well-Being In General Populations*. Journal Of Consulting And Clinical Psychology, 51(5), 730–742. https://doi.org/10.1037/0022-006X.51.5.730

WHO. (2024). *Mental Health*. https://www.who.Int/Health-Topics/Mental-Health#Tab=Tab_1