

**PENGEMBANGAN MATERI TAWAKAL DAN TASAMUH
BERBASIS *MIND MAPPING* PADA FASE D DALAM MENJAGA
KESEHATAN MENTAL DI MTs SWASTA AL-MUHAJIRIN
PINANGSORI**

Samia Rambe^{1*}, Erawadi², Fauziah Nasution³

¹MTs Swasta Al-Muhajirin Pinangsori

^{2,3}UIN Syahada Padangsidempuan

Email: samiarambe98@gmail.com¹, erawadi@uinsyahada.ac.id²,
fauziahnst@uinsyahada.ac.id³

ABSTRAK: Penelitian ini bertujuan mengembangkan bahan ajar Akidah Akhlak berbasis mind mapping pada materi tawakal dan tasamuh untuk menjaga kesehatan mental peserta didik fase D di MTs Swasta Al-Muhajirin Pinangsori. Latar belakang penelitian ini adalah meningkatnya tekanan akademik, sosial, keluarga, serta pengaruh teknologi dan media sosial yang berdampak pada kondisi emosional siswa. Bahan ajar yang digunakan masih monoton sehingga perlu inovasi yang menarik, sistematis, dan mudah dipahami. Penelitian ini menggunakan metode Research and Development (R&D) dengan model 4D, yaitu Define, Design, Develop, dan Disseminate. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dokumentasi, angket, dan validasi ahli, lalu dianalisis menggunakan skala Likert. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bahan ajar mind mapping dinilai sangat layak, praktis, dan efektif. Bahan ajar ini membantu siswa memahami nilai tawakal dan tasamuh, meningkatkan ketenangan, pengendalian emosi, toleransi, motivasi belajar, serta kepercayaan diri. Dengan demikian, bahan ajar ini layak digunakan dalam pembelajaran di sekolah secara lebih bermakna, terarah, dan relevan berkelanjutan.

Kata kunci : Metode Bermain, Perkembangan Kognitif, Anak Usia Dini, Pembelajaran Paud

ABSTRACT: *This study aims to develop mind mapping-based Akidah Akhlak teaching materials on the topics of tawakal and tasamuh to support the mental health of Phase D students at MTs Swasta Al-Muhajirin Pinangsori. This research is based on the increasing academic, social, and family pressures, as well as the influence of technology and social media, which affect students' emotional conditions. The existing teaching materials are still monotonous, so an innovative, interesting, systematic, and easy-to-understand learning resource is needed. This study uses the Research and Development (R&D) method with the 4D model, namely Define, Design, Develop, and Disseminate. Data were collected through observation, interviews, documentation, questionnaires, and expert validation, then analyzed using a Likert scale. The results show that the mind mapping-based teaching materials are highly feasible, practical, and effective. These*

materials help students understand the values of tawakal and tasamuh, improve calmness, emotional control, tolerance, learning motivation, and self-confidence. Thus, these teaching materials are suitable for use in school learning in a more meaningful, focused, and relevant way.

Keywords: *Keywords: Play Method, Cognitive Development, Early Childhood, Early Childhood Education Learning.*

PENDAHULUAN

Kesehatan mental anak di sekolah menjadi sangat penting mengingat perhatian terhadap kesejahteraan mental anak semakin mendapat sorotan di berbagai negara. Perumateri sosial, tuntutan akademik yang tinggi, tekanan dari lingkungan sekitar, dan dampak dari teknologi serta media sosial semakin memengaruhi kesehatan mental anak di lingkungan sekolah.¹ Penelitian ini diinisiasi oleh meningkatnya laporan gangguan kesehatan mental di kalangan pelajar, salah satunya di sekolah MTs Swasta AL-Muhajirin Pinangsori. Banyak anak di sekolah menghadapi tekanan dari berbagai sumber, seperti ekspektasi akademik yang tinggi, kesulitan dalam berinteraksi sosial, permasalahan dalam keluarga, dan stres yang timbul dari lingkungan sekolah itu sendiri.

Dalam menghadapi kondisi ini, penting untuk menyoroti perlunya pendekatan holistik dalam pendidikan, yang tidak hanya fokus pada prestasi akademik tetapi juga memperhatikan kesehatan mental.² Sekolah harus menjadi tempat yang aman, mendukung, dan inklusif dalam menjaga kesehatan mental peserta didik.³ Tantangan utama dalam pengembangan materi ajar untuk menjaga kesehatan mental adalah penyajian materi yang tepat, mudah dipahami, dan relevan bagi beragam kelompok usia dan latar belakang.⁴ Desain materi ajar harus mampu mengintegrasikan pemahaman

¹ A Destriawati, B Azwar, and S Rizal, "Kesehatan Mental Menurut Perspektif Zakiah Daradjat Dalam Membentuk Karakter Religius Siswa" (Institut Agama Islam Negeri Curup, 2023).

² Dina Hidayat Syarifah et al., "Peran Spiritualitas Dalam Pendidikan Untuk Mengatasi Tekanan Akademik Bagi Mahasiswa," *Istifkar* 4, no. 2 (September 9, 2024): 158–73, <https://doi.org/10.62509/jpai.v4i2.129>.

³ Maulana Abdillah and Ma'mun Hanif, "Konsep Lingkungan Pembelajaran Yang Mendukung Kesehatan Mental Siswa Di Sekolah," *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi (JIPP)* 2, no. 3 (July 31, 2024): 110–16, <https://doi.org/10.61116/jipp.v2i3.319>.

⁴ Afif Zuhdy Idham and Azmul Fuady Idham, *Pendidikan Dan Kesehatan Mental Di Era Digital: Kajian Teoretis Dan Strategi Implementasi Dalam Konteks Pendidikan Modern* (CV Eureka Media Aksara, 2026).

psikologis dan metode pendidikan yang efektif untuk membantu menjaga kesehatan mental peserta didik.⁵ Kesehatan mental sendiri merupakan sebuah situasi yang menggambarkan keadaan seseorang terbebas dari segala gejala maupun gangguan mental, dimana sebuah mental yang dikatakan stabil jika kondisi batin berada dalam proses ketenangan.⁶

Kesehatan mental merupakan hal yang cukup utama yang harus diperhatikan selayaknya kesehatan fisik, karena hubungan antar keduanya sangat erat dan sangat berkesinambungan.⁷ Kesehatan mental juga dapat dikatakan sebagai keadaan sejahtera bagi seseorang sehingga ia mampu memahami potensi dirinya, mampu mengatasi stress dalam proses kehidupannya, mampu berprestasi secara produktif, serta mampu memberikan sumbangsih besar terhadap komunitasnya. Seseorang yang bermental sehat, maka ia akan lebih semangat dalam beraktivitas.⁸ Allah Subhanahu Wa ta'ala berfirman mengenai kesehatan mental dalam Surat Ar-Ra'd ayat 29:

الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ طُوبَىٰ لَهُمْ وَحَسُنَ مَا

“Artinya: Orang-orang yang beriman dan mengerjakan kebajikan, mereka mendapat kebahagiaan dan tempat kembali yang baik.” (QS. Ar-Ra'd ayat 29)⁸

Oleh sebab itu, agar terhindar dari permasalahan kesehatan mental, perlu adanya pengembangan pembelajaran Akidah Akhlak yang merupakan salah satu dari mata pelajaran PAI yang menekankan pada kemampuan dalam membentuk karakter dan moral siswa. Salah satu aspek yang perlu ditekankan adalah indahnya akhlak terpuji yaitu

⁵ Azhar Arsyad, *Media Pembelajaran* (Depok: Raja Grafindo, 2020).

⁶ Najamudin Najamudin et al., “Mental Health Dalam Perspektif Akidah Islam: Peran Sabar, Syukur Dan Ihktiar Dalam Mengatasi Kecemasan,” *Jurnal Manajemen Dan Pendidikan Agama Islam* 4, no. 2 (February 20, 2026): 08–27, <https://doi.org/10.61132/jmpai.v4i2.1875>.

⁷ Putri Khasanah and Anna Dina Kalifia, “Hubungan Antara Kesehatan Mental Bagi Aktivitas Seharian-Hari,” *Gudang Jurnal Multidisiplin Ilmu* 2, no. 1 (2024): 333–35.

⁸ Mardiana Diana Mardiana et al., “Pengaruh Pembelajaran Online Di Era Covid 19 Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa,” *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada* 11, no. 1 (June 1, 2022): 271–81, <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.751>.

tentang tawakal (percaya sepenuhnya kepada Allah) dan tasamuh (toleransi) berbasis mind mapping yang digunakan sebagai alat visual untuk menyajikan informasi secara terstruktur dan memudahkan pemahaman serta pengingatan kondisi emosional yang positif.⁹

Adapun usaha seorang guru dalam meningkatkan mutu atau kualitas pembelajaran pada dasarnya merupakan satu kesatuan dalam proses pembelajaran di kelas. Tidak hanya dalam memilih dan menerapkan strategi pembelajaran yang tepat, namun ada beberapa hal yang perlu diperhatikan seperti strategi pengembangan materi ajar, agar pembelajaran berlangsung dengan efektif dan sesuai dengan tujuan pembelajaran. Dalam hal tersebut materi ajar merupakan salah satu sarana pendukung dalam sebuah proses pembelajaran.⁹ Komponen perencanaan pembelajaran yang digunakan oleh guru saat ini adalah buku yang cenderung masih berfokus pada teks dan memiliki ilustrasi yang terbatas. Hal ini bisa membuat materi tersebut kurang menarik bagi pembelajar yang lebih responsif terhadap pendekatan.

Pengembangan materi ajar yang tren dan mampu mengubah paradigma pembelajaran dan inovasi belajar mengajar didalam kelas merupakan tanggung jawab seorang guru. Karena yang mengetahui secara langsung karakteristik siswa, keadaan lingkungan sekolah, ketersediaan sarana prasarana ataupun materi ajar seorang guru.¹⁰ Dengan memahami tantangan dan kebutuhan dalam menjaga kesehatan mental melalui materi ajar, institusi pendidikan dapat menjadi agen perumateri yang signifikan dalam memperbaiki kesejahteraan mental siswa. Penelitian ini muncul dari kebutuhan akan metode pembelajaran yang lebih menarik dan mudah dipahami bagi siswa sehingga mereka dapat memperoleh pemahaman yang baik mengenai materi juga menjaga kesehatan mental mereka.

Dengan menggunakan metode mind mapping ini, menawarkan pendekatan visual dan interaktif yang dapat memudahkan proses pembelajaran yang lebih ramah dan

⁹ Mardiana et al.

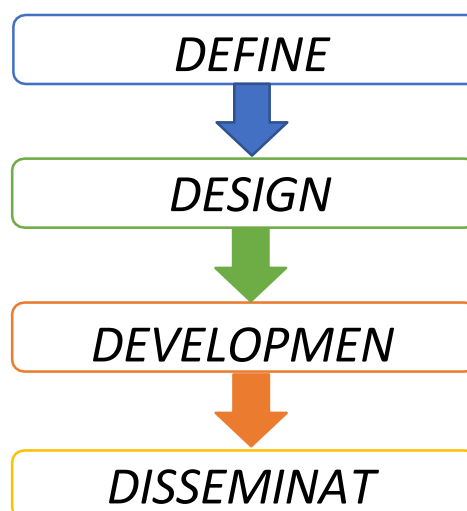
¹⁰ Fitri Indriani Herawati, Dini Aminarti, and Rosdiana, "Penguatan Paradigma Profesi Guru AbAd 21," *SETYAKI: Jurnal Studi Keagamaan Islam* 1, no. 4 (December 29, 2023): 48–53, <https://doi.org/10.59966/setyaki.v1i4.667>.

menyenangkan.¹¹ Pengembangan materi ini bertujuan untuk membantu individu memperkuat kesehatan mental mereka dengan membangun keyakinan kepada Allah (tawakal) dan mengembangkan sikap toleransi serta kesabaran (tasamuh) dalam menghadapi berbagai situasi kehidupan. Dengan demikian, mereka dapat merasa lebih tenang, berdaya, dan mampu menjalani kehidupan dengan penuh makna.

METODOLOGI PENELITIAN

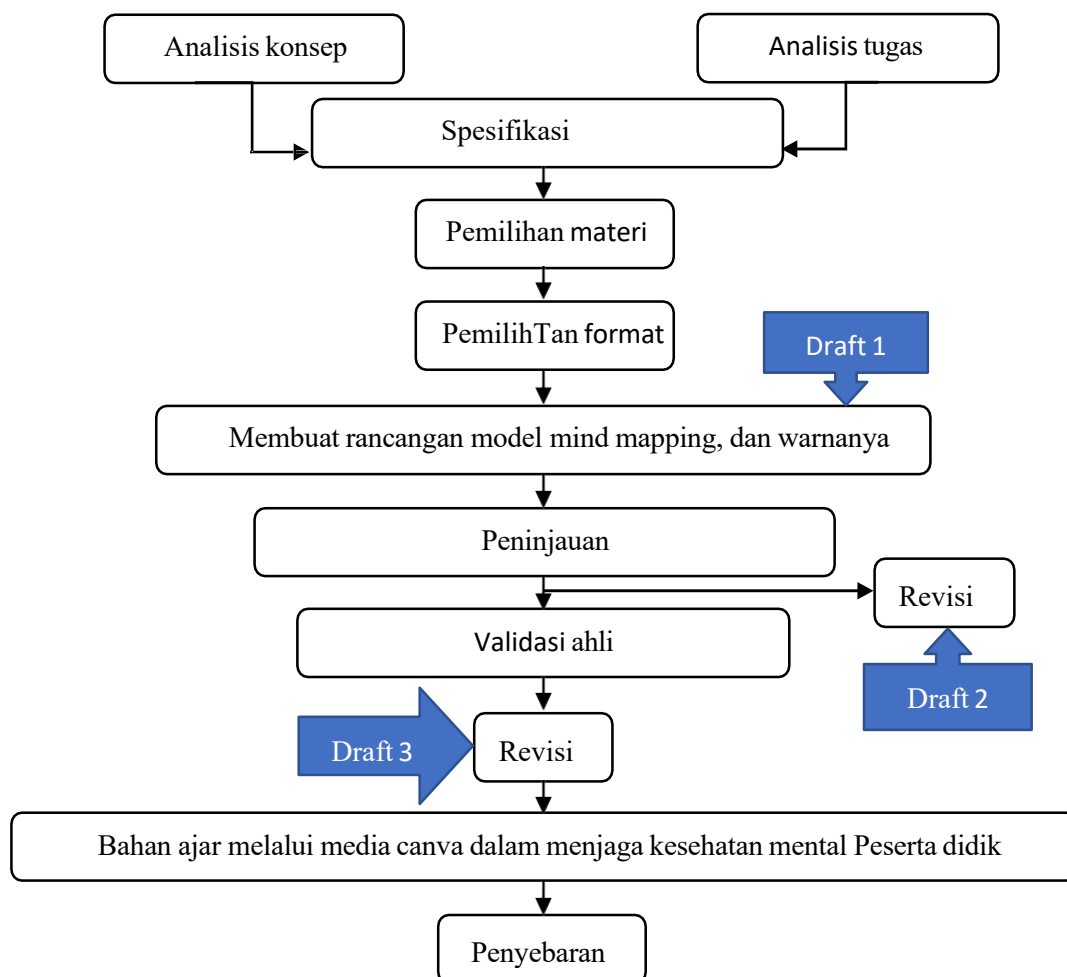
Pendekatan Penelitian yang dilakukan ini bersifat pengembangan Research and Development (R&D). Model pengembangan 4-D (Four D) merupakan model pengembangan perangkat pembelajaran. Model ini dikembangkan oleh S. Thiagarajan, Dorothy S. Semmel, dan Melvyn I.⁷⁰ Berikut tahapan model pengembangan 4D terdiri atas 4 tahap utama yaitu Pendefinisian (Define), Perancangan (Design), Pengembangan (Develop) dan Penyebaran Disseminate.

Gambar 3.1 alur model pengembangan 4-D



¹¹ Arif Bagus Priyanata et al., "Analisis Model Pembelajaran Mind Mapping Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Di Sekolah Dasar," *MODELING: Jurnal Program Studi PGMI* 12, no. 1 (March 5, 2025): 256-88, <https://doi.org/10.69896/modeling.v12i1.2781>.

Prosedur pengembangan bahan ajar dalam penelitian ini menggunakan model Thiagarajan atau model 4-D yang meliputi tahap *define*, *design*, *develop*, dan *disseminate*. Setiap tahap dilakukan secara sistematis, mulai dari analisis kebutuhan, perancangan bahan ajar, pengembangan melalui validasi dan revisi, hingga penyebaran produk akhir kepada peserta didik. Secara lebih jelas, alur pengembangan bahan ajar tersebut dapat dilihat pada gambar berikut.



HASIL DAN PEMBAHASAN

MTs Swasta Al-Muhajirin Pinangsori adalah lembaga pendidikan Islam swasta yang berlokasi di Jalan Padangsidimpuan Km. 25, Pinang Baru, Kecamatan Pinangsori,

Kabupaten Tapanuli Tengah, Sumatera Utara. Sekolah ini berada di bawah naungan yayasan lokal dan fokus pada pembentukan karakter serta akhlak mulia. Pada awalnya lokasi MTs Al-Muhajirin Pinangsori merupakan tempat kegiatan Mengaji Sore dengan kondisi bangunan yang sangat memprihatinkan. Seiring berjalannya waktu, tempat tersebut mengalami perkembangan dan berubah menjadi Madrasah Diniyah Awaliyah (MDA), kemudian bertransformasi menjadi Madrasah Diniyah Takmiliah (MDT). Melihat potensi dan kebutuhan pendidikan yang semakin meningkat, pada tahun 2012 didirikanlah Yayasan Pendidikan Al-Muhajirin Pinangsori yang secara resmi membuka jenjang pendidikan Madrasah Tsanawiyah (MTs). Namun, seiring dengan pertambahan jumlah peserta didik dan kebutuhan sarana yang lebih memadai, lokasi awal dinilai tidak memungkinkan untuk menunjang pengembangan madrasah.⁷³ Oleh karena itu, yayasan berupaya menambah lokasi baru sebagai pusat kegiatan belajar mengajar. Saat ini, MTs Al-Muhajirin Pinangsori telah memiliki lahan seluas 11.410 m² yang beralamat di Aek Nabobar, Kelurahan Albion Prancis, Kecamatan Pinangsori, Kabupaten Tapanuli Tengah, Provinsi Sumatera Utara.

Hasil Pengembangan Materi Ajar

Hasil penelitian berisi paparan terkait data penelitian pengembangan yang dilakukan peneliti. Dimana penelitian pengembangan yang dilakukan menghasilkan satu produk berupa materi ajar Tawakal dan Tasamuh berbasis *mind mapping* untuk menjaga kesehatan mental siswa. Dengan menggunakan jenis pengembangan yang disarankan oleh Sivasailam Thiagarajan, Dorothy S. Semmel dan Melvyn I. Semmel yaitu Four-D (4D) yang meliputi empat tahap: *Define* (Pendefinisian), *Design* (Perancangan), *Develop* (Pengembangan), dan *Disseminate* (Penyebaran).⁷⁵ namun dalam pengembangan produk materi ajar akidah akhlak berbasis *mind mapping* peneliti hanya akan melakukan teknik pengembangannya sampai pada tahap *Develop* (Pengembangan).

Hasil Validasi Ahli dan Revisi Produk

1. Validasi Materi

Pada tahap ini validator materi dalam penelitian ini adalah Ibu Lina Sari Riregar, S.Pd.I Materi yang dinilai untuk mendapatkan hasil bahwa materi dengan metode *mind mapping* sudah sesuai dengan kompetensi dasar (KD) dan indikator pembelajaran. Aspek yang dinilai adalah kelengkapan materi pembelajaran, kesesuaian KD dan indikator pembelajaran, dan bahasa yang digunakan sudah sopan, tepat dan sesuai dengan EYD serta tidak mengandung SARA, materi yang disajikan sesuai dengan tingkat kemampuan siswa, pendukung materi yang sesuai dengan materi pembelajaran. Instrument validasi bahasa dan materi terdapat pada lampiran halaman. Instrument validasi ahli materi dan validasi media terdapat pada lampiran 1 sampai 6. Dalam Analisis data uji coba ahli dilakukan untuk mengetahui tingkat kelayakan produk pengembangan materi tawakal dan tasamuh berbasis metode *mind mapping* sebelum diimplementasikan kepada siswa. Data diperoleh melalui angket validasi menggunakan skala Likert 1–5.

Rumus yang digunakan untuk menghitung persentase kelayakan adalah:

$$\text{Persentase} = \frac{\text{Jumlah Skor yang Diperoleh}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100\%$$

Kriteria interpretasi:

No	Presentasi	Keterangan
1	81%–100%	Sangat Layak
2	61%–80%	Layak
3	41%–60%	Cukup Layak
4	21%–40%	Kurang Layak
5	0%–20%	Tidak Layak

Analisis Validasi dari ahli materi terdiri dari 20 indikator dengan skor maksimal 5 pada setiap indikator.

Jumlah indikator: 20

Skor maksimal: $20 \times 5 = 100$

Skor yang diperoleh: 90

Perhitungan:

$$P = \frac{90}{100} \times 100\% = 90\%$$

Berdasarkan hasil validasi ahli materi, diperoleh persentase sebesar 90% yang menunjukkan bahwa produk berada pada kategori sangat layak. Hasil tersebut menunjukkan bahwa materi yang dikembangkan telah sesuai dengan Capaian Pembelajaran Fase D, khususnya dalam pembahasan konsep tawakal dan tasamuh. Selain itu, konsep tawakal dan tasamuh yang disajikan dinilai sudah tepat dan akurat, didukung oleh dalil Al-Qur'an dan Hadis yang relevan, serta memiliki keterkaitan yang jelas dengan kesehatan mental siswa. Aspek evaluasi juga telah sesuai dengan tujuan pembelajaran, sehingga dapat digunakan untuk mengukur ketercapaian pemahaman siswa terhadap materi.

Meskipun demikian, validator ahli materi memberikan beberapa saran perbaikan agar produk menjadi lebih baik. Saran tersebut meliputi penambahan penjelasan mengenai perbedaan antara tawakal dan pasrah, penambahan studi kasus yang berkaitan dengan kecemasan siswa, serta memperjelas indikator kesehatan mental. Dengan adanya revisi tersebut, produk diharapkan dapat menjadi lebih lengkap, mudah dipahami, dan lebih sesuai dengan kebutuhan belajar siswa.

2. Validasi Ahli Media

Pada validator ahli media adalah Ibu Nur Anisyah Harahap, S.E M.E. Aspek yang di nilai ialah desain dan tampilan, keterbacaan media, dan kemudahan penggunaan metode *mind mapping* Validasi ahli media terdiri dari 20 indikator dengan skor maksimal 5 pada setiap indikator.

Jumlah indikator : 20

Skor maksimal : $20 \times 5 = 100$

Skor yang diperoleh : 85

Perhitungan:

$$P = \frac{85}{100} \times 100\% = 85\%$$

Hasil dari analisis perhitungan ialah Persentase sebesar 85% menunjukkan bahwa produk berada pada kategori Layak. Hal ini menunjukkan bahwa:

1. Desain modul menarik dan sistematis
2. Template *mind mapping* jelas dan mudah digunakan
3. Tata letak sudah rapi dan proporsional
4. Media mendukung keterlibatan siswa

Dari hasil data validasi oleh validator terdapat revisi guna perbaikan lebih baik, berikut Saran ahli media. *Pertama*, memperbesar ukuran font pada instruksi. *Kedua*, menambahkan variasi warna pada cabang *mind mapping*. *Ketiga*, menyediakan contoh mind map yang lebih lengkap

3. Rekapitulasi Hasil Validasi

4. Tabel.4.1 Rata-rata Persentase Kelayakan

Validator	Skor Diperoleh	Skor Maksimal	Persentase	Kategori
Ahli Materi	90	100	90%	Sangat Layak
Ahli Media	85	100	85%	Layak

$$\frac{90\% + 85\%}{2} = 87,5\%$$

Rata-rata persentase sebesar 87,5% menunjukkan bahwa produk secara keseluruhan berada pada kategori Sangat Layak dan siap untuk diuji cobakan kepada siswa Fase D di MTs Al-Muhajirin Pinangsori.

Uji Reliabilitas

Uji validitas dilakukan dengan korelasi Pearson Product Moment antara skor tiap item dengan skor total, dengan jumlah siswa 76 Orang.

Tabel 4.2 Tabel Uji Validitas

No Item	<i>r hitung</i>	<i>r table</i>	Keterangan
1	0,412	0,225	Valid
2	0,365	0,225	Valid
3	0,198	0,225	Tidak valid
4	0,478	0,225	Valid
5	0,521	0,225	Valid
6	0,433	0,225	Valid
7	0,255	0,225	Valid
8	0,601	0,225	Valid
9	0,389	0,225	Valid
10	0,447	0,225	Valid
11	0,512	0,225	Valid
12	0,276	0,225	Valid
13	0,190	0,225	Tidak valid
14	0,538	0,225	Valid
15	0,421	0,225	Valid
16	0,499	0,225	Valid
17	0,356	0,225	Valid
18	0,584	0,225	Valid
19	0,463	0,225	Valid

No Item	<i>r hitung</i>	<i>r table</i>	Keterangan
20	0,402	0,225	Valid

Diketahui:

Jumlah responden (N) = 76 siswa

Taraf signifikansi = 5% ($\alpha = 0,05$)

Derajat kebebasan (df) = $N - 2 = 76 - 2 = 74$

$N = 76 \rightarrow r \text{ tabel } (\alpha = 0,05) = 0,225$

Berdasarkan hasil uji validitas menggunakan korelasi Pearson Product Moment dengan jumlah responden 76 siswa, diperoleh nilai r tabel sebesar 0,225 pada taraf signifikansi 0,05. Hasil analisis menunjukkan bahwa dari 20 butir pernyataan terdapat 18 butir yang dinyatakan valid karena memiliki nilai r hitung lebih besar dari r tabel, sedangkan 2 butir dinyatakan tidak valid karena nilai r hitung lebih kecil dari r tabel. Dengan demikian, instrumen penelitian dapat digunakan setelah dilakukan revisi atau penghapusan pada item yang tidak valid.

Reliabilitas Instrumen Tes

Uji reliabilitas instrumen tes dilakukan untuk mengetahui tingkat konsistensi soal tes hasil belajar materi tawakal dan tasamuh berbasis mind mapping. Pengujian reliabilitas dilakukan terhadap 20 butir soal pilihan ganda yang diujicobakan kepada 76 peserta didik.

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left(1 - \frac{\sum \sigma_i^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan Rumus:

α = koefisien reliabilitas

k = jumlah item (20 butir)

σ_i^2 = varians tiap item

σ_t^2 = varians total

Diketahui:

Menghitung Rata-rata Skor Total

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

$$\Sigma X = 1080$$

$$N = 76$$

$$\alpha = \frac{20}{19} \left(1 - \frac{8,42}{52,10} \right)$$

$$\alpha = 1,0526 \times (1 - 0,1616)$$

$$\alpha = 1,0526 \times 0,8384$$

$$\alpha = 0,882$$

Tabel. 4.3 Hasil Uji Reliabilitas Tes (Cronbach's Alpha)

Jumlah Butir	Jumlah Siswa	Σ Varians Item	Varians Total	Cronbach Alpha	Keterangan
20	76	8,42	52,10	0,882	Reliabel Tinggi

Maka dari tabel 4.3 dapat disimpulkan Hasil perhitungan menunjukkan bahwa nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,882 lebih besar dari 0,70. Dengan demikian, instrumen tes dinyatakan memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi, sehingga dapat digunakan sebagai alat pengumpulan data dalam penelitian.

Uji Reliabilitas Angket

Uji reliabilitas angket dilakukan untuk mengetahui konsistensi instrumen angket respon siswa dan kesehatan mental peserta didik terhadap penggunaan materi tawakal dan tasamuh berbasis mind mapping. Rumus Cronbach Alpha:

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left(1 - \frac{\sum \sigma_i^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan:

α : koefisien reliabilitas

k : jumlah item angket

$\sum \sigma_i^2$: jumlah varians item

σ_t^2 : varians total

Diketahui:

Jumlah siswa = 76

Jumlah item angket = 20

Jumlah varians item = 6,92

Varians total = 52,10 Perhitungan

$$\frac{\sum \sigma_i^2}{\sigma_t^2} = \frac{7,98}{52,10}$$

$$= 0,1532$$

$$1 - 0,1532 = 0,8468$$

$$\frac{k}{k-1} \frac{20}{19} = 1,0526$$

$$\alpha = 1,0526 \times 0,8468$$

$$\alpha = 0,891$$

Tabel. 4.4 Hasil Uji Reliabilitas Angket (Cronbach's Alpha)

Instrumen	Jumlah Siswa	Nilai Alpha	Keterangan
Angket Kesehatan Mental	76	0,889	Reliabel Tinggi

Dari tabel 4.4 Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa nilai Cronbach Alpha pada angket kesehatan mental sebesar 0,889. nilai tersebut lebih besar dari 0,70 sehingga seluruh instrumen angket dinyatakan reliabel dengan kategori tinggi.

Interpretasi Hasil Reliabilitas

Tabel. 4.5 kategori interpretasi reliabilitas

Interval Koefisien	Kategori
0,90 – 1,00	Sangat Tinggi
0,70 – 0,89	Tinggi
0,60 – 0,69	Cukup
0,50 – 0,59	Rendah
< 0,50	Sangat Rendah

Berdasarkan kategori interpretasi reliabilitas, seluruh instrumen dalam penelitian ini berada pada kategori tinggi. Dengan demikian, instrumen tes dan angket dapat digunakan sebagai alat pengumpulan data dalam penelitian pengembangan materi tawakal dan tasamuh berbasis mind mapping.

Hasil Uji Coba Lapangan

Pada hari Senin, tanggal 20 Mei 2024 , uji coba lapangan dilaksanakan di MTs Al-Muhajirin Pinangsori. Kegiatan ini dilakukan di kelas VI-IX (Unggulan) yang terdiri

dari 76 siswa dengan berbagai latar belakang sosial dan emosional. Kelas tersebut dipilih karena mewakili karakteristik siswa pada fase D dalam Kurikulum Merdeka, yaitu usia remaja awal yang sedang dalam proses pencarian jati diri dan sangat membutuhkan pembinaan nilai spiritual serta keseimbangan mental.

Guru PAI yang memandu pelajaran, Ibu Lili Anggraini.,S.Pd.I menyampaikan materi yang telah dikembangkan dengan pendekatan *mind mapping*. Materi fokus pada dua nilai inti dalam ajaran Islam: tawakal (berserah diri kepada Allah dengan usaha) dan tasamuh (toleransi). Penyampaian dilakukan secara interaktif melalui diskusi, tanya jawab, dan refleksi pribadi siswa. Pada awal pembelajaran, guru memulai dengan pertanyaan reflektif: "*Apa yang biasanya kalian lakukan saat menghadapi masalah atau stres?*" Siswa menjawab beragam: ada yang bilang bermain game, menyendiri, bahkan menangis. Guru lalu mengaitkan pengalaman tersebut dengan pentingnya tawakal dan tasamuh dalam menjaga ketenangan hati dan relasi sosial.

Salah satu siswa bernama Queensyah, yang dikenal pemalu, mulai berani mengungkapkan bahwa ia sering merasa cemas menjelang ujian. Setelah mengikuti penjelasan tentang tawakal, ia berkata,

"Kalau kita sudah belajar dan berdoa, berarti kita tinggal percaya Allah kasih hasil terbaik, ya Bu?"

Situasi kelas menjadi lebih hidup ketika siswa membuat mind map mereka sendiri. Ada yang menggambarkan hubungan antara tawakal dan doa, sementara yang lain menautkannya dengan sabar, usaha, dan menghindari iri hati terhadap teman. Setelah pembelajaran, siswa mengisi angket respon, dan hasilnya menunjukkan bahwa sebagian besar merasa lebih tenang dan percaya diri setelah memahami konsep tawakal. Mereka juga mulai menghargai pentingnya tasamuh, terutama saat terjadi perbedaan pendapat di kelas. Guru mengamati bahwa siswa lebih aktif, lebih terbuka, dan terlihat nyaman mengekspresikan diri, dibandingkan dengan pertemuan-pertemuan sebelumnya. Bahkan, ada siswa yang biasanya pasif justru aktif dalam diskusi kelompok.

Disseminate (Penyebaran)

Tahap disseminate merupakan tahap akhir dalam model pengembangan *Four-4D* yang bertujuan untuk menyebarluaskan produk yang telah dikembangkan agar dapat digunakan dalam pembelajaran secara lebih luas. Produk yang dikembangkan dalam penelitian ini adalah materi tawakal dan tasamuh berbasis mind mapping pada fase D dalam menjaga kesehatan mental di MTs Swasta AL-Muhajirin Pinangsori. Setelah produk melalui tahap validasi oleh ahli materi dan ahli media, serta telah dilakukan revisi berdasarkan saran perbaikan, kemudian dilanjutkan dengan uji coba terbatas kepada peserta didik fase D. Berdasarkan hasil tersebut, produk dinyatakan layak digunakan dalam proses pembelajaran Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti.

Pada tahap disseminate, penyebaran produk dilakukan secara terbatas (*limited dissemination*), yaitu dengan memberikan materi ajar kepada guru Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti di sekolah tempat penelitian. Produk disebarluaskan dalam bentuk bahan ajar cetak agar dapat digunakan sebagai alternatif media pembelajaran di kelas. Selain itu, peneliti juga memberikan penjelasan kepada guru mengenai penggunaan materi berbasis *mind mapping* dalam pembelajaran, sehingga guru dapat memahami cara penerapan produk secara efektif. Penyebaran ini dilakukan untuk mendukung implementasi pembelajaran yang lebih aktif, menarik, dan bermakna bagi peserta didik. Dengan adanya tahap disseminate ini, diharapkan produk yang dikembangkan tidak hanya digunakan dalam lingkup penelitian, tetapi juga dapat dimanfaatkan dalam kegiatan pembelajaran sehari-hari, serta menjadi referensi bagi guru dalam mengembangkan bahan ajar yang inovatif, khususnya dalam materi tawakal dan tasamuh yang berkaitan dengan upaya menjaga kesehatan mental peserta didik.

PEMBAHASAN**Hasil Pengembangan Penelitian****Hasil praktikalitas**

Uji praktikalitas dilakukan untuk mengetahui tingkat kemudahan penggunaan materi pembelajaran tentang tawakal dan tasamuh pada fase D dalam menjaga kesehatan mental siswa di MTs Al-Muhajirin Pinangsori. Praktikalitas dinilai berdasarkan angket

yang diberikan kepada siswa setelah proses pembelajaran berlangsung. Praktikalitas produk dihitung berdasarkan hasil angket yang diberikan kepada 76 siswa. Angket tersebut menggunakan skala Likert 1–5 dengan jumlah item sebanyak 20 butir. Skor maksimal diperoleh dari jumlah siswa dikalikan jumlah item angket dan skor tertinggi pada skala Likert, yaitu $76 \times 20 \times 5 = 7.600$. sskor maksimal praktikalitas yang dapat diperoleh adalah 7.600. Adapun rumus yang digunakan untuk menghitung persentase praktikalitas adalah $P = (F / N) \times 100\%$, dengan P sebagai persentase praktikalitas, F sebagai skor yang diperoleh, dan N sebagai skor maksimal.

Keterangan:

P : Persentase praktikalitas

F : Jumlah skor yang diperoleh

N : Jumlah skor maksimal Jumlah skor yang diperoleh = 6.828

P : $(6.828 / 7.600) \times 100\%$

P : $0,89 \times 100\%$

P = 90%

Berdasarkan hasil perhitungan, diperoleh persentase praktikalitas siswa sebesar 90% dengan kategori Sangat Praktis. Hal ini menunjukkan bahwa siswa merasa materi pembelajaran mudah dipahami, menarik, dan membantu dalam menjaga kesehatan mental.

Uji Tingkat Keefektifan

Tingkat keefektifan dilakukan untuk mengetahui keberhasilan materi ajar tentang tawakal dan tasamuh pada fase D dalam menjaga kesehatan mental siswa di MTs Al-Muhajirin Pinangsori. Penelitian dilakukan terhadap 76 siswa dengan menggunakan angket dan hasil evaluasi pembelajaran. Rumus yang digunakan untuk menghitung persentase keefektifan adalah:

Jumlah siswa 76

Skor Maksimal 100

Menghitung rata-rata *pretest* dan *posttest*

$$\bar{X}_{pre} = \frac{4528}{76} = 59,6$$

$$\bar{X}_{post} = \frac{6828}{76} = 89,8$$

Dan Rumus N-Gain adalah:

$$N-Gain = \frac{89,8-59,6}{100-59,6}$$

$$N-Gain = \frac{30,2}{40,4} = 0,75$$

Rekapitulasi Hasil

Tabel. 4.6 Nilai Rekapitulasi

Keterangan	Nilai
Jumlah nilai <i>pretest</i>	4528
Jumlah nilai <i>posttest</i>	6828
Rata-rata <i>Pretest</i>	59,6
Rata-rata <i>Posttest</i>	89,8
N-Gain	0,75

Berdasarkan tabel 4.6 hasil perhitungan terhadap 76 siswa, diperoleh nilai N-Gain sebesar 0,75 dengan kategori tinggi, sehingga menunjukkan bahwa pengembangan materi tawakal dan tasamuh berbasis mind mapping di MTs Al-Muhajirin Pinangsori tergolong efektif dalam membantu pembelajaran dan menjaga kesehatan mental siswa. Metode

mind mapping membuat siswa lebih mudah memahami materi, lebih aktif, dan tertarik dalam belajar. Selain itu, nilai tawakal dan tasamuh membantu siswa bersikap lebih sabar, tenang, dan toleran.

Namun, nilai 0,75 belum menunjukkan hasil yang maksimal sehingga masih ada kekurangan. Beberapa siswa mungkin belum sepenuhnya memahami atau menerapkan nilai-nilai tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, hasil penelitian bisa dipengaruhi oleh ketertarikan siswa terhadap metode mind mapping, bukan sepenuhnya pada materi yang diajarkan. Pengukuran kesehatan mental juga kemungkinan masih bersifat subjektif karena hanya berdasarkan angket atau respon siswa.

KESIMPULAN

Validitas materi ajar yang dikembangkan untuk menjaga kesehatan mental peserta didik pada fase D di MTs Al-Muhajirin Pinangsori telah diuji validitasnya melalui serangkaian evaluasi oleh ahli materi, dan media. Hasil validasi menunjukkan bahwa materi ajar 87,5% layak dan memenuhi kriteria keilmuan, relevansi, dan kebermanfaatan, sehingga dinyatakan valid untuk digunakan dalam pembelajaran. Uji praktikalitas menunjukkan bahwa materi ajar ini sesuai dan layak dengan persentase 90% , untuk kebutuhan siswa di MTs Al-Muhajirin Pinangsori. Hal ini ditunjukkan melalui respon positif dari guru dan siswa terhadap kemudahan penggunaan, kesesuaian dengan konteks pembelajaran, serta daya tarik materi ajar. Dengan demikian, materi ajar ini praktis untuk digunakan dalam membantu siswa menjaga mental yang sehat, hati yang tenang dan hidup harmonis. Materi ajar yang dikembangkan terbukti efektifitas dalam meningkatkan kesehatan mental peserta didik pada fase D. Berdasarkan hasil pengujian lapangan tingkat efektifitas 0,75 dengan kategori tinggi, siswa yang menggunakan materi ajar ini menunjukkan peningkatan pemahaman tentang kesehatan mental, kemampuan mengelola emosi, dan kesadaran terhadap pentingnya menjaga kesehatan mental, dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak menggunakan materi ajar ini.

DAFTAR PUSTAKA

Abdillah, Maulana, and Ma'mun Hanif. "Konsep Lingkungan Pembelajaran Yang

- Mendukung Kesehatan Mental Siswa Di Sekolah.” *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi (JIPP)* 2, no. 3 (July 31, 2024): 110–16. <https://doi.org/10.61116/jipp.v2i3.319>.
- Arsyad, Azhar. *Media Pembelajaran*. Depok: Raja Grafindo, 2020.
- Destriawati, A, B Azwar, and S Rizal. “Kesehatan Mental Menurut Perspektif Zakiah Daradlat Dalam Membentuk Karakter Religius Siswa.” Institut Agama Islam Negeri Curup, 2023.
- Herawati, Fitri Indriani, Dini Aminarti, and Rosdiana. “Penguatan Paradigma Profesi Guru AbAd 21.” *SETYAKI: Jurnal Studi Keagamaan Islam* 1, no. 4 (December 29, 2023): 48–53. <https://doi.org/10.59966/setyaki.v1i4.667>.
- Idham, Afif Zuhdy, and Azmul Fuady Idham. *Pendidikan Dan Kesehatan Mental Di Era Digital: Kajian Teoretis Dan Strategi Implementasi Dalam Konteks Pendidikan Modern*. CV Eureka Media Aksara, 2026.
- Khasanah, Putri, and Anna Dina Kalifia. “Hubungan Antara Kesehatan Mental Bagi Aktivitas Sehari-Hari.” *Gudang Jurnal Multidisiplin Ilmu* 2, no. 1 (2024): 333–35.
- Mardiana, Mardiana Diana, Alfian Mas’ud, Megawati Sibulo, A. Sri Ulfi Nofrianti, and Irawati Irawati. “Pengaruh Pembelajaran Online Di Era Covid 19 Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa.” *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada* 11, no. 1 (June 1, 2022): 271–81. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.751>.
- Najamudin Najamudin, Dwi Muliati, Anisa Anisa, Andika Mulyansyah, and Nur Indah Tiana. “Mental Health Dalam Perspektif Akidah Islam: Peran Sabar, Syukur Dan Ihktiar Dalam Mengatasi Kecemasan.” *Jurnal Manajemen Dan Pendidikan Agama Islam* 4, no. 2 (February 20, 2026): 08–27. <https://doi.org/10.61132/jmpai.v4i2.1875>.
- Priyanata, Arif Bagus, Nasution Nasution, Waspodo Tjipto Subroto, and M. Fahmi Zakariyah. “Analisis Model Pembelajaran Mind Mapping Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Di Sekolah Dasar.” *MODELING: Jurnal Program Studi PGMI* 12, no. 1 (March 5, 2025): 256–88. <https://doi.org/10.69896/modeling.v12i1.2781>.
- Syarifah, Dina Hidayat, Hanif Firdaus, Nursaida, Syaiful Kiram, and Iwanuz Zurur.

“Peran Spiritualitas Dalam Pendidikan Untuk Mengatasi Tekanan Akademik Bagi Mahasiswa.” *Istifkar* 4, no. 2 (September 9, 2024): 158–73.
<https://doi.org/10.62509/jpai.v4i2.129>.