

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Konsultasi



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
BANJARMASIN
Jl. Jend. A. Yani Km. 4.5 Banjarmasin Kode Pos 70235 Telp. (0511) 3266593

KARTU KONSULTASI SKRIPSI

Nama : Norani

NIM : 1601451195

Judul : Studi Kasus: Gambaran Religiusitas Mahasiswa Penyintas

Depresi Di UIN Antasari Banjarmasin

Dosen Pembimbing:

① Dra. Hj. Siti Faridah, M.Ag

2. Mahdia Fadhila, M.Psi, Psikolog

No	Tanggal	Deskripsi Masalah yang Dikonsultasikan	Tanda Tangan
1	4 Desember 2020	Seminar proposal	
2	5 Juni 2021	Bimbingan skripsi bab 1	
3	8 Juni 2021	Feedback skripsi bab 1	
4	23 Mei 2022	Bimbingan skripsi bab 1 revisi 1, bab 2, bab 3	
5	26 Mei 2022	Feedback skripsi bab 1 revisi 1, bab 2, bab 3	
6	31 Mei 2022	Bimbingan skripsi bab 1 revisi 2, bab 2 revisi 1, bab 3 revisi 1, guide wawancara dan skala	
7	1 Juni 2022	Feedback skripsi bab 1 revisi 2, bab 2 revisi 1, bab 3 revisi 1, guide wawancara dan skala	
8	3 Juni 2022	Bimbingan guide wawancara	
9	7 Juni 2022	Bimbingan bab 4, bab 5, abstrak	
10	8 Juni 2022	Bimbingan bab 4 revisi 1, bab 5 revisi 1, abstrak revisi 1	

Banjarmasin, 14 Juli 2022
Ketua Jurusan Psikologi Islam

Shanty Komalasari, M.Psi, Psikolog
NIP. 19830215201503 2 002



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
BANJARMASIN
Jl. Jend. A. Yani Km. 4.5 Banjarmasin Kode Pos 70235 Telp. (0511) 3266593

KARTU KONSULTASI SKRIPSI

Nama : Norani
NIM : 1601451195
Judul : Studi Kasus: Gambaran Religiusitas Mahasiswa Penyintas
Depresi Di UIN Antasari Banjarmasin

Dosen Pembimbing:

1. Dra. Hj. Siti Faridah, M.Ag
- ② Mahdia Fadhila, M.Psi, Psikolog

No	Tanggal	Deskripsi Masalah yang Dikonsultasikan	Tanda Tangan
1	4 Desember 2020	Scminar Proposal	
2	4 Januari 2021	Bimbingan skripsi bab 1 revisi 1	
3	7 Januari 2021	Feedback skripsi bab 1 revisi 1	
4	1 Mei 2021	Bimbingan skripsi bab 1 revisi 2	
5	17 Mei 2021	Feedback skripsi bab 1 revisi 2	
6	5 Juni 2021	Bimbingan skripsi bab 1 revisi 3, bab 2, bab 3	
7	15 Juni 2021	Feedback skripsi bab 1 revisi 3, bab 2	
8	22 Juni 2021	Bimbingan isi outline skripsi bab 2	
9	16 November 2021	Bimbingan skripsi bab 1 revisi 4, bab 2 revisi 1	
10	29 Desember 2021	Feedback skripsi bab 2 revisi 1	
11	18 Februari 2022	Bimbingan skripsi bab 2 revisi 2	
12	4 Maret 2022	Feedback skripsi bab 2 revisi 2	
13	5 Maret 2022	Feedback skripsi bab 2 revisi 2	
14	11 April 2022	Bimbingan skala	
15	19 April 2022	Bimbingan skripsi bab 2 revisi 3, bab 3, guide wawancara dan skala	
16	30 April 2022	Feedback skripsi bab 2 revisi 3, bab 3, guide wawancara dan skala	
17	23 Mei 2022	Bimbingan skripsi bab 2 revisi 4, bab 3 revisi 1, guide wawancara dan skala revisi 1	
18	24 Mei 2022	Bimbingan guide wawancara dan skala	
19	30 mei 2022	Bimbingan skala	
20	2 Juni 2022	Bimbingan guide wawancara	
21	3 Juni 2022	Bimbingan guide wawancara	
22	13 Juni 2022	Bimbingan untuk pengambilan data lapangan	
23	20 Juni 2022	Bimbingan hasil data lapangan	
24	6 Juli 2022	Bimbingan bab 4, bab 5, abstrak	
25	7 Juli 2022	Bimbingan bab 4 revisi 1, bab 5 revisi 1, abstrak revisi 1	
26	8 Juli 2022	Bimbingan bab 4 revisi 2, bab 5 revisi 2, abstrak revisi 2	
27	11 Juli 2022	Bimbingan bab 4 revisi 3, bab 5 revisi 3, jurnal	

Banjarmasin, 14 Juli 2022
Ketua Jurusan Psikologi Islam

Shanty Kumalasari, M.Psi, Psikolog
NIP. 19830215 201503 2 002

Lampiran 2 Surat Keputusan Seminar Proposal

**SURAT KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
UIN ANTASARI BANJARMASIN
NOMOR 471 TAHUN 2020**

**Tentang
PERSETUJUAN PROPOSAL SKRIPSI MAHASISWA
DAN PENETAPAN DOSEN PEMBIMBING**

- Menimbang : a. Bahwa proposal skripsi yang berjudul: "Gambaran Religiusitas Mahasiswa Yang Memiliki Gejala Depresi Pada Mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin" telah ditelaah oleh Dosen Penelaah.
- b. Bahwa persetujuan atau penolakan judul skripsi mahasiswa perlu dituangkan dalam sebuah surat keputusan
- Memperhatikan : Hasil sidang Jurusan Psikologi Islam yang diselenggarakan pada tanggal, 21 April 2020
- Mengingat : 1. Undang-Undang RI No 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Sistem Pendidikan Nasional
2. Peraturan Pemerintah No 4 Tahun 2014 tentang Penyelenggaraan Pendidikan dan Pengelolaan Perguruan Tinggi
3. Peraturan Presiden No 36 Tahun 2017 tentang Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin
4. Peraturan Menteri Agama No 20 Tahun 2017 tentang Organisasi dan tata Kerja UIN Antasari Banjarmasin
5. Peraturan Menteri Agama No 29 Tahun 2017 tentang Statuta UIN Antasari Banjarmasin
6. Keputusan Direktur jenderal Pendidikan Islam No 102 Tahun 2019 tentang Standar Keagamaan Pendidikan Tinggi Keagamaan Islam
7. Keputusan Rektor Uin Antasari No 289 Tahun 2018 tentang Pedoman Pelaksanaan Sistem Kredit Semester UIN Antasari Banjarmasin

MEMUTUSKAN

- Menetapkan :
Pertama : Menyetujui proposal skripsi mahasiswa yang berjudul: "Gambaran Religiusitas Mahasiswa Yang Memiliki Gejala Depresi Pada Mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin" untuk digarap oleh mahasiswa/i:

**Nama/NIM: Norani/1601451195
Program Studi : Psikologi Islam**

- Kedua : Menunjuk dan menetapkan Dra. Hj. Siti Faridah, M.Ag sebagai Dosen Pembimbing I dan Mahdia Fadhila, M.Psi.Psikolog sebagai Dosen Pembimbing II untuk mahasiswa tersebut diatas.
- Ketiga : Apabila terdapat kekeliruan dalam keputusan ini akan dibetulkan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di : Banjarmasin
Pada tanggal : 24 November 2020



- Tembusan:
1. Jurusan
2. Dosen Pembimbing
3. Arsip



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
Jalan A. Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593

Nomor : B-1698/Un.14/III.3/PP.00.9/11/2020
Lamp. : --
Hal : **Pelaksanaan Seminar Desain Operasional**
a.n. Norani

24 November 2020

KEPADA YTH.

1. Dra. Hj. Siti Faridah, M.Ag
 2. Mahdia Fadhila, M.Psi.Psikolog
 3. Imadduddin, M.A
- (Dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora)
di Banjarmasin

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Dengan disetujui Proposal Skripsi Mahasiswa :

Nama : Norani
NIM : 1601451195
Judul : Gambaran Religiusitas Mahasiswa Yang Memiliki Gejala Depresi Pada Mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin

Dengan ini, diberitahukan bahwa proposal tersebut setelah diubah menjadi desain operasional akan diseminarkan pada :

Hari/Tanggal : Kamis, 3 Desember 2020
Waktu : 10.00 - 11.00 WITA
Tempat : Daring
Pembimbing I : Dra. Hj. Siti Faridah, M.Ag
Pembimbing II : Mahdia Fadhila, M.Psi.Psikolog
Moderator : Imadduddin, M.A

Demikian untuk dilaksanakan sebagaimana mestinya.



Wassalam,

Dean,

Norani Noor

Lampiran 3 Formulir Professional Judgement



KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PRODI PSIKOLOGI ISLAM

Alamat : Jl. Jend. A. Yani KM.4,5 Telp 3266593 Banjarmasin Kode Post 70235

Formulir Professional Judgment

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : *Shanty Komalasari*
Institusi : *UIN Antasari*

Dengan ini telah melaksanakan professional judgment pada:

Nama : Norani
NIM : 1601451195
Judul Penelitian : Studi Kasus: Gambaran Religiusitas Mahasiswa Yang Memiliki Gejala
Depresi Di UIN Antasari Banjarmasin
Objek Penilaian : Mahasiswa yang memiliki gejala depresi

Demikian professional judgment ini dibuat untuk dapat diperbaiki sesuai rekomendasi.

Banjarmasin, *03 Juni* 2022

Profesional
Shanty Komalasari



KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PRODI PSIKOLOGI ISLAM

Alamat : Jl. Jend. A. Yani KM.4,5 Telp 3266593 Banjarmasin Kode Post 70235

Rekomendasi dan Hasil Professional Judgment

Nama : Norani
NIM : 1601451195

- Pertanyaan di-buatkan secara mlt per itemnya
- Berjelas pertanyaan agar tidak ambigu.
- Tidak memerlukan stimulus visual karena semua diil agar tidak mengardkan jawaban bagi responden.
- Probing lebih dulu.

Banjarmasin, 03. 2. 2022

Professional


Shanty Kholida



KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PRODI PSIKOLOGI ISLAM

Alamat : Jl. Jend. A. Yani KM.4,5 Telp 3266593 Banjarmasin Kode Post 70235

Formulir Professional Judgment

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dr. Taufik Hidayat, M.Pes, Psikolog
Institusi : UIN Antasari Banjarmasin

Dengan ini telah melaksanakan professional judgment pada:

Nama : Norani
NIM : 1601451195
Judul Penelitian : Studi Kasus: Gambaran Religiusitas Mahasiswa Yang Memiliki Gejala
Depresi Di UIN Antasari Banjarmasin
Objek Penilaian : Mahasiswa yang memiliki gejala depresi

Demikian professional judgment ini dibuat untuk dapat diperbaiki sesuai rekomendasi.

Banjarmasin, 13 Juni 2022

Professional

(Dr. Taufik Hidayat, M.Pes, Psikolog)



KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PRODI PSIKOLOGI ISLAM

Alamat : Jl. Jend. A. Yani KM.4,5 Telp 3266593 Banjarmasin Kode Post 70235

Rekomendasi dan Hasil Professional Judgment

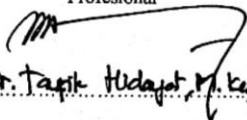
Nama : Norani

NIM : 1601451195

- Tambahkan pertanyaan riwayat keluarga dalam menggali riwayat depresi
- Tambahkan pertanyaan gejala-gejala fisik dan psikologis dalam menggali penyebab depresi
- Gali riwayat penggunaan obat-obatan dan ~~alkohol~~ alkohol
- Beri dan tambahkan item pertanyaan di semua faktor religius yg berkaitan berkaitan dengan depresi semua cobalah masukan pl lembar expert judgment.

Banjarmasin, ... 13. Juni 2022

Professional


(Dr. Taufik Hidayat, M. Kes, Psikolog)

Lampiran 4 Bukti Bebas Plagiasi



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Email: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id website www.pi.uin-antasari.ac.id

Jl. A. Yani Km. 4.5 Banjarmasin KodePos 70235 Telp (0511) 3266593

Surat Keterangan Lulus Uji Plagiasi

Nomor: 2193/Un.14/III.3/PP.00.9/07/2022

Ketua Prodi Psikologi Islam menerangkan bahwa karya ilmiah:

Nama : Norani

NIM : 1601451195

Prodi : Psikologi Islam

Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

Judul Karya Ilmiah : “Studi Kasus Gambaran Religiusitas Mahasiswa Penyintas Depresi Di UIN Antasari Banjarmasin”

Telah dinyatakan **lulus uji plagiasi** dengan Prosentase sebagaimana terlampir.

Demikian surat keterangan lulus uji plagiasi ini dibuat, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 14 Juli 2022

Menyetujui
An. Ketua Program Studi Psikologi Islam
Sekretaris

Yulia Hairina



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Email: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id website www.pi.uin-antasari.ac.id

Jl. A. Yani Km. 4.5 Banjarmasin KodePos 70235 Telp (0511) 3266593

Hasil Uji Plagiasi

Nama : Norani

NIM : 1601451195

Bab	Tahap							Ket
	1	2	3	4	5	6	7	
1	51	53	47	37	35	31	27	Lulus
2	42	38	38	30	29	27	24	Lulus
3	68	25	24					Lulus
4	18	17	16					Lulus
5	3	3						Lulus

Banjarmasin, 14 Juli 2022

Menyetujui
An. Ketua Program Studi Psikologi Islam
Sekretaris



Yulia Hairina

Lampiran 5 Surat Publikasi Jurnal



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN AJI MUHAMMAD IDRIS (UINSI) SAMARINDA
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Kampus I : Jl. KH Abul Hasan No. 03, Telp. (0541) 742193, Fax. (0541) 7268933 Samarinda
Website : <http://www.fuad.uinsi-samarinda.ac.id> E-mail : fuad@uinsi-samarinda.ac.id

SURAT KETERANGAN

Taujihat/A.010/07/2022

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Dr. Moh. Salehudin, S.Pd.I., M.Pd
NIP : 197512252003121004
Jabatan : Editor in Chief Jurnal Taujihat
P-ISSN/E-ISSN : 2723-3685/2723-276X

Menerangkan bahwa:

Nama : Norani
Institusi : UIN Antasari Banjarmasin

Telah benar-benar melakukan proses *submit* artikel di Jurnal Taujihat dengan judul "**Gambaran Religiusitas Mahasiswa Penyintas Depresi**". Untuk itu, artikel tersebut dapat kami terbitkan di Jurnal Taujihat Volume 3 Nomor 1 Tahun 2022 setelah yang bersangkutan mengikuti prosedur penerbitan di Jurnal Taujihat.

Demikian surat keterangan ini kamu buat, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Samarinda, 12 Juli 2022
Editor in Chief Jurnal Taujihat



Moh. Salehudin

Lampiran 6 Informed Consent



**Jurusan Psikologi Islam
Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin**

LEMBAR PERSETUJUAN (INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama/Inisial : *Sultia*
Usia : *23 tahun*
Jenis Kelamin : *perempuan*

Saya pribadi menyatakan bahwa saya bersedia dan setuju untuk terlibat dan berpartisipasi aktif dalam proses asesmen yang dilakukan oleh Norani selaku pelaksana dalam asesmen ini. Dalam asesmen ini saya telah menyadari, memahami, dan menerima bahwa:

1. Saya bersedia terlibat penuh dan aktif selama proses asesmen berlangsung
2. Saya bersedia memberikan informasi yang sejujurnya berkaitan dengan masalah yang saya hadapi
3. Saya menyetujui adanya dokumentasi dan perekaman dalam proses asesmen yang berlangsung dengan jaminan bahwa informasi pribadi saya dirahasiakan
4. Untuk menunjang kelancaran proses yang akan dilaksanakan, maka segala hal terkait waktu dan tempat akan disepakati bersama.

Dalam menandatangani lembar ini, saya tidak merasakan adanya paksaan atau tuntutan dari pihak manapun sehingga saya bersedia untuk mengikuti proses asesmen ini dari awal hingga selesai. Saya menerima segala hal yang terkait dengan pelaksanaan asesmen ini. Selain itu, asesmen ini disupervisi langsung oleh Ibu Mahdia Fadhila, M.Psi, Psikolog.

Interviewer

Norani

Interviewee

Lampiran 7 Pedoman Wawancara

PEDOMAN WAWANCARA DEPRESI

Depresi pada orang normal berarti keadaan kemurungan yang ditandai dengan perasaan tidak pas, menurunnya kegiatan dan pesimisme terhadap masa depan. Sedangkan pada kasus patologis depresi merupakan ketidakmauan ekstrim untuk bereaksi terhadap rangsangan, menurunnya nilai diri, delusi ketidakpasan, tidak mampu dan putus asa. Ciri umum dari gangguan ini adalah kesedihan, suasana hati kosong, mudah marah, disertai dengan perubahan somatik dan kognitif yang signifikan serta mempengaruhi kapasitas individu. Jadi dapat disimpulkan bahwa depresi adalah sebuah gangguan perasaan yaitu perasaan sedih terus menerus yang diikuti dengan perasaan putus asa, tidak berguna, merasa bersalah, pesimis terhadap masa depan, kehilangan minat hingga kecenderungan untuk bunuh diri serta diikuti dengan gangguan psikosomatik.

Gejala utama pada derajat ringan, sedang dan berat yaitu emosi depresif, kehilangan minat dan kegembiraan, penurunan energi yang menyebabkan peningkatan kelelahan dan penurunan aktifitas. Gejala lainnya yaitu menurunnya konsentrasi dan perhatian, menurunnya harga diri dan kepercayaan diri, perasaan bersalah dan tidak berguna, pandangan pesimis akan masa depan, menyakiti diri sendiri atau pikiran atau tindakan bunuh diri, gangguan tidur dan kehilangan nafsu makan. Untuk episode depresif dari ketiga tingkat keparahan ringan, sedang dan berat diperlukan waktu minimal 2 minggu untuk penegakan diagnosa, akan tetapi periode bisa juga lebih pendek dan dibenarkan jika gejala yang dialami sangat berat dan berlangsung cepat.

Indikator lainnya yaitu riwayat depresi, penyebab dan gejala depresi, dampak depresi, hubungan sosial, hubungan dengan Tuhan, cara menangani depresi dan keadaan saat ini.

No	Aspek	Pertanyaan	Tujuan Pertanyaan
1.	Riwayat depresi	<p>Kamu mengalami depresi berdasarkan hasil pemeriksaan kesehatan yang kamu tunjukan, coba ceritakan situasinya saat itu?</p> <p>Apakah keluarga kamu ada yang pernah mengalami depresi? bagaimana pengaruhnya terhadap kamu?</p> <p>Apakah kamu pernah menggunakan obat-obatan terlarang atau alkohol?</p> <p>Menurut kamu, kamu seorang yang memiliki kepribadian seperti apa?</p> <p>Apakah kamu pernah mengalami kejadian traumatis? Ceritakan?</p>	Untuk mengetahui riwayat depresi subjek
2.	Penyebab dan gejala depresi	<p>Apa gejala-gejala yang kamu alami sebelum mengetahui ternyata depresi?</p> <p>Bagaimana gejala-gejala tersebut menyerang dan mempengaruhi kondisi fiksi dan psikologismu?</p>	Untuk mengetahui penyebab dan gejala depresi subjek
3.	Dampak depresi	<p>Apakah kamu merasakan dampak dari gejala depresi yang kamu alami?</p> <p>Adakah pengaruhnya terhadap aktifitas kamu sehari-hari? Apakah yang paling terasa perubahannya?</p> <p>Adakah pengaruhnya terhadap kehidupan sosial kamu?</p> <p>Adakah pengaruhnya terhadap kehidupan spiritual kamu?</p>	Untuk mengetahui dampak depresi subjek
4.	Gejala depresi	<p>Apakah situasi dan konsisi yang kamu rasakan paling berat pada saat itu? Bagaimana kamu melaluinya? Bagaimana respon orang-orang sekitar kamu? Ceritakan upaya-upaya yang sudah kamu lakukan?</p> <p>Menurut kamu, gejala depresi yang dialami termasuk ringan, sedang atau berat?</p>	Untuk mengetahui gejala depresi subjek
5.	Hubungan sosial	Bagaimana hubungan kamu dengan keluarga? teman-teman kamu? lingkungan sekitarmu?	Untuk mengetahui hubungan sosial subjek
6.	Hubungan dengan	Apakah aktifitas spiritual yang kamu lakukan ketika mengalami depresi?	Untuk mengetahui

	Tuhan	Ketika sedang depresi apakah kamu dapat beribadah sholat 5 waktu? Selain itu apakah ada ibadah yang lain?	hubungan subjek dengan Allah
7.	Cara penanganan depresi	Upaya apa yang kamu lakukan untuk mengurangi depresi?	Untuk mengetahui cara penanganan depresi oleh subjek
8.	Gejala depresi dan keadaan saat ini	Bagaimana perasaan kamu dalam 30 hari terakhir? Adakah yang memberatkan pikiran atau perasaan tidak nyaman? Ceritakan? Bagaimana gejala depresi itu pada saat ini? apakah masih ringan, sedang atau berat?	

PEDOMAN WAWANCARA RELIGIUSITAS

Religiusitas adalah konsep seseorang terhadap agama dan komitmennya terhadap agama yang dianutnya. Madjid mengartikan religiusitas sebagai perilaku yang sepenuhnya terbentuk karena kepercayaan dan keyakinannya terhadap hal gaib. Sedangkan Dister mengartikan religiusitas sebagai keberagamaan, yang artinya adanya unsur internalisasi agama dalam diri seseorang. Dimana dari semua itu bisa ditarik kesimpulan bahwa religiusitas adalah bagaimana keyakinan dan hubungan seseorang dengan Tuhannya yang kemudian berdampak pada kehidupannya baik dari pikiran, perilaku maupun kehidupan sosialnya. Maka dengan begitu segala sesuatu yang dilakukan seseorang itu haruslah dikarenakan Tuhan. Bukan hanya dalam bentuk ibadah, tapi juga segala hal yang dikerjakan. Adapun dimensi religiusitas terbagi menjadi lima yaitu:

- a. Dimensi keyakinan (akidah) yang mengacu pada seberapa yakin seseorang pada ajaran agamanya yang bersifat mendasar. Dimensi ini meliputi keimanan kepada

Allah Swt, malaikat, Nabi atau Rasul, kitab-kitab, surga dan neraka serta qadha dan qadar.

- b. Dimensi peribadatan (syariah) yang mengacu pada seberapa taat seseorang dalam menjalankan aktivitas keagamaan sebagaimana yang diperintahkan agama. Dimensi ini meliputi pelaksanaan shalat, puasa, zakat, haji, dan lain sebagainya.
- c. Dimensi pengamalan (akhlak) yang mengacu pada bagaimana seseorang berperilaku yang dimotivasi oleh ajaran-ajaran agamanya seperti perilaku suka menolong, memberi kebaikan dan manfaat pada sesama, mendukung keadilan dan kebenaran, serta berperilaku yang baik dan jujur.
- d. Dimensi pengetahuan yang mengacu pada bagaimana pengetahuan dan pemahaman individu terhadap ajaran dalam agamanya. Seperti pokok ajaran Islam dan hal-hal yang berkaitan dengan Islam.
- e. Dimensi pengalaman atau penghayatan yang mengacu pada sejauh mana individu merasakan dan mengalami pengalaman religius dengan Tuhannya. Seperti perasaan dekat dengan Allah Swt, perasaan doa-doa yang sering terkabul, perasaan tenang dan bahagia, perasaan bertawakkal, perasaan khusyuk ketika beribadah, perasaan bersyukur, perasaan mendapat peringatan dan pertolongan dari Allah Swt.

Kemudian faktor yang mempengaruhi religiusitas terbagi menjadi empat yaitu:

- 1) Faktor pengajaran orang tua. Yang mana peran orang tua sangat penting dan berperan dalam religiusitas seorang anak. Karena orang tuanya lah yang menjadi guru pertamanya. Oleh karena itu penting untuk menanamkan religiusitas sedini mungkin pada anak.
- 2) Faktor pengalaman beribadah. Dimana pengalaman spiritual seperti ini hanya bisa dirasakan setelah beribadah, hal ini mampu menyebabkan religiusitas seseorang

bisa meningkat. Namun sebaliknya, jika seseorang kurang terhadap pengalaman beribadah, maka bisa menyebabkan religiusitasnya stagnan atau malah menurun.

- 3) Faktor kehidupan, seperti kebutuhan hidup ingin bahagia, selamat, nyaman dan aman. Dalam kehidupan pasti manusia berusaha untuk mencapai kehidupan yang diinginkan, namun seringkali mengalami kesulitan dan berbagai hambatan, disinilah seseorang meminta pertolongan Tuhan. Pada hal ini, kebutuhan hidup bisa meningkatkan religiusitas seseorang. Sama halnya dengan, keselamatan. Agar hidupnya selamat, seseorang itu berusaha mendekati diri kepada Tuhannya agar permohonannya dikabulkan, maka hal ini juga bisa meningkatkan religiusitas seseorang.
- 4) Faktor intelektual, yaitu kapasitas kognisi yang dimiliki seseorang. Semakin besar kapasitas kognisinya tentunya akan semakin tinggi pula intelektualnya, begitupun sebaliknya. Meningkatkan intelektualitas terutama dalam pengetahuan agama bisa mempertahankan konsep-konsep dalam agama, memberi keyakinan lebih dalam diri seseorang. Maka semakin besar intelektualnya akan membuat religiusitasnya meningkat. Itulah keempat faktor yang bisa mempengaruhi religiusitas seseorang.

No	Faktor yang mempengaruhi religiusitas	Pertanyaan	Tujuan pertanyaan
1.	Pendidikan dari orang tua (dimana orang tua sebagai guru pertamanya)	Apakah menurut kamu, kehidupan keluargamu religius? Seperti apa pendidikan agama yang diberikan orang tua kamu di rumah? Apa yang kamu pikirkan, bagaimana perasaan kamu dan apa yang kamu lakukan setelah mendapat pengajaran itu? Apakah orang tuamu pernah mengajarkan sikap optimis	Untuk mengetahui pendidikan agama yang diberikan orang tua di rumah

		<p>ketika mendapat masalah?</p> <p>Apakah nasehat-nasehat orang tua membantu kamu ketika mengalami depresi?</p>	
2.	Pengalaman beribadah (yang dirasakan setelah beribadah)	<p>Ibadah apa saja yang kerap kamu lakukan? Apa persepsi kamu tentang ibadah yang sudah dilakukan?</p> <p>Ketika memiliki gejala depresi bagaimana perasaan kamu saat melakukan ibadah? Apakah ada perbedaan?</p>	Untuk mengetahui pengalaman beribadah subjek
3.	Kehidupan	<p>Bisa diceritaka tujuan kamu beribadah untuk apa?</p> <p>Menurut kamu bagaimana pengaruh dari ibadah yang kamu lakukan terhadap kehidupanmu?</p> <p>Pada saat kamu memiliki stressor depresi atau masalah, bagaimana peran nilai-nilai agama yang kamu pegang itu?</p>	Untuk mengetahui faktor kehidupan subjek
4.	Intelektual (upaya dalam menambah pengetahuan keagamaan)	<p>Menurut kamu bagaimana pengetahuanmu tentang agama selama ini?</p> <p>Hal apa yang ingin kamu pahami atau pelajari lebih lanjut mengenai agama? upaya apa yang telah dilakukan untuk menambah pengetahuan agama?</p> <p>Sepengetahuan kamu, bagaimana pandangan agama mengenai individu yang mengalami depresi?</p> <p>Apa yang rasakan ketika proses mendapatkan ilmu baru atau pengetahuan baru itu?</p> <p>Hambatan apa yang kamu alami saat ingin menambah pengetahuan agama? bagaimana cara kamu mengatasi?</p>	Untuk mengetahui upaya subjek dalam menambah pengetahuan keagamaan
No.	Dimensi	Pertanyaan	Tujuan

			Pertanyaan
1.	Dimensi keyakinan/akidah (gambaran seberapa yakin individu pada agama dan dogma yang ada dalam agamanya)	<p>Seperti apa pandangan kamu tentang agama dan Allah?</p> <p>Apakah kamu meyakini bahwa mengalami depresi bagian dari ketetapan Allah?</p>	Untuk mengetahui dimensi keyakinan subjek
2.	Dimensi praktik agama/syariah (gambaran seberapa patuh individu melakukan praktik agama yang diperintahkan)	<p>Seberapa rutin kamu menjalankan kewajiban agama seperti sholat, puasa, mengaji dan ibadah lain yang berkaitan dengan agama?</p> <p>Ketika memiliki gejala depresi, apa kamu tetap menjalankan ibadah? Ceritakan?</p> <p>Apakah kamu pernah punya situasi dimana kamu tidak bisa beribadah? Kalau pernah, bisa dijelaskan?</p>	Untuk mengetahui dimensi praktik agama subjek
3.	Dimensi pengamalan/akhlak (gambaran perilaku individu yang dimotivasi oleh ajaran agamanya)	<p>Nilai-nilai apa yang kamu pegang dan terapkan dalam kehidupan sehari-hari kamu?</p> <p>Ketika memiliki gejala depresi atau berada dalam kondisi yang sulit, apakah nilai-nilai tersebut membuatmu termotivasi untuk tetap optimis?</p>	Untuk mengetahui dimensi pengamalan subjek
4.	Dimensi pengetahuan/ilmu (gambaran bagaimana pengetahuan dan pemahaman individu terhadap ajaran dalam agamanya. Seperti isi Al Qur'an, rukun Islam dan iman, hukum Islam, sejarah Islam dan lainnya)	<p>Apakah kamu pernah mendengar kajian atau membaca buku tentang pandangan agama terhadap depresi?</p> <p>Bagaimana peran pemahaman tentang agama ini saat kamu berada disituasi tidak menyenangkan atau tidak sesuai harapan? Termasuk di situasi ketika kamu mengalami depresi.</p> <p>Tahukah kamu bahwa Allah mengampuni segala kesalahan yang kita perbuat jika kita bertaubat?</p> <p>Bagaimana perasaan kamu saat melakukan hal yang baik</p>	Untuk mengetahui dimensi pengetahuan subjek

		<p>(pahala)?</p> <p>Sejauh ini seperti apa pandangan kamu terhadap rukun Islam dan rukun iman?</p> <p>Dalam Islam ada lima hukum, yaitu wajib, sunnah, makruh, mubah, haram.</p> <p>Seperti apa persepsi kamu mengenai kelima hukum tersebut?</p>	
5.	<p>Dimensi pengalaman/penghayatan (gambaran sejauh mana individu merasakan dan mengalami perasaan-perasaan dan pengalaman-pengalaman religius)</p>	<p>Seperti apa pengalaman religius kamu ketika menghadapi depresi?</p> <p>Apakah depresi membuat kamu merasa jauh atau menjauhi Allah? Atau malah sebaliknya, semakin dekat dan mendekati Allah?</p> <p>Pernahkah kamu berdoa agar segera diberi kesembuhan dari depresi? Kalau pernah, seperti apa?</p> <p>Apa yang kamu rasakan ketika doa kamu dikabulkan dan tidak dikabulkan?</p>	<p>Untuk mengetahui dimensi pengalaman subjek</p>

Lampiran 8 Pedoman Observasi

PEDOMAN OBSERVASI

Setelah pengumpulan data dengan wawancara, selanjutnya adalah observasi yang bertujuan untuk memberikan data tambahan yang dapat melengkapi kekurangan dalam sesi wawancara. Agar proses observasi berjalan baik, maka peneliti membuat *guide* observasi yang nantinya akan berguna pada saat peneliti berada di lapangan, yaitu sebagai berikut:

1. Peneliti memperhatikan kondisi fisik dan penampilan subjek
2. Peneliti memperhatikan ekspresi baik itu mimik wajah, kontak mata dan intonasi subjek pada saat wawancara
3. Peneliti memperhatikan setting tempat wawancara
4. Peneliti memperhatikan perilaku beragama subjek

Untuk mendukung proses observasi, peneliti akan melakukan dokumentasi berupa rekaman atau video untuk meninjau kembali observasi subjek, hal ini bertujuan untuk meningkatkan validitas penelitian mengenai gambaran religiusitas pada subjek.

Perlu diketahui bahwa subjek telah diberitahu dan menyetujui kegiatan wawancara dan observasi ini subjek juga telah menandatangani surat *informed consent* penelitian.

Lampiran 9 Skala *Beck Depression Inventory II*

Pilihlah salah satu pernyataan yang anda anggap sesuai dengan kondisi anda selama 30 hari terakhir ini, dengan memberi tanda silang (x) pada huruf di depan pernyataan yang anda pilih.

1. 0. Saya tidak merasa sedih
 1. Saya merasa sedih
 2. Saya merasa sedih sepanjang waktu dan saya tidak dapat menghilangkannya
 3. Saya begitu sedih sehingga saya merasa tidak tahan lagi

2. 0. Saya tidak merasa berkecil hati terhadap masa depan
 1. Saya merasa berkecil hati terhadap masa depan
 2. Saya merasa tidak ada sesuatu yang saya nantikan
 3. Saya merasa bahwa tidak ada harapan di masa depan dan segala sesuatunya tidak dapat diperbaiki

3. 0. Saya tidak merasa gagal
 1. Saya merasa lebih banyak mengalami kegagalan daripada rata – rata orang
 2. Kalau saya meninjau kembali hidup saya, yang dapat saya lihat hanyalah banyak kegagalan
 3. Saya merasa sebagai seorang pribadi yang gagal total

4. 0. Saya memperoleh kepuasan atas segala sesuatu seperti biasanya
 1. Saya tidak dapat menikmati segala sesuatu seperti biasanya
 2. Saya tidak lagi memperoleh kepuasan yang nyata dari segala sesuatu

3. Saya merasa tidak puas atau bosan terhadap apa saja

5. 0. Saya tidak merasa bersalah
 1. Saya cukup sering merasa bersalah
 2. Saya sering merasa sangat bersalah
 3. Saya merasa bersalah sepanjang waktu

6. 0. Saya tidak merasa bahwa saya sedang dihukum
 1. Saya merasa bahwa saya mungkin dihukum
 2. Saya mengharapkan agar dihukum
 3. Saya merasa bahwa saya sedang dihukum

7. 0. Saya tidak merasa kecewa terhadap diri saya sendiri
 1. Saya merasa kecewa terhadap diri saya sendiri
 2. Saya merasa jijik terhadap diri saya sendiri
 3. Saya membenci diri saya sendiri

8. 0. Saya tidak merasa bahwa saya lebih buruk daripada orang lain
 1. Saya selalu mencela diri saya sendiri karena kelemahan atau kekeliruan saya
 2. Saya menyalahkan diri saya sendiri sepanjang waktu atas kesalahan –
kesalahan saya
 3. Saya menyalahkan diri saya sendiri atas semua hal buruk yang terjadi

9. 0. Saya tidak mempunyai pikiran untuk bunuh diri

1. Saya mempunyai pikiran – pikiran untuk bunuh diri, tetapi saya tidak akan melaksanakannya
 2. Saya ingin bunuh diri
 3. Saya akan bunuh diri kalau ada kesempatan
10. 0. Saya tidak menangis lebih dari biasanya
1. Sekarang saya lebih banyak menangis daripada biasanya
 2. Sekarang saya menangis sepanjang waktu
 3. Saya biasanya dapat menangis, tetapi sekarang saya tidak dapat menangis meskipun saya ingin menangis
11. 0. Sekarang saya tidak merasa lebih jengkel daripada sebelumnya
1. Saya lebih mudah jengkel atau marah daripada biasanya
 2. Saya sekarang merasa jengkel sepanjang waktu
 3. Saya tidak dibuat jengkel oleh hal – hal yang biasanya menjengkelkan saya
12. 0. Saya masih tetap senang bergaul dengan orang lain
1. Saya kurang berminat pada orang lain dibandingkan dengan biasanya
 2. Saya tak kehilangan sebagian besar minat saya terhadap orang lain
 3. Saya telah kehilangan seluruh minat saya terhadap orang lain
13. 0. Saya mengambil keputusan – keputusan sama baiknya dengan sebelumnya
1. Saya lebih banyak menunda keputusan daripada biasanya
 2. Saya mempunyai kesulitan yang lebih besar dalam mengambil keputusan daripada sebelumnya

3. Saya sama sekali tidak dapat mengambil keputusan apa pun
-
14. 0. Saya tidak merasa bahwa saya kelihatan lebih jelek daripada sebelumnya
 1. Saya merasa cemas jangan – jangan saya tua atau tidak menarik
 2. Saya merasa bahwa ada perubahan – perubahan tetap pada penampilan saya yang membuat saya kelihatan tidak menarik
 3. Saya yakin bahwa saya kelihatan jelek
-
15. 0. Saya dapat bekerja dengan baik seperti sebelumnya
 1. Saya membutuhkan usaha istimewa untuk mulai mengerjakan sesuatu
 2. Saya harus memaksa diri saya untuk mengerjakan sesuatu
 3. Saya sama sekali tidak dapat mengerjakan apa – apa
-
16. 0. Saya dapat tidur nyenyak seperti biasanya
 1. Saya tidak dapat tidur nyenyak seperti biasanya
 2. Saya bangun 2-3 jam lebih awal dari biasanya dan sukar tidur kembali
 3. Saya bangun beberapa jam lebih awal daripada biasanya dan tidak dapat tidur kembali
-
17. 0. Saya tidak lebih lelah dari biasanya
 1. Saya lebih mudah lelah dari biasanya
 2. Saya hampir selalu merasa lelah dalam mengerjakan segala sesuatu
 3. Saya merasa terlalu lelah untuk mengerjakan apa saja
-
18. 0. Nafsu makan saya masih seperti biasanya

1. Nafsu makan saya tidak sebesar biasanya
 2. Sekarang nafsu makan saya jauh lebih berkurang
 3. Saya tidak mempunyai nafsu makan sama sekali
19. 0. Saya tidak banyak kehilangan berat badan akhir - akhir ini
1. Saya telah kehilangan berat badan 2,5 kg lebih
 2. Saya telah kehilangan berat badan 5 kg lebih
 3. Saya telah kehilangan berat badan 7,5 kg lebih. Saya sengaja berusaha mengurangi berat badan dengan makan lebih sedikit :- ya – tidak
20. 0. Saya tidak mencemaskan kesehatan saya melebihi biasanya
1. Saya cemas akan masalah kesehatan fisik saya, seperti sakit dan rasa nyeri; sakit perut; ataupun sembelit
 2. Saya sangat cemas akan masalah kesehatan fisik saya dan sulit memikirkan hal – hal lainnya
 3. Saya begitu cemas akan kesehatan fisik saya sehingga saya tidak dapat berpikir mengenai hal – hal lainnya
21. 0. Saya tidak merasa ada perubahan dalam minat saya terhadap seks pada akhir – akhir ini
1. Saya kurang berminat terhadap seks kalau dibandingkan dengan biasanya
 2. Sekarang saya sangat kurang berminat terhadap seks
 3. Saya sama sekali kehilangan minat terhadap seks

LEMBAR JAWABAN *Beck Depression Inventory II*

Nama :

Jenis Kelamin : P/L

Tanggal Lahir :

Tanggal Tes :

NO	0	1	2	3	NILAI
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					
21					
JUMLAH TOTAL					

Lampiran 10 Skala Religiusitas

NO	PERTANYAAN	STS	TS	S	SS
	Saya menangis ketika ingat dosa yang telah saya perbuat				

Setiap orang dapat memberikan jawaban yang berbeda, karena itu pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan diri Anda. Semua pilihan jawaban itu benar, karena tidak ada jawaban yang dianggap salah.

NO	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1	Allah telah menetapkan batasan umur untuk manusia				
2	Saya <u>tidak pernah</u> meninggalkan Sholat wajib				
3	Bagi saya, menyambung silaturahmi itu penting				
4	Saya <u>tidak</u> peduli dengan orang lain				
5	Saya <u>tidak</u> merasakan apa-apa saat melihat kesusahan orang lain				
6	Saya <u>tidak berdoa</u> sebelum makan				
7	Asalkan <u>tidak</u> mengganggu orang lain, seseorang boleh melanggar ajaran agama				
8	Rasulullah saw. diutus Allah untuk menyempurnakan akhlak manusia				
9	Saya memulai aktifitas dengan <i>basmalah</i>				
10	Saya merasa segala urusan saya dipermudah oleh Allah				
11	Saya lebih siap menghadai musibah yang menimpa diri saya				
12	Saya tidak mudah memaafkan kesalahan orang lain				
13	Saya tidak gelisah ketika meninggalkan sholat wajib				
14	Apabila diberi amanah, saya ingkar				
15	Saya menyalahkan keadaan ketika musibah menimpa saya				
16	Saya meyakini hari akhir pasti terjadi				
17	Saya Membaca Al Quran setiap hari				
18	Saat mendengar lafadz Al Quran, hati saya bergetar				

19	Walaupun sudah mengingat Allah, hati saya tetap tidak tenang				
20	Bagi saya, ikut pengajian itu tidak perlu sekarang				
21	Saya takut melihat hantu				
22	Agama Islam hanya cocok untuk orang Arab				
23	Allah tidak adil kepada manusia				
24	Musibah itu merupakan bentuk kasih sayang dari Allah untuk manusia				
25	Perbuatan yang saya lakukan di dunia akan mendapat balasan di akhirat				
26	Setiap perbuatan yang saya lakukan akan dicatat oleh malaikat				
27	Saya yakin bahwa ada makhluk lain selain manusia				
28	Saya Melaksanakan Sholat Duha				
29	Saya melaksanakan sholat Tahajud				
30	Saya bersemangat dalam mencari ilmu				
31	Saya berdoa setelah bangun tidur				
32	Saya merasa diingatkan oleh Allah ketika akan berbuat buruk				
33	Saya merasa doa saya dikabulkan				
34	Sholat ataupun tidak, tidak ada berpengaruh bagi diri saya				
35	Saya berbuat baik karena saya merasa Allah memperhatikan saya				
36	sesudah sholat Fardu saya mengerjakan sholat sunnah.				
37	Saya tidak Mengucap salam ketika masuk rumah				
38	Saya tidak memberi sedekah kepada orang lain				
39	Saya berdoa kepada Allah hanya ketika butuh sesuatu				
40	Saya yakin ramalan bintang itu benar				

41	Beberapa hukum Islam dalam Al Quran tidak sesuai dengan perkembangan jaman				
42	Saya meninggalkan janji yang saya buat sendiri				
43	Pergi haji itu hanya menghabiskan uang saja				
44	Seseorang tidak perlu bekerja, karena rezeki itu sudah di atur Allah				
45	Saya menangis ketika mengingat dosa saya				
46	Saya melaksanakan Puasa sunnah				
47	Saya berkata jujur				
48	Saya mengucapkan salam ketika bertemu seseorang				
49	Saya mengucapkan Istighfar ketika melakukan kesalahan				
50	Allah itu sangat dekat dengan saya				
51	Saya tidak bisa menerima penampilan fisik saya				
52	Al Quran hanya berisi tuntunan kehidupan akhirat saja				
53	Semua kitab suci yang ada sekarang itu adalah benar				
54	Saya tidak perlu bersodaqoh dari hasil jerih payah usaha saya				
55	Kebenaran dan keadilan itu cukup untuk saya sendiri				
56	Saya menyisihkan uang saku untuk sodaqoh				
57	Saya mengucapkan alhamdulillah saat mendapat kebahagiaan				
58	Saya merasa bahwa berbuat baik atau tidak sama saja				

Skala religiusitas 2

Petunjuk: Berikut ini terdapat 12 buah pertanyaan yang masing-masing disertai dengan empat pilihan jawaban. Pilihlah salah satu jawaban yang menurut Anda paling benar dengan memberi tanda silang (X) pada pilihan a, b, c, atau d.

Contoh:

Jumlah rukun iman semuanya ada:

- a. 1 b. 4 c. 3 d. 6

Jawabannya d,

Maka: d (disilang)

1. Permulaan surat dalam Al Quran yang tidak diawali dengan *basmalah* adalah surat:
 - a. *At Taubah* (9)
 - b. *Al Mujadilah* (58)
 - c. *Al Maidah* (5)
 - d. *Al waqi'ah* (56)
2. Kitab yang diturunkan Allah kepada nabi Musa adalah:
 - a. Zabur
 - b. Taurat
 - c. Talmud
 - d. Weda
3. Yang termasuk waktu yang haram untuk berpuasa yaitu:
 - a. Puasa pada tanggal 8 Dzulhizzah
 - b. Puasa pada tanggal 1 Ramadhan
 - c. Puasa tanggal 1 Syawal
 - d. Puasa tanggal 9 Dzulhizzah
4. Zakat yang dikeluarkan dari hasil perniagaan dinamakan dengan
 - a. Zakat Mal
 - b. Zakat Fitrah
 - c. Zakat kemakmuran
 - d. Zakat profesi
5. Orang yang berhak menerima zakat di bawah ini, kecuali
 - a. Orang fakir
 - b. *Muallaf*
 - c. Anak yatim
 - d. Orang yang berhutang
6. Pengertian aqidah menurut bahasa adalah
 - a. Ikatan
 - b. Keselamatan
 - c. Kesucian
 - d. Ketentraman
7. Allah mustahil memiliki sifat *ihktiyaz* yang artinya
 - a. Berbilang
 - b. Baru
 - c. Membutuhkan pertolongan
 - d. Sama dengan makhluknya
8. Ayat al Quran yang menjelaskan kewajiban setiap mukmin untuk beriman kepada Allah, malaikat, Rasul dan kitab Allah adalah:
 - a. Surat Al Baqarah [2]:142

- b. Surat Al Baqarah [2]:285
 - c. Surat An Nisa [4] : 11
 - d. Surat at Taubah [9]: 60
9. Yang termasuk surat Al Quran dalam juz 29 yaitu
- a. *Al Hadid* (57)
 - b. *Al Jum'ah* (62)
 - c. *Al Mursalat* (77)
 - d. *Al 'ala* (87)
10. Hukuman bagi orang yang berzina yang belum menikah adalah:
- a. Didera 100 pukulan dan diasingkan
 - b. Memberi makan 60 orang miskin
 - c. Berpuasa dua bulan berturut-turut
 - d. Didera sampai mati
11. Siapakah khalifah kerajaan Islam yang memegang tampuk kekhalifahan setelah Umar bin khattab?
- a. Abu Bakar as Sidiq
 - b. Utsman bin Affan
 - c. Ali bin Abi Thalib
 - d. Muawiyah bin abu Sofwan
12. Dalam perang Badar, jumlah kaum muslim yang berangkat ke medan peperangan berjumlah:
- a. 109 orang
 - b. 317 orang
 - c. 550 orang
 - d. 999 orang

Lampiran 11 Hasil Tes Millon Clinical Multiaxial Inventory IV Subjek

Psikolog : Melinda Bahri M. Psi, psikolog
Tanggal tes : 1 Juli 2019
Tempat : Poli Psikologi Rumah Sakit Ansari Saleh

Pola kepribadian:

Emosi labil, sulit diduga dan impulsif (bertindak tanpa pertimbangan). Cenderung terjadi kemarahan yang hebat dan tidak wajar. Kadang-Kadang merasa hidup ini kosong dan membosankan serta citra diri kurang jelas, kurang tahan berada sendirian. Relasi dengan orang lain cenderung tidak stabil. Terdapat tendensi mencederai diri sendiri.

Perilaku cenderung aneh dan cenderung menyendiri. Tampak bingung dan emosinya datar.

Pemikiran diliputi ecurigaan dan pola pikir yang tahyul dan di dominasi pikiran yang gaib-gaib.

Tanpa agak murung, pesimis, serius, pendiam, pasif, fous pada hal-hal negatif. Cenderung merasa kurang layak dan memiliki harga diri rendah. Cenderung mengkriti diri sendiri. Cenderung mencari kesalahan walaupun dalam situasi tidak ada masalah.

Klinis:

Mengalami depresi berat disertai perasaan putus asa, rasa tidak berguna, rasa bersalah, kurang bersemangat, kehilangan gairah hidup, nafsu makan dan berat badan. Tidur terganggu, cepat lelah dan kehilangan nafsu seksual.

Saat ini mengalami rasa cemas, gelisah, tegang, gugup dan rasa tidak nyaman. Juga dapat disertai kesulitan tidur (insomnia), otot-otot terasa kaku, sakit kepala, mual, berkeringat dingin, keringat berlebihan dan jantung berdebar-debar.

B. POLA KEPRIBADIAN

Emosi labil, sulit diduga dan impulsif (bertindak tanpa pertimbangan). Cenderung terjadi kenarahan yang hebat dan tidak wajar. Kadang- kadang merasa hidup ini kosong dan membosankan serta citra diri kurang jelas, kurang tahan berada sendirian. Relasi dengan orang lain cenderung tidak stabil. Terdapat tendensi mencedersi diri sendiri.

Perilaku cenderung aneh dan cenderung menyendiri. Tampak bingung dan emosinya datar. Pemikiran diliputi kecurigaan dan pola pikir yang tahyul dan di dominasi pikiran yang gaib-gaib.

Tampak agak murung, pesimis, serius, pendiam, pasif, fokus pada hal-hal negatif. Cenderung merasa kurang layak dan memiliki harga diri rendah. Cenderung mengeritik diri sendiri. Tampak sedih. Cenderung mencari kesalahan walaupun dalam situasi tak ada mslh

C. KLINIS

Mengalami depresi berat disertai perasaan putus asa, rasa tidak berguna, rasa bersalah, kurang bersemangat, kehilangan gairah hidup, nafsu makan dan berat badan. Tidur klien terganggu, cepat lelah dan kehilangan nafsu seksual

Saat ini mengalami rasa cemas, gelisah, tegang, gugup dan rasa tidak nyaman. Juga dapat disertai kesulitan tidur (insomnia), otot-otot terasa kaku, sakit kepala, mual, berkeringat dingin, keringat berlebihan dan jantung berdebar-debar.

Lampiran 12 Hasil Verbatim Wawancara

VERBATIM HASIL WAWANCARA

Nama : Subjek X
Usia : 23 tahun
Pekerjaan : Mahasiswi dan admin
Waktu : Minggu, 19 Juni 2022, pukul 11.00 – 17.50 WITA
Lokasi : Kediaman peneliti

Keterangan

Perkataan : Ucapan peneliti
Perkataan : *Ucapan subjek*
S : Subjek
P : Perempuan (jenis kelamin subjek)
B : Baris

Baris	Isi wawancara	Coding dan tema
1	Terima kasih ya sudah meluangkan waktu untuk datang	Pembuka wawancara (P, P, B1 - B13)
2	dalam proses pengambilan data ini.	
3	<i>Iya, sama-sama</i>	
4	Bagaimana kabarnya sekarang?	
5	<i>Alhamdulillah baik, dengan segala kesibukannya.</i>	
6	Sekarang kesibukannya apa aja?	
7	<i>Sekarang sibuk kerja dari Senin sampai Sabtu.</i>	
8	Kuliah tetap jalan?	
9	<i>Iya, sambil-sambilan.</i>	
10	Oke, kalau begitu kita langsung masuk ya pertanyaan	
11	wawancara ya. Sebelumnya saya minta maaf kalau	
12	pertanyaannya membuat kamu teringat masa-masa depresi	
13	kamu.	
14	<i>Iya, gapapa santai aja.</i>	
15	Pertama, kamu mengalami depresi berdasarkan hasil	
16	pemeriksaan kesehatan yang kamu tunjukan dulu, coba	

<p>17</p> <p>18</p> <p>19</p> <p>20</p> <p>21</p> <p>22</p> <p>23</p> <p>24</p> <p>25</p> <p>26</p> <p>27</p> <p>28</p> <p>29</p> <p>30</p> <p>31</p> <p>32</p> <p>33</p> <p>34</p> <p>35</p> <p>36</p> <p>37</p> <p>38</p> <p>39</p> <p>40</p> <p>41</p> <p>42</p> <p>43</p> <p>44</p> <p>45</p> <p>46</p> <p>47</p> <p>48</p> <p>49</p> <p>50</p> <p>51</p>	<p>ceritakan situasinya saat itu?</p> <p><i>Saat itu, lagi di masa yang apa yah down banget, karena Abah berhenti dari pekerjaan, Mama kan tulen jadi ibu rumah tangga, adik-adik masih kecil-kecil belum mengerti apa-apa dan aku tidak bisa memberikan kontribusi apa-apa untuk keluarga. Emang sih saat ada melamar kerja, tapi saat itu benar-benar down. Kan merasa jadi anak paling tua di rumah itu, jadi paling enggak harus mengalah dari adik-adik. Terus juga pacar seperti enggak mau mengerti keadaan aku.</i></p> <p>Itu waktu masih pacaran atau sudah putus?</p> <p><i>Itu masih pacaran, tapi kan si cowok ini memang ghost lighting. Jadi aku mau melepas tapi masih sayang. Sebenarnya aku cuma ingin dipahami. Posisiku tuh masih down gitu tolong jangan ditambahin beban gitu, ikut campur urusan aku, tapi nyatanya masalah-masalah kecil malah ditambahin, dia enggak mau mengerti dan selalu minta ini itu. Problem di keluarga aja belum selesai, ini masih ditambah dia.</i></p> <p><i>Kemarin itu mau memutuskan untuk tidak magang, Cuma bersyukur punya teman-teman magang yang sangat mensupport, jadi duit magang di pinjemin dulu sama salah satu mereka. Dukungan sosial dari mereka itu membuat aku tetap magang. Padahal aku merasa tidak enak karena merepotkan kan? tapi mereka meyakinkan aku untuk magang sama-sama tahun ini.</i></p> <p><i>Lalu tidak lama setelah itu ada panggilan kerja di cafe. Alhamdulillah. Jadi setiap bulan itu ketika gaji, setoran untuk bayar sama mereka, walaupun teman kan tetap harus bayar juga.. Jadi dari pagi sampai jam 1 siang magang, terus jam 3 sampai 11 malam kerja. Setiap hari seperti itu. Belum lagi di satu sisi, punya pacar yang minta waktu untuk dirinya. Padahal tolonglah dipahami, aku masih sedang sulit, aku punya tanggungan karena orang tuaku tidak kerja. Tapi nyatanya dia tidak paham.</i></p>	<p>Penyebab depresi subjek (S, P, B18 – B26)</p> <p>Penyebab depresi subjek (S, P, B28 – B51)</p>
---	---	---

52	Itu sudah berapa lama berjalan hubungannya?	
53	<i>Itu sekitar setahun, eh satu setengah tahun. Jadi kami</i>	Penyebab depresi
54	<i>masing-masing memperlihatkan sisi gelap kami. Jadi</i>	subjek
55	<i>memang banyak konflik pada saat itu, jadi itu alasan dia</i>	(S, P, B53 – B57)
56	<i>meninggalkan aku, karena sisi gelapku keluar dan tekanan</i>	
57	<i>mental di lain ditambah tekanan dari dia.</i>	
58	Itu kan sebelum kamu tahu depresi. Ketika hasil tes	
59	menyatakan kamu depresi berat, gimana perasaannya?	Perasaan subjek
60	<i>Enggak kaget, biasa aja.</i>	ketika mengetahui
61	Karena sudah bisa menebak?	hasil tes
62	<i>Iya, karena ya memang pantes aja depresi.</i>	pemeriksaan
63	Dari keluarga apa ada yang pernah mengalami depresi?	(S, P, B60 – B62)
64	Bagaimana pengaruhnya ke kamu?	
65	<i>Mama dulu pernah punya riwayat depresi. Mama pernah</i>	Riwayat depresi
66	<i>waktu hamil anak ke 3. Saat itu tu kan, waktu umur 4 bulan</i>	dari keluarga
67	<i>divonis lintang, jadi bakal sesar. Jadinya Mama depresi,</i>	(S, P, B65 - B76)
68	<i>padahal kan ibu hamil gaboleh dapat tekanan, tapi</i>	
69	<i>Mamaku kan emang kayak gitu jadinya begitu. Terus waktu</i>	
70	<i>usia 6 bulan, posisi bayi sungsang lagi. Nah jadi semakin</i>	
71	<i>depresi. Tapi bersyukur, Abah itu sportnya luar biasa,</i>	
72	<i>jadi bisa mentreat dengan baik. Karena pada saat itu juga</i>	
73	<i>posisi kami lagi di puncak ekonomi. Keadaan ekonomi kami</i>	
74	<i>lagi sangat stabil. Jadi lumayan jauh masa waktu Mama</i>	
75	<i>depresi dan aku yang depresi. Tapi iya itu, ada riwayat</i>	
76	<i>depresi dari keluarga.</i>	
77	Waktu Mama kamu depresi apakah itu berpengaruh ke	
78	kamu?	
79	<i>Tidak sih. Karena Mama itu walaupun depresi tidak pernah</i>	Depresi ibu subjek
80	<i>melampiaskannya ke anak. Mama kalau depresi, nangiiis</i>	tidak berpengaruh
81	<i>aja, paling uring-uringan di kasurr, terus malas</i>	kepada subjek
82	<i>mengerjakan apapun.</i>	(S, P, B79 – B87)
83	<i>Beda kalau aku depresi dulu, sering menyalahkan diri</i>	
84	<i>sendiri. Ini salah aku. Karena aku sebagai anak pertama</i>	
85	<i>tapi rasa tidak berguna untuk keluarga. Ini salah aku,</i>	
86	<i>andai kalau aku tidak kuliah tidak magang, andai aku kerja</i>	

87	<i>jadi beban keluargaku berkurang.</i>	
88	Kira-kira itu waktu umur kamu berapa Mama kamu depresi	
89	itu?	
90	<i>Waktu umur 10 tahun kira-kira. Jadi memang jauh</i>	Rentang waktu
91	<i>bedanya.</i>	depresi ibu subjek
92	Apa kamu pernah menggunakan obat-obatan?	dan subjek
93	<i>Tidak, tidak pernah.</i>	(S, P, B90 – B91)
94	Menurut kamu, kamu punya kepribadian seperti apa?	Subjek tidak pernah
95	<i>Secara pribadi sebenarnya aku menilai sebagai orang yang</i>	menggunakan obat-
96	<i>bermental lemah. mudah terhasut, mudah ketrigger, mudah</i>	obatan
97	<i>tersentuh. Makanya sering dibilang halus perasaan.</i>	(S, P, B93)
98	Tapi yang aku lihat, kamu orang ceria.	
99	<i>Iya aku ceria, tapi itu semua hanya topeng. Aku adalah</i>	Kepribadian subjek
100	<i>orang yang paling bertopeng. Mungkin aku bersikap ceria</i>	(S, P, B95 – B97)
101	<i>itu untuk pembiasaan aja, aku mempunyai prinsip bahwa</i>	
102	<i>segala sesuatu itu bisa terjadi karena terbiasa. Jadi kalau</i>	Kepribadian subjek
103	<i>pura-pura kuat itu bisa membuatku jadi tidak lemah.</i>	(S, P, B99 – B121)
104	<i>sebenarnya aku itu orang yang insecuritasnya luar biasa,</i>	
105	<i>jadi tidak pernah benar-benar menyukai diri sendiri.</i>	
106	<i>Aku orang perfeksionis, jadi ketika apa yang ingin dicapai</i>	
107	<i>tidak dicapai, maka aku akan menyalahkan diri sendiri. Oh</i>	
108	<i>aku salah, aku tidak mampu makanya jadi begini. Jadi</i>	
109	<i>menyalahkan diri sendiri. Jadi walaupun aku terlihat</i>	
110	<i>seperti sangat mencintai diri sendiri, sebenarnya aku orang</i>	
111	<i>yang sangat membenci diri sendiri.</i>	
112	<i>Jadi kalau di media sosial biasanya membuat kata-kata</i>	
113	<i>tentang cinta diri sendiri, padahal itu sebagai penyemangat</i>	
114	<i>aja. Saat itu aku sedang tidak percaya diri. Pada saat itu</i>	
115	<i>aku membenci diri sendiri. Jadi sebenarnya aku itu punya 2</i>	
116	<i>sisi. Sisi yang menguatkan dan sisi yang melemahkan, jadi</i>	
117	<i>dua sisi itu saling berkelahi. Capek rasanya. Berat rasanya.</i>	
118	<i>Postingan itu untuk menguatkan yang lain, juga sebenarnya</i>	
119	<i>untuk menguatkan diri sendiri. Ada inner child dalam diri</i>	
120	<i>ini yang berteriak ingin diakui diri sendiri. Keberadaannya</i>	
121	<i>ingin diakui diri sendiri.</i>	

122	Kata kamu ingin keberadaan kamu diakui diri sendiri, jadi	
123	saat ini? belum mengakui keberadaan diri sendiri?	
124	<i>Iya belum.</i>	
125	Oke baiklah, lalu sebelumnya kamu pernah mengalami	
126	kejadian traumatis?	
127	<i>Mmm, enggak ada sih. Depresiku karena banyaknya</i>	Subjek tidak
128	<i>tekanan mental aja pada saat itu.</i>	memiliki
129	Berarti tidak pernah ya?	pengalaman
130	<i>Iya tidak pernah.</i>	traumatis
131	Apa gejala-gejala depresi yang kamu alami sebelum kamu	(S, P, B127 –
132	mengetahui ternyata hasil tes MCMI?	B128)
133	<i>Iya sangat sesuai dengan hasil tes MCMI-nya, perasaan</i>	
134	<i>putus asa, rasa tidak berguna dan malah jadi beban,</i>	Gejala depresi
135	<i>perasaan bersalah karena tidak bisa membantu keluarga</i>	subjek dulu
136	<i>lebih banyak, tidak bersemangat untuk kuliah, nafsu makan</i>	(S, P, 133 – B137)
137	<i>terganggu, tidur terganggu dan sangat merasa kelelahan.</i>	
138	Jadi itu ya gejala yang dialami saat itu?	
139	<i>Iya.</i>	
140	Apa ada pengaruhnya itu terhadap kondisi fisik dan psikis	
141	kamu?	
142	<i>Kalau untuk fisik sih enggak ada, pengaruhnya itu lebih ke</i>	Pengaruh depresi
143	<i>internal diri sendiri, ke psikisnya yang jadi capek.</i>	terhadap kondisi
144	Gejala-gejala yang kamu sebutkan tadi, apa kah	subjek
145	berpengaruh pada aktifitas sehari-hari kamu?	(S, P, B142 –
146	<i>Tentu. Aku memang orang yang mageran, tapi kalau niat</i>	B143)
147	<i>pekerjaan dilakukan dengan maksimal. Tapi ketika tidak</i>	
148	<i>fokus, saat depresi itu kan pikiran kacau karena harus</i>	Pengaruh depresi
149	<i>memikirkan banyak hal, jadinya pekerjaan yang aku</i>	terhadap kehidupan
150	<i>lakukan itu kacau semua. Ujung-ujungnya menyalahkan</i>	sehari-hari subjek
151	<i>diri sendiri lagi.</i>	(S, P, B146 –
152	Setelah menyalahkan diri sendiri lagi, apa yang kamu	B151)
153	rasakan?	
154	<i>Down lagi. Jadi mempertanyakan untuk apasih aku hidup</i>	Pengaruh depresi
155	<i>ini. Walaupun enggak sampai berpikiran untuk bunuh diri.</i>	terhadap kehidupan
156	<i>Tapi jadi terus mikir lagi, aku dilahirkan ini untuk apa gitu.</i>	sehari-hari subjek

157	Depresi saat itu berpengaruh kah ke kehidupan spiritual	(S, P, B154 –
158	kamu?	B156)
159	<i>Iya hancur banget, tamat shalat.</i>	Pengaruh depresi
160	Ini tuh penyebabnya yang mana? Kan di awal kamu bilang	terhadap kehidupan
161	ada banyak penyebab kamu depresi. Kalau untuk spiritual	spiritual subjek
162	ini, karena yang mana?	(S, P, B159)
163	<i>Karena yang pacar.</i>	
164	Seperti yang kamu ceritakan dulu waktu wawancara awal?	
165	<i>Iya, karena hal itu. Hubungan toxic kami. Sebenarnya saat</i>	Hubungan subjek
166	<i>itu pengen banget kembali ke Tuhan. Tapi malu, akhirnya</i>	dengan Tuhan
167	<i>yaudah menjauhi Tuhan.</i>	(S, P, B165 –
168	Oo jadi siklusnya begini? Melakukan. Merasa berdosa,	B167)
169	ingin kembali ke Tuhan. Tapi merasa malu dan akhirnya	
170	menjauhi Tuhan?	
171	<i>Iya begitu.</i>	
172	Nah waktu itu kan tidak shalat lagi, ibadah yang lain	
173	gimana?	
174	<i>Sama. Palingan yang dilakukan hanyalah berdoa. Karena</i>	Ritual ibadah yang
175	<i>aku masih yakin dengan Tuhan. Walaupun sebenarnya</i>	dilakukan subjek
176	<i>untuk berdoapun aku merasa tidak pantas, untuk hidup</i>	ketika depresi
177	<i>akutuh tidak pantas. Jadi ketika meminta tuh, kaya gini ‘ya</i>	(S, P, B174 –
178	<i>Allah, aku mau meminta begini, entahlah engkau kabulkan</i>	B183)
179	<i>atau enggak, tolong kuatkan aku, mudahkan urusanku,</i>	
180	<i>kedua orang tuaku kuat terus, tetap jadi orang tua yang</i>	
181	<i>baik terus’’, aku hidup jadi beban jadi setidaknya itu aja</i>	
182	<i>yang kulakukan walaupun kayak shalat ngaji itu enggak.</i>	
183	<i>Tapi doa tetap.</i>	
184	Lalu pengaruhnya terhadap kehidupan sosial kamu apa ada?	
185	<i>Eenggak sih, karena aku kan pakai topeng. Eenggak ada yang</i>	Pengaruh depresi
186	<i>sadar kalau aku depresi, termasuk keluargaku.</i>	ke kehidupan sosial
187	Situasi dan kondisi yang kamu rasa paling berat saat depresi	subjek
188	itu apa?	(S, P, B185 - B186)
189	<i>Profesional, menutupi perasaan. Kan diluar terlihat baik-</i>	Situasi paling berat
189	<i>baik saja. Sebenarnya yang membuatku ingin terlihat baik-</i>	ketika subjek
190	<i>baik saja adalah karena males aja menceritakan kepada</i>	depresi

191	<i>orang. Mau menjelaskan itu bingung mau mulai dari mana</i>	(S, P, B189 - B197)
192	<i>karena saking complicatednya. Jadi daripada begitu,</i>	
193	<i>mending pura-pura baik-baik saja. Walaupun hati itu</i>	
194	<i>hancur sehancur-hancurnya. Suuuusah banget. Tapi</i>	
195	<i>alhamdulillah bisa aja, karena itu hubungan dengan orang-</i>	
196	<i>orang baik-baik aja. Tetap seperti aku yang ceria. Aku</i>	
197	<i>yang bore, pecicilan. Tapi insidenya hancur sebenarnya.</i>	
198	Bagaimana cara kamu melalui itu semua?	
199	<i>Iya itu kembali lagi itu, aku dilahirkan ke dunia ini ada</i>	Cara subjek melalui
200	<i>tujuannya, Cuma sekarang mungkin belum menemukan</i>	depresi
201	<i>tujuan itu. Kalaunya aku jalani terus, ibaratnya itu kayak</i>	(S, P, B199 –
202	<i>everything is gonna be okay. Kalau dijalani badai pasti</i>	B206)
203	<i>berlalu, saat ini ibaratnya aku bukan untuk menemukan</i>	
204	<i>tujuanku yang sebenarnya, tapi untuk bertahan dulu supaya</i>	
205	<i>di ujung jalanan nanti aku ketemu tujuan yang aku cari itu.</i>	
206	<i>Jadi itu, kayak bertahan aja dulu.</i>	
207	Bertahan dengan pemikiran positif itu tadi ya?	
208	<i>Iya, begitu.</i>	
209	Waktu kamu depresi itu adakah orang sekitar yang tahu	
210	kamu depresi?	
211	<i>Waktu sebelum di tes atau sesudah di tes?</i>	
212	Sebelum dan sesudah.	
113	<i>Kalau sebelumnya enggak ada yang tau aku depresi,</i>	Respon orang
214	<i>bahkan pembimbing magang yang mengetes aku aja beliau</i>	sekitar ketika tahu
215	<i>shock, ‘‘kamu depresi kah?’’ tanya beliau. Aku jawab,</i>	subjek depresi
216	<i>‘‘enggak tahu, Bu’’. Beliau nanya aku kenapa depresi</i>	(S, P, B113 –
217	<i>berat, apa masalahku saat itu. Tapi aku cuma bilang itu hal</i>	B221)
218	<i>yang rumit jadi akhirnya aku bilang lagi aku baik-baik aja,</i>	
219	<i>padahal hatiku nangis. Cuma karena itu tadi, males</i>	
219	<i>menjelaskan. Jadi waktu beliau nanya begitu, beliau</i>	
220	<i>memandang aku dengan prihatin tapi aku cuma ketawa-</i>	
221	<i>tawa aja.</i>	
222	Beliau cemas ya?	
223	<i>Iya</i>	
224	Terus siapa lagi yang tahu?	

225	<i>Teman-teman yang magang sama aku waktu itu. Akhirnya</i>	Respon orang
226	<i>ketika mereka tahu, mereka satu-persatu naruh empati ke</i>	sekitar ketika tahu
227	<i>aku. Semakin lebih merangkul aku. Makin memberikan</i>	subjek depresi
228	<i>perhatian khusus. Padahal aku enggak nyaman diberi</i>	(S, P, B225 –
229	<i>perhatian seperti itu, karena seakan akutuh lemah banget.</i>	B229)
230	<i>Tapi karena mereka yang ingin begitu, yaudah.</i>	
231	Jadi selain mereka enggak ada yang tahu? Seperti orang	
232	tua?	
233	<i>Enggak.</i>	
234	Enggak ada yang sadar berarti ya?	
235	<i>Iya enggak.</i>	
236	Upaya yang selama ini kamu lakukan untuk mengatasi	
237	depresi kamu apa? Ini kan sebenarnya tentang depresi kamu	
238	tahun 2019, nah sampai sekarang itu bagaimana?	
239	<i>Iya, ketemu sama boyband BTS itu sebenarnya salah</i>	Upaya subjek untuk
240	<i>satunya. Aku tuh tersentuh sama kata-kata leadernya (RM),</i>	mengatasi depresi
241	<i>kata-katanya ada waktu dia speech di sidang PBB. Ee</i>	(S, P, B239 –
242	<i>kurang lebih begini, “tidak peduli apa rasamu apa warna</i>	B261)
243	<i>kulitmu, kamu itu berharga. Kamu itu ibaratnya memiliki</i>	
244	<i>nilainya masing-masing” itu salah sataunya. Terus</i>	
245	<i>akhirnya tertarik ngikutin mereka. RM itu dulu luar biasa</i>	
246	<i>insecurenya sampai waktu awal debut itu pakai kacamata</i>	
247	<i>terus karena benci dengan matanya. Tapi akhirnya makin</i>	
248	<i>kesini dia makin mencintai dirinya sendiri. Jadi, wah dia</i>	
249	<i>yang ibaratnya bukan orang beragama, tidak punya Tuhan,</i>	
250	<i>bisa menerima dirinya loh. Sedangkan aku yang punya dan</i>	
251	<i>yakin Tuhan menyayangi aku, kenapa aku tidak. Jadi</i>	
252	<i>perlahan-lahan aku mulai menerima diri. Dari sana aku</i>	
253	<i>sadar, sesempurna apapun seseorang pasti punya</i>	
254	<i>insecurenya masing-masing. Jadi makin kesini makin</i>	
255	<i>menggali diri sendiri. Jadi seperti self talk. Jadi aku mulai</i>	
256	<i>mendengarkan inner child yang saat itu aku abaikan,</i>	
257	<i>akhirnya sadar bahwa aku ini berharga, aku punya</i>	
258	<i>kelebihanku sendiri, aku punya kekurangan juga tapi</i>	
259	<i>kekuranganku ini kayaknya masih bisa diimbangi dengan</i>	

<p>260</p> <p>261</p> <p>262</p> <p>263</p> <p>264</p> <p>265</p> <p>266</p> <p>267</p> <p>268</p> <p>269</p> <p>270</p> <p>271</p> <p>272</p> <p>273</p> <p>274</p> <p>275</p> <p>276</p> <p>277</p> <p>278</p> <p>279</p> <p>280</p> <p>281</p> <p>282</p> <p>283</p> <p>284</p> <p>285</p> <p>286</p> <p>287</p> <p>288</p> <p>289</p> <p>290</p> <p>291</p> <p>292</p> <p>293</p> <p>294</p>	<p><i>kelebihanku. Jadi akhirnya sadar bahwa diri sendiri itu</i></p> <p><i>berharga walaupun dihancurkan dia (mantan pacar).</i></p> <p>Oo jadi itu awal mula kamu suka BTS ya?</p> <p><i>Iya. Sebenarnya dari dulu suka sama lagunya mereka, tapi</i></p> <p><i>setelah makin mengenal mereka aku jadi semakin suka</i></p> <p><i>karena banyak hal yang inspiratif dari mereka.</i></p> <p>Berawal dari mengalihkan perhatian, akhirnya dapat hal</p> <p>yang menginspirasi ya?</p> <p><i>Iya.</i></p> <p>Selain itu apalagi upayanya?</p> <p><i>Orang-orang sekitar sih. Pada akhirnya aku terbuka sama</i></p> <p><i>orang tuaku ketika kondisi sudah lebih membaik. Jadi</i></p> <p><i>intinya semakin dekat dengan keluarga.</i></p> <p><i>Ahya, satu penyesalanku dulu, kenapa aku dulu tidak</i></p> <p><i>mencurahkan waktu untuk keluarga. Kenapa aku terlalu</i></p> <p><i>sibuk di luar aja. Dan ketika aku putusan, apayah akhirnya</i></p> <p><i>Mamaku tahu. Beliau tahu aku dalam kondisi down itu, jadi</i></p> <p><i>beliau menemani aku terus dan akhirnya aku banyak</i></p> <p><i>terbuka. Lalu aku bilang “ma, aku dulu depresi berat”.</i></p> <p><i>Mama kaget, Abah kaget juga. Mereka nanya “kenapa</i></p> <p><i>enggak bilang? Kalau begini nih Mama dan Abah merasa</i></p> <p><i>bersalah”.</i> Nah karena itu dulu aku tidak mau bilang bila</p> <p>ada masalah, karena mereka jadinya malah menyalahkan</p> <p>diri sendiri. Merasa gagal jadi orang tua. Padahal itu kan</p> <p>bukan salah mereka. jadi setelah itu kan lebih terbuka, jadi</p> <p>Mama dan Abah waktu itu supportnya luar biasa.</p> <p>Meyakinkan kalau laki-laki di dunia ini tidak hanya dia</p> <p>(mantan pacar) aja, masih banyak yang lebih baik. Lalu</p> <p>teman-teman yang tahu juga mensupport dan bilang kalau</p> <p>aku bisa mendapatkan laki-laki yang lebih baik nantinya.</p> <p>Karena dia tidak pantas untukku, karena sudah merusakku</p> <p>dan nanti pasti dapat karmanya, begitu kata mereka.</p> <p>Dan yang pastinya, ketika hobby jadi fangirl, terus akupun</p> <p>akhirnya jadi mulai mendengarkan inner child. Jadi itu</p> <p>upayanya. Jadi kayak menemukan kepingan diri yang</p>	<p>Upaya lain</p> <p>(S, P, B270 - B295)</p>
--	--	--

295	<i>pecah belah.</i>	
296	Adakah upayanya seperti konsul ke psikolog atau psikiater?	
297	<i>Enggak ada.</i>	
298	Jadi cuma orang-orang terdekat dan diri sendiri?	
299	<i>Iya. dan bersyukur waktu itu teman-teman adalah orang</i>	
300	<i>yang tidak mencela aku. Padahal kan saat itu aku terlalu</i>	
301	<i>sibuk sama pacar aku jadinya aku mengabaikan mereka.</i>	
302	<i>Tapi ketika aku down, mereka yang malah mendekati dan</i>	
303	<i>menolong aku.</i>	
304	Menurut kamu, depresi saat itu termasuk kategori berat,	
305	sedang atau ringan?	
306	<i>Berat sih. Karena hasilnya juga kan mengatakan depresi</i>	Kategori depresi
307	<i>berat.</i>	subjek
308	Waktu depresi itu hubungan dengan Tuhan bagaimana?	(S, P, B306 - B307)
309	Spiritualitas maksudnya.	
310	<i>Kalau misalkan tentang peribadatan yang wajib tidak</i>	Hubungan subjek
311	<i>melakukan. Cuman hatiku masih percaya Tuhan itu, Allah</i>	dengan Tuhan
312	<i>itu selalu ada untuk aku dan terkadang apapun aku</i>	ketika depresi
313	<i>meminta itu masih aja.</i>	(S, P, B310 –
314	Tapi shalat lima waktu enggak ya?	B315)
315	<i>Enggak.</i>	
316	Bagaimana perasaan kamu dalam 30 hari terakhir ini?	
317	adakah hal yang memberatkan pikiran atau perasaan?	
318	<i>Biasa aja sih. Kayak yang terlalu berat itu gak ada. Tapi</i>	Keadaan subjek
319	<i>kayak insecure itu masih turun naik, masih belum bisa</i>	dalam 30 hari
320	<i>berdamai.</i>	terakhir
321	Lalu gejala-gejala depresi yang aku sebutkan di awal tadi,	(S, P, B318 - B354)
322	pada saat ini masih merasakan kah? Seperti perasaan putus	
323	asa?	
324	<i>Tidak.</i>	
325	Perasaan tidak berguna?	
326	<i>Kadang-kadang sih.</i>	
327	Perasaan bersalah?	
328	<i>Kayaknya enggak lagi deh.</i>	
329	Kurang bersemangat?	

340	<i>Enggak. Malah terlalu bersemangat. Karna malah</i>	
341	<i>sekarang aku mikir aku narsis deh.</i>	
342	Kehilangan gairah hidup?	
343	<i>Enggak.</i>	
344	Kehilangan nafsu atau berat badan?	
345	<i>Iya, karena sekarang coba diet untuk menjaga kesehatan</i>	
346	<i>tubuh.</i>	
347	Tidur terganggu?	
348	<i>Tidak, sekarang malah selalu tidur di bawah jam 12.</i>	
349	<i>Hidupku sekarang teratur.</i>	
350	Cepat merasa lelah?	
351	<i>Iya. Remaja jompo. Maanya sekarang lebih sering</i>	
352	<i>olahraga.</i>	
353	Perasan cemas, tegang, gelisah dan rasa tidak nyaman?	
354	<i>Enggak ada.</i>	
355	Baiklah.	
356	Apa menurut kamu kehidupan keluarga kamu termasuk	
357	religius?	
358	<i>Iya keluargaku termasuk religius menurutku.</i>	
359	Seperti apa?	
360	<i>Abah aku kan anak imam mesjid, kakek aku orang yang</i>	Gambaran religius
361	<i>terpandang sebenarnya di kampung. Terus turun ke Abah</i>	keluarga subjek
362	<i>aku. Abah aku itu orangnya yang puasa ramadhan aja</i>	(S, P, B360 –
363	<i>enggak pernah pecah, walaupun kerjaan berat. Terus Abah</i>	B368)
364	<i>aku itu enggak pernah lepas shalat 5 waktu. Dan beliaupun</i>	
365	<i>ibaratnya ibadah sunnah enggak pernah lepas dan</i>	
366	<i>menyuruh kamipun apapun keadaannya kalau bisa jangan</i>	
367	<i>pernah lepas dengan hal-hal yang wajib, rukun islam lah.</i>	
368	<i>Pola pikirnya pun sangat husnudzhan.</i>	
369	Berarti menurut kamu ayah kamu adalah sosok imam yang	
370	sebenarnya imam?	
371	<i>Iya.</i>	
372	Kalau ibu?	
373	<i>Kalau Mama itu sebenarnya, dulu itu ya karena keluarga</i>	Gambaran religius
374	<i>Mama itu dulu kakek aku enggak shalat, nenek aku fokus</i>	keluarga subjek

375	<i>kerja. Dulu itu kakek aku jadi bapak rumah tangga dan</i>	(S, P, B373 - B379)
376	<i>nenek yang kerja. Jadi karena itu pendidikan agama Mama</i>	
377	<i>itu kurang sih, andaikata Mamaku enggak nikah sama</i>	
378	<i>Abah mungkin ibadahnya tetap enggak teratur. Intinya itu</i>	
379	<i>di Abah aku.</i>	
380	Berarti sejak ibu kamu nikah sama ayah kamu, jadi	
381	ibadahnya lebih baik?	
382	<i>Iya.</i>	
383	Seperti apa pendidikan agama yang diberikan orang tua	
384	kamu di rumah?	
385	<i>Sebenarnya Abah sama Mama itu enggak terlalu tegas</i>	Pendidikan agama
386	<i>juga. Kalau orang lain kan sampai diberi hukuman kalau</i>	yang diberikan
387	<i>anaknya enggak mau beribadah. Orang tuaku enggak,</i>	orang tua subjek di
388	<i>mungkin kayak ‘ah mungkin anakku lagi ada problem, biar</i>	rumah
389	<i>dia berdamai sama diri sendiri dulu’’ jadi dibiarkan dulu.</i>	(S, P, B385 - B402)
390	<i>Mungkin bahasanya itu dibiarkan, kayak adik-adikku juga.</i>	
391	<i>Ketika disuruh shalat enggak mau, ya diingatkan, cuma</i>	
392	<i>enggak juga yang terlalu memaksa. Orang tuaku itu sampai</i>	
393	<i>mikir begini, hidayah itu kayak mereka tau aja soal Tuhan,</i>	
394	<i>tapi inayahnya itu yang enggak dapat dan untuk inayah itu</i>	
395	<i>enggak bisa dipaksakan begitu. Justru sesuatu yang</i>	
396	<i>dipaksa itu nantinya enggak mendalam, jadi ibaratnya</i>	
397	<i>kalau diperintah baru mau. Jadi ibaratnya, munculkan dari</i>	
398	<i>dalam dirinya aja. Mama Abah itu juga lebih</i>	
399	<i>mencontohkan ke diri sendiri dulu. Misalkan mau anak</i>	
400	<i>baik, maka contohkan dulu hal baik. Maka nanti anak akan</i>	
401	<i>tersentuh sendiri karena melihat ‘oh Mama abaku shalat,</i>	
402	<i>masa aku enggak shalat’’.</i>	
403	Berarti itu di tengah-tengah antara fleksibel dan memaksa	
404	ya? Maksudnya fleksibel banget juga enggak, disuruh dulu,	
405	kalau enggak mau ya dibilangin, begitu?	
406	<i>Iya begitu.</i>	
407	Menurut kamu apa yang kamu pikirkan dari pengajaran	
408	yang dikasih orang tua kamu?	
409	<i>Kadang aku greget sih, Mama aku itu terlalu memaklumi</i>	Pendapat subjek

410	<i>adik-adik aku kalau malas shalat karena terlalu main hape.</i>	terhadap
411	<i>Aku sampai bilang “coba disita hape mereka, karna nanti</i>	pengajaran dari
412	<i>mereka bakal mikir ah gapapa Mama Abah aku tetap</i>	orang tua
413	<i>ngasih aku hape walaupun aku gak shalat”, padahal</i>	(S, P, B409 - B419)
414	<i>sebenarnya aku pengen ikut campur ke pola asuh mereka,</i>	
415	<i>itu bukan ranah aku. Cuma kadang itu greget aja, coba</i>	
416	<i>mereka itu lebih tegas deh. Kalau begitu terus nanti adik-</i>	
417	<i>adik aku malah semena-menanya. Anak yang benar-benar</i>	
418	<i>tersentuh baru paham dengan maksud orang tua itu</i>	
419	<i>bagaimana.</i>	
420	Itukan bisa dibilang tanggapan kamu terhadap pola asuh	
421	oang tua kamu terhadap adik-adik kamu, pengen lebih	
422	tegas. Kalau ke kamu sendiri, apa yang kamu pikirkan	
423	ketika disuruh atau diajarin?	
424	<i>Aku sebenarnya termasuk orang yang suka berdiskusi sama</i>	Pendapat subjek
425	<i>Mama dan Abah. Jadi kalau misal dibilangin dan itu masuk</i>	terhadap
426	<i>aja di pemikiran aku, maka aku akan nurut aja. Kalaunya</i>	pengajaran dari
427	<i>enggak, bakal aku debat dulu sampai akhirnya kami</i>	orang tua
428	<i>menemukan jalan tengahnya.</i>	(S, P, B424 - B434)
429	Misal X (nama samaran) shalat!	
430	<i>Aku punya kesadaran sendiri sih sekarang.</i>	
431	Kalau dulu?	
432	<i>Kalau dulu walaupun disuruh shalat, enggak mau aku.</i>	
433	Apalagi waktu depresi itu ya?	
433	<i>Iya. disuruh shalat, enggak aku dengarkan dan mereka</i>	
434	<i>yasudah gitu aja.</i>	
435	Perasaan kamu ketika diberi pengajaran itu apa?	
436	<i>Sebenarnya aku menginginkan mereka itu lebih tegas.</i>	Perasaan subjek
437	<i>Bahkan ke diri aku sendiri.</i>	terhadap
438	Berarti kurang puas begitu?	pengajaran orang
439	<i>Iya, aku itu sebenarnya pengen juga ditegasin. Karena</i>	tua
440	<i>kadang aku malah mikir “mereka itu sebenanrnya sayang</i>	(S, P, B436 –
441	<i>enggak sama aku?” begitu. Kayak terlalu memaklumi.</i>	B441)
442	Ketika kamu sudah mendapatkan pengajaran agama dari	
443	orang tua kamu, apa yang kamu lakukan?	

444	<i>Mmmm keputusannya ada di aku. Kadang mengerjakan</i>	Respon subjek terhadap pengajaran orang tua (S, P, B444 - B447)
445	<i>kadang enggak. Tapi kalau sekarang memiliki kesadaran</i>	
446	<i>sendiri jadi kalau memang tahu wajib, ya enggak perlu</i>	
447	<i>disuruh orang tua ya dilakukan.</i>	
448	Pernahkah orang tua kamu mengajarkan tentang optimis	Gambaran pengajaran optimis dari orang tua ke subjek (S, P, B450 - B464)
449	ketika dapat masalah?	
450	<i>Sering, apalagi Abah aku. Orang tua aku itu selalu</i>	
451	<i>menyuruh ‘jangan pernah membalas kejahatan dengan</i>	
452	<i>kejahatan. Orang jahat itu urusan orang. Apa balasan kita</i>	
453	<i>ke orang itu menunjukkan diri kita sendiri. Kalau kamu</i>	
454	<i>ikutan jahat maka kamu enggak ada bedanya dengan</i>	
455	<i>mereka yang jahat begitu. Jadi yaudah, kamu tunjukan aja</i>	
456	<i>kamu yang sebenarnya, kamu bawaannya seperti apa ya</i>	
457	<i>seperti itu aja. Jangan berpikir dengan penilaian orang’’</i>	
458	<i>apalagi soal masa depan mereka bilang gini ‘enggak</i>	
459	<i>papa, Mama dan Abah selalu ada’’ kayak selalu</i>	
460	<i>memberikan dukungan, memberikan hal yang bisa</i>	
461	<i>dilakukan pasti diusahakan untuk aku.</i>	
462	Nasehat-nasehat orang tua itu membantu enggak waktu	
463	kamu mengalami depresi?	
464	<i>Sangat membantu.</i>	
465	Apalagi setelah mereka tahu kamu depresi ya?	
466	<i>Iya iya. Mensupportnya luar biasa. Bahkan kadang aku tuh</i>	Support keluarga ketika subjek depresi (S, P, B466 – B470)
467	<i>nangis ‘Ya Allah, sejauh ini aku menjauh dariMu tapi</i>	
468	<i>kenapa masih diberikan orang tua yang luar biasa,</i>	
469	<i>penyayang dan luar biasa pedulinya, diberikan teman-</i>	
470	<i>teman yang baik’’ sangat bersyukur.</i>	
471	Nah kalau gambaran yang sekarang? Maaf sebelumnya	
472	karena pertanyaannya sangat personal. Ibadah yang	
473	sekarang kerap kamu lakukan apa?	
474	<i>Yang pasti shalat 5 waktu.</i>	Praktik ibadah subjek (S, P, B474 - B493)
475	Tepat waktu kah?	
476	<i>Emmm enggak juga. Yang penting jangan kecepatan jangan</i>	
477	<i>kelambatan. Contohnya gini kalaunya bisa tepat waktu iya</i>	
478	<i>tepat waktu, tapi kalaunya melambat-lambatkan sampai</i>	

479	<i>akhir waktu ya enggak juga. Contohnya kayak tadi kan,</i>	
480	<i>dzuhur kan jam dua lewat, enggak yang di awal tapi</i>	
481	<i>enggak juga di akhir waktu. Sejenis begitu.</i>	
482	<i>Terus selain itu, aku membiasakan setiap malam jumat</i>	
483	<i>untuk shalat tahajud. Tahajud itu memang karena ada</i>	
484	<i>suatu keinginan lah. Dan aku sebenarnya pengen tiap</i>	
485	<i>malam tahajud cuma anemia aku yang bikin enggak bisa.</i>	
486	<i>Jadi tiap malam jumat aja. Lalu kau setiap shalat kalau</i>	
487	<i>waktunya memungkinkan, atau kayak lagi di rumah, aku itu</i>	
488	<i>lebih nyaman mengaji di rumah atau siang itu waktu jam</i>	
489	<i>istirahat kerja aku biasanya shalat di mesjid At Takwa, nah</i>	
490	<i>jadi siang itu sambil nunggu waktu istirahat selesai itu</i>	
491	<i>mengaji dulu, seberapa dapat. Kalau di rumah lagi enggak</i>	
492	<i>ada kerjaan dan ada waktu lagi misal magrib ke isya kan,</i>	
493	<i>ya mengaji. Terus lebih banyak berzikir juga.</i>	
494	Yang sunnah yang lagi bagaimana? Misal puasa sunnah?	
495	Enggak.	
496	Shalat dhuhah?	
497	Enggak.	
498	Berarti shalat 5 waktu, terus setiap malam jumat shalat	
499	tahajud dan mengaji setiap ada waktu ya?	
500	Iya.	
501	Lalu apa persepsi kamu tentang ibadah yang telah	
502	dilakukan?	
503	<i>Hmm persepsi, aku sebenarnya enggak minta apa-apa sih,</i>	Persepsi tentang
504	<i>menenangkan diri sih iya, cuma kalau untuk hal lain.</i>	ibadah yang
505	<i>Kayak pengen, pengen aja sih.</i>	dikerjakan
506	Karena itu kewajiban?	(S, P, B503 - B512)
507	<i>Iya sebuah kewajiban dan pengen melakukannya.</i>	
508	Enggak yang didorong karena suatu alasan tertentu?	
509	<i>Enggak sih. Karena ingin aja. Ada sih satu kayak tahajud</i>	
510	<i>tadi, tapi enggak juga yang terlalu menggebu banget.</i>	
511	<i>Intinya aku itu ingin membiasakan untuk shalat tahajud</i>	
512	<i>setiap malam jumat.</i>	
513	Rutinkah?	

514	<i>Alhamdulillah.</i>	
515	Ketika kamu memiliki gejala depresi bagaimana	
516	perasaannya ketika beribadah? Apakah ada perbedaan?	
517	<i>Perbedaannya itu kalau ketika depresi itu beribadah</i>	Perbedaan perasaan
518	<i>karena terpaksa gitu, karena kita itu kayak kita lagi belum</i>	beribadah ketika
519	<i>bisa berdamai dengan masalah sendiri jadi beribadah itu</i>	depresi dan tidak
520	<i>kayak dituntut. Sedangkan saat ini justru kayak kembali</i>	depresi
521	<i>pulang, melakukan ibadah itu kayak semangat. Kalau aku</i>	(S, P, B517 - B534)
522	<i>begitu sih. Kalau misalkan nih lagi bahagia, melakukan</i>	
523	<i>ibadah itu senang jadinya.</i>	
524	Senang dan bersemangat?	
525	<i>Iya, karena gak ada tekanan kan.</i>	
526	Berarti yang waktu depresi itu kan ibadah yang dilakukan	
527	cuma berdoa, apakah berdoanya juga terpaksa?	
528	<i>Oh enggak kalau berdoa enggak terpaksa. Ibaratnya kalau</i>	
529	<i>ritualnya baru terpaksa.</i>	
530	Oh berarti tetap ada yang dilaksanakan?	
531	<i>Iya, tapiii. Kadang ada kaya perasaan aku pantes gak sih</i>	
532	<i>aku mengerjakan ibadah (shalat), jadi enggak yang enggak</i>	
533	<i>melakukan sama sekali. Ada, cuma kadang setelah</i>	
534	<i>beberapa hari baru ibadah lagi.</i>	
535	Oh begitu.	
536	Bisa diceritakan tujuan kamu beribadah untuk apa?	Tujuan beribadah
537	<i>Aku beribadah untuk healing dan kewajiban.</i>	subjek
538	Menurut kamu bagaimana pengaruh dari ibadah yang kamu	(S, P, B536)
539	lakukan terhadap kehidupanmu?	
540	<i>Hmm. Lebih optimis dan percaya takdir Tuhan itu ada.</i>	Pengaruh ibadah
541	Pada saat kamu memiliki <i>stressor</i> depresi atau masalah nih,	pada kehidupan
542	bagaimana peran nilai-nilai agama yang kamu pegang itu?	subjek
543	<i>Sebagai penenang, zikir tetap ada, tetap ingat aja sama</i>	(S, P, B540)
544	<i>Tuhan tapi ibadah amaliyahnya tidak dikerjakan.</i>	
545	Baiklah.	Peran nilai agama
546	Selanjutnya, menurut kamu bagaimana pengetahuanmu	ketika subjek
547	agama kamu selama ini? masih kurangkah atau bagaimana?	memiliki <i>stressor</i>
548	<i>Sebenarnya, aku banyak tahu aja karena basicnya kan</i>	depresi

549	<i>Abah aku banyak tahu, terus aku juga pesantren dulu.</i>	(S, P, B543 - B544)
550	Oh kamu pernah pesantren?	
551	<i>Iya.</i>	
552	Di mana dulu?	Gambaran
553	<i>Darul Ilmi, selama 3 tahun. Lalu ketika aliyah kan sekolah</i>	pengetahuan agama
554	<i>islami juga walaupun gak sebanyak yang di pondok.</i>	subjek
555	Darul Ilmi itu setara SMA kah?	(S, P, B548 - B604)
556	<i>Enggak, itu kan SMP SMA, pondok 6 tahun maksudnya.</i>	
557	<i>Tapi aku kan kemarin itu pengen 6 tahun juga, cuma</i>	
558	<i>karena aku sering sakit jadinya sampai 3 tahun aja di</i>	
559	<i>pondok.</i>	
560	Jadi waktu yang SMA nya kamu di?	
561	<i>MAN 2.</i>	
562	Gimana tadi? Kamu banyak tahu karena <i>basicnya</i> ada,	
563	terus?	
564	<i>Terus orang tua kan juga banyak tahu. Lalu apayah, kalau</i>	
565	<i>yang sekarang ini, eh dari dulu, aku suka mencari tahu hal-</i>	
566	<i>hal baru yang bahkan itu tuh halnya yang keseluruhan,</i>	
567	<i>bukan hanya yang agama. Aku itu suka baca-baca, entah di</i>	
568	<i>buku atau website, kalaunya menarik aku baca. Apalagi</i>	
569	<i>yang mana hal itu berkaitan dengan diri aku. Jadi akhirnya</i>	
570	<i>tahu, begitu.</i>	
571	Jadi sering baca ya?	
572	<i>Iya. Jadi lumayan tahu. Aku jadi bilang begitu atau menilai</i>	
573	<i>diri aku begitu karena, misalkan kaya kan ada teman nanya</i>	
574	<i>“eh kayak gini bolehlah?” aku bialng “iya boleh”, aku</i>	
575	<i>ibaratnya itu lebih tahu daripada teman-teman.</i>	
576	Berarti kamu merasa cukup aja sudah ilmu pengetahuan	
577	kamu?	
578	<i>Sebenarnya kalau bisa ditambah.</i>	
579	Yang ingin dipahami atau dipelajari lebih tentang agama	
580	misalnya apa?	
581	<i>Emmm, umum aja sih. Kalau bisa seperti amalan-amalan</i>	
582	<i>mungkin, ilmu pengetahuan lain juga tentang Islam.</i>	
583	<i>Pengen aja jadi lebih banyak wawasan.</i>	

584	Upaya yang kamu lakukan saat ini apa untuk menambah	
585	pengetahuan itu?	
586	<i>Aku nge-follow akun-akun Islami di ig di twitter, terus</i>	
587	<i>emmm kadang ikut pengajian sama Abah tiap malam senin.</i>	
588	Malam ini berarti ya?	
589	<i>Iya malam ini harusnya. Cuma enggak tahu pergi atau</i>	
590	<i>enggak. Kan biasanya ada Abah, tapi kan Abah sekarang di</i>	
591	<i>Samarinda. Tapi kadang bisa aja ke sana sama Mama,</i>	
592	<i>tergantung Mama lagi ngajakin atau enggak. Yang pasti</i>	
593	<i>kalau sendirian aku enggak pergi. Lalu aku bisa juga</i>	
594	<i>membuka di youtube, ada kadang, aku enggak tahu juga di</i>	
595	<i>explore di youtube itu tiba-tiba ada live sejenis dakwah itu.</i>	
596	<i>Tapi bukan imam yang di Indo, tapi di Mekkah tapi kan ada</i>	
597	<i>subtitlenya. Aku nonton, tapi kadang enggak sampai habis</i>	
598	<i>juga. Sambil lalu aja maksudnya, enggak yang disengaja</i>	
599	<i>gitu.</i>	
600	Terus lewat apa lagi? Baca buku tadi ya?	
601	<i>Iya, aku senang beli buku.</i>	
602	Buku apa?	
603	<i>Buku keislami iya, terus buku tentang self improvement</i>	
604	<i>gitu.</i>	
605	Oh begitu, baiklah. Lalu perasaan kamu nih ketika proses	
606	menambah ilmu baru apa? Tadi kan upayanya lewat ig,	
607	twitter, youtube, baca buku. Gimana perasaannya?	
608	<i>Menjadi lebih sadar diri sih. Kadang kan ada hal-hal yang</i>	Perasan subjek
609	<i>salah di diri kita dan ketika kita membaca hal-hal yang</i>	ketika proses
610	<i>kayak gitu... oh pantes aku kayak gini gini karena aku</i>	menambah ilmu
611	<i>kayak gini gini. Jadi kita lebih sadar diri dan akhirnya</i>	agama
612	<i>termotivasi untuk memperbaiki diri terus-menerus.</i>	(S, P, B608 - B613)
613	<i>Akhirnya karena kita termotivasi baik akhirnya jadi baik</i>	
614	<i>juga.</i>	
615	Adakah hambatan ketika proses upaya mencari ilmu baru	
616	itu?	
617	<i>Iya ada. Hambatannya itu bisa juga kayak mager hehe.</i>	
618	<i>Kadang juga, kan sekarang banyak stigma open minded</i>	

<p>619</p> <p>620</p> <p>621</p> <p>622</p> <p>623</p> <p>624</p> <p>625</p> <p>626</p> <p>627</p> <p>628</p> <p>629</p> <p>630</p> <p>631</p> <p>632</p> <p>633</p> <p>634</p> <p>635</p> <p>636</p> <p>637</p> <p>638</p> <p>639</p> <p>640</p> <p>641</p> <p>642</p> <p>643</p> <p>644</p> <p>645</p> <p>646</p> <p>647</p> <p>648</p> <p>649</p> <p>650</p> <p>651</p> <p>652</p> <p>653</p>	<p><i>padahal mewajarkan hal yang salah. Agama itu sebenarnya bagus aja, mengatur agar manusia itu enggak di luar batas. Itu kurang lebih. Jadi agak sulit juga.</i></p> <p><i>Apa pandangan agama menurut kamu tentang individu yang mengalami depresi?</i></p> <p><i>Depresi itu biasanya, ini menurut pengalaman aku ya, depresi itu sebenarnya karena merasa dirinya gak berguna kan?</i></p> <p><i>Iya.</i></p> <p><i>Sebenanrnya ketika depresi itu kita itu harusnya, harusnya lebih mengenal Tuhan. Walaupun kadang nih ada orang yang bilang “aku ibadah jalan aja tapi aku ngerasa tetap aja aku depresi”, tapi ya tadi dilihat dulu ibadahnya udah benar belum? Kamu beribadah karena memang itu habit kah, karena ingin menggugurkan kewajiban sebagai muslim kah atau kamu emang merasakan esensi dari beribadah itu sendiri. Orang ketika depresi itu kadang memang perlu dukungan spiritual, karena kan ketika depresi itu ada dorongan untuk bunuh diri atau apa, ketika orang yang depresi itu perlu adanya Tuhan untuk meyakinkan bahwa.... ini ada Tuhan loh yang menerimamu, mencintaimu tanpa syarat, walaupun wujud-Nya tidak terlihat, cuma rasanya bisa kita rasakan. Kita ibaratnya itu diberikan kehidupan, kalau kita menyia-nyiakannya ya, ketika kita depresi itu kayak enggak ada tempat bergantung, padahal sebenarnya Tuhan itu adalah tempat bergantung paling... ini aku sering sih ketika shalat ya kadang ketika habis berdoa itu berdzikir, ada waktu ketika aku di atas sajadah itu diam, sebenarnya aku sedang bicara sama Tuhan. Kita kan kadang menjelaskan ke manusia, tapi belum tentu yang kita jelaskan bisa dipahaminya. Sedangkan ketika menyalurkan perasaan kita, unek-unek kita ketika depresi itu walaupun enggak ada wujudnya Allah itu, tapi aku ngerasa kok kayak bebanku itu hilang ya. Apalagi ketika sambil nangis. Kadang aku bisa nangis</i></p>	<p>Pandangan agama menurut subjek terhadap individu yang mengalami depresi</p> <p>(S, P, B623 - B671)</p>
--	---	---

<p>654 655 656 657 658 659 660 661 662 663 664 665 666 667 668 669 670 671 672 673 674 675 676 677 678 679 680 681 682 683 684 685 686 687 688</p>	<p><i>sendirian ketika selesai shalat, kaya berkeluh kesah sama Tuhan. Tapi setelah itu perasaanku jadi ringan. Aku gak tahu teorinya apa gitu, cuma tiba-tiba aja hati itu jadi tenang. Jadi semangat untuk hidup itu kembali ketika itu, dan ngerasa... ah aku ini berharga kok. Kita itu sebenarnya ketika makin mengenal Tuhan, malah mengurangi depresi itu. Kalau kita main kenal makin kenal, iya ibaratnya kayak aku kan mengalihkan pikiran ke BTS, semakin mengenal mereka aku semakin mencintai diri sendiri. Apalagi kalau kita mengingat-ingat apa yang sudah kita nikmati selama ini, kayak depresi itu apayah, masalah yang aku hadapi saat ini itu masih enggak sebanding dengan nikmat yang aku terima selama ini. Itu perlu untuk orang-orang yang lagi sedang depresi, perlu untuk mengenal Tuhan, mendekatkan diri ke Tuhan. Ya karena aku dulu itu karena rasa malu, andai dulu dulu itu aku mengenal Tuhan mungkin aku enggak akan depresi. Mungkin aku akan lebih optimis. Cuma ya yang namanya masa lalu, yasudah gitu.</i></p> <p>Ada nih pendapat yang pernah aku dengar kalau agama itu tidak ada kaitannya dengan depresi tapi ada pula yang bilang kalau orang depresi artinya dia jauh dari Tuhan.</p> <p>Bagaimana tanggapan kamu?</p> <p><i>Memang sebenarnya bila dikaitkan, kalau orang yang tidak beragama ya memang tidak ada kaitannya. Cuma kayak gini loh, kehidupan spiritual itu kalau aku pribadi mikirnya begini kita itu tergantung keyakinan kita. Aku ngerasa, kalau aku yakin bisa aja dan emang bisa. Lalu ketika di orang depresi itu kan tentang tekanan, dan itu memang gak ada kaitannya dengan agama. Cuma untuk semangat hidup ini berkaitan dengan spiritual. Ketika orang merasa dekat dengan Tuhannya ia punya tempat bergantung, ia punya harapan. Coba lihat orang yang enggak punya Tuhan dan yang punya Tuhan. Biasanya kenapa orang yang punya Tuhan itu punya semangat hidup yang lebih tinggi karena</i></p>	<p>Pandangan agama menurut subjek terhadap individu yang mengalami depresi (S,P, B676 - B702)</p>
--	--	---

<p>689 690 691 692 693 694 695 696 697 698 699 700 701 702 703 704 705 706 707 708 709 710 711 712 713 714 715 716 717 718 719 720 721 722 723</p>	<p><i>dia yakin ketika dia menyerahkan segalanya ke Tuhan urusan dunia, ia yakin Tuhan yang akan menyelesaikannya. Nah di sana, akhirnya semangat hidupnya tumbuh. Nah beda kalau ‘ah mau gimanapun aku kerja tetap gak berhasil’ karena dia merasa itu adalah usahanya. Coba jika kita kan berusaha tapi hasilnya ke Tuhan. Kan ada sabda Tuhan ‘aku sesuai prasangka hamba-Ku’. Ketika kita berprasangka kepada Allah itu baik, maka Allah sungguh Allah akan memberikan hal-hal baik kepada kita. Kayak aku kan merasa ‘aku ini pantas enggak berhadapan dengan Tuhan?’ akhirnya aku terus merasa malu sama Tuhan. Tapi ketika aku dekat ke Tuhan, aku merasa hidupku lebih dipermudah, dikirimkan orang-orang baik, dimudahkan urusan. Kalu kita yakin Tuhan memudahkan, sungguh emang dimudahkan.</i></p> <p>Apa pandangan kamu tentang agamamu dan Allah? <i>Allah itu tempat kembali, kadang akutuh ada kayak diketuk karena mungkin dulu ketika kecil itu dibilangin Kai kalau setiap sujud terakhir jangan lepas baca 7x ihdinassirota mustaqim artinya kan tunjukilah aku jalan yang lurus. Maka sejauh apapun aku berjalan akan dikembalikan lagi ke Tuhan. Aku ngerasa benar sih, walaupun aku sempat lepas (menjauh dari Tuhan), kayak ada benang merah tersendiri yang menyuruh aku untuk kembali. Aku sering jauh tapi akhirnya kembali lagi, begitu terus. Ada jalan pulang. Allah itu memang tempat kembali mau bagaimanapun keadaanku. Dia tidak pernah mencela aku walau sebanyak apapun dosaku. Dia selalu menerima kita dengan keadaannya. Tetap disayangi, tetap diterima apa adanya.</i></p> <p><i>Dan agama itu sebenarnya kayak aturan. Kita itu sebagai manusia kalau enggak ada aturan bakal di luar batas. Aturan ada sebagai pagar agar kita tidak keluar karena di luar itu berbahaya dan akan merugikan diri kita sendiri. Agama itu sebagai pengaman gitu.</i></p>	<p>Dimensi keyakinan subjek (S, P, B704 - B722)</p>
--	---	---

724	Selanjutnya, apa kamu meyakini bahwa individu yang	Dimensi keyakinan subjek (S, P, B725 - B753)
725	mengalami depresi itu merupakan ketetapan dari Allah?	
726	<i>Iya, itu ada campur tangan takdir juga. Karena kan aku</i>	
727	<i>pernah juga mengalami, karena depresi itu yang</i>	
728	<i>membuatku jadi lebih kuat. Aku merasa yang namanya</i>	
729	<i>manusia ditempa. Kayak sekarang ini nih aku ngerasa,</i>	
730	<i>kalau dulu itu gak bisa tersentuh dikit menangis. Merasa</i>	
731	<i>bersalah. Nah kalau sekarang aku ngerasa orang mau</i>	
732	<i>ngomong apapun tentangku, aku gak peduli. Karena aku</i>	
733	<i>yakin kalau diriku itu enggak seperti yang mereka</i>	
734	<i>omongkan. Kalau dulu mah aku gabisa dengar omongan</i>	
735	<i>mereka langsung kepikiran. Dan depresi itu salah satu...</i>	
736	<i>gimana ya..</i>	
737	Salah satu nikmat?	Dimensi praktek ibadah subjek
738	<i>Iya beneran! Salah satu nikmat. Kan kadang ada orang</i>	
739	<i>yang enggak mau mengingat masa lalu, justru aku</i>	
740	<i>pengennya semua kenangan di diri aku itu entah itu baik</i>	
741	<i>atau buruk jangan pernah dilupakan. Karena tidak semua</i>	
742	<i>hal buruk itu buruk dan hal baik itu baik. Karena hal</i>	
743	<i>burukpun bisa jadi hal baik ketika kita bisa mereplace hal</i>	
744	<i>itu menjadi hal baik gitu.</i>	
745	<i>Kayak depresi itu tadi kan, aku pernah begitu jadinya</i>	
746	<i>belajar sehingga nanti enggak begitu lagi. Gimana</i>	
747	<i>caranya? Akhirnya kita lebih menghargai diri sendiri.</i>	
748	<i>Keyakinan di diri kita sendiri itu akhirnya lebih. Akhirnya</i>	
749	<i>kan karena depresi itu aku jadi lebih mendengarkan diriku,</i>	
750	<i>lebih tahu seperti apa aku, apa kurang lebihnya aku. Andai</i>	
751	<i>itu tidak ada (depresi) mungkin selama ini akan tetap</i>	
752	<i>kekanak-kanakan.</i>	
753	Jadi, itu merupakan takdir dan nikmat ya?	
754	<i>Betul sekali.</i>	
755	Seberapa rutin kamu mengerjakan kewajiban agama seperti	
756	shalat, puasa, mengaji dan ibadah lain yang berkaitan	
757	dengan agama sekarang ini?	
758	<i>Shalat 5 waktu, bulan puasa ya puasa, puasa Syawal iya</i>	

<p>794</p> <p>795</p> <p>796</p> <p>797</p> <p>798</p> <p>799</p> <p>800</p> <p>801</p> <p>802</p> <p>803</p> <p>804</p> <p>805</p> <p>806</p> <p>807</p> <p>808</p> <p>809</p> <p>810</p> <p>811</p> <p>812</p> <p>813</p> <p>814</p> <p>815</p> <p>816</p> <p>817</p> <p>818</p> <p>819</p> <p>820</p> <p>821</p> <p>822</p> <p>823</p> <p>824</p> <p>825</p> <p>826</p> <p>827</p> <p>828</p>	<p><i>diusahakan, enggak ditinggalkan. Pasti kerjakan shalatnya.</i></p> <p><i>Enggak dianggap remeh. Kadang hati itu merasa janggal</i></p> <p><i>aja kalau ninggalin shalat.</i></p> <p>Nilai-nilai yang kamu pegang dan terapkan dalam</p> <p>kehidupan sehari-hari apa?</p> <p><i>Iya tadi husnudzhan dengan Tuhan, karena Allah sesuai</i></p> <p><i>prasangka hamba-Nya. Terus kita perlu mempertahankan</i></p> <p><i>diri kita jadi orang baik, itu aku setuju dengan apa yang</i></p> <p><i>dikatakan Abah aku. Karena aku ngerasa sih, ada kayak</i></p> <p><i>teman curhat ke aku ketemu sircle yang jahat, mendengar</i></p> <p><i>dari kisahnya aja aku jadi mikir kok bisa sejahat itu, tapi</i></p> <p><i>setelah makin aku lihat... oh pantes aja dia dipertemukan</i></p> <p><i>orang yang jahat. Beda kalau orang yang baik pasti</i></p> <p><i>dipertemukan dengan orang yang baik. Seandainya diapun</i></p> <p><i>dipertemukan dengan orang yang jahat, biasanya itu bukan</i></p> <p><i>karena dia jahat tapi karena Allah ingin menunjukkan “ini</i></p> <p><i>nih orang jahat, jangan sampai ikutan kayak begitu.</i></p> <p><i>Jadikan pembelajaran aja”. Tetap aja jadi orang baik,</i></p> <p><i>karena menurutku gak ada ruginya jadi orang baik.</i></p> <p><i>Alhamdulillahnya sircle yang kupunya enggak pernah</i></p> <p><i>toxic. Karena mempertahankan itu tadi, jadi orang baik.</i></p> <p><i>Terus, menurut aku shalat memang gerakannya kayak gitu-</i></p> <p><i>gitu aja. Cuma beda hidup aku ketika mempertahankan</i></p> <p><i>shalat dan dulu yang gak pernah shalat. Aku pernah</i></p> <p><i>membaca salah satu postingan “kalau kamu ingin</i></p> <p><i>memperbaiki hidupmu maka perbaiki shalatmu” emang</i></p> <p><i>benar. Hidup aku itu, kalau dulu yang aku sampai depresi</i></p> <p><i>itu mungkin salah satunya karena aku jauh dari Tuhan.</i></p> <p><i>Kayak masalah itu perasaanku kayak gak ada titik</i></p> <p><i>akhirnya. Ada aja masalah ditimpa-timpa sampai akhirnya</i></p> <p><i>aku tertekan. Sekarang kalau ada masalah apapun kayak</i></p> <p><i>habis akal, Allah pasti memberi jalan. Emang benar,</i></p> <p><i>kadang kayak misalkan aku gapunya uang, ada aja nanti</i></p> <p><i>kawan yang nge transfer uang. Padahal kita, mungkin nih</i></p> <p><i>kalau misalkan kita orang yang gapunya Tuhan, mikirnya</i></p>	<p>Dimensi</p> <p>pengamalan subjek</p> <p>(S, P, B798 - B838)</p>
--	---	--

<p>829 830 831 832 833 834 835 836 837 838 839 840 841 842 843 844 845 846 847 848 849 850 851 852 853 854 855 856 857 858 859 860 861 862 863</p>	<p><i>“buat apa teman ngetrasfer uang?”. Kalaupun kita punya Tuhan, mikirnya jadi gini “ah ini salah satu cara sayang Allah ke kita”. Kadang disaat kayak gitu aku tersentuh. “Ya Allah baiknya” padahal dalam hati ada berbisik gimana cara aku menambahkan kekurangan ini, ternyata kawan lah datang, terus tiba-tiba ada orang yang mesan baju lah (jualan online). Kayak semuanya dipermudah aja gitu. Urusan-urusan yang di luar nalar itu, kok tiba-tiba ada hal yang mempermudahnya. Kita itu kayak ada skenario tersendiri ketika kita emang memperbaiki ibadah kita.</i></p> <p>Jadi banyak ya, keyakinan yang paling utama... <i>Iya.</i></p> <p>Apa nilai-nilai yang kamu pegang itu memotivasi kamu untuk tetap optimis ketika kamu depresi atau berada dalam situasi sulit?</p> <p><i>Oh tentu. Seperti yang sudah aku jelaskan sebelumnya kan. Aku itu bukan orang yang bisa memahami maksud Tuhan, nah contoh abah aku adalah orang yang bisa langsung mengambil pelajaran dari Tuhan. Kalau aku enggak. Makanya kadang ketika ada masalah itu aku perlu waktu sendiri, aku perlu untuk menganalisis dulu “kenapa jadi begini?... oh itukah maksud Tuhan?” enggak bisa yang langsung paham. Perlu waktu dulu. Memanglah ketika ada orang yang geluh, aku mewajarkan. Karena penerimaan orang terhadap ujian Tuhan itu enggak semuanya yang langsung dapat. Kadang ada yang perlu proses, kadang ada yang menolak dulu. Nah makanya, ketika kita sadar itu, iya depresi tadi aku baru sadar akhir-akhir ini bahwa gara-gara depresi ini yang membuat aku jadi kuat. Andai itu tidak datang maka aku selamanya akan jadi orang yang bermental lemah gitu.</i></p> <p>Pernahkah kamu mendengar kajian atau membaca buku tentang pandangan agama terhadap depresi?</p> <p><i>Kalaupun mendalami banget enggak, tapi aku pernah baca</i></p>	<p>Dimensi pengalaman subjek (S, P, B844 - B859)</p> <p>Dimensi pengetahuan subjek</p>
--	--	--

864	<i>artikel gitu, cuma kebanyakan yang aku dapat ini begini...</i>	(S, P, B862 - B905)
865	<i>kadang orang yang tahu di agama enggak tahu ilmu</i>	
866	<i>psikologi.</i>	
867	<i>Paham gak?</i>	
868	<i>Paham.</i>	
869	<i>Jadi kadang orang itu menjustifikasi bahwa depresi itu</i>	
870	<i>karena jauh dari Tuhan. Padahal orang depresi ini perlu</i>	
871	<i>pendekatan. Makanya aku itu kalau ada orang yang lagi</i>	
872	<i>down nih, aku gak pernah membahas agama dengannya</i>	
873	<i>walaupun aku tahu saat itu dia down karena jauh dari</i>	
874	<i>Tuhan. Aku enggak pernah yang kayak ‘kamu tuh begini</i>	
875	<i>karena kamu lupa sama Tuhan’, enggak semudah itu.</i>	
876	<i>karena kadang ada orang yang persepsinya jauh dari</i>	
877	<i>Tuhan karena berbagai alasan. Jadi makanya kita perlu</i>	
878	<i>pendekatan dulu, kita gali kenapa, baru nanti ujung-</i>	
879	<i>ujungnya diingatin untuk mengingat Tuhan, kita kasih</i>	
880	<i>pemahaman dulu. Kita itu ya ketika menasehati secara</i>	
881	<i>perlahan, dengan orang yang menasehati sat set set akan</i>	
882	<i>beda, kita akan lebih menerima yang memberi nasehat</i>	
883	<i>secara perlahan kan? kita merasa lebih adem gitu.</i>	
884	<i>Enggak merasa dihakimi gitu ya?</i>	
885	<i>Iya enggak merasa dihakimi. Makanya aku ada membaca</i>	
886	<i>artikel tentang kajian depresi itu biasanya berkaitan</i>	
887	<i>dengan agama, kayak seakan-akan mereka itu</i>	
888	<i>menjustifikasi bahwa orang depresi itu jauh dari agama.</i>	
889	<i>Padahal orang depresi beragama juga dan dia shalat juga...</i>	
890	<i>Iya, cuma dia belum menemukan aja. Nah itu kenapa kita</i>	
891	<i>gak boleh menghakimi orang, kita gak berhak. Dan dalam</i>	
892	<i>hal kehidupan manusia entah itu tentang keyakinan, yang</i>	
893	<i>berhak menghakimi manusia itu cuma Tuhan. Kita manusia</i>	
894	<i>walaupun kita tahu dia salah, kita enggak bisa menghakimi</i>	
895	<i>karena apa... karena kitapun orang yang penuh dosa juga.</i>	
896	<i>Makanya kita saling mengingatkan.</i>	
897	<i>Itulah, ya kadang ada orang yang mengerti agama tapi tidak</i>	
898	<i>mengerti psikologi dan yang mengerti psikologi enggak</i>	

899	mengerti tentang agama	
900	<i>Iya, makanya kita bersyukur kita berada di Psikologi Islam,</i>	
901	<i>yang mana mewajibkan untuk memahami keduanya.</i>	
902	Berarti pandangan atau pendapat artikel yang kamu	
903	sebutkan di awal tadi tidak bisa diinternalisasikan dalam	
904	kehidupan sehari-hari ya?	
905	<i>Iya, karena aku punya pendekatan sendiri.</i>	
906	Oke selanjutnya, tahukah kamu kalau Allah mengampuni	
907	segala kesalahan yang kita perbuat jika kita bertaubat?	Dimensi
908	<i>Tahu dong. Allah itu pasti mengampuni, bahkan contoh Dia</i>	pengetahuan subjek
909	<i>sayang Dia mengampuni, kita bermaksiat 3 dosa besar aja</i>	(S, P, B908 –
910	<i>masih diberi Tuhan makan, masih diberi kenikmatan hidup,</i>	B1001)
911	<i>bukti bahwa Allah itu masih sesayang itu dengan manusia.</i>	
912	Bagaimana perasaan kamu ketika melakukan hal yang baik	
913	(pahala)?	Dimensi
914	<i>Ya senang lah. Itu lagi menambah point kalau kita</i>	pengalaman subjek
915	<i>bermanfaat ketika melakukan suatu hal baik. Makanya aku</i>	(S, P, B914 - B919)
916	<i>tuh kadang ya ada di satu titik ingin menawarkan bantuan</i>	
917	<i>sebenarnya dan ketika orang itu minta ke aku, aku merasa</i>	
918	<i>kayak oh aku ini bermanfaat juga ya. Ada juga gunanya</i>	
919	<i>aku dan itu menambah kepercayaan diri ketika melakukan</i>	
920	<i>kebaikan dan kebaikan kita diterima.</i>	
921	Sejauh ini apa pandangan kamu tentang rukun Islam dan	
922	rukun Iman?	
923	<i>Itu hal yang mutlak, jadi aku tidak bisa memberi</i>	
924	<i>pandangan. Karena itu sudah sistemnya dari Tuhan, jadi</i>	
925	<i>enggak bisa diganggu gugat.</i>	
926	Oke aku mengerti. Begitupun dengan 5 hukum dalam Islam	
927	ya?	
928	<i>Iya.</i>	
929	Lalu seperti apa pengalaman religius kamu ketika	
930	menghadapi depresi?	
931	<i>Ya kembali ke keyakinan tadi. Seperti yang aku bilang.</i>	
932	Oke baik. Lalu apakah depresi membuat kamu merasa jauh	
933	atau menjauhi Allah? Atau sebaliknya semakin dekat dan	

934	mendekati Allah?	Dimensi
935	<i>Gara-gara depresi itu aku kayak sadar gitu, pengen banget</i>	pengalaman subjek (S, P, B934 - B941)
936	<i>mendekat ke Allah. Waktu enggak depresi ya biasa aja</i>	
937	<i>masih haha hihi. Pas kena depresi itu jadi mikir apakah ini</i>	
938	<i>teguran gitu. Aku pengen mendekati Allah lagi cuma</i>	
939	<i>gimanaaaa caranya? kayak kita merasa bersalah sama</i>	
940	<i>orang tapi kita merasa gak enak karena kita merasa sudah</i>	
941	<i>sering bersalahnya. Padahal kita perlu banget sama Allah.</i>	
942	<i>Sejenis begitu sih. Tapi akhirnya baik.</i>	
943	Jadi kalau aku simpulkan begini ya, gara-gara depresi dan	
944	penyebab-penyebabnya itu kamu jadinya menjauhi Tuhan,	
945	tapi setelah sadar karena depresi itu, kamu jadi mendekati	
946	Tuhan lagi, begitu?	Dimensi
947	<i>Iya. Kan aku perlu waktu berpikir ya, ia sebelum-</i>	pengalaman subjek (S, P, B946 - B979)
948	<i>sebelumnya aku kan gak sadar, jauh itu karena itu gitu.</i>	
949	<i>Lalu ketika kena masalah, tekanan dan depresi, habis</i>	
950	<i>depresi itu kan aku ngerasa kayak down banget, tapi</i>	
951	<i>karena down itu jadi memaksa aku untuk berpikir ‘kenapa</i>	
952	<i>aku sampai jadi begini?’’ habis itu ‘ah aku perlu</i>	
953	<i>sandaran, tapi gimana caranya?’’ bingung masih itu. tapi</i>	
954	<i>coba dekati dulu, nah sampai akhirnya aku sadar ada</i>	
955	<i>teman bilang begini ‘ketika kita melakukan dosa, kita</i>	
956	<i>enggak ada pembersihan maka kita yang kotor makin kotor,</i>	
957	<i>tapi kalau kita yang kotor ini kita bersihin pelan-pelan,</i>	
958	<i>walaupun kotor juga tapi enggak akan sekotor yang enggak</i>	
959	<i>dibersihin sama sekali. Itu tuh godaan setan supaya kamu</i>	
960	<i>menjauh dan memutus hubungan dengan Tuhan. Misalkan</i>	
961	<i>nih kamu menjauh, yaudah mission complete dari si setan.</i>	
962	<i>Tapi ketika kamu lawan terus, Tuhan itu sebenarnya</i>	
963	<i>menyambut dari jauh. Tuhan itu Maha Pemaaf, Tuhan itu</i>	
964	<i>selalu menerima keadaan kita seburuk apapun kita’’ begitu</i>	
965	<i>katanya. Nah gara-gara kata-kata teman itu aku jadi sadar,</i>	
966	<i>aku harus mendekati Tuhan lagi. Pernah juga aku dengar</i>	
967	<i>kurang lebih gini, ketika kita berjalan ke Tuhan, Tuhan</i>	
968	<i>akan berlari ke kita. Nah ketika sudah dekat dengan Tuhan,</i>	

969	<i>aku baru sadar, ketika aku bersandar dengan Tuhan aku</i>	
970	<i>merasa hidupku tidak seberat itu. Ibaratnya itu aku ada</i>	
971	<i>sandaran yang mana akhirnya itu menguatkan aku.</i>	
972	<i>Menjalani hidup survive, menjadi orang yang lebih baik</i>	
973	<i>lagi kedepannya, sampai akhirnya depresi itu hilang sudah.</i>	
974	<i>Bukan hilang sih, tapi samar maksudnya. Enggak ada lagi</i>	
975	<i>dan itu hanya sebagai kenangan yang bisa diambil</i>	
976	<i>pelajarannya.</i>	
977	Kalau sebelum depresi itu gimana hubungan kamu dengan	
978	Tuhan?	
979	<i>Ya hancur lah. Kacau banget. Karena banyak faktor tadi</i>	
980	<i>juga.</i>	
981	Kan ada fase, sebelum depresi, ketika depresi dan sesudah	Siklus hubungan
982	depresi. Berarti sebelum itu enggak dekat dengan Tuhan..	subjek dengan
983	<i>Iya, lalu diingatkan Tuhan dengan depresi, itu Tuhan</i>	Tuhan sebelum
984	<i>mengingatkan, “sadar enggak dengan depresi ini?”</i>	depresi, ketika
985	<i>pengen mendekat, gengsi. Tapi akhirnya ada teman yang</i>	depresi dan setelah
986	<i>menasehati aku tadi dan kayaknya si temanku ini salah satu</i>	melewati depresi
987	<i>bentuk hidayah Tuhan, karna itu tadi, bukti kalau Allah itu</i>	(S, P, B978 - B988)
988	<i>sesayang itu sama aku, dikirimkanlah teman untuk</i>	
989	<i>mengingatkan, untuk kembali.</i>	
990	Manteb ya nasehatnya,	Dimensi
991	<i>Iya. kadang tuh disana aku berpikir kalau sesayang itu</i>	pengalaman subjek
992	<i>Allah dengan aku. Aku itu kadang kehilangan arah, tapi</i>	(S, P, B990 –
993	<i>ada aja yang menarik untuk kembali entah itu dari teman</i>	B999)
994	<i>atau dari siapa. Kayak ada jalannya tersendiri. Banyak</i>	
995	<i>pertolongan dari sini dari sini. Kamu kalau nyari informan</i>	
996	<i>kayaknya bakal banyak banget, karena yang bikin aku</i>	
997	<i>kembali itu banyak faktornya. Kayak ketika aku itu</i>	
998	<i>tenggelam banget sudah, ada yang ngasih pelampung, ada</i>	
999	<i>yang mengulurkan tangan, pokoknya banyak dengan</i>	
1000	<i>caranya masing-masing.</i>	
1001	Pernahkah kamu berdoa agar segera diberi kesembuhan dari	
1002	depresi?	
1003	<i>Pernah lah.</i>	

1004	Apa yang kamu rasakan ketika doa kamu dikabulkan dan	Dimensi pengalaman subjek (S, P, B1005 - B1010)
1005	tidak dikabulkan?	
1006	<i>Ketika dikabulkan, aku jadi semangat, kadang terharu juga</i>	
1007	<i>sampai nangis. Tuhan sebaik ini sama aku gitu. Tapi ketika</i>	
1008	<i>tidak dikabulkan aku mikirnya ah ini bukan rejekiku, pasti</i>	
1009	<i>ada maksud lain kenapa Allah begini. Bisa jadi ada hal</i>	
1010	<i>yang lebih besar dari ini disiapkan atau ini memang bukan</i>	
1011	<i>yang terbaik untuk aku.</i>	
1012	Husnudzhan banget ya kamu.	
1013	<i>Harus.</i>	
1014	Oya terakhir, kamu kan kuliah jurusan Psikologi Islam, ada	
1015	gag pengaruhnya terhadap cara kamu mengatasi depresi?	
1016	<i>Banyak pengaruhnya. Bahkan pola pikir, cara bersikap,</i>	
1017	<i>cara menangani masalah dan lain hal, banyak</i>	
1018	<i>pengaplikasiannya dari belajar ilmu psikologi. Dan</i>	
1019	<i>sepertinya aspek hidup aku sekarang lebih banyak mengacu</i>	
1020	<i>dari apa yang aku pelajari.</i>	
1021	Bisa kasih salah satu contohnya?	
1022	<i>Kurang lebih begini. Pembiasaan, dilakukan berulang dan</i>	
1023	<i>akhirnya terbiasa. Lalu penerimaan di lingkup sosial,</i>	
1024	<i>pelajari, sesuaikan diri dengan nilai yang dipakai di tempat</i>	
1025	<i>yang mau kita tempati maka akan mudah untuk</i>	
1026	<i>beradaptasi. Terus, ingin dipandang baik, maka berteman</i>	
1027	<i>dengan orang-orang baik, dari hal itu akan mendorong</i>	
1028	<i>untuk menjadi orang yang baik. Terakhir, mencoba</i>	
1029	<i>memposisikan diri sendiri menjadi orang lain, pahami</i>	
1030	<i>posisinya maka kita bisa berempati pada orang lain.</i>	
1031	<i>Begitulah kurang lebihnya. Sebenarnya masih banyak, itu</i>	
1032	<i>hanya beberapa yang bisa aku contohkan.</i>	
1033	Baiklah, terima kasih ya sudah berkenan meluangkan waktu	Penutup wawancara (P, P, B1032 - B1037)
1034	untuk wawancara ini. Semoga kamu selalu sehat dan	
1035	terhindar dari depresi lagi.	
1036	<i>Aamiin. Kamu juga ya.</i>	
1037	Sip. Terima kasih ya. <i>Iya sama-sama.</i>	

Lampiran 13 Jurnal

Gambaran Religiusitas Mahasiswa Penyintas Depresi

Norani, Siti Faridah, Mahdia Fadhila

Email: anichannyuk@gmail.com

ABSTRACT

By 2021 depression will be the third leading cause of death in the world. Depression among students occurs not only in Indonesia but also in the world. Therefore, it is important to study depression among students. Religiosity and mental health are two things that are interrelated because religion is a human nature. So the solution to be able to overcome mental problems is to practice religious values in everyday life, because the closer a person is to God and the more worship, the more peaceful his soul will be, then he will be able to face disappointments and problems in life. This is what underlies the researcher to conduct research on the religiosity of depression survivors. This study aims to determine the religiosity of depression survivors at Antasari State Islamic University Banjarmasin. This study uses a qualitative case study method, the research subject is one person with a history of experiencing major depression. Collecting data using interview, observation, documentation, Beck Depression Inventory II scale and religiosity scale.

The results of the study show a picture of the subject's religiosity, namely in the dimension of belief, the subject has a strong belief in Allah Swt. In the dimension of worship, the subject performs mandatory worship regularly, but for sunnah worship, the subject still rarely does it. In the practical dimension, the subject realizes religious values well in his daily life. In the dimension of knowledge, the subject has a background in religious teaching from parents and formal education in Islamic boarding schools and Madrasah Aliyah Negeri, so that the subject has broad insight and good religious knowledge. In the dimension of experience, the subject experienced depression as a form of reprimand for neglecting Allah SWT. Where the picture of the subject's religiosity is influenced by parental teaching factors, religious experience factors, life factors and intellectual factors.

Keywords: *Students, Depression Survivor, Religiosity*

ABSTRAK

Pada tahun 2021 depresi merupakan penyebab kematian tertinggi ketiga di dunia. Depresi di kalangan mahasiswa banyak terjadi bukan hanya di Indonesia tapi juga di dunia. Karena itu pentingnya pengkajian mengenai depresi di kalangan mahasiswa. Religiusitas dan kesehatan mental merupakan dua hal yang saling berkaitan karena agama merupakan fitrah dari manusia. Maka solusi untuk dapat mengatasi permasalahan mental adalah dengan mengamalkan nilai-nilai agama dalam kehidupan sehari-hari, karena

semakin dekat seseorang dengan Tuhan serta semakin banyak ibadahnya, maka akan semakin tenteram pula jiwanya, maka ia akan mampu menghadapi kekecewaan dan permasalahan dalam hidup. Hal inilah yang mendasari peneliti untuk melakukan penelitian mengenai gambaran religiusitas mahasiswa penyintas depresi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran religiusitas mahasiswa penyintas depresi di Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif studi kasus, subjek penelitian berjumlah satu orang dengan riwayat pernah mengalami depresi berat. Pengumpulan data menggunakan metode wawancara, observasi, dokumentasi, skala Beck Depression Inventory II dan skala religiusitas.

Hasil penelitian menunjukkan gambaran religiusitas subjek yaitu dalam dimensi keyakinan, subjek memiliki keyakinan yang kuat pada Allah Swt. Dalam dimensi peribadatan, subjek menjalankan ibadah wajib secara rutin, namun untuk ibadah sunnah subjek masih jarang mengerjakannya. Dalam dimensi pengamalan, subjek merealisasikan nilai-nilai agama dengan baik di kehidupan sehari-harinya. Dalam dimensi pengetahuan, subjek memiliki latar belakang pengajaran agama dari orang tua dan pendidikan formal Pondok Pesantren dan Madrasah Aliyah Negeri, sehingga subjek memiliki wawasan yang luas dan pengetahuan agama yang baik. Dalam dimensi pengalaman, subjek mengalami depresi sebagai bentuk teguran karena lalai kepada Allah Swt. Di mana gambaran religiusitas subjek tersebut dipengaruhi oleh faktor pengajaran orang tua, faktor pengalaman beragama, faktor kehidupan dan faktor intelektual.

Kata kunci: Mahasiswa, Penyintas Depresi, Religiusitas

Pendahuluan

Depresi merupakan penyebab tertinggi kedua kematian di dunia. Depresi bukanlah sesuatu yang bisa diremehkan karena bisa berakibat fatal bahkan berujung pada kematian apabila tidak ditangani secara baik. Di Indonesia sendiri ada cukup banyak kasus depresi yang berujung pada kematian. Lebih dari 19 juta penduduk di atas 15 tahun terkena gangguan mental emosional, lebih dari 12 juta orang berusia 15 tahun diperkirakan telah mengalami depresi. Menurut World Health Organization (*WHO*) angka bunuh diri di Indonesia mencapai 1,6 hingga 1,8% per 100.000 jiwa yang artinya ada sekitar 1.600-1.800 dari 100.000 orang yang bunuh diri karena depresi Kementerian Kesehatan RI, “Pentingnya Peran Keluarga, Institusi dan Masyarakat Kendalian Gangguan Kesehatan Jiwa,” 15 Oktober 2019, <https://www.kemkes.go.id/article/view/19101600004/pentingnya-peran-keluarga-institusi-dan-masyarakat-kendalian-gangguan-kesehatan-jiwa.html>..

Depresi yang terjadi di kalangan mahasiswa beragam, mulai dari depresi ringan, sedang bahkan berat. Dengan berbagai penyebab di antaranya seperti masalah pendidikan, keluarga, pertemanan, keuangan hingga percintaan. Masalah itulah yang bila terjadi terus-menerus bisa menimbulkan stres bahkan menyebabkan depresi. Depresi di

kalangan mahasiswa begitu banyak terjadi, bisa dilihat dengan banyaknya skripsi ataupun jurnal penelitian yang mengangkat tema depresi pada mahasiswa. Di antaranya dalam penelitian Andri Setia Darma yang berjudul “Gambaran Depresi Pada Mahasiswa Universitas X di Jakarta” pada tahun 2019 diketahui bahwa dari 201 subjek 92 laki-laki dan 109 perempuan dengan usia 17-25 tahun mengalami depresi dengan persentase derajat *minimal depression* 63,2%, *mild depression* 17,4%, *moderate depression* 14,4% dan *severe depression* 5%. Artinya sebesar 36,8 % dari seluruh subjek mengalami gangguan depresi Andri Setia Dharma, “Gambaran Depresi Pada Mahasiswa Universitas X Di Jakarta,” *Provita Jurnal Psikologi* 12 (2019): 81–93.. Selanjutnya penelitian dari Aulia Maulida dengan judul “Gambaran Tingkat Depresi Pada Mahasiswa Program Sarjana yang Melakukan Konseling Di Badan Konseling Mahasiswa Universitas Indonesia” tahun 2012 menunjukkan hasil bahwa dari 32 responden, 7 laki-laki dan 25 perempuan dengan usia 19-23 tahun mengalami depresi dengan persentase 46,9% depresi sedang, 21,9% depresi ringan, 15,6% depresi minimal dan 15,6% depresi berat Aulia Maulida, “Gambaran Tingkat Depresi Pada Mahasiswa Program Sarjana Yang Melakukan Konseling Di Badan Konseling Mahasiswa Universitas Indonesia” (Skripsi, Depok, Universitas Indonesia, 2012)..

Depresi secara sederhana dapat diartikan sebagai keadaan kemurungan yang ditandai dengan perasaan tidak pas, menurunnya kegiatan dan pesimisme akan masa depan J.P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2015).. Sedangkan penyintas depresi dapat diartikan sebagai seseorang yang mampu bertahan melalui depresi. Dalam penelitian ini subjek adalah seseorang yang pernah mengalami depresi berat dan sekarang sudah tidak memiliki gejala depresi lagi.

Dalam Islam kesehatan mental diartikan sebagai kemampuan seseorang dalam mengelola keseimbangan fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya kesesuaian diri dengan lingkungan sekitarnya secara baik menurut Al-Qur’an dan sunnah yang merupakan pedoman hidup menuju kebahagiaan dunia dan akhirat Purmansyah Ariadi, “Kesehatan Mental Dalam Perspektif Islam,” *Syifa Medika* 3 Nomor 2 (Maret 2013): 118–127..

Maka solusi untuk dapat mengatasi permasalahan mental adalah dengan meningkatkan religiusitas, yaitu mengamalkan nilai-nilai agama dalam kehidupan sehari-hari. Karena religiusitas dan kesehatan mental merupakan dua hal yang saling berkaitan karena agama merupakan fitrah dari manusia. Yang mana semakin dekat seseorang dengan Tuhan serta semakin banyak ibadahnya, maka akan semakin tentram pula

jiwanya, maka ia akan mampu menghadapi kekecewaan dan permasalahan dalam hidup Abdul Hamid, “Agama dan Kesehatan Mental Dalam Perspektif Psikologi Agama,” *Jurnal Kesehatan Tadulako* 3 No.1 (Januari 2017): 1–14..

Selanjutnya, penelitian terdahulu membuktikan bahwa ada hubungan antara religiusitas dan tingkat depresi, di antaranya adalah penelitian Rhury Vindhi Anggriana yang berjudul “Hubungan Antara Tingkat Religiusitas Dengan Tingkat Depresi Pada Mahasiswa UM Surakarta Yang Tinggal Di Lingkungan Kos” tahun 2011 menunjukkan hasil bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas maka semakin rendah tingkat depresi pada mahasiswi UMS yang tinggal di lingkungan kos Rhury Vindhi Anggriana, “Hubungan Antara Tingkat Religiusitas Dengan Tingkat Depresi Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta Yang Tinggal Di Lingkungan Kos” (Skripsi, Surakarta, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2011)..

Religiusitas sendiri dapat diartikan sebagai konsep seseorang terhadap agama dan komitmennya pada agamanya tersebut Bunayya Nur Amna, “Hubungan Tingkat Religiusitas Dengan Kesejahteraan Psikologis Siswa SMK Muhammadiyah 2 Malang” (Skripsi, Malang, UIN Malik Ibrahim Malang, 2015).. Hal itu kemudian berdampak pada kehidupannya baik dari pikiran, perilaku maupun kehidupan sosial. Maka dengan begitu segala sesuatu yang dilakukan haruslah dikarenakan Tuhan. Bukan hanya dalam bentuk ibadah, tapi juga segala hal yang dikerjakan. Ada lima dimensi religiusitas yang dikemukakan oleh Ancok dan Suroso yaitu dimensi keyakinan, dimensi peribadatan, dimensi pengamalan, dimensi pengetahuan dan dimensi pengalaman Djamaludin Ancok dan Fuat Nashori Suroso, *Psikologi Islami: Solusi Islam Atas Problem Psikologi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001).. Yang mana ada empat faktor yang dapat mempengaruhi religiusitas yaitu faktor pengajaran orang tua, faktor pengalaman beribadah, faktor kehidupan dan faktor intelektual Ahmad Saifuddin, *Psikologi Agama: Implementasi Psikologi untuk Memahami Perilaku Beragama* (Jakarta Timur: Prenadamedia Group, 2019)..

Karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan tema religiusitas dan depresi dengan tujuan untuk melihat bagaimana gambaran religiusitas mahasiswa penyintas depresi di UIN Anatasari Banjarmasin.

Menurut hasil studi pendahuluan yang sudah dilakukan, subjek memiliki gejala-gejala depresi dan hal itu berpengaruh pada aktifitas spiritual atau religiusitas subjek. Dan sebaliknya, religiusitas itu sendiri berpengaruh pada kondisi subjek ketika memiliki

gejala depresi. Hal inilah yang mendasari peneliti untuk melakukan penelitian dengan judul “Studi Kasus Gambaran Religiusitas Mahasiswa Penyintas Depresi Di UIN Antasari Banjarmasin”.

Metode Penelitian

Penelitian ini adalah jenis penelitian lapangan menggunakan metode penelitian kualitatif studi kasus. Penelitian ini dilakukan di UIN Antasari Banjarmasin. Subjek penelitian berjumlah satu orang dengan riwayat pernah mengalami depresi berat.

Dalam penelitian ini terbagi menjadi dua data, yaitu data primer dan data sekunder. Data primer dalam penelitian ini adalah subjek penelitian itu sendiri dengan riwayat pernah mengalami depresi berat. Adapun data sekunder atau pendukung dalam penelitian ini adalah hasil skala religiusitas dan skala *Beck Depression Inventory II* yang digunakan untuk melihat kuantifikasi tingkat religiusitas dan depresi subjek.

Teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti yaitu: 1) Wawancara semi terstruktur yang dilakukan pada responden dan informan penelitian dan bertujuan untuk menemukan permasalahan secara lebih terbuka. 2) Observasi partisipan yang bertujuan untuk melihat secara langsung kegiatan subjek dan memperoleh data lebih lengkap. 3) Dokumentasi berupa hasil tes *Millon Millon Clinical Multiaxial Inventory IV* subjek sebagai kriteria pemilihan subjek penelitian. 4) Skala *Beck Depression Inventory II* dan skala religiusitas untuk melihat tingkat depresi dan tingkat religiusitas subjek.

Adapun teknik analisis data peneliti menggunakan dua tahapan yaitu analisis sebelum ke lapangan dan analisis saat di lapangan. Analisis sebelum ke lapangan, peneliti telah melakukan studi pendahuluan pada subjek yang memiliki gejala depresi untuk dilihat gambaran religiusitasnya sebagai fokus penelitian. Selanjutnya analisis di lapangan peneliti menggunakan wawancara, observasi dan skala, kemudian data yang didapatkan akan direduksi dan disajikan ke dalam bentuk naratif.

Hasil dan Pembahasan

Religiusitas merupakan konsep seseorang terhadap agama dan komitmennya pada agamanya tersebut Amna, “Hubungan Tingkat Religiusitas Dengan Kesejahteraan Psikologis Siswa SMK Muhammadiyah 2 Malang.”. Hal itu kemudian berdampak pada kehidupannya baik dari pikiran, perilaku maupun kehidupan sosial. Maka dengan begitu segala sesuatu yang dilakukan haruslah dikarenakan Tuhan. Bukan hanya dalam bentuk

ibadah, tapi juga segala hal yang dikerjakan. Hal inilah yang dialami oleh subjek penelitian, yang mana direalisasikan dalam kehidupan sehari-harinya, termasuk ketika dalam situasi subjek mengalami depresi.

Depresi pada orang normal berarti keadaan kemurungan yang ditandai dengan perasaan tidak pas, menurunnya kegiatan dan pesimisme terhadap masa depan. Sedangkan pada kasus patologis depresi merupakan ketidakmauan ekstrim untuk bereaksi terhadap rangsangan, menurunnya nilai diri, delusi ketidaksesuaian, tidak mampu dan putus asa Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*.. Ciri umum dari gangguan ini adalah kesedihan, suasana hati kosong, mudah marah, disertai dengan perubahan somatik dan kognitif yang signifikan serta mempengaruhi kapasitas individu American Psychiatric Association, *Diagnostic And Statistical Manual Of Mental Disorders Fifth Edition* (England: American Psychiatric Publishing, 2013)..

Dalam Islam depresi dipadankan dengan kata *huzn* (jiwa yang sedih), *dhaiq* (perasaan sempit atau sulit), *ghamm* (kesedihan berupa kecemasan), *hamm* (pikiran negatif) dan *asaf* (perasaan sedih diiringi amarah). Maka depresi dalam pandangan Islam adalah keadaan berupa jiwa yang sedih, perasaan sempit, sulit, gelisah dan cemas, serta kekhawatiran akan masa depan Syihabuddin Qalyubi, “Depresi Menurut Alquran: Jenis, Pengertian dan 7 Terapi Qurani,” *UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta* (blog), 11 September 2020, <https://uin-suka.ac.id/id/kolom/detail/66/blog-post.html>..

Dalam Islam kesehatan mental diartikan sebagai kemampuan seseorang dalam mengelola keseimbangan fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya kesesuaian diri dengan lingkungan sekitarnya secara baik menurut Al-Qur’an dan sunnah yang merupakan pedoman hidup menuju kebahagiaan dunia dan akhirat Ariadi, “Kesehatan Mental Dalam Perspektif Islam.”.

Agama sebagai terapi untuk kesehatan telah ada dalam Islam dan ditunjukkan dalam ayat-ayat Al-Qur’an, di antaranya adalah QS. *An Nahl*/16: 97 yang berbunyi:

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ٩٧

Artinya: “Siapa yang mengerjakan kebajikan, baik laki-laki maupun perempuan, sedangkan dia seorang mukmin, sungguh, Kami pasti akan berikan kepadanya kehidupan yang baik dan akan Kami beri balasan dengan pahala yang lebih baik daripada apa yang selalu mereka kerjakan”.

Ayat ini menekankan bahwa baik laki-laki ataupun perempuan mendapat pahala yang sama, kemudian amal saleh haruslah disertai dengan iman. Maka solusi untuk dapat mengatasi permasalahan mental adalah dengan meningkatkan religiusitas, yaitu mengamalkan nilai-nilai agama dalam kehidupan sehari-hari. Karena religiusitas dan kesehatan mental merupakan dua hal yang saling berkaitan karena agama merupakan fitrah dari manusia. Yang mana semakin dekat seseorang dengan Tuhan serta semakin banyak ibadahnya, maka akan semakin tentram pula jiwanya, maka ia akan mampu menghadapi kekecewaan dan permasalahan dalam hidup Hamid, "Agama dan Kesehatan Mental Dalam Perspektif Psikologi Agama.". Hal tersebut telah dijelaskan dalam QS. Ar Rad/13: 28 yang berbunyi:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ۝ ٢٨

Artinya: *“(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenteram.”*

Dari ayat di atas dapat disimpulkan bahwa religiusitas memiliki peranan penting dalam kesehatan mental seseorang.

Penelitian terdahulu membuktikan bahwa religiusitas berpengaruh pada depresi, seperti penelitian Rhury Vindhi Anggriana yang berjudul "Hubungan Antara Tingkat Religiusitas Dengan Tingkat Depresi Pada Mahasiswa UM Surakarta Yang Tinggal Di Lingkungan Kos". Hasil penelitian itu menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas maka semakin rendah tingkat depresi pada mahasiswi UMS yang tinggal di lingkungan kos Anggriana, "Hubungan Antara Tingkat Religiusitas Dengan Tingkat Depresi Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta Yang Tinggal Di Lingkungan Kos."

Di sini peneliti ingin melihat bagaimana gambaran religiusitas subjek, karena hasil menunjukkan bahwa religiusitas subjek berpengaruh pada depresinya. Menurut Ancok dan Suroso, ada lima dimensi religiusitas yang bisa dilihat.

Yang pertama, dimensi keyakinan yang merujuk pada seberapa yakin seseorang terhadap ajaran agamanya yang bersifat mendasar. Dimensi ini berisi keimanan kepada Allah Swt, para malaikat, Nabi atau Rasul, kitab-kitab, surga dan neraka serta qadha dan qadar Ancok dan Suroso, *Psikologi Islami: Solusi Islam Atas Problem Psikologi*. Di sini

subjek memiliki keyakinan adanya Tuhan yaitu Allah Swt. dan agama merupakan aturan yang harus ditaati. Subjek juga meyakini bahwa mengalami depresi merupakan salah satu takdir Allah Swt. untuknya.

Kedua, dimensi peribadatan yang merujuk pada seberapa patuh seseorang dalam mengerjakan kegiatan keagamaan sebagaimana yang diperintahkan agama. Dimensi ini menyangkut pelaksanaan shalat, puasa, zakat, haji, dan lain sebagainya Ancok dan Suroso.. Di sini subjek masih mengerjakan kewajiban agama seperti shalat 5 waktu walaupun tidak selalu tepat waktu dan terkadang melewatkannya. Puasa di bulan Ramadhan dan sesekali puasa Syawal. Mengaji dan berdzikir ketika punya waktu yang memungkinkan, terkadang subjek mengaji sebanyak 1 juz sebelum tidur. Sekarang ini setiap malam jumat subjek membiasakan diri untuk shalat tahajud.

Ada perbedaan aktivitas spiritual yang ia kerjakan ketika mengalami depresi dan ketika tidak lagi depresi. Ketika mengalami depresi subjek sangat jarang melaksanakan shalat, bahkan dalam beberapa hari ia tidak melakukan shalat sama sekali dan itupun ia lakukan dengan perasaan terpaksa. Sedangkan ketika tidak mengalami depresi, subjek melakukan ibadah lebih rajin dengan perasaan senang dan bersemangat.

Ketiga, dimensi pengamalan yang merujuk pada bagaimana seseorang berperilaku yang dimotivasi oleh ajaran-ajaran agamanya seperti perilaku suka menolong, bekerjasama, berderma, menyejahterakan dan menumbuhkembangkan orang lain, menegakkan keadilan dan kebenaran, berperilaku jujur dan memaafkan Ancok dan Suroso.. Disini nilai-nilai agama terealisasikan dalam kehidupan subjek di antaranya adalah keyakinannya kepada Allah Swt, selalu baik sangka karena Allah Swt. sesuai prasangka hamba-Nya. Selain itu subjek berusaha untuk menjadi orang baik, tidak membalas kejahatan dengan kejahatan, karena ia meyakini bahwa ketika ia ingin menjadi orang baik maka Allah Swt. akan mengirimkannya orang-orang baik untuk berada di sekitarnya.

Keempat, dimensi pengetahuan yang merujuk pada bagaimana pengetahuan dan pemahaman individu terhadap ajaran dalam agamanya. Seperti isi Al-Qur'an, rukun Islam dan iman, hukum Islam, sejarah Islam dan lainnya Ancok dan Suroso.. Dalam hal ini subjek mempersepsikan Allah Swt. sebagai tempat untuk kembali dan agama sebagai aturan yang harus ditaati. Subjek yang pernah mengalami depresi berpendapat bahwa depresi merupakan takdir yang sudah menjadi salah satu ketetapan Allah Swt. Baginya

itu sebuah nikmat karena dari pengalaman mengalami depresi itu ia menjadi orang yang kuat dan belajar untuk mendengarkan serta mengerti dirinya sendiri.

Pengetahuan agama subjek didapatkan dari pengajaran orang tuanya, lalu sekolah formal Pondok Pesantren dan Madrasah Aliyah. Selain itu kegemaran subjek membaca tentang pengetahuan agama dan mengikuti kajian keislaman melalui sosial media *Instagram, Twitter, YouTube* serta dari tempat pengajian. Semua itu berpengaruh pada gambaran religius subjek.

Kelima, dimensi pengalaman yang merujuk pada sejauh mana individu merasakan dan mengalami perasaan-perasaan dan pengalaman-pengalaman religius. Yang terwujud dalam perasaan dekat dengan Allah Swt, perasaan doa-doa yang sering terkabul, perasaan tenang dan bahagia, perasaan bertawakkal, perasaan khusyuk ketika beribadah, perasaan bersyukur, perasaan mendapat peringatan dan pertolongan dari Allah Swt Ancok dan Suroso..

Hal ini sejalan dengan yang dirasakan subjek yang merasakan tenang dan bahagia setelah beribadah. Dimana hal tersebut membuatnya semakin mendekati pada Allah Swt. Menggantungkan diri kepada Allah Swt. membuatnya punya sandaran dan itu melahirkan harapan yang kemudian membuatnya memiliki semangat untuk hidup. Selain itu subjek merasakan pertolongan yang diberikan Tuhan melalui uluran tangan orang-orang sekitarnya ketika ia mengalami depresi. Dimana pertolongan itu membantunya untuk sembuh dari depresi. Perasaan senang dan merasa disayang juga dirasakan subjek ketika doa-doanya dikabulkan. Hal itu membuatnya bahagia dan semangat untuk kembali beribadah.

Selanjutnya adalah faktor-faktor yang mempengaruhi religiusitas subjek, ada 4 yaitu:

Faktor pengajaran orang tua yang memiliki penting dalam perkembangan religiusitas seorang anak karena orang tuanya lah yang menjadi guru pertamanya. Oleh karena itu penting untuk menanamkan religiusitas sedini mungkin pada anak Saifuddin, *Psikologi Agama: Implementasi Psikologi untuk Memahami Perilaku Beragama..* Hal ini juga berhubungan dengan faktor intelektual, karena intelektual didapatkan individu dari pengajaran yang didapatkan sebelumnya. Kemudian hal tersebut berpengaruh pada dimensi pengetahuan, karena pengetahuan yang telah didapatkan akan menggambarkan bagaimana pemahaman individu terhadap ajaran dalam agamanya Ancok dan Suroso, *Psikologi Islami: Solusi Islam Atas Problem Psikologi..* Keluarga subjek merupakan

keluarga yang religius dan subjek mendapatkan pengajaran dari orang tuanya sejak kecil. Hal yang selalu diajarkan kedua tuanya adalah tentang bersikap optimis dan menjadi orang yang baik. Tidak membalas kejahatan dengan kejahatan. Orang tuanya meminta subjek untuk selalu menjadi diri sendiri bagaimanapun keadaannya. Karena orang tuanya akan selalu berada di sampingnya dan mendukungnya. Dimana nasihat-nasihat itu kemudian sangat membantu subjek ketika mengalami depresi. Pengajaran, keberadaan dan dukungan orang tuanya sangat membantu subjek dalam proses kesembuhan depresinya. Maka dari faktor pengajaran orang tua, yang sangat berpengaruh pada proses kesembuhan subjek adalah pengajaran mengenai optimis. Yang mana karena optimis subjek tidak menyerah pada keadaan depresinya saat itu.

Faktor pengalaman beribadah, yang hanya bisa dirasakan setelah beribadah, hal ini mampu menyebabkan religiusitas seseorang bisa meningkat. Namun sebaliknya, jika seseorang kurang terhadap pengalaman beribadah, maka bisa menyebabkan religiusitasnya stagnan atau malah menurun Saifuddin, *Psikologi Agama: Implementasi Psikologi untuk Memahami Perilaku Beragama..* Hal ini sejalan dengan pengalaman subjek, dimana pengalaman beribadah membuatnya tenang dan bahagia sehingga semakin mendekati Allah Swt. Berbeda ketika subjek tidak beribadah, ia tidak merasakan perasaan tenang dan bahagia. Ketika ia beribadah ada perasaan tenang dan hatinya menjadi ringan. Menggantungkan diri kepada Allah Swt. membuatnya punya sandaran dan itu melahirkan harapan yang kemudian membuatnya memiliki semangat untuk hidup. Hal ini juga diterangkan dalam QS.. *Ar-Rad/13: 28* yang berbunyi:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ۝ ٢٨

Artinya: ‘‘(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah Swt. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah Swt. hati akan selalu tenteram.’’

Maka dari pengalaman beribadah yang sangat berpengaruh pada subjek adalah shalat, karena shalat membuat subjek merasa tenang dan dari memperbaiki shalat juga subjek merasa keadaan hidupnya lebih baik.

Faktor kehidupan, yaitu kebutuhan untuk hidup bahagia, selamat, nyaman dan aman yang selalu ada dalam diri manusia. Dalam kehidupan pasti manusia berusaha untuk mencapai kehidupan yang diinginkan, namun seringkali mengalami kesulitan dan berbagai hambatan, disinilah seseorang meminta pertolongan Tuhan. Pada hal ini, kebutuhan hidup bisa meningkatkan religiusitas seseorang. Sama halnya dengan,

keselamatan. Agar hidupnya selamat, seseorang itu berusaha mendekatkan diri kepada Tuhannya agar permohonannya dikabulkan, maka hal ini juga bisa meningkatkan religiusitas seseorang Saifuddin..

Pada kasus subjek, keinginan subjek untuk hidup bahagia membuat subjek meningkatkan religiusitasnya. Dengan mendekatkan diri kepada Allah Swt. subjek mendapatkan jalan keluar atas permasalahan-permasalahan hidupnya. Salah satunya adalah dengan cara memperbaiki shalatnya, ketika ia memperbaiki shalatnya, kehidupannya menjadi lebih baik. Maka faktor kehidupan, keinginan subjek untuk hidup bahagia memberikan dorongan dan pengaruh besar pada peningkatan religiusitasnya.

Faktor intelektual yang berkaitan dengan kapasitas kognisi yang dimiliki seseorang. Semakin besar kapasitas kognisinya tentunya akan semakin tinggi pula intelektualnya, begitupun sebaliknya. Meningkatkan intelektualitas terutama dalam pengetahuan agama bisa mempertahankan konsep-konsep dalam agama, memberi keyakinan lebih dalam diri seseorang. Maka semakin besar intelektualnya akan membuat religiusitasnya meningkat Saifuddin..

Hal ini berkaitan dengan pengajaran yang diberikan orang tua subjek sebelumnya, kemudian faktor intelektual subjek juga dipengaruhi oleh pendidikan subjek yang pernah bersekolah di Pondok Pesantren dan Madrasah Aliyah. Selain itu kegemaran subjek untuk membaca tentang pengetahuan agama dan kajian keislaman melalui media sosial *Instagram, Twitter, YouTube* dan ke pengajian juga turut mempengaruhi gambaran religiusitas subjek. Yang mana dari upaya itu subjek menjadi orang yang lebih sadar diri dan memotivasinya untuk terus memperbaiki diri. Maka faktor intelektual memberikan pengaruh pada bagaimana religiusitas subjek, karena dari intelektual tersebut membuat subjek mempertahankan nilai-nilai agama dan memberikan keyakinan lebih pada agama dan ajaran yang ada di dalamnya.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan gambaran religiusitas subjek penyintas depresi yaitu subjek memiliki keyakinan adanya Tuhan yaitu Allah Swt. dan agama merupakan aturan yang harus ditaati. Subjek juga meyakini bahwa mengalami depresi merupakan salah satu takdir Allah Swt. untuknya. Subjek masih mengerjakan kewajiban agama seperti shalat 5 waktu walaupun tidak selalu tepat waktu dan terkadang melewatkannya. Puasa di bulan Ramadhan dan sesekali puasa Syawal. Mengaji dan

berdzikir ketika punya waktu yang memungkinkan, terkadang subjek mengaji sebanyak 1 juz sebelum tidur. Sekarang ini setiap malam Jumat subjek membiasakan diri untuk shalat Tahajud. Selanjutnya, nilai-nilai agama terealisasi dalam kehidupan subjek di antaranya adalah keyakinannya kepada Allah Swt, selalu berbaik sangka karena Allah Swt. sesuai prasangka hamba-Nya. Selain itu subjek berusaha untuk menjadi orang baik, tidak membalas kejahatan dengan kejahatan, karena ia meyakini bahwa ketika ia ingin menjadi orang baik maka Allah Swt. akan mengirimkannya orang-orang baik untuk berada di sekitarnya. Kemudian subjek mempersepsikan Allah Swt. sebagai tempat untuk kembali dan agama sebagai aturan yang harus ditaati. Subjek yang pernah mengalami depresi berpendapat bahwa depresi merupakan takdir yang sudah menjadi salah satu ketetapan Allah Swt. Baginya itu sebuah nikmat karena dari pengalaman mengalami depresi itu ia menjadi orang yang kuat dan belajar untuk mendengarkan serta mengerti dirinya sendiri. Pengetahuan agama subjek didapatkan dari pengajaran orang tuanya, sekolah formal Pondok Pesantren dan Madrasah Aliyah. Selain itu juga dari bacaan tentang pengetahuan agama dan mengikuti kajian keislaman melalui sosial media *Instagram, Twitter, YouTube* serta dari tempat pengajian. Subjek juga merasakan tenang dan bahagia setelah beribadah. Dimana hal tersebut membuatnya semakin mendekati pada Allah Swt. Menggantungkan diri kepada Allah Swt. membuatnya punya sandaran dan itu melahirkan harapan yang kemudian membuatnya memiliki semangat untuk hidup. Selain itu subjek merasakan pertolongan yang diberikan Allah Swt. melalui uluran tangan orang-orang sekitarnya ketika ia mengalami depresi. Dimana pertolongan itu membantunya untuk sembuh dari depresi. Perasaan senang dan merasa disayang juga dirasakan subjek ketika doa-doanya dikabulkan. Hal itu membuatnya bahagia dan semangat untuk kembali beribadah.

Maka dapat disimpulkan bahwa gambaran religiusitas subjek saat ini tergolong baik karena memenuhi 5 dimensi religiusitas. Hal ini diperkuat dengan hasil skala religiusitas subjek, yang menunjukkan bahwa subjek memiliki tingkat religiusitas yang tinggi.

Kemudian ada empat faktor yang mempengaruhi religiusitas subjek sebagai penyintas depresi yaitu, faktor pengajaran orang tua, yang mana sangat berpengaruh pada proses kesembuhan subjek. Pengajaran itu mengenai optimis. Karena optimis subjek tidak menyerah pada keadaan depresinya saat itu. Selanjutnya faktor yang berpengaruh adalah pengalaman beribadah, bentuk pengalaman beribadah tersebut adalah shalat.

Karena shalat membuat subjek merasa tenang dan dari memperbaiki shalatnya subjek merasa keadaan hidupnya lebih baik. Selanjutnya adalah faktor kehidupan, keinginan subjek untuk hidup bahagia memberikan dorongan dan pengaruh besar pada peningkatan religiusitasnya. Terakhir adalah faktor intelektual yang memberikan pengaruh pada bagaimana religiusitas subjek, karena dari intelektual tersebut membuat subjek mempertahankan nilai-nilai agama dan memberikan keyakinan lebih pada agama dan ajaran yang ada di dalamnya.

Saran

1. Untuk subjek penelitian: Berdasarkan hasil temuan, shalat berpengaruh besar pada proses kesembuhan depresi subjek. Maka diharapkan subjek untuk selalu rajin mengerjakan shalat baik itu yang wajib maupun yang *sunnah* dan ibadah lainnya.
2. Untuk peneliti selanjutnya: Merujuk pada temuan penelitian mengenai peran shalat terhadap penurunan gejala depresi yang dirasakan subjek, peneliti selanjutnya di rekomendasikan untuk menelaah lebih lanjut mengenai intensitas shalat dan tingkat depresi. Selain itu, penelitian lanjutan mengenai upaya penanganan depresi dengan menggunakan intervensi psikologi Islam, misalnya terapi shalat atau ibadah lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Amna, B. N. (2015). *Hubungan Tingkat Religiusitas Dengan Kesejahteraan Psikologis Siswa SMK Muhammadiyah 2 Malang* [Skripsi]. UIN Malik Ibrahim Malang.
- Ancok, D., & Suroso, F. N. (2001). *Psikologi Islami: Solusi Islam Atas Problem Psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Anggriana, R. V. (2011). *Hubungan Antara Tingkat Religiusitas Dengan Tingkat Depresi Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta Yang Tinggal Di Lingkungan Kos* [Skripsi]. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Ariadi, P. (2013). Kesehatan Mental Dalam Perspektif Islam. *Syifa Medika*, 3 Nomor 2, 118–127.
- Association, A. P. (2013). *Diagnostic And Statistical Manual Of Mental Disorders Fifth Edition*. American Psychiatric Publishing.
- Chaplin, J. P. (2015). *Kamus Lengkap Psikologi*. PT. Raja Grafindo Persada.
- Dharma, A. S. (2019). Gambaran Depresi Pada Mahasiswa Universitas X Di Jakarta. *Provitae Jurnal Psikologi*, 12, 81–93.
- Hamid, A. (2017). Agama dan Kesehatan Mental Dalam Perspektif Psikologi Agama. *Jurnal Kesehatan Tadulako*, 3 No.1, 1–14.
- Maulida, A. (2012). *Gambaran Tingkat Depresi Pada Mahasiswa Program Sarjana Yang Melakukan Konseling Di Badan Konseling Mahasiswa Universitas Indonesia* [Skripsi]. Universitas Indonesia.
- Qalyubi, S. (2020, September 11). Depresi Menurut Alquran: Jenis, Pengertian dan 7 Terapi Qurani. *UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta*. <https://uin-suka.ac.id/id/kolom/detail/66/blog-post.html>
- RI, K. K. (2019, Oktober 15). *Pentingnya Peran Keluarga, Institusi dan Masyarakat Kendalikan Gangguan Kesehatan Jiwa*. <https://www.kemkes.go.id/article/view/19101600004/pentingnya-peran-keluarga-institusi-dan-masyarakat-kendalikan-gangguan-kesehatan-jiwa.html>
- Saifuddin, A. (2019). *Psikologi Agama: Implementasi Psikologi untuk Memahami Perilaku Beragama*. PRENADAMEDIA GROUP.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

1. Nama lengkap : Norani
2. Tempat dan Tanggal lahir : Rantau, 30 Desember 1997
3. Agama : Islam
4. Kebangsaan : Indonesia
5. Status perkawinan : Belum kawin
6. Alamat : Jl. Daeng Suganda, Desa Sei Batung, Rt.13 Rw.04,
Kelurahan Bitahan, Kecamatan Lokpaikat, Rantau,
Kabupaten Tapin, Kalimantan Selatan.
7. No.HP/Alamat email : 081528299517/anichannyuk@gmail.com
8. Pendidikan
 - a. SDN Bitahan 2 2004
 - b. SMPN 1 Tapin 2010
 - c. MAN 1 Tapin 2013
9. Orang tua

Nama Ayah : Jumadiansyah

Pekerjaan Ayah : Wiraswasta

Alamat : Jl. Daeng Suganda, Desa Sei Batung, Rt.13 Rw.04,
Kelurahan Bitahan, Kecamatan Lokpaikat, Rantau,
Kabupaten Tapin, Kalimantan Selatan.

Nama Ibu : Hj. Juma'ah

Pekerjaan Ibu : Ibu Rumah Tangga

Alamat : Jl. Daeng Suganda, Desa Sei Batung, Rt.13 Rw.04,
Kelurahan Bitahan, Kecamatan Lokpaikat, Rantau,
Kabupaten Tapin, Kalimantan Selatan.
10. Saudara : Norana
11. Pengalaman Organisasi
 - a. KAMUSH (Komunitas Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora) sebagai wakil sekretaris umum
 - b. HMJ Psikologi Islam sebagai sekretaris bidang informasi dan komunikasi
 - c. BPC sebagai koordinator bidang informasi dan komunikasi Banua Psycare Community Kal-Sel.

Bnjarmasin, 24 Juli 2022

Penulis

Norani

1601451195

