

ABSTRAK

Fathimah , 220104020246, *Pengaruh Ketakwaan Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Bimbingan dan Penyuluhan Islam Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin*, Pembimbing: (1) Dr. Hj.Halimatus Sakdiah, M.Si, Pembimbing (2) Anita Ariani, S.Ag., M.Pd.I. Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam, Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi/Sarjana UIN Antasari Banjarmasin, 2026.

Kata Kunci: *Takwa, Kesehatan Mental, Mahasiswa*

Kesehatan mental merupakan aspek penting dalam proses tumbuh kembang manusia, khususnya bagi mahasiswa yang sedang di masa transisi remaja ke dewasa awal. Data WHO dan Kementerian Kesehatan RI menunjukkan tingginya prevalensi gangguan mental pada kelompok usia tersebut, sehingga isu kesehatan mental semakin relevan untuk dikaji. Dalam perspektif Islam kesehatan mental erat kaitannya dengan kesehatan rohani yang dipengaruhi oleh ketakwaan, yang tercermin dalam keyakinan, praktik ibadah, pengalaman spiritual dan perilaku sehari-hari. Ketakwaan diyakini mampu membantu individu menghadapi tekanan hidup. Namun, kajian empiris mengenai pengaruh ketakwaan terhadap kesehatan mental mahasiswa masih terbatas, sehingga penelitian ini dilakukan untuk mengkaji pengaruh tersebut pada mahasiswa Bimbingan dan Penyuluhan Islam UIN Antasari Banjarmasin. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik pengumpulan data berupa kuesioner, wawancara dan dokumentasi. Analisis data dilakukan dengan uji statistik deskriptif, uji validitas, uji reliabilitas dan analisis regresi linier sederhana dengan bantuan aplikasi SPSS versi 25. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketakwaan berpengaruh positif dan signifikan terhadap kesehatan mental mahasiswa. Berdasarkan uji regresi linier sederhana, diperoleh persamaan regresi $Y = 9,604 + 0,677X$ yang artinya semakin tinggi ketakwaan mahasiswa, semakin baik kesehatan mentalnya. Selain itu, nilai R square sebesar **0,458** mengindikasikan bahwa ketakwaan mempengaruhi kesehatan mental sebesar 45,8%, sedangkan 54,2% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini.