

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Manusia sebagai ciptaan Tuhan yang utuh terdiri dari paduan unsur biologis, psikologis, sosial dan spiritual, keempat unsur ini saling terhubung dan mempengaruhi satu sama lain.<sup>1</sup> Akan tetapi dari semua unsur tersebut, aspek psikologis atau mental sering kali masih dipandang sebelah mata oleh masyarakat dunia. Padahal kondisi (kesehatan) mental merupakan aspek yang sangat penting bagi proses tumbuh kembangnya manusia.<sup>2</sup> Disebabkan ketidaktahuan atau bahkan penolakan, hingga saat ini banyak orang yang beranggapan bahwa kesehatan mental tidaklah penting layaknya kesehatan fisik. Padahal kenyataannya aspek fisik dan mental itu berjalan beriringan dan saling terhubung.<sup>3</sup> Dengan kata lain, kesehatan fisik dapat mempengaruhi kesehatan mental dan begitupun sebaliknya.

Kesehatan mental sendiri didefinisikan oleh WHO (World Health Organisation) sebagai keadaan sejahtera di mana seseorang dapat menyadari kemampuan diri, dapat mengatasi tekanan hidup yang normal, dapat bekerja

---

<sup>1</sup> Sri Setiasih dkk., *Konsep Dasar Manusia* (Semarang: Politeknik Kesehatan Kemenkes Semarang, 2021) h. 10.

<sup>2</sup> Syafrisar Meri Agritubella dkk., *Bunga Rampai Kebutuhan Manusia* (Cilacap: PT Media Pustaka Indo, 2024) h. 30.

<sup>3</sup> Iceu Amira dkk., “Penyuluhan Tentang Kesehatan Jiwa Remaja Di Pondok Pesantren Miftahul Hidayah Kelurahan Lebakjaya Kecamatan Karangpawitan,” *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)* 6, no. 4 (2023): 1694.

secara produktif, dan mampu memberikan kontribusi bagi komunitasnya.<sup>4</sup> Dari definisi ini tentulah dapat dipahami alasan mengapa kesehatan mental erat kaitannya dengan kesehatan fisik.

Kesehatan mental juga merupakan salah satu faktor yang berperan dalam menentukan kualitas hidup seseorang. Sebab kesehatan mental dapat mempengaruhi seseorang dalam berpikir, merasakan serta bertindak dalam kehidupan sehari-hari.<sup>5</sup> Kesehatan mental yang baik mendorong individu agar mampu mengelola tekanan hidup (stres), memiliki hubungan yang harmonis dengan orang lain, serta mampu mengambil keputusan dengan bijak.<sup>6</sup> Sebaliknya, individu dengan penyakit atau gangguan mental akan kesusahan beradaptasi di lingkungan dan ketidakmampuan mengelola emosi maupun tekanan hidup.<sup>7</sup> Dengan begitu maka, baik tidaknya kualitas hidup seseorang tergantung pada kondisi mental dirinya.

Berdasarkan data yang dipublikasikan oleh WHO (Organisasi Kesehatan Dunia) bahwasannya ada lebih dari 970 juta jiwa yang mengidap gangguan mental di seluruh dunia.<sup>8</sup> Di mana gangguan kecemasan dan depresi

---

<sup>4</sup> Kartika Sari Dewi, *Kesehatan Mental* (semarang: Lestari media Kreatif, 2012) h. 10-11.

<sup>5</sup> N Rachmat, *Optimasi Performa Kualitas Hidup Pada Pasien Post Amputasi Transfemoral*, ed. Gracias Logis Kreatif (Ponorogo: Gracias Logis Kreatif, 2021) h. 77.

<sup>6</sup> Kartika Sari Dewi, *Kesehatan Mental*, h. 10-11

<sup>7</sup> Adisty Wismani Putri, Budhi Wibhawa, dan Arie Surya Gutama, *Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia (Pengetahuan, Dan Keterbukaan Masyarakat Terhadap Gangguan Kesehatan Mental)*, Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat 2, no. 02 (2015): 253.

<sup>8</sup> World Health Organization, *Mental Health*, 08 june, 2022. Diakses tanggal 24 Desember 2024.

menjadi kasus terbanyak di seluruh dunia. Sebanyak 284 juta jiwa mengalami gangguan kecemasan dan sebanyak 264 juta jiwa mengalami depresi.<sup>9</sup> Adapun prevalensi gangguan mental dilihat dari kelompok usia, individu berusia 18-25 tahun tercatat sebagai usia yang mendominasi prevalensi ini dengan persentase 33,7%. Kemudian usia 26-49 tahun sebesar 28,1% sementara usia 50 tahun ke atas dengan persentase 15% sebagai tingkat terendah.<sup>10</sup> Data ini menunjukkan bahwa usia dewasa awal lebih rentan terhadap isu kesehatan mental, yang kemudian disusul oleh usia dewasa akhir.

Sementara itu di Indonesia sendiri berdasarkan Riset Kesehatan Dasar Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2019, prevalensi gangguan jiwa skizofrenia atau psikosis di Indonesia mencapai 6,7%, sedangkan prevalensi depresi pada penduduk berusia di atas 15 tahun adalah sebesar 6,1%. Selain itu, prevalensi gangguan mental emosional pada kelompok usia yang sama tercatat sebesar 9,8%, yang berarti hampir 18 juta orang di Indonesia mengalami gangguan mental emosional.<sup>11</sup>

Demikian, berdasarkan data yang tercatat oleh WHO (Organisasi Kesehatan Dunia) dan Kementerian Kesehatan RI, dapat dipastikan

---

<sup>9</sup> Single Care Team, *Mental Health Statistics 2023*, 19 januari, 2024, <https://www.singlecare.com/blog/news/mental-health-statistics/>. Diakses tanggal 24 Desember 2024.

<sup>10</sup> University of ST. Augustein for Health Sciences, *Mental Health Statistics (2024)*, 03 januari, 2024. Diakses tanggal 24 Desember 2024.

<sup>11</sup> Grace Ririn dan Atika Dian Ariana, *Sikap Terhadap Gangguan Mental Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Airlangga Berdasarkan Jenis Kelamin*, *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental* 1, no. 1 (2021): 1031.

bahwasanya isu kesehatan mental sangat penting hingga tidaklah tepat jika diabaikan begitu saja, terlebih bagi para calon penyuluhan sosial.

Berdasarkan penelitian oleh Harold G. Koenig yang berjudul *Religion, Spirituality, and Health: The Research and Clinical Implications*, telah disebutkan di sana bahwasanya nilai-nilai keagamaan dapat menjadi sumber daya yang berperan positif terhadap kondisi mental seseorang.<sup>12</sup> Agama dapat mengurangi dan menghindarkan individu dari gangguan-gangguan mental dengan teguhnya keyakinan atas kebaikan dan kuasa Tuhan, yang mana hal ini dapat mendorong optimisme pada diri individu untuk menjalani lika-liku kehidupan.

Hakikat manusia dalam perspektif Islam adalah makhluk yang utuh secara jasmani dan rohani. Manusia diberi akal untuk berpikir dan naluri untuk berkeinginan dalam memenuhi kebutuhan jasmani dan rohaninya.<sup>13</sup> Adapun kesehatan mental dalam Islam kerap disebut sebagai “kesehatan rohani,” yang merupakan kebutuhan rohani yang seharusnya dipenuhi. Sebelumnya, kata sehat dalam Islam memiliki dua makna, yaitu makna sehat secara material dan sehat secara spiritual.<sup>14</sup> Sehat secara material berkaitan dengan kemampuan individu beraktivitas harian secara normal, baik secara fisik, psikis maupun sosial, dalam hubungan dengan diri sendiri, orang lain serta lingkungan. Sedangkan sehat secara spiritual

---

<sup>12</sup> Harold G Koenig, *Religion, Spirituality, and Health: The Research and Clinical Implications*, International Scholarly Research Notices 2012, no. 1 (2012): 7.

<sup>13</sup> Ermaliani, *Urgensi Pemahaman Hakikat Manusia Dalam Islam Bagi Mahasiswa Pai*, Tarbiyah Islamiyah: Jurnal Ilmiah Pendidikan Agama Islam 6, no. 2 (2016) h. 117.

<sup>14</sup> Muhammad Bahri Ghazali, *Kesehatan Mental: Membangun Hidup Lebih Bermakna* (Yogyakarta: Samudra Biru, 2024) h.3

berkaitan dengan nilai-nilai keagamaan (bernilai ibadah) yang tercermin dalam perbuatan dan perilaku kepada diri sendiri, orang lain dan lingkungan.

Pada dasarnya sehat secara rohani itu lebih cenderung pada makna sehat secara spiritual dari pada material. Kemudian kata rohani sendiri merujuk pada seluruh bagian pada manusia yang bersifat bathin, meliputi *al-qalb* (hati), *al-aql* (akal), *an-nafs* (jiwa) dan *al-ruh* (jiwa keagamaan).<sup>15</sup> Jadi yang dimaksud dengan kesehatan rohani adalah keseimbangan hubungan antar hati, akal, jiwa dan ruh seseorang yang tercermin dalam perbuatan dan perilaku berdasarkan nilai-nilai keislaman dalam hubungannya dengan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan.

Sama halnya dengan ilmuwan dan ahli-ahli di Barat, Islam juga menekankan pentingnya menjaga kesehatan mental bagi setiap individu. Mental yang sehat bisa dicapai dengan keimanan yang benar kepada Allah swt. melaksanakan kewajiban beragama serta meninggalkan larangan-larangan dalam agama.<sup>16</sup> Sebab pada dasarnya segala yang terjadi dalam hidup adalah atas kehendak-Nya, maka hanya Ia lah juga yang kuasa untuk memperbaiki keadaan hamba-Nya dan menyembuhkannya. Hal ini sesuai dengan firman Allah swt. surah an-Nahl ayat 97, yang berbunyi:

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ اُنْثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيهِ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ  
بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ

<sup>15</sup> *Kesehatan Mental: Membangun Hidup Lebih Bermakna*, h. 4

<sup>16</sup> Sukma Pakungwati dan Rara Desti Anggraeni, *Menjaga Kesehatan Mental Dalam Perspektif Islam*, Journal of Islamic Education Studies 1, no. 2 (2023): 97.

Artinya; “*Siapa yang mengerjakan kebaikan, 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.*” (Q.S. An-Nahl:97)<sup>17</sup>

Ketakwaan dalam Islam adalah manifestasi dari ketaatan seorang hamba yang didasari oleh keimanan yang mendalam, inti dari kehidupan manusia. Ibarat sebuah pohon, takwa merupakan cabang-cabang pohon yang menjulang dan menyebar ke segala arah, yang mana cabang ini adalah hasil dari akar dan dahan yang kuat, kokoh lagi tegak. Akar yang dimaksud ialah keimanan yang kuat nan kokoh yang pokoknya adalah syariat (hukum dan aturan agama) yang benar.<sup>18</sup> Kemudian takwa sebagai bentuk ketaatan mencakup pelaksanaan terhadap segala yang diperintahkan Allah Swt. serta penghindaran diri dari berbuat kemaksiatan

Selain itu, ketakwaan yang benar dapat menjadi pijakan kokoh yang menguatkan batin individu agar mampu menghadapi berbagai masalah atau ujian dalam hidup. Ketakwaan dapat membantu individu agar tetap tenang dalam situasi sulit, mampu melihat hal-hal positif dari setiap permasalahan, serta percaya betul bahwa setiap hal yang terjadi merupakan rencana terbaik dari Allah swt. yang penuh akan hikmah.<sup>19</sup> Hal ini tentu saja berkaitan erat

---

<sup>17</sup> Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahnya, Lajnah Pentashihan Al-Qur'an* (Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, 2019), 391.

<sup>18</sup> Basri Mahmud, Hamzah Hamzah, dan Muhammad Imran, *Jalan Menuju Taqwa Perspektif Syaikh 'Abdul Qadir Al-Jailani (Analisis Penafsiran Ayat-Ayat Taqwa Dalam Tafsir Al-Jailani)*, AL QUDS : Jurnal Studi Alquran Dan Hadis 6, no. 2 (2022): 907.

<sup>19</sup> Thobib Al-Asyhar, *Dimensi Holistik Psikologi Sufi: Studi Perbandingan Psikologi Mainstream: The Holistic Dimension of Sufi Psychology: A Comparative Study with Mainstream Psychology*, Jurnal Bimas Islam 17, no. 2 (2024): 254.

dengan kondisi mental seseorang. Ketakwaan yang benar tidak hanya ditujukan untuk memperbaik hubungan spiritual dengan Allah swt. Tetapi juga akan memberikan dampak positif terhadap keadaan mental seorang hamba.

Akan tetapi, penelitian yang mengkaji tentang pengaruh ketakwaan terhadap kesehatan mental, nampaknya belum ada khususnya di kalangan mahasiswa. Sejauh ini yang penulis temukan ialah tentang bagaimana religiusitas mempengaruhi kesehatan mental jamaah pada suatu majelis, pengaruh sosial media terhadap kesehatan mental peserta didik, dan hubungan religiusitas terhadap kesehatan mental warga binaan pemasyarakatan. Padahal, aspek ketakwaan juga erat kaitannya dengan isu kesehatan mental, terlebih bagi mahasiswa yang masih dalam masa peralihan remaja ke dewasa awal. Penelitian ini diharapkan dapat mengisi kekosongan tersebut dengan mencoba mengeksplorasi sejauh mana ketakwaan dapat mempengaruhi kondisi kesehatan mental mahasiswa, khususnya mahasiswa jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin.

Adapun alasan mengapa peneliti memilih mahasiswa jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin sebagai subjek penelitian, sebab tema penelitian ini cukup relevan dengan mereka yang telah banyak diajarkan mengenai ketakwaan dan kesehatan mental selama perkuliahan. Kemudian, sebagai calon-calon Penyuluhan Islam (Dai), dengan adanya penelitian ini dapat dijadikan pertimbangan untuk memperluas tema atau bahan dakwah dan penyuluhan.

Berdasarkan dari uraian latar belakang masalah di atas, dengan itu peneliti termotivasi untuk melakukan penelitian ilmiah yang berangkat dari permasalahan tersebut. Adapun penelitian ilmiah ini berbentuk skripsi dengan judul **“Pengaruh Ketakwaan Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Bimbingan dan Penyuluhan Islam Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin.”**

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas maka peneliti menetapkan rumusan masalah penelitian ini, yaitu apakah terdapat pengaruh ketakwaan terhadap kesehatan mental mahasiswa Bimbingan dan Penyuluhan Islam Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin?.

## **C. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah yang telah disebutkan, penelitian ini tentu saja bertujuan untuk menganalisis pengaruh ketakwaan terhadap kesehatan mental mahasiswa Bimbingan dan Penyuluhan Islam Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin.

## **D. Asumsi dan Hipotesis Penelitian**

### 1. Asumsi Penelitian

Asumsi penelitian atau disebut juga sebagai anggapan dasar dalam penelitian adalah titik tolak pemikiran yang dianggap benar oleh peneliti.

Asumsi penelitian ini berbentuk pernyataan-pernyataan yang meskipun dianggap benar tetap harus diuji kembali kebenarannya.<sup>20</sup> Asumsi digunakan sebagai penguat permasalah, penentuan objek penelitian dan instrumen pengumpulan data. Adapun asumsi-asumsi dalam penelitian ini, yaitu:

1. Ketakwaan dapat mempengaruhi dan berdampak positif terhadap kesehatan mental mahasiswa Bimbingan dan Penyuluhan Islam Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin.
2. Mahasiswa/i yang dijadikan sebagai sampel penelitian ini dianggap serius dan objektif saat mengisi angket.
3. Angket yang dijadikan sebagai instrumen dalam penelitian ini dipandang telah memenuhi unsur-unsur validitas dan reliabilitas penelitian.

## 2. Hipotesis Penelitian

Hipotesis penelitian dimaksudkan sebagai jawaban sementara mengenai rumusan masalah yang telah ditetapkan, di mana jawaban ini akan dibuktikan kembali keakuratannya berdasarkan hasil penelitian yang akan didapat.<sup>21</sup>

Adapun hipotesis yang peneliti ajukan yaitu sebagai berikut:

---

<sup>20</sup> Husaini Nasution and Sri Murhayati, "Pengembangan Asumsi Dalam Penelitian Kualitatif," *Jurnal Pendidikan Tambusai* 9, no. 2 (2025): 13030-13031.

<sup>21</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2020) h. 99

Ha : Terdapat pengaruh ketakwaan terhadap kesehatan mental mahasiswa Bimbingan dan Penyuluhan Islam Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin.

Ho : Tidak terdapat pengaruh ketakwaan terhadap kesehatan mental mahasiswa bimbingan dan penyuluhan Islam Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin.

## **E. Signifikansi Penelitian**

### 1. Kegunaan Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memperluas pemahaman dan wawasan peneliti maupun pembacanya perihal bagaimana ketakwaan dapat mempengaruhi kesehatan mental individu, khususnya seorang mahasiswa.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literasi akademik tentang hubungan antara nilai-nilai spiritual (keislaman) dan aspek kesehatan mental.
- c. Dapat dijadikan sebagai referensi bagi penelitian yang akan datang.

### 2. Kegunaan Praktis

- a. Bagi Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin: Sebagai calon-calon Pembimbing dan Penyuluhan Agama serta Sosial, penelitian ini dapat menumbuhkan Penelitian ini diharapkan dapat memacu kesadaran

mahasiswa mereka terhadap pentingnya literasi ketakwaan dan kesehatan mental, yang mana ketakwaan dapat menjadi salah satu upaya untuk meningkatkan dan menjaga kesehatan mental seseorang. Atas dasar itu, kedepannya saat dihadapkan dengan masyarakat, kelompok atau individu dengan masalah kesehatan mental, para mahasiswa diharapkan dapat merekomendasikan kepada kliennya untuk meningkatkan ketakwaan.

- b. Bagi pembaca secara umum: Setidaknya dalam hasil penelitian ini ada lima aspek ketakwaan yang bisa dipertimbangkan dan dipraktikkan dalam kehidupan beragama untuk menjaga serta meningkatkan kondisi kesehatan mental.

## **F. Definisi Operasional**

Definisi operasional ialah penjelasan perihal bagaimana variabel-variabel dalam penelitian diukur atau digunakan secara nyata. Dengan definisi ini, konsep yang sifatnya abstrak atau umum, seperti ketakwaan atau kesehatan mental, didefinisikan menjadi sesuatu yang dapat diamati, diukur, dan diteliti.<sup>22</sup> Ini bertujuan supaya penelitian lebih terarah dan jelas.

### 1. Variabel X (ketakwaan)

Takwa menurut KBBI diartikan sebagai pemeliharaan diri yang diikuti dengan ketaatan kepada Allah swt. dalam melaksanakan perintah-

---

<sup>22</sup> Nikmatul Ridha, *Proses Penelitian, Masalah, Variabel, Dan Paradigma Penelitian*, Jurnal Hikmah 14, no. 1 (2017): 63.

Nya serta menjauhi larangan-Nya.<sup>23</sup> Takwa berasal dari kata bahasa Arab yaitu التقوى yang artinya memelihara, menjaga diri, takut, waspada, memenuhi kewajiban dan lain-lain. Sedangkan secara istilah takwa adalah menjaga diri dari kemaksiatan serta melaksanakan perintah Allah swt.<sup>24</sup>

Menurut Riaz Hassan, ketakwaan merupakan bentuk komitmen keagamaan sebagai identitas keislaman, yang dibuktikan dalam perilaku, etika dan kognitif.<sup>25</sup> Dalam penelitiannya, Riaz Hassan menyatakan bahwa konsep ketakwaan bersifat multidimensi, dimensi-dimensi itu meliputi dimensi keyakinan agama, ritualistik, intelektual, pengalaman dan konsekuensial.

Jadi ketakwaan yang dimaksud dalam penelitian ini ialah keyakinan agama berupa keimanan pokok yang diilhamkan secara doktrinal kepada umat Islam (rukun iman), ritualistik berupa pelaksanaan praktik keagamaan atau ibadah (seperti shalat, puasa, membaca Al-Qur'an, berdoa dan berzikir). Kemudian intelektual berupa pengetahuan keagamaan (seperti aqidah, fiqh ibadah dan tasawuf), pengalaman keagamaan berupa perasaan, pengetahuan dan emosi yang muncul dari komunikasi dengan realitas ilahi (seperti perasaan dekat dengan Allah swt., takut sekaligus cinta pada-Nya). Terakhir, efek keagamaan adalah bagaimana kepercayaan dan ajaran agama

---

<sup>23</sup> Kamus Besar Bahasa Indonesia, "Takwa," n.d.

<sup>24</sup> Majida Faruk, *Wawasan Al-Qur'an Tentang Takwa*, jurnal Al-Tadabbur Kajian Sosial, Peradaban dan Agama (2022) h. 52

<sup>25</sup> Riaz Hassan, On Being Religious: Patterns of Religious Commitment in Muslim Societies, *Muslim World* 97, no. 3 (2007): 437–78.

mempengaruhi sudut pandang, sikap dan perilaku penganutnya (seperti pribadi yang pemaaf, penyabar dan dermawan).

## 2. Variabel Y (kesehatan mental)

Kamus Besar Bahasa Indonesia mendefinisikan kesehatan mental sebagai kondisi sehat individu secara batin dan watak yang mana kesehatan itu memungkinkan individu untuk berpikir dengan jernih dan fokus dalam beraktivitas di kehidupannya.<sup>26</sup> Menurut Corey Lee Miles Keyes kesehatan mental adalah kondisi kejiwaan yang sejahtera dan terhindar dari penyakit atau gangguan mental. Jiwa yang sejahtera ini merupakan kumpulan gejala dari perasaan positif, fungsi positif dan fungsi sosial dalam hidup.<sup>27</sup>

Perasaan positif ditandai dengan adanya perasaan-perasaan yang menyenangkan dan memuaskan serta ketiadaan perasaan yang tidak menyenangkan. Kemudian fungsi positif meliputi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, pertumbuhan pribadi, tujuan hidup yang jelas, penguasaan lingkungan, dan kemandirian. Terakhir, fungsi sosial meliputi koherensi sosial, aktualisasi sosial, integrasi sosial, penerimaan sosial dan kontribusi sosial.<sup>28</sup>

Kesehatan mental yang dimaksud pada penelitian ini adalah kehadiran perasaan positif (seperti semangat, bahagia, antusias, dan optimis), fungsi positif (seperti penerimaan diri, hubungan interpersonal

---

<sup>26</sup> Ihfa Firdausya, *Kesehatan Mental' Menjadi Kata Baru Di KBBI Tahun Ini*, 16 Desember, 2024.

<sup>27</sup> Corey L M Keyes, *The Mental Health Continuum: From Languishing to Flourishing in Life*, Journal of Health and Social Behavior 43, no. 2 (2002): 208-209.

<sup>28</sup> *Ibid*

yang baik, pribadi yang terus tumbuh, hidup yang terarah, penguasaan lingkungan dan mandiri), serta fungsi sosial (seperti hubungan sosial yang bermakna, percaya masyarakat dapat berkembang, menjadi bagian dan diterima masyarakat, pandangan positif pada orang lain serta perasaan bermanfaat di masyarakat).

## **G. Penelitian Terdahulu**

Setelah melakukan penelusuran terkait dokumen hasil penelitian orang-orang terdahulu, peneliti menemukan beberapa beberapa penelitian berbentuk karya tulis ilmiah yang mirip dengan tema penelitian yang akan peneliti lakukan, yaitu mengenai pengaruh ataupun hubungan ketakwaan terhadap kesehatan mental. Adapun penelitian-penelitian tersebut yaitu sebagai berikut:

1. *Pengaruh Bimbingan Agama Terhadap Kesehatan Mental Jamaah Majelis Rasulullah Pancoran Jakarta Selatan*, tahun 2015. Oleh saudara Udy Haryanto mahasiswa Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, Fakultas Ilmu Dakwah dan Ilmu Komunikasi Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam.

a. Persamaan

Persamaan pada penelitian ini ialah pada variabel dependen yaitu kesehatan mental.

b. Perbedaan

Terdapat perbedaan antara kedua penelitian ini, yaitu pada subjek penelitian dan variabel independennya. Saudara Udy Haryanto

menjadikan jamaah majelis Rasulullah Pancoran Jakarta Selatan sebagai subjek penelitiannya, sedangkan peneliti menjadikan mahasiswa jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin sebagai subjek penelitian. Kemudian, pada variabel independen peneliti mengangkat aspek ketakwaan, sedangkan saudara Udy Hariyanto mengangkat aspek bimbingan agama.

2. *Pengaruh Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Peserta Didik di SMPN 166 Jakarta*, tahun 2020. Oleh saudari Nada Bikriyah, mahasiswi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Jurusan Pendidikan Agama Islam

a. Persamaan

Persamaan pada penelitian ini ialah pada variabel dependen yaitu kesehatan mental.

b. Perbedaan

Terdapat perbedaan antara kedua penelitian ini, yaitu pada subjek penelitian dan variabel independennya. Saudara Nada Bikriyah menjadikan peserta didik SMPN 166 Jakarta sebagai subjek penelitiannya, sedangkan peneliti menjadikan mahasiswa jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin sebagai subjek penelitian. Kemudian, pada variabel independen peneliti mengangkat aspek ketakwaan, sedangkan saudara Nada Bikriyah mengangkat aspek media sosial.

3. *Hubungan Religiusitas dengan Kesehatan Mental Warga Binaan Pemasyarakatan di Pesantren at-Taubah Lembaga Pemasyarakatan Pemuda Kelas IIA Tangerang*, tahun 2020. Oleh saudari Eva Fauzah mahasiswi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, Fakultas Ilmu Dakwah dan Ilmu Komunikasi Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam.

a. Persamaan

Persamaan pada penelitian ini ialah pada variabel dependen yaitu kesehatan mental.

b. Perbedaan

Terdapat perbedaan antara kedua penelitian ini, yaitu pada subjek penelitian dan variabel independennya. Saudari Eva Fauzah menjadikan warga binaan pemasyarakatan di Pesantren at-Taubah Lembaga Pemasyarakatan Pemuda Kelas IIA Tangerang sebagai subjek penelitiannya, sedangkan peneliti menjadikan mahasiswa jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin sebagai subjek penelitian. Kemudian, pada variabel independen peneliti berfokus pada aspek ketakwaan, sedangkan saudara Eva Fauzah hanya berfokus pada aspek religiusitas saja.

## **H. Sistematika Penulisan**

Sistematika penelitian ini terdiri dari lima bab dengan sub bab-sub bab penunjangnya yang meliputi:

**BAB I : PENDAHULUAN**, memuat gambaran umum mengenai problematika yang akan diteliti, yaitu latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, hipotesis penelitian, signifikansi penelitian, definisi operasional, dan sistematika penulisan.

**BAB II : KAJIAN TEORI**, bab ini memuat teori-teori terkait variabel penelitian, yaitu ketakwaan dan kesehatan mental, yang mana teori-teori tersebut lah yang menjadi landasan dalam penelitian ini.

**BAB III : METODE PENELITIAN**, berisikan metode penelitian yang digunakan oleh peneliti, yang berisi pendekatan dan jenis penelitian, populasi dan sampel penelitian, lokasi penelitian, data dan sumber data, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, dan uji kualitas instrumen.

**BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN**, mencakup hasil dari penelitian yang telah dilakukan, berupa angket dan dokumentasi.

**BAB V : PENUTUP**, sebagai bab terakhir terdiri dari kesimpulan dan saran.