KESEHATAN MENTAL MAHASISWA JURUSAN BKPI ANGKATAN 2019 UIN ANTASARI BANJARMASIN SELAMA PEMBELAJARAN JARAK JAUH

SKRIPSI

OLEH
MAHDA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
2022M/1444H

KESEHATAN MENTAL MAHASISWA JURUSAN BKPI ANGKATAN 2019 UIN ANTASARI BANJARMASIN SELAMA PEMBELAJARAN JARAK JAUH

Skripsi
Diajukan Kepada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan

Oleh
Mahda
NIM. 180101060211

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM
BANJARMASIN
2022M/1444H

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

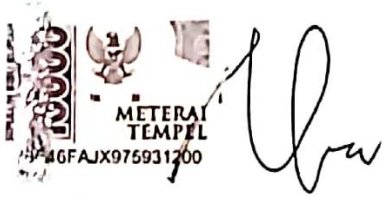
Saya yang bertada tangan di bawah ini

Nama	:	Mahda
NIM	:	180101060211
Tempat/Tanggal Lahir	:	Ruham Raya/ 07 Oktober 2000
Program Studi	:	Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas	:	Tarbiyah dan Keguruan

menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang berjudul, "Kesehatan Mental Mahasiswa Jurusan BKPI Angkatan 2019 UIN Antasari Banjarmasin Selama Pembelajaran Jarak Jauh" adalah benar-benar karya saya sendiri, kecuali kutipan yang disebut sumbernya. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan hasil karya asli saya atau merupakan hasil plagiasi, saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Banjarmasin, 29 November 2022
Yang membuat pernyataan,



Mahda

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM
Jalan Jenderal Ahmad Yani KM. 4,5 Banjarmasin 70235
Telepon (0511) 3253939 Faksimile (0511) 3274492
Email: bkpi@uin-antasari.ac.id Web: http://ftk.iain-antasari.ac.id

SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIARISME
Nomor : 162/Un.14/III.1.w/PP.00.9/11/2022

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam menerangkan bahwa mahasiswa dengan identitas berikut:

Nama	: Mahda
NIM	: 180101060211
Program	: S-1
Program Studi	: Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Judul Skripsi:
Kesehatan Mental Mahasiswa Jurusan BKPI Angkatan 2019 UIN Antasari Banjarmasin Selama Pembelajaran Jarak Jauh.

Hasil Uji Plagiasi : 24%

Berdasarkan hasil uji plagiasi dengan menggunakan www.turnitin.com bahwa naskah skripsi ini dinyatakan memenuhi syarat batas maksimal plagiasi 25%.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 28 November 2022
Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Dra. Raihanatul Janah, M.Pd
196912011994032005

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul	:	Kesehatan Mental Mahasiswa Jurusan BKPI Angkatan 2019 UIN Antasari Banjarmasin Selama Pembelajaran Jarak Jauh
Ditulis oleh	:	Mahda
NIM	:	180101060211
Fakultas	:	Tarbiyah dan Keguruan
Program	:	Strata satu (S1)
Program Studi	:	Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Tahun Akademik	:	2022/2023
Tempat dan tanggal lahir	:	Ruham Raya, 07 Oktober 2000
Alamat	:	Desa Sungai Salai RT 06 RW 02 Kec. Candi Laras Utara

Setelah diteliti dan diadakan perbaikan seperlunya, kami dapat menyetujui untuk dipertahankan di depan sidang Tim Penguji Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin.

Banjarmasin, 29 November 2022

Pembimbing Bidang Konten dan Metodologi	Pembimbing Bidang Bahasa dan Teknik Penulisan
Widiya Aris Radiani, S. Psi, M. Psi Psikolog NUP. 201702045	Nurul Rahmi, M. Pd NIP. 198806272015032005

Mengetahui,
Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
UIN Antasari Banjarmasin

Dra. Raihanatul Janah, M. Pd
NIP. 196912011994032005

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul : Kesehatan Mental Mahasiswa Jurusan BKPI Angkatan 2019 UIN Antasari Banjarmasin Selama Pembelajaran Jarak Jauh,

Nama Mahda, NIM 180101060211, telah diajukan dalam Sidang Tim Penguji Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin pada:

Hari : Selasa

Tanggal : 13 Desember 2022

Nilai : 80 Predikat A

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
UIN Antasari Banjarmasin

Dr. H. Hamdan, M. Pd
NIP. 196604051993031005

TIM PENGUJI

Nama	Tanda tangan
1. Dr. H. Hidayat Ma'ruf, M.Pd (Ketua)	
2. Widiya Aris Radiani, S.Psi, M.Psi., Psikolog (Anggota)	
3. Nurul Rahmi, M.Pd (Anggota)	

ABSTRAK

Mahda. NIM. 180101060211. *Kesehatan Mental Mahasiswa Jurusan BKPI Angkatan 2019 UIN Antasari Banjarmasin Selama Pembelajaran Jarak Jauh*. Pembimbing Bidang Konten dan Metodologi: Widiya Aris Radiani, S.Psi, M.Psi Psikolog., Pembimbing Bidang Bahasa dan Penulisan: Nurul Rahmi, M.Pd. pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin. 2022.

Kata Kunci: Mahasiswa, Kesehatan Mental, Pembelajaran Jarak Jauh

Selama pembelajaran jarak jauh berbasis *online* banyak mahasiswa yang mengeluh mengenai materi pelajaran yang kurang dipahami, terbatasnya literatur yang dibutuhkan, tugas yang banyak, dosen yang terlalu pasif, suasana belajar yang kurang kondusif, gangguan jaringan internet hingga terbatasnya dana untuk membeli kuota internet. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat kesehatan mental dan bentuk gangguan kesehatan mental yang dialami mahasiswa Jurusan BKPI angkatan 2019 di UIN Antasari Banjarmasin selama pembelajaran jarak jauh

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi dan sampel yang digunakan adalah 63 mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Angkatan 2019 yang telah melakukan pembelajaran jarak jauh dengan teknik penarikan sampel total. Data diolah dengan teknik *editing*, *coding*, *skoring*, tabulasi, dan interpretasi. Kemudian data dianalisis menggunakan *Microsoft Excel* 2007.

Hasil penelitian menunjukkan tingkat gangguan kesehatan mental mahasiswa Jurusan BKPI Angkatan 2019 selama pembelajaran jarak jauh di UIN Antasari Banjarmasin cenderung rendah atau baik setara dengan 65%, sedangkan 32% cenderung sedang atau cukup, dan 3% cenderung tinggi atau kurang. Sedangkan bentuk gangguan kesehatan mental berupa gangguan somatisasi, gangguan kecemasan dan insomnia, gangguan disfungsi sosial, dan gangguan depresi berat. Bentuk gangguan kesehatan mental yang paling banyak dialami mahasiswa adalah kecemasan dan insomnia, yaitu sebanyak 25% atau 16 mahasiswa menunjukkan kategori tinggi atau kurang, sedangkan 25% atau 16 mahasiswa menunjukkan kategori sedang atau cukup, 49% atau 31 mahasiswa menunjukkan kategori rendah atau baik

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيْمِ

اَلْحَمْدُ للهِ رَبِّ الْعَالَمِيْنَ وَالصَّلاَةُ وَالسَّلاَمُ عَلَى اَشْرَفِ الْاَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِيْنَ سَيِّدِنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ اَجْمَعِيْنَ. اَمَّا بَعْدُ

Segala puji bagi Allah SWT. Tuhan seru sekalian alam. Salawat dan salam semoga tercurah kepada Nabi Muhammad SAW., yang telah menunjukkan kepada manusia jalan keselamatan di dunia dan di akhirat.

Peneliti menyadari dengan sepenuhnya dalam penyelesaian penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan semua pihak, baik dalam bentuk dukungan, bimbingan dan arahan serta motivasi sehingga tugas yang terasa ini dapat diselesaikan.

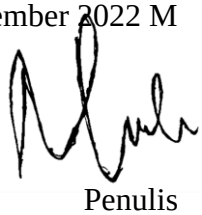
Sehubungan dengan itu, maka dengan segala kerendahan hati, peneliti ucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan dimaksud. Khususnya, peneliti ucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Dr. H. Hamdan, M.Pd, Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin yang berkenaan menerima dan menyetujui judul skripsi ini.
2. Ibu Dra. Raihanatul Janah, M.Pd, Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, serta Ibu Ibu Nurul Rahmi, M.Pd, selaku Sekretaris Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin, yang memberikan arahan penulisan skripsi yang sesuai dengan pengembangan pada program studi.

3. Ibu Widiya Aris Radiani, S.Psi, M.Psi, Psikolog, selaku pembimbing skripsi Bidang Konten dan Metodologi serta Ibu Nurul Rahmi, M.Pd, selaku pembimbing skripsi Bidang Bahasa dan Teknik Penulisan yang telah banyak memberikan bimbingan dan arahan dalam penulisan.
4. Para dosen, karyawan dan karyawati Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin yang telah banyak memberikan ilmu dan layanan yang baik selama peneliti berstudi.
5. Bapak Dr. Saifuddin, M.Ag, selaku Kepala Perpustakaan UIN Antasari dan staf serta Bapak Ahmad Syauqi, S.Ag, S.IPI, M.Pd.I, selaku Kepala Perpustakaan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari dan staf yang telah memberikan layanan pada peneliti.
6. Seluruh mahasiswa Prodi BKPI Angkatan 2029, selaku subjek dalam penelitian ini.

Semoga Allah swt, melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada mereka dan mencatatnya sebagai kebaikan dengan pahala yang berlipat ganda. Peneliti berharap semoga tulisan ini dapat bermanfaat dan menjadi amal ibadah di sisi-Nya.

Banjarmasin, 05 Jumadil Awal 1444 H
29 November 2022 M



Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN ii
BUKTI BEBAS PLAGIASI iii
PERSETUJUAN iv
PENGESAHAN v
ABSTRAK vi
KATA PENGANTAR vii
DAFTAR ISI ix
DAFTAR TABEL xi
DAFTAR GAMBAR xiii

BAB I PENDAHULUAN 1
A. Latar belakang 1
B. Definisi Operasional 5
C. Rumusan Masalah 6
D. Tujuan Penelitian 7
E. Signifikasi Penelitian 7
F. Penelitian Terdahulu Yang Relevan 8
G. Sistematika Penulisan 10

BAB II KAJIAN TEORI DAN KERANGKA PIKIR 11
A. Kajian Teori 11
1. Kesehatan Mental 11
2. Mahasiswa 17
3. Pembelajaran Jarak Jauh 18
4. *The General Health Questioneare* (GHQ) 27

B. Kerangka Pikir 29

BAB III METODE PENELITIAN 30
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian 30
B. Lokasi Penelitian 31
C. Populasi dan Sampel 34
D. Data dan Sumber Data 36
E. Teknik Pengumpulan Data 37
F. Instrumen Penelitian 39
G. Teknik Analisis Data 40

BAB IV HASIL PENELITIAN 45
A. Hasil Penelitian 45
B. Pembahasan 61

BAB V PENUTUP 64
A. Simpulan 64
B. Saran 65

DAFTAR PUSTAKA 66
LAMPIRAN- LAMPIRAN 70
DAFTAR RIWAYAT HIDUP PENULIS 85

DAFTAR TABEL

No. Halaman

3.1 Dosen Pengajar Tetap Program Studi BKPI 34
3.2 Jumlah Mahasiswa Jurusan BKPI Angkatan 2019 35
3.3 Penskoran Skala Likert 37
3.4 Kisi-Kisi Instrumen Skala GHQ 28 37
3.5 Skor Skala GHQ 28 38
3.6 Matrik Data 39
3.7 Norma Kategorisasi 42
3.8 Hasil Perhitungan Norma Kategorisasi Tingkat Gangguan Kesehatan Mental 43
3.9 Norma Kategorisasi Tingkat Gangguan Kesehatan Mental 43
3.10 Hasil Perhitungan Norma Kategorisasi Bentuk Gangguan Kesehatan Mental 44
3.11 Norma Kategorisasi Bentuk Gangguan Kesehatan Mental 44
4.1 Distribusi Frekuensi Tingkat Gangguan Kesehatan Mental Mahasiswa Jurusan BKPI Angkatan 2019 45
4.2 Butir 1 47
4.3 Butir 2 48
4.4 Butir 3 48
4.5 Butir 4 48
4.6 Butir 5 49
4.7 Butir 6 49
4.8 Butir 7 50
4.9 Kategorisasi Hasil Analisis Skor Aspek Somatisasi 50
4.10 Butir 8 51
4.11 Butir 9 51
4.12 Butir 10 52
4.13 Butir 11 52
4.14 Butir 12 52
4.15 Butir 13 53
4.16 Butir 14 53
4.17 Kategorisasi Hasil Analisis Skor Aspek Kecemasan Dan Insomnia . 53
4.18 Butir 15 54
4.19 Butir 16 55
4.20 Butir 17 55
4.21 Butir 18 55
4.22 Butir 19 56
4.23 Butir 20 56
4.24 Butir 21 56
4.25 Kategorisasi Hasil Analisis Skor Aspek Disfungsi Sosial 57
4.26 Butir 22 58
4.27 Butir 23 58

4.28 Butir 24..... 58
4.29 Butir 25..... 59
4.30 Butir 26..... 59
4.31 Butir 27..... 59
4.31 Butir 28..... 60
4.33 Kategorisasi Hasil Analisis Skor Aspek Depres Berat..... 60
4.34 Simpulan Bentuk Gangguan Kesehatan Mental..... 61

DAFTAR GAMBAR

No. **Halaman**

4.1 Grafik Tingkat Kesehatan Mental Mahasiswa Jurusan BKPI..... Angkatan 2019 46
4.2 Hasil Distribusi Frekuensi Bentuk Gangguan Kesehatan Mental ..... Mahasiswa Jurusan BKPI Angkatan 2019 47