

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kesehatan mental merupakan aspek penting dalam mencapai kesehatan diri yang menyeluruh. Kesehatan mental juga bisa dikatakan sebagai kondisi batin yang senantiasa dalam keadaan tenang dan tentram. Cara untuk meraih ketenangan dilakukan dengan mendekatkan diri sepenuhnya kepada Tuhan. Kesehatan mental yang baik akan memberikan adanya kemungkinan pada seseorang untuk sadar akan potensi mereka sehingga mereka mampu menghadapi tekanan hidup yang normal, bekerja secara produktif, dan berkontribusi pada komunitas mereka.¹ Menurut Zakiah Daradjat kesehatan mental adalah kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan diri sendiri, dengan orang lain, masyarakat serta lingkungan yang berdasarkan keimanan, dan ketakwaan. Hal itu agar terhindar dari gangguan jiwa, dan penyakit kejiwaan".² Jadi dapat disimpulkan kesehatan mental disetiap individu mempengaruhi dalam kehidupan seseorang yang mencakup pada kondisi lingkungan, orang lain di sekitarnya yang berlandaskan atas dasar iman, dan takwa yang dimiliki individu tersebut.

Tujuan dari pengajian kesehatan mental adalah memahami, dan mengevaluasi sebuah kondisi mental seorang individu yang lebih

¹ Djalaludin, *Psikologi Agama* (Jakarta: Raja rafindo, 2015) hal.21

² Zakiyah Daradjat, 2014. *Kesehatan Mental*. (Jakarta: PT Gunung Agung) hal. 22

menitikberatkan mengenai bagaimana caranya memberdayakan individu, keluarga, masyarakat, dan kelompok. Sehingga seorang individu mampu meraih, menjaga, memaksimalkan kondisi kesehatan mental dirinya dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental seorang individu tidak bisa disamakan satu dengan individu lainnya.³

Urgensi kesehatan mental mengacu pada kebutuhan mendesak untuk melakukan intervensi terhadap masalah kesehatan mental seorang individu. Hal itu penting karena kesehatan mental yang buruk akan mampu memberikan adanya dampak secara signifikan terhadap kehidupan individu dan masyarakat secara menyeluruh. Jadi dengan perawatan kesehatan mental yang tepat akan memberikan dampak guna meningkatkan kualitas hidup individu dan seorang individu mampu menjalankan aktivitas sehari-hari akan berjalan secara optimal. Akan tetapi jika masalah kesehatan mental yang tidak ditangani dengan cepat akan berkembang menjadi krisis yang mampu mengancam jiwa seorang individu.⁴

Permasalahan kesehatan mental individu akan mengacu pada gangguan mental terdiri dari gejala-gejala dialami individu yang menderita gangguan mental yang berbeda-beda.⁵ Pada umumnya mereka ditandai dengan beberapa gabungan abnormal pada pikiran, emosi, perilaku, dan hubungan pada orang lain. Contoh penyakitnya seperti skizofrenia, depresi, cacat intelektual, dan

³ Dumilah Ayuningtyas, Misnaniarti, Marisa Rayhani, "Analisis Situasi Kesehatan Mental Pada Masyarakat Di Indonesia Dan Strategi Penanggulangannya", *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, Vol.9, no 1 (2018): hal:2. doi:10.265553/jikm.2018.9.1.1-10

⁴ Ibid, hal 3

⁵ Genitet A, Dawit A, Kibrom H, Asrat C, Kelemua H, Melat S, Kalkidan Y, Akilew A, and Kemal Jemal, *Mental health training for primary health care workers and implication for success of integration of mental health into primary care : evaluation of effect on knowledge, attitude and practices (KAP)*. *Int J Ment Health Sys*. 2017 ; 11: 63

gangguan karena penyalahgunaan narkoba, gangguan afektif, bipolar, demensia, cacat intelektual, dan gangguan perkembangan termasuk autisme.⁶ Salah satu jenis gangguan jiwa itu depresi yang ditandai dengan situasi emosional yang sedih dan kelam serta situasi kognitif, fisik, dan gejala antar pribadi. Gejala depresi biasanya diawali dengan pengalaman hidup yang penuh tekanan negatif, kehilangan anggota keluarga, aset atau status sosial. Depresi akan datang menjadi maladaptif dan abnormal jika intensitas tinggi dan berlanjut tetap lama seorang individu biasanya menderita depresi kesedihan yang sangat mendalam, kehilangan keinginan untuk melakukan aktivitas menyenangkan yang biasa seseorang nikmati.⁷

Pada penelitian ini menghasilkan bahwa terganggunya kesehatan mental pada mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri Tingkat Akhir dan Bekerja. Peneliti telah melaksanakan observasi dan wawancara pada hari Rabu, 6 Maret 2024 yang berjumlah 10 mahasiswa program studi psikologi islam IAIN Kediri tingkat akhir pada semester 8, 10, 12, 14 mengenai fenomena kesehatan mental mahasiswa bekerja dan kuliah dalam waktu secara bersamaan. Hal ini dilakukan karena faktor ekonomi yang ada pada mahasiswa sehingga dalam kondisi ekonomi yang kurang dalam membayar biaya uang kuliah tunggal mereka memilih keputusan untuk bekerja. Hasilnya adalah adanya permasalahan dalam kesehatan mental, seperti kegelisahan, stres dengan tanggung jawabnya dalam mengerjakan skripsi dan bekerja pada waktu bersamaan. Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan Maria,

⁶ Dumilah Ayuningtyas, Misnaniarti, Marisa Rayhani, "Analisis Situasi Kesehatan Mental Pada Masyarakat Di Indonesia Dan Strategi Penanggulangannya", *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, Vol.9, no 1 (2018): hal:3. doi:10.265553/jikm.2018.9.1.1-10

⁷ Ida Firdaus, "Upaya Pembinaan Rohani dan Mental", hal.126

Simonton, Cintia, dan Fransisco pada tahun 2020 yang berjudul “*Mediating Effect Of Religious / Spiritual Coping On Mental Health*” bahwa adanya beban tanggung jawab pada individu secara bersamaan akan mempengaruhi terganggunya kesehatan mental pada individu tersebut.

Jadi mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri Tingkat Akhir membuktikan adanya permasalahan kesehatan mental. Hal tersebut diperkuat pada penelitian terdahulu yang tertera di atas membuktikan bahwa kesehatan mental akan terganggu jika adanya beban dalam kurun waktu bersamaan. Hasil observasi peneliti juga telah menunjukkan sebuah hasil dengan adanya tanggung jawab mengerjakan skripsi dan bekerja mempengaruhi pada kesehatan mentalnya.

Menurut pendekatan islam ada konsep kesehatan jiwa yang memberi label gangguan jiwa, sebagaimana pendapat para ahli kesehatan jiwa pada umumnya. Namun kesehatan mental islam berfokus pada stigmatisasi penyakit mental yang bermula dari klaim bahwa penyakit mental disebabkan oleh kekuatan supernatural atau hal-hal yang dianggap misterius atau supranatural. Agama merupakan sumber nilai, kepercayaan dan pola perilaku masyarakat yang berarti pedoman bagi kestabilan kehidupan manusia. Segala ibadah itu baik untuk kesehatan, doa dan permohonan adalah mediator agama yang mengantarkan pada kehidupan yang lebih bermakna.⁸ Menurut Glock dan Stark agama merupakan suatu sistem yang berupa simbol, keyakinan, nilai dan perilaku yang dilembagakan, dimana pada semua sistem tersebut

⁸ Ida Firdaus, “Upaya Pembinaan Rohani dan Mental”, hal 127

merupakan sebuah permasalahan yang paling mendasar di kehidupan umat manusia.⁹

Religiusitas adalah sebuah istilah mengacu pada tingkat keyakinan, praktik individu dalam agama dan sebagai wujud hubungan manusia dengan pencipta melalui ajaran agama yang ditanamkan dalam diri individu serta tercermin dalam sikap dan perilakunya.¹⁰ Menurut Jalaluddin religiusitas adalah suatu keadaan yang ada di dalam diri individu yang mendorong untuk bertingkah laku sesuai dengan kadar ketaatannya terhadap agama. Religiusitas juga merupakan penghayatan keagamaan dan kedalaman keyakinan yang diungkapkan melakukan ibadah sehari-hari, berdoa dan membaca kitab suci Al-Qur'an.¹¹ Hal ini merupakan bagian yang penting dari kehidupan banyak orang di seluruh dunia dan mampu mempengaruhi perilaku, nilai dan pandangan dunia mereka.¹²

Religiusitas dapat berbeda-beda pada setiap orang, beberapa orang mungkin memiliki tingkat religiusitas yang tinggi yang diwujudkan dalam partisipasi aktif dalam ibadah keagamaan, ketaatan pada ajaran agama dan apresiasi spiritual yang mendalam.¹³ Dalam kedewasaan seseorang akan lebih memahami, dan tidak meninggalkan jalan atau standar hidup masyarakat yang berlaku saat ini, misalnya saja agama telah memberikan pegangan yang kuat pada kemampuan mengendalikan perilaku manusia. Masalah yang

⁹ Charles Y Glock & Rooney Stark, *Religion and Society in Tension*, (2015), hlm 14

¹⁰ Dewi S, Majdid Abd, Fauzan Aris, "The Role of Religiosity in Work Life Balance", *Budapest International Research and Critics Institute - Journal*, Vol. 3, No. 3 August (2020) : hal. 2

¹¹ Jalaluddin Rakhmat, 2015, *Psikologi Agama* (Bandung : Mizan Media)

¹² *Ibid.*, hlm 8

¹³ Sungadi, "Pengaruh Religiusitas terhadap Kematangan Karier Pustakawan Kajian Empiris pada Pendidikan Tinggi Keagamaan Islam di Daerah Istimewa Yogyakarta". *Jurnal Perpustakaan* Vol.11 No.1 (2020): 14

berkembang ketika seseorang tidak lagi memiliki pegangan agama adalah seseorang akan merasa bingung dan kehilangan dalam mencari makna hidup, kesulitan menghadapi tantangan dalam hidup. Berdasarkan permasalahan yang berkembang di atas ketika individu yang tidak mampu mencari makna hidup dan kesulitan dalam menghadapi permasalahan dalam hidupnya. Hal ini membuktikan bahwa religiusitas memberikan dampak secara signifikan dengan kesehatan mental yang terdapat hubungan antara kesehatan mental dengan religiusitas saling berkaitan dalam keterlibatan dalam aktivitas keagamaan akan mampu memberikan sumber dukungan sosial yang kuat, dan memberikan dampak bisa membantu mengurangi tingkat stress dan meningkatkan kesejahteraan mental. Agama sering mengajarkan nilai-nilai moral dan etika yang mampu membantu individu dalam membuat keputusan yang tepat dan menghindari perilaku yang merusak kesehatan mental.¹⁴

Menurut Pargament coping religius adalah suatu usaha yang dilakukan dengan menggunakan religi atau agama untuk menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi, seperti berdoa, pasrah pada Allah, menjalankan aktivitas ibadah dengan baik dan benar sesuai ajaran agama ”.¹⁵ Pentingnya mengkaji hubungan antara religiusitas dengan kesehatan mental karena dalam memahami bagaimana religiusitas bisa mempengaruhi kesehatan mental dapat membantu individu mengelola stres, depresi dan gangguan lainnya. Penelitian ini juga akan mampu memberikan wawasan mengenai praktik keagamaan bisa mempengaruhi kesehatan mental serta juga mampu dalam mencegah

¹⁴ Annisa Fitriani, "Peran Religiusitas dalam Meningkatkan Psychological Well Being". *Jurnal Psikologi* . Vol 2. No.1/Januari-juni (2016)

¹⁵ Kenneth I Pargament, *The Psychology of Religion and Coping* (2014), hlm 57

permasalahan kesehatan mental, seperti dalam mengidentifikasi faktor yang memicu terkait dengan agama.¹⁶

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan Dianah, Abdul Santoso dalam penelitiannya ditemukan bahwa terdapat hubungan signifikan antara religiusitas dan kesehatan mental. Pada penelitiannya adanya korelasi yang positif lebih dari 0,025. Maka bisa dikatakan adanya hubungan kedua variabel yaitu religiusitas dan kesehatan mental.¹⁷

Pada penelitian ini memilih subjek mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri Tingkat Akhir dan Bekerja. Mahasiswa Program Studi Psikologi Islam diharapkan mampu dalam menerapkan keilmuannya ilmu jiwa dan tingkah laku seseorang, sehingga mampu dalam manajemen diri dan mengatasi sebuah permasalahan yang ada pada dirinya dan ada pada orang lain. Jadi alasan memilih mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri ini karena ada pada bidang keilmuan psikologi, dimana harusnya mereka memiliki kemampuan dalam manajemen diri ketika menghadapi sebuah permasalahan dalam hidupnya. Keunggulan penelitian ini ada pada tanggung jawab mahasiswa Program Studi Psikologi Islam Tingkat Akhir yang sedang mengerjakan skripsi dan bekerja pada waktu secara bersamaan. Hal tersebut dilakukan mahasiswa karena faktor ekonomi yang menjadi keharusan mereka untuk bekerja, sehingga beberapa mahasiswa mengalami, seperti kecemasan, kegelisahan, dan lain-lain. Berdasarkan pemaparan

¹⁶ Ibid, hal 64

¹⁷ Dianah, Abdul Santoso. "Hubungan antara Religiusitas dengan Kesehatan Mental Remaja di SMAN 15 Kota Tangerang Tahun 2021". Nusantara Hasana Journal Vol.2 No 7, Page :107-110, Desember (2021)

sebelumnya maka judul penelitian ini adalah **“Hubungan Antara Religiusitas dengan Kesehatan Mental Mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri Tingkat Akhir dan Bekerja”**.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat religiusitas mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri Tingkat Akhir dan Bekerja ?
2. Bagaimana tingkat kesehatan mental mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri Tingkat Akhir dan Bekerja ?
3. Bagaimana hubungan antara religiusitas dengan kesehatan mental mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri Tingkat Akhir dan Bekerja ?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat religiusitas pada mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri Tingkat Akhir dan Bekerja.
2. Untuk mengetahui tingkat kesehatan mental pada mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri Tingkat Akhir dan Bekerja.
3. Untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dengan kesehatan mental mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri Tingkat Akhir dan Bekerja.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil dari penelitian ini dapat memberikan gambaran mengenai hubungan antara religiusitas dan kesehatan mental yang terjadi pada mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri Tingkat Akhir dan Bekerja.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan pembandingan bagi penelitian lain dan melengkapi hal-hal yang belum terungkap pada penelitian ini.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini bagi mahasiswa diharapkan mampu dalam mengatasi permasalahan kesehatan mental dengan cara yang tepat.

E. Penelitian Terdahulu

1. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Kharisma Nasihatul Magfiroh (2020) dalam penelitiannya yang berjudul “Religiusitas dan Kesehatan Mental pada Remaja”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui religiusitas dan kesehatan mental pada remaja. Permasalahan pada penelitian ini adalah adanya gangguan kesehatan mental pada remaja rentang usia 12-24 tahun. Penelitian ini menggunakan jenis pendekatan kuantitatif non-eksperimental. Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional dengan sampel penelitian 90 orang. Penelitian ini menyimpulkan bahwa adanya hubungan secara signifikan antara religiusitas dengan kesehatan mental hal ini diinterpretasikan dari data yang dihasilkan adanya kontribusi pengaruh

variabel independen yakni religiusitas terhadap variabel dependen kesehatan mental, jadi semakin tinggi intensitas religiusitas seseorang maka semakin tinggi nilai kesehatan mentalnya.¹⁸ Persamaan penelitian sebelumnya dengan penelitian ini yaitu jenis dan metode menggunakan pendekatan kuantitatif dan desainnya menggunakan desain penelitian korelasional. Sedangkan perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini yaitu subjeknya berbeda di penelitian sebelumnya menggunakan subjek remaja usia 12-24 tahun. Pada penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa Prodi Studi Psikologi Islam IAIN Kediri Tingkat Akhir dan Bekerja.

2. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Titin Qomariyah (2021) dalam penelitiannya yang berjudul “ Hubungan Antara Religiusitas dan Kesehatan Mental dengan Motivasi Mengajar GURU di Sekolah Dasar Islam Terpadu (SDIT) Ar-Risalah Surakarta Tahun 2021 ”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dengan kesehatan mental dan motivasi mengajar guru. Permasalahan pada penelitian ini adalah motivasi guru terhadap murid di sekolah dasar islam terpadu (SDIT) Surakarta. Penelitian ini menggunakan jenis pendekatan kuantitatif dengan populasi sebanyak 54 orang anak dan 53 orang guru di SDIT Ar-Risalah dengan mengkaji hubungan tiga variabel antara religiusitas, kesehatan mental dan motivasi mengajar guru. Dengan menghasilkan data statistic (R) dengan nilai signifikan $0,000 < 0,05$. Jadi penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan antara religiusitas dengan motivasi mengajar dibuktikan

¹⁸ Kharisma Nasihatul Maghfiroh. ”Religiusitas dan Kesehatan Mental Pada Remaja”. Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang (2020)

dengan uji korelasi (R) dengan nilai signifikan $0,000 < 0,05$.¹⁹ Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini ada pada metode penelitian menggunakan kuantitatif dan SPSS dengan uji validitas dan uji reliabilitas. Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini ada pada subjek penelitian terdahulu 54 orang anak dan 53 guru di SDIT Ar-Risalah Surakarta. Sedangkan di penelitian ini subjek mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri Tingkat Akhir dan Bekerja.

3. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Eva Fauzah dalam penelitiannya yang berjudul “Hubungan Religiusitas dengan Kesehatan Mental Warga Binaan Pemasyarakatan di Pesantren At-Taubah Lembaga Pemasyarakatan Pemuda Kelas IIA Tangerang”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dengan kesehatan mental warga binaan pemasyarakatan di pesantren At-Taubah Lembaga Pemasyarakatan Pemuda Kelas IIA Tangerang. Penelitian Ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang mengkaji mengenai hubungan dua variabel antara religiusitas dengan kesehatan mental menggunakan penelitian kuantitatif. Penelitian ini menghasilkan bahwa ada koefisien korelasi 0,768. Hal ini membuktikan hasil bahwa adanya korelasi positif antara religiusitas dengan penyesuaian diri di sekolah.²⁰ Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan menggunakan analisis data SPSS.

¹⁹ Titin Qomariah.”Hubungan Antara Religiusitas dan Kesehatan Mental dengan Motivasi Mengajar Guru di Sekolah Dasar Islam Terpadu (SDIT) Ar-Risalah Surakarta”.Skripsi Program Studi Magister Pendidikan Agama Islam Sekolah Pasca Sarjana Universitas Muhammadiyah Surakarta (2021)

²⁰ Eva Fauzah.”Hubungan Religiusitas dengan Kesehatan Mental Warga Binaan Pemasyarakatan di Pesantren At-Taubah Lembaga Pemasyarakatan Pemuda Kelas IIA Tangerang”.Skripsi Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Ilmu Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta (2020)

Perbedaan pada penelitian terdahulu dengan penelitian ini ada pada subjek di penelitian terdahulu pada anak kelas IIA di pesantren At-Taubah di Tangerang. Sedangkan pada penelitian ini subjek mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri Tingkat Akhir dan Bekerja.

4. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Dianah, Abdul Santoso dalam penelitiannya yang berjudul “Hubungan Religiusitas dengan Kesehatan Mental Remaja di SMAN 15 Kota Tangerang Tahun 2021”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan religiusitas dengan kesehatan mental remaja di SMAN 15 Kota Tangerang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan mengkaji hubungan antara religiusitas dengan kesehatan mental remaja SMA membuktikan hasil adanya hubungan positif dan secara signifikan antara dua variabel pada remaja di SMAN 15 Kota Tangerang. Jadi semakin tinggi religiusitas maka akan semakin tinggi kesehatan mental pada remaja.²¹ Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini sama menggunakan pendekatan kuantitatif. Sedangkan perbedaannya pada penelitian terdahulu remaja SMAN 15 di Kota Tangerang di penelitian ini ada pada mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri Tingkat Akhir dan Bekerja.
5. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ahmad Akbar Khoirudin dalam penelitiannya yang berjudul “Hubungan Religiusitas dengan Kesehatan Mental warga binaan pelaku Klitih di Balai perlindungan dan rehabilitasi sosial remaja Yogyakarta”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui

²¹ Dianah, Santoso Abdul.”Hubungan Religiusitas dengan Kesehatan Mental Remaja di SMAN 15 Kota Tangerang Tahun 2021” Nusantara Hasana Journal Vol 2 No.7,Page : 107-110,Desember (2022)

mengenai hubungan religiusitas dengan kesehatan mental. Penelitian ini menggunakan jenis pendekatan kuantitatif. Penelitian ini membuktikan hasil yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan terhadap kesehatan mental dengan koefisien dan nilai probabilitas (p) < 0,05. Jadi dapat disimpulkan dari hasil penelitian adanya hubungan yang positif antara religiusitas dengan kesehatan mental.²² Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini ada pada subjek pada penelitian ini subjek mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri Tingkat Akhir dan Bekerja.

6. Penelitian terdahulu yang dilakukan Maria de, Simonton Barcelos, Cintia, dan Francisco pada tahun (2020) dalam penelitiannya yang berjudul "*Mediating Effects Of Religious / Spiritual Coping On Mental Health*". Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efek mediasi dari coping religiusitas dengan kesehatan mental membuktikan hasil bahwa religiusitas tidak mencegah situasi stress, akan tetapi hanya membantu dalam meredam stres. Hasil dari penelitian ini yaitu korelasi 0,415, sehingga adanya hubungan kedua variabel.²³ Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini ada pada variabel terikatnya yaitu kesehatan mental. Sedangkan perbedaannya penelitian terdahulu dengan penelitian ini ada pada metode dan subjek penelitian. Pada penelitian

²² Khoirudin Ahmad Akbar. "Hubungan Religiusitas dengan Kesehatan Mental warga binaan pelaku Klitih di Balai perlindungan dan rehabilitasi sosial remaja Yogyakarta". Skripsi Program Studi Komunikasi Penyiaran Islam Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (2021)

²³ Maria de, Simonton Barcelos, Cintia, dan Francisco "*Mediating Effects Of Religious / Spiritual Coping On Mental Health*". Journal International Vol 2 (2020).

terdahulu subjek penelitiannya komunitas religiusitas di Inggris dan menggunakan metode kualitatif. Pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan subjeknya ada pada mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri Tingkat Akhir dan Bekerja.

7. Penelitian terdahulu yang dilakukan Krishni, Manish, dan Jhoti pada tahun (2023) dalam penelitiannya yang berjudul “ *Exploring The Salience Of Religious Identity On The Mental Health of the Mauritian Adult*”. Penelitian ini menggunakan metode campuran yaitu kuantitatif dan kualitatif. Pada penelitian ini memiliki permasalahan pada terganggunya kesehatan mental di Mauritius. Penelitian ini menghasilkan agama mempengaruhi terhadap kesehatan mental di Mauritius.²⁴ Persamaan penelitian ini ada pada variabel religiusitas dan kesehatan mental. Sedangkan perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini ada pada metode dan subjek. Pada penelitian terdahulu menggunakan metode campuran yakni kuantitatif dan kualitatif, menggunakan subjek warga di Mauritius. Pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan subjek ada pada mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri Tingkat Akhir dan Bekerja.
8. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Claire, Renate, Emily dan Hymie pada tahun (2024) dalam penelitiannya yang berjudul “*Medicine for the Soul : (Non) Religious Identity, Coping, and Mental Health During The Covid-19 Pandemic*” . Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif yang menghasilkan bahwa keyakinan agama berkontribusi dengan kesehatan mental pada Universitas Carleton Ottawa dan menghasilkan korelasi

²⁴ Krishni, Manish, dan Jhoti “ *Exploring The Salience Of Religious Identity On The Mental Health of the Mauritian Adult*”. Journal International Vol, 1 (2023).

0,514.²⁵ Persamaan penelitian ini ada pada metode kuantitatif. Sedangkan perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini ada pada subjek , penelitian terdahulu subjek pada mahasiswa universitas Carleton Ottawa sedangkan pada penelitian ini subjek ada pada mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri Tingkat Akhir dan Bekerja.

Jadi dapat disimpulkan bahwa penelitian terdahulu terdapat hubungan yang positif antara religiusitas dengan kesehatan mental secara signifikan yang akan berdampak pada diri individu itu dalam melakukan aktivitasnya sehari - hari. Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini secara umum mengacu pada variabel yang sama religiusitas dan kesehatan mental, dan metode penelitiannya kuantitatif. Sedangkan perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini ada pada subjek yaitu mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri Tingkat Akhir dan Bekerja. Adapun keunggulannya adalah mahasiswa Program Studi Psikologi Islam dimana mahasiswa Psikologi Islam mampu memberikan sebuah pemahaman mengenai nilai-nilai, keyakinan dan praktik-praktik agama islam. Hal itu mampu memberikan kemungkinan mereka dalam menggali bagaimana faktor-faktor agama mampu mempengaruhi aspek-aspek kesehatan mental, perilaku individu dan kehidupannya sehari-hari.

F. Definisi Operasional

Penegasan istilah dapat berbentuk definisi operasional variabel yang akan diteliti. Definisi operasional merupakan definisi yang berdasarkan sifat-

²⁵ Claire, Renate, Emily dan Hymie “*Medicine for the Soul : (Non) Religious Identity, Coping, and Mental Health During The Covid-19 Pandemic*”. Journal International Vol 4 (2024)

sifat sesuatu yang dapat diamati, yang bertujuan untuk mempermudah pengukuran dan proses pengambilan data yang sesuai.²⁶ Definisi operasional dalam masing-masing variabel dalam penelitian ini adalah:

1. Religiusitas berasal dari gagasan-gagasan agama yang berkaitan dengan keberadaan, sifat, dan ibadah kepada Tuhan.²⁷ Religiusitas mengacu pada kualitas penghayatan seorang individu dalam beragama yang mampu menjadi agama itu sebagai pengarah suatu perilaku individu yang selalu berorientasi pada nilai yang ada di keyakinannya. Sikap religiusitas adalah integrasi yang kompleks antara pengetahuan agama, emosi dan tindakan keagamaan dalam diri seseorang.²⁸ Penelitian ini diukur dengan menggunakan beberapa dimensi dari Glock dan Stark, yaitu dimensi keyakinan keagamaan dengan mengukur tingkat keyakinan individu mengenai ajaran, prinsip-prinsip agamanya. Dalam skala ini responden diminta untuk menilai sejauh mana mereka setuju atau tidak dengan pertanyaan-pertanyaan yang tersedia, dan mencerminkan keyakinan agama yang mereka yakini. Dimensi pengalaman keagamaan yang mengukur pengalaman seorang individu dalam hal keagamaan, dimensi partisipasi keagamaan yang mengukur tingkat seorang individu ikut serta dalam kegiatan keagamaan dan ibadah, seperti puasa, sholat, kajian.
2. Kesehatan mental mengacu pada integrasi fungsi-fungsi jiwa yang beranekaragam disertai adanya kemampuan dalam menghadapi

²⁶ Tim Penyusun, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah* (Kediri : STAIN Kediri, 2016), hal 72.

²⁷ Dewi S, Majdid Abd, Fauzan Aris, "The Role of Religiosity in Work Life Balance", *Budapest International Research and Critics Institute - Journal*, Vol. 3, No. 3 August (2020) : hal 1

²⁸ Jalaluddin Rahmad, *Islam Alternatif*, Bandung : Mizan, 2015, hlm. 132

permasalahan yang ada di jiwa yang terjadi di setiap individu yang memiliki kemampuan yang berlandaskan keimanan dan taqwa untuk mencapai kebahagiaan di dunia, dan akhirat.²⁹ Penelitian ini mengukur tingkat kesehatan mental dengan beberapa dimensi pada kesehatan mental yang dijelaskan dalam teori Zakiah Daradjat.

²⁹ Jalaluddin Rahmat, *Islam Alternatif*, Bandung : Mizan, 2015, hlm 135.