

**PENGARUH LINGKUNGAN TEMPAT TINGGAL DAN  
KETAATAN BERIBADAH TERHADAP KESEHATAN  
MENTAL MAHASISWA IAIN WALISONGO SEMARANG**



**SKRIPSI**

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Mencapai Derajat Sarjana Sosial Islam (S.Sos.I)  
Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI)

**Dawam Mahfud  
101111059**

**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
SEMARANG  
2014**



KEMENTERIAN AGAMA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Jl. Prof. Dr. Hamka KM.2 (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185 Telp. (024) 7606405

NOTA PEMBIMBING

Lamp : 5 (Lima) Eksemplar

Kepada Yth.

Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Bapak Dekan Fakultas Dakwah dan  
Komunikasi  
IAIN Walisongo Semarang  
Di Semarang

*Assalamu'alaikum Wr. Wb*

Setelah membaca, mengadakan koreksi dan perbaikan sebagaimana mestinya, maka kami menyatakan bahwa naskah skripsi saudara :

Nama : Dawam Mahfud

NIM : 101111059

Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI)

Judul Skripsi : Pengaruh Lingkungan Tempat Tinggal dan Ketaatan Beribadah terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa IAIN Walisongo Semarang

Dengan ini telah kami setuju dan mohon agar segera diujikan. Demikian, atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Semarang, 26 November 2014

Pembimbing

Bidang Substansi Materi

Bidang Metodologi dan Tata Tulis

**Hj. Mahmudah, S. Ag., M. Pd**  
NIP. 19701129 199803 2001

**Wening Wihartati, S.Psi., M. Si**  
NIP. 19771102 200604 2004

**SKRIPSI**

**PENGARUH LINGKUNGAN TEMPAT TINGGAL DAN KETAATAN  
BERIBADAH TERHADAP KESEHATAN MENTAL MAHASISWA  
IAIN WALISONGO SEMARANG**

Disusun oleh

**Dawam Mahfud**

**101111059**

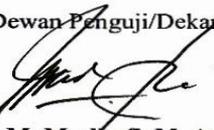
Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 09 Desember 2014

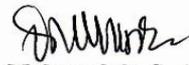
Dan dinyatakan telah lulus memenuhi syarat

Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji/Dekan

  
**Drs. H. M. Muchofi, M. A.**  
NIP. 19690836 199803 100

Sekretaris Dewan Penguji

  
**Hj. Mahmudah, S. Ag. M. Pd**  
NIP. 19701129 199803 2001

Penguji I

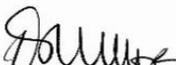
  
**Dr. Baidi Bukhori, M. Si**  
NIP. 19730427 199603 1001



Penguji II

  
**Dra. Maryatul Qibtiyah, M. Pd**  
NIP. 19680113 199403 2001

Pembimbing I

  
**Hj. Mahmudah, S. Ag. M. Pd**  
NIP. 19701129 199803 2001

Pembimbing II

  
**Wening Wihartati, S.Psi. M.Si**  
NIP. 19771102 200604 2004

## **PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi atau di lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum atau tidak diterbitkan, sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka.

Semarang, 09 Desember 2014

Dawam Mahfud

## MOTTO

وَيَقُولُ الَّذِينَ كَفَرُوا لَوْلَا نُزِّلَ عَلَيْهِ آيَةٌ مِنْ رَبِّهِ قُلْ إِنَّ اللَّهَ يُضِلُّ مَنْ يَشَاءُ وَيَهْدِي إِلَيْهِ مَنْ أَنْابَ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Orang-orang kafir berkata: "Mengapa tidak diturunkan kepadanya (Muhammad) tanda (mukjizat) dari Tuhannya?" Katakanlah: "Sesungguhnya Allah menyesatkan siapa yang Dia kehendaki dan menunjuki orang-orang yang bertaubat kepada Nya. "(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenteram."

*(Q.S. Ar-Ra'd Ayat 27-28)*

## PERSEMBAHAN

Karya skripsi ini saya persembahkan buat:

- Almamater tercinta Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang yang memberikan kesempatan peneliti untuk menimba ilmu memperluas pengetahuan.
- Ayahanda tercinta “Basir” dan ibunda tercinta “Surati” yang telah membesarkan dengan kasih sayang, memberikan bimbingan dan nasehat yang tidak pernah henti, dan selalu mendoakan kesuksesan ananda. Semoga Allah SWT selalu melimpahkan kasih sayang dan ridho-Nya pada beliau berdua.
- Keluarga Besar Pondok Pesantren Wahdatut Thullab “Al-Wahdah” Lasem beliau al-Alim al-Alamah KH Abdul Hamid Baidlowi (Alm) beserta keluarga.
- Ketua Pembina, Ketua Umum, Pembimbing Yayasan Baitul Muttaqin dan seluruh Bapak-Ibu masyarakat Perumahan Wahyu Utomo RW VI Tambak Aji Ngaliyan Semarang.

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufiq, hidayah, dan inayah-Nya kepada peneliti sehingga karya ilmiah yang berjudul *Pengaruh Lingkungan Tempat Tinggal dan Ketaatan Beribadah terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa IAIN Walisongo Semarang* dapat terselesaikan walaupun setelah melalui beberapa hambatan dan rintangan. Shalawat dan salam semoga terlimpah kepada Nabi Muhammad SAW yang telah mengantar umatnya dari zaman kebodohan sampai pada zaman terangnya kebenaran dan ilmu pengetahuan.

Teriring rasa terima kasih dan penghargaan yang tulus kepada semua pihak yang secara langsung maupun tidak langsung telah membantu peneliti selama proses penulisan skripsi ini. Untuk itu, di dalam kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih sebanyak-banyaknya kepada :

1. Yang terhormat, Rektor IAIN Walisongo Semarang Bapak Prof Dr H. Muhibbin, M.Ag beserta staf dan jajarannya yang telah memberikan restu kepada peneliti untuk menimba ilmu dan menyelesaikan karya ilmiah ini.
2. Yang terhormat, Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang Bapak Dr H. Awaludin Pimay, Lc., M.Ag beserta jajarannya yang telah memberikan restu kepada peneliti dalam menyelesaikan karya ilmiah ini (skripsi).
3. Ibu Hj. Mahmudah, S.Ag., M.Pd., selaku Ketua Jurusan BPI sekaligus pembimbing bidang substansi materi, yang sangat teliti dan sabar dalam membimbing, menuntun, dan memotivasi peneliti dalam menyelesaikan karya ilmiah ini, dan Ibu Anila Umriana, M.Pd., selaku Sekretaris Jurusan BPI yang telah memberikan izin untuk penelitian ini.
4. Yang terhormat, Ibu Wening Wihartati, S.Psi., M.Si., selaku pembimbing bidang metodologi dan tata tulis, yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan kepada peneliti sehingga karya ilmiah ini dapat terselesaikan.

5. Yang terhormat, Bapak dan Ibu dosen Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo, yang telah membimbing, mengarahkan, mengkritik dan memberikan ilmunya kepada peneliti selama dalam masa perkuliahan.
6. Ayahanda tercinta “Basir” dan ibunda tercinta “Surati” , dan seluruh saudara-saudaraku.
7. Keluarga Besar Pondok Pesantren Wahdatut Thullab “Al-Wahdah” Lasem beliau al-Alim al-Alamah KH Abdul Hamid Baidlowi (Alm) , Ibu Hj. Jamilah Hamid Baidlowi, Agus Ahfas Faisol, Agus Zaky Mubarok, Agus Novian Aziz, dan seluruh kerabat , Dewan Asyatidz serta santri Pondok Pesantren Wahdatut Thullab.
8. Ketua Pembina, Ketua Umum, Pembimbing Yayasan Baitul Muttaqin dan seluruh Bapak-Ibu masyarakat Perumahan Wahyu Utomo RW VI Tambak Aji Ngaliyan Semarang.
9. Senior, junior serta saudaraku di Semarang “Mas Awaludin, Mas Adit, Mas Tukin, Mas Solikin, Kang Huda, Murtafiq, Rosyid, Zaini, Muhyidin dan seluruh sahabat-sahabatiku dari berbagai organisasi kampus baik DEMA, SMI, BEM, HMJ, PW IPNU, PMII, PP, LDPP, KNPI, IPC, dan IRMAS YBM.
10. Semua sahabat-sahabat angkatan 2010 khususnya Jurusan BPI yang telah membantu, memotivasi dan memberikan warna dalam kehidupan peneliti.
11. Penghargaan dan ucapan terima kasih juga peneliti sampaikan kepada seluruh teman-teman dan sahabat-sahabat yang telah membantu penulisan skripsi ini, Semoga Allah SWT memberikan rahmat serta hidayah-Nya kepada kita semua. *Amiin*.

Kepada mereka semua tidak ada sesuatu yang dapat peneliti berikan sebagai imbalan, kecuali do’a “Semoga Allah membalas kebajikannya dengan balasan yang lebih baik dan lebih banyak”.

Skripsi yang sederhana ini terlahir dari usaha yang maksimal dari kemampuan terbatas pada diri peneliti. Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih terdapat kekurangan dan kesalahan, baik dari segi isi maupun tulisan. Oleh karena itu kritik dan saran yang

bersifat konstruktif sangat peneliti harapkan demi kesempurnaan di masa yang akan datang.

Akhirnya dengan segala kerendahan hati peneliti berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pembaca yang budiman. Kesempurnaan hanya milik Allah SWT, hanya kepada-Nya kita bersandar, berharap, dan memohon taufik dan hidayah.

Semarang, 09 Desember 2014

Peneliti

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1	Skor Jawaban Item 58
Tabel 2	Blue Print Skala Kesehatan Mental 59
Tabel 3	Sebaran Item Skala Kesehatan Mental 61
Tabel 4	Skor Jawaban Item 62
Tabel 5	Blue Print Skala Ketaatan Beribadah 63
Tabel 6	Sebaran Item Skala Ketaatan Beribadah 64
Tabel 7	Subjek Berdasarkan Fakultas 67
Tabel 8	Koefisien Korelasi antara Variabel X dan Variabel Y 68
Tabel 9	Kualitas Variabel X (Ketaatan Beribadah) 73
Tabel 10	Kualitas Variabel Y (Kesehatan Mental) 74

## DAFTAR LAMPIRAN

		Halaman
Lampiran 1a	Skala Kesehatan Mental Sebelum Ujicoba	99
Lampiran 1b	Skala Kesehatan Mental Pasca Ujicoba	103
Lampiran 2a	Skala Ketaatan Beribadah Sebelum Ujicoba	105
Lampiran 2b	Skala Ketaatan Beribadah Pasca Ujicoba	109
Lampiran 3a	Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Kesehatan Mental Tahap I	111
Lampiran 3b	Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Kesehatan Mental Tahap II	113
Lampiran 3c	Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Kesehatan Mental Tahap III	114
Lampiran 3d	Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Kesehatan Mental Tahap IV	115
Lampiran 3e	Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Kesehatan Mental Tahap V	116
Lampiran 3f	Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Ketaatan Beribadah Tahap I	118
Lampiran 3g	Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Ketaatan Beribadah Tahap II	119
Lampiran 3h	Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Ketaatan Beribadah Tahap III	121
Lampiran 4	Skor Perolehan Subjek	123
Lampiran 5a	Skor Jawaban Responden Kesehatan Mental	127
Lampiran 5b	Skor Jawaban Responden Ketaatan Beribadah	131

## ABSTRAK

Seiring dengan kemajuan zaman yang semakin meningkat, semakin meningkat pula problematika dalam kehidupan mahasiswa. Implikasi dari derasnya problematika tersebut, mahasiswa banyak yang mengalami stres, depresi, gelisah, berburuk sangka, cemas, tekanan mental sampai pada banyaknya gangguan kejiwaan. Kunci dari kesehatan mental mahasiswa ini adalah perasaan aman dan tenang. Keadaan ini terjadi apabila ada keharmonisan antara fungsi-fungsi jasmani dan rohani, keharmonisan antara potensi pribadi dan lingkungan tempat tinggal atau lingkungan masyarakatnya. Maka untuk mencegah ketidaksehatan mental dibutuhkan keseimbangan dan keserasian antara ketaatan diri dalam beribadah dan lingkungan yang mendukung untuk senantiasa mendekatkan diri kepada Allah SWT.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, yang bertujuan untuk menguji secara empiris: 1). Pengaruh ketaatan beribadah terhadap kesehatan mental mahasiswa IAIN Walisongo Semarang, 2). Perbedaan ketaatan beribadah antara mahasiswa IAIN Walisongo Semarang yang tinggal di kos/kontrakan dengan yang tinggal di masjid/musholla, dan 3). Perbedaan kesehatan mental antara mahasiswa IAIN Walisongo Semarang yang tinggal di kos/kontrakan dengan yang tinggal di masjid/musholla.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa IAIN Walisongo Semarang. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan teknik Stratified Sampling. Dengan teknik tersebut diperoleh sampel sebesar 110 mahasiswa dengan kriteria yang telah ditetapkan. Teknik pengumpulan data menggunakan angket dan skala kesehatan mental dan skala ketaatan beribadah. Teknik analisis data menggunakan teknik statistik inferensial parametris dengan menggunakan teknik analisis regresi sederhana dan uji t. Teknik analisis tersebut dilakukan dengan memanfaatkan program SPSS 16.00.

Hasil temuan dalam penelitian ini adalah: 1). Ada pengaruh ketaatan beribadah terhadap kesehatan mental mahasiswa IAIN Walisongo Semarang, semakin tinggi pengaruh ketaatan beribadah maka semakin tinggi kesehatan mental mahasiswa IAIN Walisongo Semarang. Sebaliknya, semakin rendah pengaruh ketaatan beribadah maka semakin rendah pula kesehatan mental mahasiswa IAIN

Walisongo Semarang. 2). Ada perbedaan ketaatan beribadah antara mahasiswa IAIN Walisongo Semarang yang tinggal di kos/kontrakan dengan yang tinggal di masjid/musholla, ketaatan beribadah mahasiswa yang ada di masjid/musholla lebih berpengaruh tinggi terhadap ketaatan beribadah dibandingkan dengan yang ada di kos/kontrakan. 3). Ada perbedaan kesehatan mental antara mahasiswa IAIN Walisongo Semarang yang tinggal di kos/kontrakan dengan yang tinggal di masjid/musholla, kesehatan mental mahasiswa yang tinggal di masjid/musholla lebih tinggi daripada yang tinggal di kos/kontrakan.

**Kata kunci** : Lingkungan Tempat Tinggal, Ketaatan Beribadah dan Kesehatan Mental.

## TRANSLITERASI

Pedoman transliterasi yang dijadikan rujukan dalam tulisan skripsi ini adalah pedoman yang dipakai pada lembaga Anglo-saxon seperti Library of Congress (Washington D.C., U.S.A.) disertai dengan sedikit modifikasi pada tanda bacaan panjang. Adapun perinciannya sebagai berikut:

Arab	Indonesia
ا	‘
ب	B
ت	T
ث	Th
ج	J
ح	H
خ	Kh
د	D
ذ	Dh
ر	R
ز	Z
س	S
ش	Sh
ص	s.
ض	d.
ط	t.
ظ	z.
ع	.
غ	Gh
ف	F
ق	Q
ك	K
ل	L
م	M
ن	N
و	H
ه	W
ي	Y
ة	A
ة.....	At

**Vokal Pendek/Short Vowels:**

Arab	Indonesia
Fathah/-	A
Kasrah/_	I
Dhammah	U

**Vokal Panjang/Long vowels**

Arab	Indonesia
نا	Â
و	Û
ئي	Î

ء	Â
ا	Â

**Diftong/Diphthongs**

نو	Aw
ئي	Ay

**Pembauran kata sandang tertentu**

ال....	al-
الش....	al-sh
وال....	Wal

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
ABSTRAK.....	xii
TRANSLITERASI.....	xiii
DAFTAR ISI.....	xv
<b>BAB I      PENDAHULUAN</b>	
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	8
1.3. Tujuan Penelitian.....	8
1.4. Manfaat Penelitian.....	9
1.5. Tinjauan Pustaka.....	9
1.6. Sistematika Penulisan Skripsi.....	15
<b>BAB II     KERANGKA TEORETIK</b>	
2.1. Kesehatan Mental.....	17
2.1.1. Pengertian Kesehatan Mental....	17
2.1.2. Tolak Ukur dan Kriteria Kesehatan Mental.....	19
2.1.3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental.....	24
2.2. Lingkungan Tempat Tinggal.....	26
2.2.1. Pengertian Lingkungan Tempat Tinggal.....	26
2.2.2. Macam-macam Lingkungan.....	30
2.2.3. Hubungan Manusia terhadap Lingkungan.....	31

2.3. Ketaatan Beribadah.....	33
2.3.1. Pengertian Ketaatan Beribadah ...	33
2.3.2. Urgensi Ketaatan Beribadah .....	40
2.3.3. Indikator Ketaatan Beribadah .....	41
2.4. Pengaruh Lingkungan Tempat Tinggal dan Ketaatan Beribadah terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa .....	43
2.5. Hipotesis .....	50
 <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
3.1. Jenis Penelitian .....	51
3.2. Definisi Konseptual Variabel Penelitian....	51
3.3. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	52
3.4. Sumber dan Jenis Data.....	54
3.5. Populasi dan Sampel.....	55
3.6. Teknik Pengumpulan Data .....	56
3.7. Teknik Analisis Data .....	65
 <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1. Deskripsi Subjek Penelitian .....	67
4.2. Uji Normalitas dan Heteroskedastisitas .....	74
4.3. Uji Hipotesis .....	77
4.3.1. Pengaruh Ketaatan Beribadah terhadap Kesehatan Mental.....	77
4.3.2. Perbedaan Ketaatan Beribadah antara Mahasiswa yang Tinggal di Kos/Kontrakan dengan yang Tinggal di Masjid/Musholla.....	80
4.3.3. Perbedaan Kesehatan Mental antara Mahasiswa yang Tinggal di Kos/Kontrakan dengan yang Tinggal di Masjid/Musholla.....	82
4.4. Pembahasan.....	83

<b>BAB V PENUTUP</b>	
5.1. Kesimpulan .....	91
5.2. Saran.....	91
5.3. Penutup.....	92
DAFTAR PUSTAKA .....	95
LAMPIRAN.....	99
BIODATA	