

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1. Deskripsi Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah mahasiswa IAIN Walisongo Semarang dengan kriteria sebagai berikut: 1). Mahasiswa yang sedang atau menempuh kuliah di semester lima sampai semester sembilan, 2). Mahasiswa yang tinggal di kos/kontrakan atau masjid/musholla selama dua tahun atau empat semester berturut-turut dalam satu tempat. Pemilihan responden dengan kriteria tersebut sebagai populasi penelitian didasarkan pertimbangan bahwa: (1) populasi mahasiswa IAIN Walisongo Semarang begitu banyak (2) diasumsikan mereka mampu untuk menjawab skala, (3) diasumsikan mereka juga sudah memahami baik buruknya tinggal disuatu lingkungan. Rincian subjek penelitian berdasarkan fakultas sebagaimana dalam Tabel 7.

Tabel 7
Subjek Berdasarkan Fakultas

No	Fakultas	Jumlah	Presentase
1	Fak. Ilmu Tarbiyah dan Keguruan	21	23,1
2	Fak. Syariah	20	22
3	Fak. Ekonomi dan Bisnis Islam	17	18,7
4	Fak. Dakwah dan Komunikasi	17	18,7
5	Fak. Ushuluddin	16	17,6
Total		110	100

Berdasarkan Tabel 7 diketahui bahwa subjek penelitian diambil dari lima fakultas yaitu Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan (FTIK), Fakultas Syariah (FS), Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam (FEBI), Fakultas Dakwah dan Komunikasi (FDK), dan Fakultas Ushuluddin (FU). Peneliti tidak mengambil dengan jumlah banyak dikarenakan kriteria yang ada sangat terbatas sekaligus keterbatasan waktu yang dimiliki. Dari penelitian ini dapat diketahui hasil jumlah total nilai skala sebagai berikut :

Tabel 8
Koefisien Korelasi antara Variabel X (Ketaatan Beribadah)
dan Variabel Y (Kesehatan Mental)

No	X	$X = X - \bar{X}$	X^2	Y	$Y = Y - \bar{Y}$	Y^2
1	93	-1.4	1.96	77	-1.2	1.44
2	93	-1.4	1.96	83	4.8	23.04
3	99	4.6	21.16	72	-6.2	38.44
4	91	-3.4	11.56	83	4.8	23.04
5	104	9.6	92.16	90	11.8	139.24
6	107	12.6	158.76	87	8.8	77.44
7	98	3.6	12.96	83	4.8	23.04
8	93	-1.4	1.96	85	6.8	46.24
9	89	-5.4	29.16	79	0.8	0.64
10	81	-13.4	179.56	69	-9.2	84.64
11	80	-14.4	207.36	69	-9.2	84.64
12	91	-3.4	11.56	80	1.8	3.24
13	86	-8.4	70.56	77	-1.2	1.44
14	91	-3.4	11.56	78	-0.2	0.04
15	100	5.6	31.36	79	0.8	0.64
16	106	11.6	134.56	84	5.8	33.64
17	96	1.6	2.56	83	4.8	23.04
18	105	10.6	112.36	80	1.8	3.24
19	93	-1.4	1.96	75	-3.2	10.24
20	99	4.6	21.16	78	-0.2	0.04

No	X	$X = X - \bar{X}$	X^2	Y	$Y = Y - \bar{Y}$	Y^2
21	89	-5.4	29.16	79	0.8	0.64
22	105	10.6	112.36	86	7.8	60.84
23	94	-0.4	0.16	75	-3.2	10.24
24	84	-10.4	108.16	68	-10.2	104.04
25	96	1.6	2.56	78	-0.2	0.04
26	96	1.6	2.56	79	0.8	0.64
27	91	-3.4	11.56	81	2.8	7.84
28	87	-7.4	54.76	77	-1.2	1.44
29	92	-2.4	5.76	69	-9.2	84.64
30	99	4.6	21.16	87	8.8	77.44
31	96	1.6	2.56	76	-2.2	4.84
32	86	-8.4	70.56	80	1.8	3.24
33	94	-0.4	0.16	72	-6.2	38.44
34	97	2.6	6.76	80	1.8	3.24
35	102	7.6	57.76	78	-0.2	0.04
36	90	-4.4	19.36	67	-11.2	125.44
37	93	-1.4	1.96	61	-17.2	295.84
38	91	-3.4	11.56	70	-8.2	67.24
39	99	4.6	21.16	86	7.8	60.84
40	95	0.6	0.36	82	3.8	14.44
41	86	-8.4	70.56	70	-8.2	67.24
42	106	11.6	134.56	89	10.8	116.64
43	97	2.6	6.76	80	1.8	3.24
44	90	-4.4	19.36	76	-2.2	4.84
45	105	10.6	112.36	83	4.8	23.04
46	94	-0.4	0.16	77	-1.2	1.44
47	95	0.6	0.36	69	-9.2	84.64
48	91	-3.4	11.56	74	-4.2	17.64
49	91	-3.4	11.56	78	-0.2	0.04
50	79	-15.4	237.16	70	-8.2	67.24
51	91	-3.4	11.56	75	-3.2	10.24
52	90	-4.4	19.36	78	-0.2	0.04
53	93	-1.4	1.96	78	-0.2	0.04
54	90	-4.4	19.36	77	-1.2	1.44
55	89	-5.4	29.16	72	-6.2	38.44
56	100	5.6	31.36	83	4.8	23.04
57	102	7.6	57.76	82	3.8	14.44
58	88	-6.4	40.96	78	-0.2	0.04
59	105	10.6	112.36	81	2.8	7.84

No	X	$X = X - \bar{X}$	X^2	Y	$Y = Y - \bar{Y}$	Y^2
60	101	6.6	43.56	81	2.8	7.84
61	91	-3.4	11.56	72	-6.2	38.44
62	86	-8.4	70.56	75	-3.2	10.24
63	96	1.6	2.56	74	-4.2	17.64
64	99	4.6	21.16	75	-3.2	10.24
65	103	8.6	73.96	84	5.8	33.64
66	92	-2.4	5.76	91	12.8	163.84
67	87	-7.4	54.76	76	-2.2	4.84
68	97	2.6	6.76	81	2.8	7.84
69	99	4.6	21.16	90	11.8	139.24
70	106	11.6	134.56	91	12.8	163.84
71	108	13.6	184.96	89	10.8	116.64
72	100	5.6	31.36	84	5.8	33.64
73	90	-4.4	19.36	82	3.8	14.44
74	96	1.6	2.56	73	-5.2	27.04
75	95	0.6	0.36	83	4.8	23.04
76	101	6.6	43.56	82	3.8	14.44
77	94	-0.4	0.16	87	8.8	77.44
78	94	-0.4	0.16	82	3.8	14.44
79	95	0.6	0.36	76	-2.2	4.84
80	92	-2.4	5.76	77	-1.2	1.44
81	90	-4.4	19.36	71	-7.2	51.84
82	83	-11.4	129.96	64	-14.2	201.64
83	87	-7.4	54.76	80	1.8	3.24
84	90	-4.4	19.36	72	-6.2	38.44
85	94	-0.4	0.16	73	-5.2	27.04
86	90	-4.4	19.36	77	-1.2	1.44
87	93	-1.4	1.96	72	-6.2	38.44
88	97	2.6	6.76	83	4.8	23.04
89	107	12.6	158.76	82	3.8	14.44
90	98	3.6	12.96	81	2.8	7.84
91	92	-2.4	5.76	81	2.8	7.84
92	94	-0.4	0.16	81	2.8	7.84
93	81	-13.4	179.56	72	-6.2	38.44
94	80	-14.4	207.36	77	-1.2	1.44
95	93	-1.4	1.96	74	-4.2	17.64
96	86	-8.4	70.56	75	-3.2	10.24
97	91	-3.4	11.56	84	5.8	33.64
98	102	7.6	57.76	91	12.8	163.84

No	X	$X = X - \bar{X}$	X^2	Y	$Y = Y - \bar{Y}$	Y^2
99	106	11.6	134.56	76	-2.2	4.84
100	96	1.6	2.56	81	2.8	7.84
101	102	7.6	57.76	77	-1.2	1.44
102	95	0.6	0.36	69	-9.2	84.64
103	95	0.6	0.36	87	8.8	77.44
104	89	-5.4	29.16	76	-2.2	4.84
105	105	10.6	112.36	79	0.8	0.64
106	96	1.6	2.56	73	-5.2	27.04
107	91	-3.4	11.56	81	2.8	7.84
108	96	1.6	2.56	80	1.8	3.24
109	100	5.6	31.36	68	-10.2	104.04
110	86	-8.4	70.56	67	-11.2	125.44
Σ	10380		4733.6	8601		4123

Dari tabel di atas dapat diketahui:

$$\begin{aligned}
 N &= 110 \\
 \Sigma X &= 10380 \\
 \Sigma Y &= 8601 \\
 \Sigma X^2 &= 4733,6 \\
 \Sigma Y^2 &= 4123
 \end{aligned}$$

Setelah diketahui koefisien korelasi langkah selanjutnya adalah mencari *mean* (rata-rata) dan simpangan baku (standar deviasi)

a. *Mean* dan simpangan baku variabel X (Ketaatan

Beribadah):

$$\begin{aligned}
 \bar{X} &= \Sigma X/N \\
 &= 10380/110 \\
 &= 94,3636
 \end{aligned}$$

$$Sx^2 = \Sigma X^2/N - 1$$

$$\begin{aligned}
&= 4733,6/110 - 1 \\
&= 4733,6/109 \\
&= 43,4 \\
S_x &= \sqrt{S_x^2} \\
&= \sqrt{43,4} \\
&= 7
\end{aligned}$$

b. *Mean* dan simpangan baku variabel Y (Kesehatan Mental)

$$\begin{aligned}
\bar{Y} &= \sum Y/N \\
&= 8601/110 \\
&= 71,2 \\
S_y^2 &= \sum Y^2/N - 1 \\
&= 4123/110 - 1 \\
&= 4123/109 \\
&= 37,8 \\
S_y &= \sqrt{S_y^2} \\
&= \sqrt{37,8} \\
&= 6,1
\end{aligned}$$

c. Menentukan kualitas variabel X (Ketaatan Beribadah)

$$\begin{aligned}
M + 1,5 SD &= 94,3 + (1,5) (7) = 105 \\
M + 0,5 SD &= 94,3 + (0,5) (7) = 98 \\
M - 0,5 SD &= 94,3 - (0,5) (7) = 91 \\
M - 1,5 SD &= 94,3 - (1,5) (7) = 84
\end{aligned}$$

Tabel 9
Kualitas Variabel X (Ketaatan Beribadah)

Rata – rata	Interval	Kualitas	Kriteria
94,3	105 ke atas	Sangat tinggi	Sedang
	99 – 105	Tinggi	
	92 – 98	Sedang	
	85 – 91	Rendah	
	84 ke bawah	Sangat rendah	

Dari uraian di atas dapat diketahui bahwa ketaatan beribadah mahasiswa IAIN Walisongo Semarang termasuk dalam kategori sedang, yaitu berada pada interval nilai 92 – 98 dengan nilai rata-rata 94,3.

d. Menentukan kualitas variabel Y (Kesehatan Mental)

$$M + 1,5 SD = 78,2 + (1,5) (6) = 87$$

$$M + 0,5 SD = 78,2 + (0,5) (6) = 81$$

$$M - 0,5 SD = 78,2 - (0,5) (6) = 75$$

$$M - 1,5 SD = 78,2 - (1,5) (6) = 69$$

Tabel 10
Kualitas Variabel Y (Kesehatan Mental)

Rata – rata	Interval	Kualitas	Kriteria
78,2	88 ke atas	Sangat tinggi	Sedang
	82 – 87	Tinggi	
	76 – 81	Sedang	
	70 – 75	Rendah	
	69 ke bawah	Sangat rendah	

Dari uraian di atas dapat diketahui bahwa kesehatan mental mahasiswa IAIN Walisongo Semarang termasuk dalam kategori sedang, yaitu berada pada interval nilai 76 – 81 dengan nilai rata-rata 78,2.

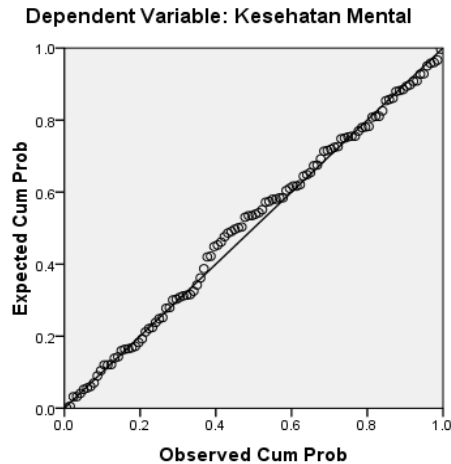
4.2. Uji Normalitas dan Heteroskedastisitas

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, terlebih dahulu dilakukan pengujian normalitas dan heteroskedastisitas. Skor yang diperoleh subjek pada masing-masing skala sebagaimana dalam lampiran 4.

a. Uji Normalitas

Analisis normalitas berfungsi untuk menguji penyebaran data hasil penelitian.

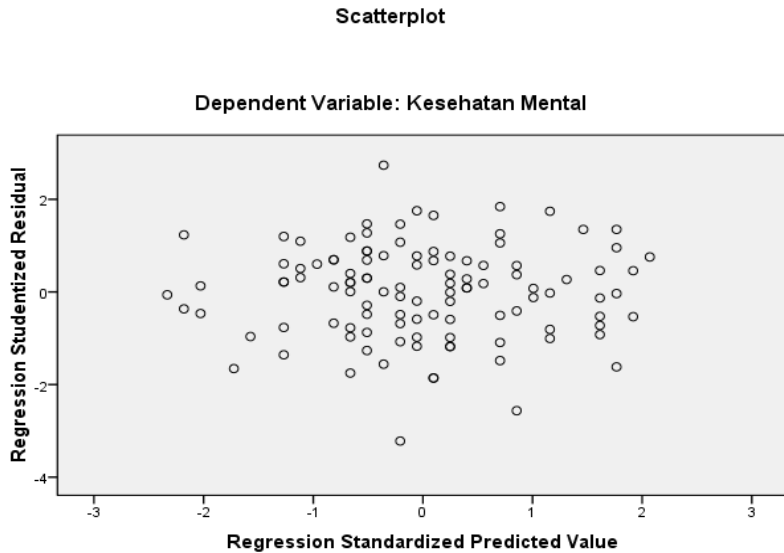
Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual



Dari grafik di atas, terlihat titik-titik menyebar disekitar garis diagonal, serta penyebarannya mengikuti arah garis diagonal. Maka model regresi layak dipakai untuk prediksi kesehatan mental berdasar masukan variabel independennya.

b. Uji heteroskedastisitas.

Analisis heteroskedastisitas berfungsi untuk melihat ada tidaknya pola tertentu pada grafik di atas, di mana sumbu X adalah Y yang telah diprediksi, dan sumbu Y adalah residual ($Y \text{ prediksi} - Y \text{ sesungguhnya}$) yang telah di-*studentized*.



Dari grafik di atas, terlihat titik-titik menyebar secara acak, tidak membentuk sebuah pola tertentu yang jelas, serta tersebar baik di atas maupun di bawah angka 0 pada sumbu Y. Hal ini berarti tidak terjadi heteroskedastisitas pada model regresi, sehingga model regresi layak dipakai untuk prediksi kesehatan mental berdasar masukan variabel independennya.

4.3. Uji Hipotesis

Setelah dilakukan analisis dengan teknik analisis regresi sederhana, penelitian ini menghasilkan temuan-temuan sebagai berikut:

4.3.1. Ada pengaruh ketaatan beribadah terhadap kesehatan mental mahasiswa IAIN Walisongo Semarang.

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Kesehatan Mental	78.2000	6.14175	110
Ketaatan Beribadah	94.3636	6.58985	110

Statistik deskriptif menggambarkan rata-rata dan standar deviasi dari variabel dependen dan independen, yang dalam hal ini sesuai dengan rumus statistik manual yang ada di atas. Rata-rata nilai kesehatan mental mahasiswa 78, 2000 dengan standar deviasi 6,14175, sedangkan rata-rata nilai ketaatan beribadahnya 94,3636 dengan standar deviasi 6,58985 dan dibulatkan menjadi 7.

Correlations

		Kesehatan Mental	Ketaatan Beribadah
Pearson Correlation	Kesehatan Mental	1.000	.551
	Ketaatan Beribadah	.551	1.000
Sig. (1-tailed)	Kesehatan Mental	.	.000
	Ketaatan Beribadah	.000	.
N	Kesehatan Mental	110	110
	Ketaatan Beribadah	110	110

Hasil analisis tabel korelasi menggambarkan hubungan antara kesehatan mental dan ketaatan beribadah. Korelasi Pearson ini digunakan untuk mengukur keeratan hubungan antara kedua variabel. Besar korelasi antara kesehatan mental dengan ketaatan beribadah adalah 551 (korelasi positif).

ANOVA^b

Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	1248.509	1	1248.509	47.096	.000 ^a
Residual	2863.091	108	26.510		
Total	4111.600	109			

a. Predictors: (Constant), Ketaatan Beribadah

b. Dependent Variable: Kesehatan Mental

Hasil analisis data mengenai pengaruh ketaatan beribadah terhadap kesehatan mental mahasiswa menunjukkan koefisien pengaruh F sebesar 47,096 dengan nilai signifikansi (Pvalue) 0,000. Melihat nilai Pvalue tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh antara ketaatan beribadah terhadap kesehatan mental mahasiswa. Berdasar hasil tersebut maka dapat diambil pemahaman bahwa, semakin tinggi pengaruh ketaatan beribadah mahasiswa maka semakin tinggi pula kesehatan mentalnya, sebaliknya semakin rendah pengaruh

ketaatan beribadah mahasiswa maka semakin rendah pula kesehatan mentalnya.

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.551 ^a	.304	.297	5.14880

a. Predictors: (Constant), Ketaatan Beribadah

b. Dependent Variable: Kesehatan Mental

Nilai R Square sebesar 0,304 menunjukkan besarnya pengaruh ketaatan beribadah dalam menjelaskan variabel kesehatan mental sebesar 30,4%. Adapun sisanya sebesar 69,6% dijelaskan oleh prediktor lain dan kesalahan-kesalahan lain (*error sampling* dan *non sampling*).

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	29.737	7.079		4.201	.000
Ketaatan Beribadah	.514	.075	.551	6.863	.000

a. Dependent Variable: Kesehatan Mental

Hasil analisis data juga menunjukkan bahwa nilai probabilitas t-hitung variabel ketaatan beribadah sebesar 0,00. Hal tersebut berarti ketaatan beribadah berpengaruh terhadap kesehatan mental.

4.3.2. Ada perbedaan ketaatan beribadah antara mahasiswa IAIN Walisongo Semarang yang tinggal di kos/kontrakan dengan yang tinggal di masjid/musholla.

Group Statistics

	Tempat Tnggal	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Ketaatan Beribadah	Kos/ Kontrakan	55	92.6545	6.49563	.87587
	Masjid/ Musholla	55	96.0727	6.28595	.84760

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Ketaatan Beribadah	Equal variances assumed	.073	.787	-2.804	108	.006	-3.41818	1.21884	-5.83413	-1.00223
	Equal variances not assumed			-2.804	107.884	.006	-3.41818	1.21884	-5.83416	-1.00220

Hasil analisis data menunjukkan bahwa nilai rata-rata ketaatan beribadah antara mahasiswa yang tinggal di kos/kontrak sebesar 92.6545 dengan mahasiswa yang tinggal di masjid/musholla sebesar 96.0727. sehingga tingkat ketaatan

beribadah mahasiswa yang bertempat tinggal di lingkungan masjid/musholla lebih tinggi dari pada yang berada di kos/kontrakan.

Hasil uji T mengenai perbedaan lingkungan tempat tinggal dengan ketaatan beribadah mahasiswa menunjukkan koefisien pengaruh F sebesar 0.073 dengan nilai signifikansi (Pvalue) 0,006 (<0,05). Melihat nilai Pvalue tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara lingkungan tempat tinggal dengan ketaatan beribadah mahasiswa. Jadi lingkungan tempat tinggal dapat mempengaruhi tingkat ketaatan beribadah mahasiswa.

4.3.3. Ada perbedaan kesehatan mental antara mahasiswa IAIN Walisongo Semarang yang tinggal di kos/kontrakan dengan yang tinggal di masjid/musholla.

Group Statistics

Tempat Tnggal		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Kesehatan Mental	Kos/Kontrakan	55	75.7455	6.20400	.83655
	Masjid/Musholla	55	80.6545	5.03770	.67928

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
Kesehatan Mental Equal variances assumed	2.240	.137	4.556	108	.000	4.90909	1.07761	7.04509	2.77309
Equal variances not assumed			4.556	103.633	.000	4.90909	1.07761	7.04611	2.77207

Hasil analisis data menunjukkan bahwa nilai rata-rata kesehatan mental antara mahasiswa yang tinggal di kos/kontrak sebesar 75.7455 dengan mahasiswa yang tinggal di masjid/musholla sebesar 80.037770. sehingga tingkat kesehatan mental mahasiswa yang bertempat tinggal di lingkungan masjid/musholla lebih tinggi dari pada yang berada di kos/kontrakan.

Hasil uji T mengenai perbedaan lingkungan tempat tinggal dengan kesehatan mental mahasiswa menunjukkan koefisien pengaruh F sebesar 2.240 dengan nilai signifikansi (Pvalue) 0,000 (<0,05). Melihat nilai Pvalue tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara lingkungan tempat tinggal dengan kesehatan mental mahasiswa. Jadi lingkungan tempat tinggal dapat mempengaruhi tingkat kesehatan mental mahasiswa.

4.4. Pembahasan

Hasil uji statistik yang telah dilakukan dalam penelitian pengaruh lingkungan tempat tinggal dan ketaatan beribadah terhadap kesehatan mental mahasiswa ini menunjukkan bahwa ada pengaruh positif antara lingkungan tempat tinggal dan ketaatan beribadah terhadap kesehatan mental mahasiswa, yaitu sebesar 30,4%. Adapun sisanya sebesar 69,6% dijelaskan oleh prediktor lain dan kesalahan-kesalahan lain (*error sampling* dan *non sampling*). Dengan demikian, semakin tinggi ketaatan beribadah mahasiswa maka semakin tinggi pula kesehatan mentalnya, sebaliknya semakin rendah ketaatan beribadah mahasiswa maka semakin rendah pula kesehatan mentalnya.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis pertama yaitu ada pengaruh ketaatan beribadah terhadap kesehatan mental **diterima**. Penelitian ini sesuai dengan teori yang telah dikemukakan para ahli sebelumnya, seperti Daradjat (2001:9) mengungkapkan bahwa kesehatan mental dipengaruhi faktor internal dan eksternal. Faktor internal bersumber dari diri individu sendiri seperti kondisi psikologis, kepribadian, ketaatan dalam beribadah dan lain sebagainya, sedangkan faktor eksternal bersumber dari luar diri individu seperti lingkungan tempat tinggal, kondisi ekonomi, politik dan sebagainya. Hal senada dikemukakan oleh Notosoedirdjo dan Latipun (2005:65) bahwa kesehatan mental merupakan entitas yang dipengaruhi oleh beberapa faktor baik internal maupun eksternal. Kesehatan mental sangat dipengaruhi faktor-faktor tersebut, karena secara substantif

faktor-faktor tersebut memainkan peran yang signifikan dalam terciptanya kesehatan mental. Yang termasuk faktor internal adalah faktor biologis dan psikologis, sedangkan yang termasuk faktor eksternal adalah sosial budaya.

Kesehatan mental disadari telah memiliki kontribusi bagi pengembangan keagamaan, kebudayaan dan sosial kemasyarakatan. Hal ini karena manusia tidak dapat dilepaskan dari aspek kesehatan mental, karena setiap manusia memiliki gaya dan ciri masing-masing dalam mengembangkan spiritual pribadinya. Tidak semua orang memiliki seluruh kriteria untuk dapat disebut sebagai orang yang memiliki mental yang sehat karena setiap orang mungkin memiliki sifat tertentu yang dicirikan sebagai mental tidak sehat. Dengan memasukkan aspek agama yang dalam hal ini adalah ketaatan beibadah kepada Tuhan menjadika kesehatan mental berperan diseluruh aspek kehidupan manusia. Begitu pula agama merupakan salah satu kebutuhan psikis manusia yang perlu dipenuhi oleh setiap orang yang merindukan ketentraman dan kebahagiaan (Jaelani,1997:77).

Jadi dari uraian tersebut dapat difahami bahwa kesehatan mental merupakan buah hasil dari ketaatan beribadah terhadap agamanya. Karena kondisi fisik dan psikisnya satu kesatuan yang harus terjaga dengan selaras, orang bermental sehat tidak akan mengalami kegoncangan, kekacauan jiwa (stres), frustasi, atau penyakit-penyakit kejiwaan lainnya. Dengan kata lain orang yang memiliki kesehatan mental prima juga memiliki kecerdasan

seimbang baik secara intelektual, emosional, maupun spiritualnya untuk mencapai kebahagiaan hidup.

Hipotesis kedua yaitu ada perbedaan ketaatan beribadah antara mahasiswa yang tinggal dikos/kontrakan dengan yang tinggal di masjid/musholla **diterima**. Sejalan dengan hasil penelitian ini adalah pendapat Muhyani (2012:30-31) bahwa untuk merealisasikan keseimbangan faktor lingkungan dan keagamaan yang dalam hal ini adalah ketaatan dalam beribadah merupakan syarat utama untuk mewujudkan kepribadian yang mantap yang pada gilirannya akan menghasilkan mental yang sehat. Mental seperti inilah yang disinggung dalam al-Quran dengan term *nafsul muthma'innah*. Manusia yang memiliki *nafsul muthma'innah* akan mampu dan kuat melampiaskan kebutuhan primernya dengan cara halal, dan memenuhi kebutuhan spiritual dengan cara berpegang teguh pada keimanan (agama), mendekati diri pada Allah dengan menjalankan ibadah dan amal shalih, serta menjauhkan perbuatan-perbuatan buruk dan hal-hal yang mendatangkan murka Allah. Manusia yang bermental sehat senantiasa stabil ucapan dan perilakunya dalam artian hubungan internal dirinya dengan Allah (ketaatan beribadah) dan masyarakat (lingkungan) sekitarnya.

Ketaatan kepada Allah SWT (ketaatan beribadah) merupakan motivasi intrinsik terhadap pengembangan ilmu pengetahuan yang harus dimiliki manusia. Berkat pemahaman tentang pentingnya agama dan ilmu pengetahuan (agama dan

umum) maka manusia menyadari keharusan menjadi seorang hamba Allah yang beriman dan berilmu pengetahuan. Karenanya, ia tidak pernah mengenal henti untuk mengejar ilmu dan teknologi baru dalam rangka mencari keridaan Allah SWT. Dengan iman dan ilmu itu semakin hari semakin menjadi lebih bertakwa kepada Allah SWT sesuai dengan tuntunan Islam (Daradjat, 1992:89-90). Titik sentral dari fungsi manusia adalah beribadah kepada Allah, dan fungsi demikian baru dapat berkembang dengan cukup baik bilamana kemampuan-kemampuan ganda dalam diri pribadinya selaku makhluk Allah, diberi bimbingan dan pengarahan yang baik pula melalui proses kependidikan ke arah jalan yang diridhoi oleh Tuhannya (Arifin, 2002:64).

Ketaatan beribadah membawa dampak positif terhadap kehidupannya, karena pengalaman membuktikan bahwa seseorang yang taat beribadah ia selalu mengingat Allah SWT, karena banyaknya seseorang mengingat Allah SWT, jiwa akan semakin tentram. Agar dapat mendekati diri kepada Yang Maha Suci maka ia harus mensucikan jiwanya terlebih dahulu. Untuk mensucikan jiwa salah satu caranya adalah dengan beribadah. Semakin taat seseorang beribadah semakin suci jiwanya dan semakin dekatlah ia kepada Allah dan itu terealisasi juga karena faktor lingkungan yang mendukung.

Hal ini sejalan dengan penelitian Baroah (2013:18) bahwa lingkungan dapat mendukung dan berpengaruh terhadap tingkat ketaatan seseorang dalam menjalankan ibadah. Misalnya dalam

lingkungan tersebut masyarakat senantiasa berjamaah setiap melaksanakan shalat, maka secara otomatis setiap masyarakat yang berada di lingkungan tersebut secara tidak sadar terpengaruh dengan kebiasaan positif yang ada, begitu juga sebaliknya ketika lingkungan yang ditempati membudayakan dan membiasakan menunda waktu shalat maka masyarakat yang ada di lingkungan tersebut juga akan terpengaruh oleh hal itu. Inilah yang nanti akan membedakan mahasiswa yang tinggal dikos/kontrakan lebih rendah kesadaran dalam ketaatan beribadahnya daripada mahasiswa yang ada di masjid/musholla.

Sejalan dengan hal itu Rahmad (1996:164) mengungkapkan bahwa sikap taat dan sadar beribadah merupakan suatu keadaan yang ada dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk bertingkah laku sesuai dengan kadar ketaatannya terhadap agama. Sikap ketaatan beribadah tersebut adanya konsistensi antara kepercayaan terhadap agama sebagai unsur kognitif, perasaan terhadap agama sebagai unsur efektif dan perilaku terhadap agama sebagai unsur psikomotor. Jadi, sikap keagamaan atau ketaatan dalam menjalankan agama merupakan integrasi secara kompleks antara pengetahuan agama, serta tindak keagamaan dalam diri seseorang.

Hipotesis ketiga yaitu ada perbedaan kesehatan mental antara mahasiswa yang tinggal dikos/kontrakan dengan yang tinggal di masjid/musholla **diterima**. Lingkungan merupakan faktor yang mempengaruhi terhadap pembentukan dan

perkembangan perilaku individu, baik lingkungan fisik maupun lingkungan sosio-psikologis, termasuk di dalamnya adalah belajar.

Manusia sebagai makhluk berkembang, maka manusia dapat mengalami perubahan-perubahan sebagai akibat dari perkembangannya tersebut, baik perubahan dari segi jasmani, psikologis maupun spiritualnya. Sesuatu yang dulu belum ada, menjadi ada, yang dahulu belum sempurna kemudian menjadi sempurna, demikian selanjutnya sebagai akibat adanya perkembangan pada diri manusia itu. Pengaruh keadaan sekitar terhadap perkembangan manusia menjadikan interaksi dan sosialisasinya berbeda keadaan ini kemudian menimbulkan bermacam-macam aksi dan reaksi tertentu tergantung bagaimana seseorang terpengaruh atau mempengaruhi lingkungan sekitarnya (Walgito. 2002:20).

Pendapat di atas sejalan dengan yang diungkapkan Herimanto & Winarno, (2011:172) bahwa faktor lingkungan dapat menjadi prakondisi bagi sifat dan perilaku manusia. Lingkungan menjadi salah satu variabel yang mempengaruhi kehidupan manusia. Manusiapun dapat mempengaruhi lingkungan demi kemajuan dan kesejahteraan hidupnya. Disamping itu perubahan lingkungan manusia akan berpengaruh baik secara positif ataupun secara negatif. Berpengaruh bagi manusia karena manusia mendapatkan keuntungan dari perubahan tersebut, dan berpengaruh tidak baik karena dapat mengurangi kemampuan

lingkungannya untuk menyokong kehidupannya (Setiadi, 2010:184).

Lingkungan mempunyai pengaruh sangat besar dalam membentuk dan menentukan perubahan sikap dan perilaku seseorang, terutama pada mahasiswa yang pada waktunya baru mengalami masa pubertas tinggi sehingga lingkungan sangat dominan mempengaruhi kepribadian dan spiritualnya. Sama halnya mahasiswa yang tinggal di suatu tempat akan mengikuti kebiasaan yang berlaku dalam tempat tersebut, mahasiswa yang tinggal di masjid/musholla pasti akan terpengaruh hal positif yang ada di masjid/musholla tersebut dibanding dengan mahasiswa yang ada di kos/kontrakan yang dalam realitanya mempunyai kebebasan luas sehingga bebas melakukan apa saja, walaupun kita tidak bisa mengesampingkan masih ada mahasiswa yang tinggal di kos/kontrakan juga mempunyai kedisiplinan dan ketaatan beribadah tinggi.

Berdasarkan uraian di atas dapat ditarik pemahaman bahwa kesehatan mental mahasiswa tidak terlepas dari pengaruh lingkungan tempat tinggal sekaligus kondisi ketaatan beribadahnya. Disamping tempat tinggal dan ketaatan beribadah, banyak faktor yang dapat membuat kesehatan seseorang meningkat seperti kebermaknaan hidup, dukungan sosial keluarga (Bukhori, 2007) ketenangan jiwa (Wafiyah, 2011), relaksasi dzikir (Wihartati, 2011) dan dzikir burdah (Thosimin, 2013) tergantung

bagaimana seseorang pandai menjaga keadaan psikisnya, karena kondisi fisik cerminan dari kondisi psikis.