Publish by: Yayasan Darussalam Bengkulu
https://siducat.org/index.php/dawuh
ISSN-ONLINE: 2722-7898
DAWUH: Vol. 5, No. 1, Maret 2024, Hal 20-26
This Work is licensed under Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International

DAWUH | **Da'wah & Education Journal**

Received: 27 Januari 2024 Revised: 4 Februari 2024 Accepted: 22 Februari 2024

Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga dan Religiusitas Terhadap Kesehatan Mental di SMKN 02 Kota Bengkulu

Mitra[1], Chardovan Rezu Anggara[2], Arif Dwi Prayoga[3]
UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu[123]
mitra021101@gmail.com[1], chardovanrezu@gmail.com[2], arifdwiprayoga07@gmail.com[3]

Abstract

This research aims to see the influence of family social support and religiosity on the mental health of adolescents at SMK N 02 Bengkulu City. This research uses quantitative methods with data collection techniques in the form of distributing a questionnaire of 30 items. The sample studied was teenagers at SMK N 02, Bengkulu City. The data takers were 100 respondents. This research was analyzed using quantitative analysis using IBM SPSS statistics by testing correlation regression, normality test, reliability test and R square. Based on the results of this study, it shows that the influence of family social support and religiosity on the mental health of adolescents at SMK N 02, Bengkulu City is in the weak category, namely; 13.4%

Keywords: Family social support; religiosity; mental health;

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh dukungan sosial keluarga dan religiusitas terhadap kesehatan mental remaja di SMK N 02 Kota Bengkulu. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik pengumpulan datanya berupa menyebarkan angket sebanyak 30 item. Sampel yang di teliti adalah remaja di smk n 02 kota bengkulu. penggambil data berjumlah 100 responden. penelitian ini di analisis dengan menggunakan analisis kuantitatif menggunaka ibm spss statistic dengan menguji regresi korelasi, uji normalitas, uji reliabilitas dan R square. Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukan pengaruh dukungan sosial keluarga dan religiusitas terhadap kesehatan mental remaja di smk n 02 kota bengkulu berada pada kategori lemah yaitu; 13,4%

Kata Kunci: Dukungan sosial keluarga, Religusitas, kesehatan mental;

PENDAHULUAN

Pada lingkungan masyarakat saat ini masih sangat minim akan pengetahuan mengenai kesehatan mental oleh karena itu, masyarakat masih menggap bahwa orang yang mengalami gangguan kesehatan mental bisa dikatakan (gila). Tetapi pada dasranya manusia diciptakan sebagai mahkluk yang perasa, yang memiliki emosional yang baik, psikologis maupun sosial yang akan mempengaruhi cara berfikir dan berperilaku dari setiap manusia, mental yang baik pada diri seseorang ketika batinnya dalam keadaan tentram da tenang, sehingga memungkinkan seseorang untuk menikmti kehidupan sehari-hari dan dapat menghargai seseorang dengan baik.

Kesehatan mental menurut World Health Organization (WHO) adalah suatu perasaan sejahtera dimana individu menyadari kemampuannya sendiri, dapat mengatasi tekanan kehidupan yang normal, dapat bekerja secara produktif dan berbuah, dan mampu memberikan kontribusi kepada komunitasnya (WHO, 2001). Terdapat sekitar 450 juta orang mengidap kendala mental serta sikap di segala dunia. Diperkirakan satu dari 4 orang hendak mengidap kendala mental sepanjang masa hidup mereka. Bagi World Health Organization regional Asia Pasifik (World Health Organization SEARO) jumlah permasalahan kendala tekanan mental paling banyak di India (56.675.969 permasalahan ataupun 4,5% dari jumlah populasi), terendah di Maldives (12.739

permasalahan ataupun 3, 7% dari populasi) Adapun di Indonesia sebanyak 9.162.886 kasus atau 3,7% dari populasi (WHO,2017). Sedangkan menurut Riskesdas, 2013. prevalensi gangguan mental berat, seperti skizofrenia, adalah 1,7% per mil. Artinya, satu hingga dua orang dari seribu orang di Indonesia mengalami gangguan jiwa berat. (widiya A Radiani, 2019)

Ikatan Antara Religiusitas serta Support Sosial dengan Subjective Well- Being Mahasiswa Solo Raya. Riset ini bertujuan buat mengenali ikatan antara religiusitas serta support sosial dengan subjective well- being (kesejahteraan subjektif) pada mahasiswa soloraya. Dan dalam riset ini ada hipotesis mayor yaitu "Ada jalinan yang signifikan antara religiusitas serta support sosial dengan subjective well- being pada mahasiswa" setelah itu didalam hipotesis minor ialah "Ada ikatan positif serta signifikan antara religiusitas serta kesejahteraan subjektif" setelah itu berikutnya "Ada ikatan positif serta signifikan antara support sosial serta kesejahteraan subjektif. Menurut hasil riset didapatkan ikatan signifikan antara support sosial keluarga dengan kesehatan jiwa anak muda. Keluarga ialah support system terdekat untuk anak muda. Support keluarga merupakan sesuatu wujud ikatan interpersonal yang meliputi perilaku, aksi serta penerimaan terhadap anggota keluarga, sehingga anggota keluarga merasa ada yang memperhatikan. (Droogenbroeck et al. (2018)

Seseorang yang memiliki kesadaran dalam beragama, ketika dihadapkan pada kesulitan atau masalah besar dalam hidupnya, mampu menghadapinya dengan baik. Ini disebabkan oleh fakta bahwa nilai-nilai agama sudah menjadi bagian dari dirinya, seperti kesabaran, kemampuan untuk mengatasi kecemasan, dan keyakinan bahwa kesulitan dalam hidup adalah bagian dari ujian yang diberikan oleh Tuhan kepada hamba-Nya yang beriman. Seseorang yang teguh dalam agamanya, ketika mengalami kekecewaan, tidak merasa putus asa dan menghadapinya dengan ketenangan dan ketabahan. Religiusitas menjadi kendali bagi individu untuk mengatasi masalah dengan cara yang positif. Keyakinan-keyakinan seperti ini membantu seseorang menjaga kesehatan mentalnya, karena mereka dapat menempatkan diri mereka dengan baik saat menghadapi tekanan, dan dengan demikian menghindari kecemasan berlebihan, stres, dan bahkan depresi serta frustrasi. (Titin Qomariyah, 2021)

Menurut Sarafino (2008), dukungan sosial adalah perhatian, kepedulian, kenyamanan, atau bantuan yang tersedia bagi seseorang dari orang lain.Sarafino (2008) mengidentifikasi empat aspek dalam dukungan sosial, yaitu:Dukungan emosional, yang mencakup perhatian, kepedulian, dan empati yang diberikan oleh satu anggota keluarga kepada anggota keluarga lainnya, Dukungan penghargaan, yang melibatkan pemberian penghargaan positif, penerimaan diri, serta dorongan dan motivasi untuk maju kepada anggota keluarga lainnya,Dukungan instrumental, yang merupakan dukungan praktis dari anggota keluarga, seperti bantuan langsung berupa pemberian pinjaman dana atau penyediaan fasilitas yang dibutuhkan.Dukungan informasi, yang mencakup pemberian nasihat dan saran oleh anggota keluarga kepada yang lain.Menurut Cutrona (1996), adanya dukungan sosial yang baik dari lingkungan dapat membantu mahasiswa baru dalam mengatasi permasalahan-permasalahan dan menghadapi masa transisinya dengan sukses. House (1989) menggambarkan dukungan sosial sebagai penekanan pada peran hubungan sosial, dengan kehadiran pasangan yang dapat membantu individu mengatasi dampak tekanan yang mereka hadapi. House mengidentifikasi empat aspek teori dukungan sosial, yaitu: Dukungan Emosional. Dukungan Penilaian, Dukungan Instrumental, Dukungan Informasi.

Ancok dan Suroso (2001) mengartikan religiusitas sebagai keberagaman yang melibatkan berbagai aspek atau dimensi, tidak hanya terbatas pada pelaksanaan ritual keagamaan, tetapi juga mencakup aktivitas lain yang dipicu oleh kekuatan supranatural. Sumber spiritualitas ini berakar pada rasa ketergantungan yang mutlak, ketakutan akan ancaman dari lingkungan alam, serta keyakinan manusia akan keterbatasan dan kelemahan dirinya.Ancok dan Suroso (2001) membagi aspek religiusitas menjadi lima dimensi, yaitu: Dimensi Ideologis (Ideological Dimension): Ini mencerminkan sejauh mana seseorang menerima aspek dogmatis dalam agamanya, seperti kepercayaan kepada Tuhan, surga, dan neraka, Dimensi Intelektual (Intellectual Dimension): Ini

This Work is licensed under Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International

mengukur sejauh mana pengetahuan seseorang tentang ajaran-ajaran agamanya, terutama yang terdapat dalam kitab suci, Dimensi Ritualitas (Ritualistic Dimension): Ini menilai sejauh mana seseorang mematuhi kewajiban ritual dalam agamanya, seperti shalat, zakat, puasa, dan haji, Dimensi Pengalaman (Experiential Dimension): Ini merujuk pada perasaan atau pengalaman keagamaan yang pernah dialami dan dirasakan oleh seseorang, seperti perasaan dekat dengan Tuhan, merasa dilindungi oleh Tuhan, atau merasa doanya dikabulkan, Dimensi Konsekuensi (Consequential Dimension): Ini mengukur sejauh mana perilaku seseorang dalam kehidupan sosialnya dipengaruhi oleh ajaran agamanya, misalnya apakah seseorang menjenguk teman yang sakit atau membantu teman yang sedang mengalami kesulitan berdasarkan ajaran agamanya.

Fiori dan rekan-rekannya (2006) mendefinisikan religiusitas sebagai gabungan dari pengukuran subjektif, yang mencakup laporan diri mengenai keagamaan dan penerimaan agama, serta pengukuran obyektif, baik yang bersifat organisasional maupun non-organisasional.Religiusitas memiliki tiga aspek, menurut Fiori dkk (2006): Aspek Sosial dan Perilaku dari Agama (Institusional): Ini mencakup bagaimana seseorang terlibat dalam aktivitas dan norma-norma sosial yang terkait dengan agama, baik dalam konteks institusi agama atau dalam interaksi sosial yang melibatkan agama, Aspek Keyakinan (Idiologi): Ini berkaitan dengan keyakinan pribadi seseorang terkait dengan agama, seperti keyakinan terhadap prinsip-prinsip agama, konsep tentang Tuhan, dan pandangan mengenai kehidupan dan akhirat, Aspek Internalisasi (Personal): Ini mencerminkan sejauh mana agama telah menjadi bagian integral dari identitas dan nilai-nilai pribadi seseorang, termasuk dalam pengambilan keputusan dan perilaku sehari-hari mereka.Fetzer (1999) juga memberikan definisi religiusitas yang lebih menitikberatkan pada perilaku dan dimensi sosial, serta sebagai doktrin dalam setiap agama atau kelompok. Doktrin agama harus diikuti oleh setiap pengikutnya.Fetzer (1999) mengidentifikasi berbagai aspek religiusitas, antara lain: Pengalaman Beragama Sehari-hari (Daily Spiritual Experience), Menemukan Makna dalam Kehidupan Melalui Keagamaan (Meaning), Mengungkapkan Keagamaan sebagai Nilai (Values), Percaya pada Ajaran Agama (Beliefs), Pengampunan (Forgiveness), Melakukan Praktik Keagamaan Pribadi (Private Religious Practices), Menggunakan Keagamaan sebagai Strategi Penanganan (Religious/Spiritual Coping), Mendapatkan Dukungan dari Sesama Penganut Agama (Religious Support), Pengalaman Sejarah Keagamaan (Religious/Spiritual History), Komitmen Terhadap Keagamaan (Commitment), Mengikuti Organisasi atau Kegiatan Keagamaan (Organizational Religiosity), Memiliki Preferensi Agama (Religious Preference).

Kesehatan mental menurut World Health Organization (WHO) adalah suatu perasaan sejahtera dimana individu menyadari kemampuannya sendiri, dapat mengatasi tekanan kehidupan yang normal, dapat bekerja secara produktif dan berbuah, dan mampu memberikan kontribusi kepada komunitasnya (WHO, 2001). Daradjat (2001) juga mengidentifikasi beberapa aspek kesehatan mental, yaitu: Kemerdekaan dari Gangguan dan Penyakit Jiwa, Kemampuan untuk Menyesuaikan Diri dengan Fleksibilitas dan Menciptakan Hubungan Interpersonal yang Bermakna dan Memuaskan, Pengembangan Potensi Pribadi, termasuk bakat, kemampuan, sikap, sifat, dan elemen-elemen positif lainnya yang dapat memberikan manfaat bagi diri sendiri dan lingkungan sekitarnya.

Teori Psychological Well-Being (PWB) yang diperkenalkan oleh Ryff pada tahun 1989 berakar pada konsep psikologi perkembangan dan kesehatan mental. Teori ini mencoba menjelaskan kesehatan mental individu dalam konteks psikologis. PWB terjadi ketika seseorang dapat menerima dirinya sendiri dan orang lain dalam segala kondisi. Selain itu, PWB juga mencakup kemandirian sosial yang memungkinkan individu untuk beradaptasi dengan lingkungannya sesuai dengan kebutuhan hidupnya. Kemandirian ini membantu individu merasa lebih tenang dalam menghadapi segala perjuangan dalam kehidupan. Ryff mengidentifikasi beberapa aspek PWB, termasuk: Dimensi Penerimaan Diri (Self-Acceptance): Ini mencerminkan kemampuan individu untuk menerima diri sendiri, termasuk kelebihan dan kekurangannya, Dimensi Hubungan Positif dengan Orang Lain (Positive Relationship with Others): Ini mengacu pada kemampuan individu

untuk menjalin hubungan yang positif dan memuaskan dengan orang lain dalam kehidupannya, Dimensi Penguasaan Lingkungan (Environmental Mastery): Ini berkaitan dengan kemampuan individu untuk menguasai dan mengatasi tantangan-tantangan dalam lingkungannya, Dimensi Tujuan Hidup (Purpose in Life): Ini menggambarkan sejauh mana individu merasa memiliki tujuan dan makna dalam hidupnya, Dimensi Pertumbuhan Pribadi (Personal Growth): Ini mencakup perkembangan dan pertumbuhan pribadi yang positif dalam berbagai aspek kepribadian individu.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian Deskriptif. karena data pendekatan yang digunakan berupa angka angka. Variabel dalam penelitian ini yaitu Variabel dukungan konseling keluarga dan Variabel Religiusitas. sample dalam penelitian ini sebanyak 100 Siswa dan Siswi sebagai responden. Adapun jenis pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pengambilan datanya menggunakan teknik survey kuesioner dengan menyebarkan angket sebanyak 30 item. Penelitian ini dianalisis dengan menggunakan analisis kuantitatif dengan mengguji regresion korelasi, normalitas, reliabilitas, dan R Square menggunakan Spss.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil data yang diperoleh dari angket yang disebarkan dengan sampel penelitian sebanyak 100 orang remaja di Smkn02 kota bengkulu, yang tujuannya untuk mengetahui tingkat dukungan sosial keluarga dan religiusitas terhadap kesehatan mental remaja di SMKN 02 KOTA BENGKULU. Yang pertama untuk mengetahui keterkaitan antara dukungan social keluarga dengan kesehatan mental dan tingkat religiusitas dengan kesehatan mental maka peneliti melakukan uji korelasi dapat dilihat pada tabel 1.2 dibawah ini:

Tabel 1.

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
TOTALKM	29,35	3,099	100
TOTALDSK	31,87	4,158	100
TOTALR	30,83	3,405	100

Tabel 2.

Correlations

		TOTALKM	TOTALDSK	TOTALR
Pearson Correlation	TOTALKM	1,000	,323	,285
	TOTALDSK	,323	1,000	,395
	TOTALR	,285	,395	1,000
Sig. (1-tailed)	TOTALKM	.	,001	,002
	TOTALDSK	,001	.	,000
	TOTALR	,002	,000	.
N	TOTALKM	100	100	100

This Work is licensed under Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International

	TOTALDSK	100	100	100
	TOTALR	100	100	100

Berdasarkan hasil dari data di atas bisa kita lihat bahwa keterkaitan antara dukungan sosial keluarga dengan kesehatan mental Berjumlah 0,323 (sedang), sedangkan religiusitas dan kesehatan mental berjumlah 0,285 (lemah) dan dukungan sosial keluarga dan religiusitas berjumlah 0,395 (sedang).

Tabel 3.

Model Summary[b]

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	,365[a]	,134	,116	2,914	,134	7,477	2	97	,001

a. Predictors: (Constant), TOTALR, TOTALDSK

b. Dependent Variable: TOTALKM

tabel 4.

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		100
Normal Parameters[a,b]	Mean	,0000000
	Std. Deviation	2,88457490
Most Extreme Differences	Absolute	,053
	Positive	,049
	Negative	-,053
Test Statistic		,053
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200[c,d]

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Tabel 5. Hasil Uji Reliabilitas variabel angket kesehatan mental

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,601	,626	9

Berdasarkan Tabel di atas Hasil Uji reliabilitas Variabel Kesehatan mental yang telah di uji oleh peneliti diperoleh nilai cronbach's Alpha sebesar 0,601 dari 9 item kesehatan mental dengan demikian angket penelitian tersebut reliabel.

Tabel 6. Hasil Uji Reliabilitas variabel Angket dukungan sosial keluarga

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,783	,776	10

Berdasarkan Tabel di atas Hasil Uji Reliabilitas Variabel Dukungan sosial keluarga yang telah di uji oleh peneliti di peroleh nilai cronbach's Alpha sebesar 0,783 dari 10 item dukungan sosial keluarga dengan demikian angket penelitian tersebut reliabel.

Tabel 1,7 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Angket Religiusitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,455	,500	10

Berdasarkan Tabel di atas Hasil Uji Reliabilitas variabel religiusitas yang telah di uji oleh peneliti diperoleh nilai cronbach's Alpha sebesar 0,455 dari 10 item Religiusitas dengan demikian angket penelitian tersebut reliabel.

Pembahasan

Penelitian ini melibatkan 100 orang remaja yang terdapat di smkn2 kota bengkulu. Dalam penelitian ini sebanyak 100 remaja tersebut setelah dilakukan penelitian Maka disimpulkan bahwa 100 remaja di smkn2 kota bengkulu, tingkat dukungan sosial keluaga Terhadap Kesehatan Mental remaja tersebut dinyatakan lemah pengaruhnya yaitu sebesar 13,4% Adapun hasil data yang diperoleh dari 100 remaja di smkn2 kota bengkulu yang tujuan untuk mengetahui terkait dengan pengaruh dukungan sosial keluarga dan Religiusitas terhadap kesehatan mental. Artinya, apabila pengaruh dukungan sosial keluarga dan religiusitas lemah maka akan berpengaruh pada kesehatan mental. Daradjat (2001) menyatakan bahwa terdapat beragam definisi tentang kesehatan mental yang diberikan oleh para ahli, sesuai dengan pandangan dan bidang keahliannya masing-masing. Salah satu definisi kesehatan mental adalah sebagai pengetahuan dan tindakan yang bertujuan untuk mengembangkan serta memanfaatkan seluruh potensi, bakat, dan sifat bawaan yang dimiliki oleh individu semaksimal mungkin. Hal ini bertujuan untuk mencapai kebahagiaan bagi diri sendiri dan orang lain, serta untuk menghindari gangguan dan penyakit jiwa.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukan bahwa dari data 100 remaja di SMKN2 Kota Bengkulu pengaruh dukungan sosial keluarga dan Religiusitas terhadap kesehatan mental remaja di smkn2 kota bengkulu, memiliki pengaruh yang lemah yaitu sebesar 13,4%. Berdasarkan hasil

This Work is licensed under Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International

penelitian tersebut dapat peneliti sarankan untuk peneliti selanjutnya menggunakan teori-teori baru dalam penyusunan isi teori agar memperluas lagi wawasan yang lebih luas lagi. Kemudian bagi kalangan remaja yang memiliki dukungan sosial keluarga yang lemah sehingga menyebabkan masalah pada kesehatan mental.

DAFTAR PUSTAKA

Anas, I. S. (2018). Pengaruh Religiusitas Terhadap Kepuasan Pernikahan Para Istri Di Desa Sumurber Panceng Gresik. Gresik.

Bukhorf, B. (2008). Kesehatan Mental Mahasiswa Ditinjau Dari Religiusitas Dan Kebermaknaan Hidup. Psikologika, 22 (X), 93-94.

Fitria, Y., & Maulidia, R. (2018). Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kesehatan Jiwa Remaja Di Smpn Kota Malang. Kesehatan Hesti Wira Sakti, No 6 Vol 2.

Hidayah, D. K., & Pratisti, W. D. (2019). Hubungan Antara Religiusitas Dan Dukungan Sosial Dengansubjective Well-Being Mahasiswa Solo Raya. Jurnal Psikologi, 4-5.

Nuandri, V. T., & Widayat, I. W. (2014). Hubungan Antara Sikap terhadap Religiusitas denganSikap terhadap Kecenderungan Perilaku Seks Pranikah pada Remaja Akhir yang Sedang Berpacaran di UniversitasAirlangga Surabaya. Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial, 3 (2), 61-63.

Qomariah, T. (2021). Hubungan Antara Religiusitas Dan Kesehatan Mental Dengan Motivasi Mengajar Guru Di Sekolah Dasar Islam Terpadu (Sdit) Ar-Risalah Surakarta. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Surakarta: Program Studi Magister Pendidikan Agama Islam Sekolah Pascasarjana.

Rahmawati, D. (2017). Peranan Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Pengambilan Keputusan Bertahan Di Pondok Tahfid Pada Mahasiswa Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Malang.

Suwijik, S. P., & A'yun, Q. (2022, Juli-Desember). Pengaruh Kesehatan Mental dalam Upaya Memperbaiki dan Mengoptimalkan Kualitas Hidup Perempuan. Journal of Feminism and Gender Studies, 2 (2), 111-113.

Utami, K. P., & Wijaya, Y. D. (2018). Hubungan Dukungan Sosial Pasangan Dengan Konflikpekerjaan-Keluarga Pada Ibu Bekerja. Jurnal Psikologi, 16 (1), 2-3.

Wahyuningsih, H. (2008). Religiusitas, Spiritualitas, Dan Kesehatan Mental: Meta Analisis. Psikologika, 13 (25).

widiya A Radiani. (2019). Kesehatan mental masa kini dan penanganan gangguannya secara islami. journal of islmic and law studies, 3(1), 90-91.

Zahro, E. B., Mardiana, D., Dina, H., & Khodijah, U. S. (2021). Pengaruh Religiusitas dan Dukungan Sosial terhadap Resiliensi Keluarga Terdampak Covid-19. Prosiding Konferensi Nasional, 1 (1), 282-283.