

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1.Latar Belakang Masalah .....	1
1.2.Pembatasan Masalah .....	4
1.3.Perumusan Masalah .....	5
1.4.Tujuan Penelitian .....	6
1.5.Manfaat Penelitian .....	6
1.6.Tinjauan Pustaka .....	7
1.7.Kerangka Berfikir.....	10
1.8.Hipotesis.....	14
<b>BAB II LANDASAN TEORITIS .....</b>	<b>15</b>
2.1. Pengalaman Keagamaan .....	15
2.2. Gaya Hidup .....	18
2.2.1. Definisi Gaya Hidup.....	18

2.2.2. Macam-mcam Gaya Hidup .....	22
2.2.3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Gaya Hidup .....	24
2.3. Kesehatan Mental .....	27
2.3.1. Definisi Kesehatan Mental .....	27
2.3.2. Karakteristik Mental yang Sehat .....	33
2.3.3. Karakteristik Mental yang tidak Sehat .....	42
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>43</b>
3.1. Tempat dan Waktu Penelitian .....	43
3.2. Metode Penelitian.....	44
3.3. Populasi dan sampel Penelitian .....	44
3.3.1. Populasi .....	44
3.3.2. Sampel .....	45
3.4. Variabel Penelitian .....	46
3.5. Teknik Pengumpulan Data .....	47
3.5.1. Penyusunan Instrumen .....	47
3.5.2. Cara Penilaian Angket.....	48
3.6. Uji Coba Instrumen .....	49

3.6.1. Validitas Instrumen.....	49
3.6.2. Reliabilitas Instrumen .....	51
3.7. Teknik Analisis Data .....	52
3.7.1. Uji Prasyarat Analisis .....	53
3.7.1.1. Uji Normalitas .....	53
3.7.1.2. Uji Linieritas .....	53
3.7.1.3. Uji Independensi .....	54
3.7.2. Pengujian Hipotesis .....	54
3.7.2.1. Uji Koefisien Regresi Linier (Uji-T).....	54
3.7.2.2. Uji F .....	56
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN.....</b>	<b>58</b>
4.1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	58
4.2. Deskripsi Data .....	61
4.3. Pengujian Prasyarat Analisis .....	63
4.3.1. Uji Normalitas .....	63
4.3.2. Uji Linieritas .....	64
4.3.3. Uji Independensi .....	65
4.4. Pengujian Hipotesis .....	65
4.4.1. Pengaruh Pengalaman Keagamaan ( $X_1$ ) dengan Kesehatan Mental(Y) .....	66

4.4.2. Pengaruh Gaya Hidup Mahasiswa ( $X_2$ ) dengan Kesehatan Mental (Y)	67
4.4.3. Pengaruh Pengalaman Keagamaan ( $X_1$ ) dan Gaya Hidup Mahasiswa ( $X_2$ ) secara bersama-sama dengan Kesehatan Mental (Y)	68
4.5. Pembahasan Hasil Penelitian	69
4.5.1. Pengaruh Pengalaman Keagamaan terhadap Kesehatan Mental	69
4.5.2. Pengaruh Gaya Hidup Mahasiswa ( $X_2$ ) dengan Kesehatan Mental (Y)	70
4.4.3. Pengaruh Pengalaman Keagamaan ( $X_1$ ) dan Gaya Hidup Mahasiswa ( $X_2$ ) secara bersama-sama dengan Kesehatan Mental (Y)	70
<b>BAB V PENUTUP</b>	<b>71</b>
5.1. Kesimpulan	71
5.2. Saran	72
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	



## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 1. Tabel Jadwal Penelitian .....</b>	<b>43</b>
<b>Tabel 2. Skala Likert .....</b>	<b>49</b>
<b>Tabel 3. Alat Ukur Skala .....</b>	<b>49</b>
<b>Tabel 4. Hasil Uji T .....</b>	<b>66</b>
<b>Tabel 5. Hasil analisis uji regresi ganda .....</b>	<b>69</b>



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Jenis Kelamin.....	62
Gambar 2. Usia.....	62
Gambar 3. Jurusan .....	63

