

## Abstrak

Suku Dayak Losarang Indramayu merupakan salah satu komunitas masyarakat Indonesia yang sampai saat ini masih memegang teguh nilai-nilai ajaran dan juga budaya leluhurnya, sehingga tidak jarang anggota komunitas Suku Dayak Losarang Indramayu mendapatkan perlakuan yang berbeda dari masyarakat sekitar karena budaya serta penampilan yang cenderung sangat berbeda dengan masyarakat pada umumnya dan hal ini akan berdampak pada kesehatan mental mereka. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan kesehatan mental pada Suku Dayak Losarang Indramayu.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan responden sebanyak 89 masyarakat komunitas Suku Dayak Losarang Indramayu melalui teknik *accidental sampling*. Hasil penelitian dengan menggunakan uji korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara kontrol diri terhadap kesehatan mental dan berdasarkan uji regresi linier sederhana menunjukkan nilai signifikansi 0.000 yang berarti menunjukkan bahwa kontrol diri memiliki pengaruh terhadap kesehatan mental karena nilai signifikansi  $< 0.05$ . Hasil analisis juga menunjukkan pengaruh variabel kontrol diri memiliki kontribusi sebesar 52.6% terhadap kesehatan mental, dan sisanya sebesar 47,4% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

**Kata Kunci :** *Kontrol diri, Kesehatan mental, Suku Dayak Losarang Indramayu*