

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan pada teknologi dan ilmu pengetahuan yang sangat maju dalam hidup dari segi politik, sosial, industri dan ekonomi bahkan dalam kehidupan yang agamis terjadi perubahan dan kemajuan bahkan mampu merubah pandangan hidup manusia dalam kehidupan. Dampak dari perkembangan teknologi dan pengetahuan alam pada abad ini menyebabkan hidup semakin sulit, ketat dan kompleks.

Menurut Zakiah Darajat, zaman modern ini hampir terpenuhi berupa kesenangan dan semua fasilitas hidup dan tidak ada alasan untuk menderita dan mengeluh tapi yang terjadi kesenangan dan fasilitas di zaman modern ini yang terlihat yaitu adanya perasaan cemas, gelisah, kehilangan ketenangan batin sehingga timbul berbagai masalah yang menimbulkan pertentangan.¹ Zaman modern ini muncul persaingan dalam segi kehidupan untuk pemenuhan kebutuhan hidup akan berdampak terhadap kehidupan yang mementingkan kepentingan pribadi, seseorang yang mementingkan materi dan kesenangan pada kenikmatan materi. Manusia modern hanya beberapa bagian yang melupakan nilai keagamaan sebagai landasan dalam aktivitas sehari-hari. Kemudian muncullah gangguan mental yang berdampak pada kesulitan mendapatkan kebahagiaan dan ketenangan dalam kehidupan. Menurut Zakiah Daradjat dalam masyarakat yang makin maju dan orang lain mengetahui keberadaan dan kesulitan untuk memperoleh ketenangan dan hidup yang bahagia. Kebutuhan dalam kehidupan bermasyarakat yang beragam banyak maka terjadi perselisihan dan permasalahan untuk memperebutkan keuntungan.²

¹ Zakiah Daradjat, *Pendidikan Agama Dalam Pembinaan Mental*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1982), hlm. 100.

² Zakiah Daradjat, *Islam dan Kesehatan Mental* (Jakarta : PT Gunung Agung, 1971), hlm.12.

Berdasarkan data World Health Organization (2017) lebih dari 3,6% populasi di dunia (200 juta jiwa) menderita kecemasan dan sebanyak 4,4% populasi di dunia (322 juta jiwa) menderita depresi dan sebagian besar penderita berasal dari wilayah Asia Tenggara dan Pasifik Barat.³

Kesehatan mental adalah suatu kondisi individu terbebas dari segala bentuk gejala-gejala gangguan mental. Individu yang sehat dari segi mental mampu menjalankan fungsi kehidupannya secara normal saat individu menghadapi masalah dalam kehidupan tetapi mampu menyesuaikan diri dengan maksimal.⁴

Agama memiliki peran untuk membantu menyelesaikan persoalan gangguan mental yang diungkapkan oleh ahli. Dalam keseharian hidup mengalami pengalaman dalam beragama mampu membatasi orang dari penyakit mental. Faktor eksternal yang bersumber pada Zat Yang Maha Kuasa maka manusia segala upaya yang dilakukan dengan tawakal yang mampu menghantarkan siapapun dalam menjalankannya menuju keberhasilan yang hakiki. Faktor pendorong tawakal adalah keteguhan kalbu kepada Allah SWT.⁵

Tawakal menurut TM. Hasbi Ash-Shiddieqy pada saat keadaan diluar batas kemampuan akal manusia untuk dapat berubah dan tidak ada kendali untuk mengubahnya. Orang yang tidak ikhtiar dan pasrah dengan niat tawakal kepada Allah itu adalah orang-orang yang berbohong.⁶ Orang yang tawakal akan merasakan ketentraman dalam hatinya yakin adanya kasih sayang Allah dan keadilan dari Allah.

³ Ayuningtyas D. Misnaniarti, and Marisa R. "Analisis Situasi Kesehatan Mental pada Masyarakat di Indonesia dan Strategi Penanggulangannya". *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat* 9, no. 1 (2018) : 1-10.

⁴ Adisty Wismani Putri, Budhi Wibhawa, *Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia (Pengetahuan dan Keterbukaan Masyarakat Dalam Gangguan Kesehatan Mental)*, Vol.2. No. 2 hlm. 252.

⁵ Iman Al-Ghazali, *Raudhah Taman Jiwa Kaum Sufi, Penerjemah Muhammad Luqmanul Hakiem* (Surabaya : Risalah Gusti, 1995) hlm 141.

⁶ TM. Hasbi Ash-Shiddieqy, *Al-Islam I* (Semarang : Pustaka Rizki Putra, 2001) hlm 535.

Sikap tawakal dalam ilmu tasawuf adalah konsekuensi logis dari kondisi kejiwaan. Seseorang yang bertawakal akan merasakan ketenangan dan ketentraman serta akan mendapatkan kekuatan spiritual yang mampu mengalahkan keduniaan yang bersifat material. Menurut Hasyim Muhammad seorang yang bertawakal senantiasa dalam kebenaran akan dilakukan secara istiqamah.

Majelis Ta'lim sebagai bentuk pendidikan Islam yang bersifat nonformal dan memiliki kekhasan sendiri dan perkembangannya sudah sangat pesat. Majelis Ta'lim tidak terikat pada faham serta organisasi keagamaan yang lebih dahulu berkembang dan kumpulan pengajian ini terselenggara karena adanya kebutuhan untuk memahami Islam di sela-sela kesibukan dalam bekerja dan aktivitas lainnya.⁷

Penyakit mental pada abad modern ini mulai menjangkiti manusia. Manusia cenderung memiliki sifat yang mementingkan ego masing-masing, kesenangan dan kebahagiaan dihitung dari materi dan keduniaan lebih di prioritaskan dalam kehidupan yang akan berpengaruh pada kesehatan mental. Kemajuan dalam segi ilmu pengetahuan dan teknologi, saling bersaing dan budaya dan informasi menyebar luas di media sosial secara cepat memiliki pengaruh secara positif dan negatif.⁸

Kesibukan yang terjadi pada masyarakat mengakibatkan masalah psikologis seperti depresi, kejenuhan dan stres. Perkembangan zaman modern ini manusia terpaksa mengikuti perkembangan sosial dengan berbagai macam tuntutan. Masalah ini dapat mengakibatkan permasalahan pada mental seperti sikap putus asa, perilaku yang menyimpang, perasaan cemas dan tidak mampu penyesuaian diri karena faktor sosial. menurut Achmad Mubarak manusia di era

⁷ Khozin, *Jejak-Jejak Pendidikan Islam di Indonesia* (Bandung:tt, 1996) h.235-236.

⁸ Saepul Anwar, " Aktualisasi Peran Majelis Taklim dalam Peningkatan Kualitas Umat di Era Globalisasi" *Jurnal Pendidikan Agama Islam- Ta'lim* 19.1 (2012).

modern ini mengalami kesepian, kecemasan dan sikap yang bertentangan ini akibat dari orang yang tidak konsisten antara ucapan dan perbuatan sehingga timbul gangguan psikosomatis⁹

Di tengah-tengah masyarakat yang banyak mengalami berbagai masalah psikologis Majelis taklim An-Ni'mah datang memberikan solusi untuk mendapatkan ketenangan batin dengan bimbingan agama yang diberikan kepada para jamaahnya dengan meneladani sifat-sifat yang diajarkan oleh Rasulullah diantaranya memiliki sikap yang mulia yaitu sikap tawakal terhadap Allah SWT.

Kenyataan di lingkungan masyarakat khususnya jamaah majelis taklim An-Ni'mah khususnya ibu-ibu dalam kesehariannya di sibukkan dengan pekerjaan rumah tangga sehingga mengikuti majelis taklim kadang-kadang dan sebagian datang secara terlambat dalam mengikuti pengajian, dan saat ustad menerangkan ada yang ngobrol mengenai ujian yang dialami dalam kehidupan sehari-hari.

Kehadiran majelis taklim sangat penting untuk upaya menumbuhkan kesadaran dalam beragama dan kesadaran dalam sosial dan adanya majelis taklim ini dapat memperoleh ilmu agama, nasehat agama serta dibimbing dalam sikap saling bekerja sama dan yang paling utama adalah memupuk tali silaturahmi antara umat islam dan memberantas kejahilan umat agar diperoleh kebahagiaan dan dapat mengambil manfaat setelah mengikuti kegiatan majelis Rasulullah.

Jika kita kaitkan antara masyarakat yang banyak mengalami gangguan mental akibat berbagai kesibukan dalam kehidupan khususnya di tengah kota besar, dan solusi apa yang harus dilakukan untuk mendapatkan ketenangan jiwa, maka dzikir atau mengingat Allah merupakan jawabannya. Hal ini sejalan dengan apa yang dijelaskan dalam Al Quran surat Ar Ra'd ayat 28

أَلَدِّينَ أَمْنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

⁹ Achmad Mubarak, *Jiwa Dalam Al Quran; Solusi Krisis Keruhanian Manusia Modern* (Jakarta: Paramadina, 2000), hlm. 8.

Artinya: (yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram. (QS. Ar Ra'd, 28)

Ayat di atas dengan jelas menjelaskan bahwa untuk memperoleh ketenangan hati atau ketenangan jiwa maka perbanyaklah dengan berdzikir atau mengingat Allah SWT. Karena sesungguhnya yang memberikan ketenangan pada diri manusia hanyalah Allah SWT. Oleh karena itu kemudian majelis-majelis yang ada banyak didatangi orang untuk mendapatkan ketenangan jiwa.

Berdasarkan hal itu, penulis tertarik untuk mengambil judul "**Pengaruh Sikap Tawakal Terhadap Kesehatan Mental Ibu-Ibu Pengajian Majelis Ta'lim An-Ni'mah (Studi Pada Jamaah Ibu-Ibu Majelis Talim An-Ni'mah Cilengkrang Bandung)**"

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas dapat dirumuskan bahwa masalah yang akan diteliti yaitu sebagai berikut :

1. Bagaimana sikap tawakal ibu-ibu pengajian Majelis Ta'lim An-Ni'mah ?
2. Bagaimana sikap kesehatan mental ibu-ibu pengajian Majelis Ta'lim An-Ni'mah?
3. Bagaimana pengaruh sikap tawakal terhadap kesehatan mental ibu-ibu pengajian Majelis Ta'lim An-Ni'mah?

C. Tujuan

Tujuan penelitian sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui sikap tawakal ibu-ibu pengajian Majelis Ta'lim An-Ni'mah.
2. Untuk mengetahui sikap kesehatan mental ibu-ibu pengajian Majelis Ta'lim An-Ni'mah.

3. Untuk mengetahui pengaruh sikap tawakal terhadap kesehatan mental ibu-ibu pengajian Majelis Ta'lim An-Ni'mah.

D. Manfaat Hasil Penelitian

Hasil penelitian mampu memberikan kebermanfaatan secara teoritis dan praktis :

1. Manfaat Teoritis

Peneliti mengharapkan dari penelitian ini hasil yang mampu menjadikan sumber referensi dan bacaan untuk umum agar bertambah ilmu agama dan pengetahuan serta keilmuan dalam penerapan akhlak tasawuf, kesehatan mental dan psikologi agama.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi subjek penelitian, hasil penelitian ini untuk menambah wawasan keilmuan dapat bermanfaat untuk dapat memiliki sikap tawakal secara konsisten serta mampu mempunyai kesehatan mental yang baik.

- b. Bagi Ilmu pengetahuan, peneliti mengharapkan untuk memperbanyak pada para ahli yang memiliki tema penelitian yang berhubungan untuk menjadi sumber rujukan pada keilmuan untuk meningkatkan pengetahuan yang baru dan tersebar luas ilmu pengetahuan yang baru.

- C. Bagi Masyarakat khususnya majelis taklim , peneliti berharap penelitian ini mampu bermanfaat sebagai bacaan dan sebagai pengaplikasian dalam kehidupan sehari-hari dalam membentuk kesehatan mental.

E. Kerangka Pemikiran

Tawakal secara bahasa berasal dari kata Wakal-Yakilu yang memiliki arti mewakilkan. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia tawakal yaitu segala usaha yang dijalankan maka orang itu menyerahkan diri kepada Allah yang Maha Kuasa.¹⁰ Tawakal secara istilah menurut Imam Ahmad bin Hanbal yaitu aktivitas hati maksudnya tawakal itu adalah perbuatan yang dilaksanakan oleh hati bukan sesuatu yang diucapkan oleh lisan dan bukan pula oleh anggota tubuh ataupun suatu bidang keilmuan dan pengetahuan.

Tawakal menurut TM. Hasbi Ash Shiddiqie bukan perilaku yang dalam aktivitas dengan mengabaikan dan mengharap lalu bergantung pada takdir Allah tanpa ada ikhtiar untuk mencari solusi. Menurut Hasbi sikap itu sangat keliru bila ada anggapan bahwa tawakal dengan memasrahkan segalanya kepada Allah SWT tanpa diiringi dengan usaha maksimal. Usaha dan ikhtiar sedangkan keputusan yang terakhir diserahkan kepada Allah SWT. Tawakal tanpa ikhtiar adalah suatu dosa karena itu menunjukkan sifat hamba yang sombong.¹¹

Tawakal sebagai bentuk ibadah karena merupakan buah dari keimanan. Tawakal adalah amalan hati berupa meninggalkan kemauan dan dorongan hawa nafsu dengan bentuk penyerahan daya dan kekuatan hanya pada Allah dengan cara tidak bergantung pada manusia disertai usaha yang maksimal dengan percaya hanya pada Allah. Unsur tawakal adalah menyerahkan diri hanya pada Allah dan memiliki keinginan untuk melakukan usaha ini yang menjadi kewajiban.

Hakikat tawakal adalah penyerahan penyelesaian dan suatu keberhasilan urusan kepada wakil. Wakil merupakan orang atau dzat yang dijadikan pengganti untuk menyelesaikan urusan yang mewakilkan. Menurut Zubaidi tawakal merupakan percaya secara total pada apa yang ada di sisi Allah dan memutuskan harapan yang berada di tangan manusia. Tawakal adalah menyandarkan diri

¹⁰ Sutan Muhammad Zain, *Kamus Modern Bahasa Indonesia* (Jakarta: Grafika) hlm. 965.

¹¹ TM. Hasbi Ash-Shiddieqy, *Al-Islam I* (Semarang : Pustaka Rizki Putra, 2001)hlm. 536.

kepada Allah dengan melakukan ikhtiar dan meyakini bahwa Allah yang Maha Menghidupkan, Yang Maha Memberi Rezeki, Yang tidak ada ilah selain-Nya.¹²

Dalam Qur'an surat Al-Maidah ayat 23 menerangkan bahwa Allah berjanji akan mendatangkan kemenangan untuk orang dengan iman yang tertanam dalam jiwa manusia yang mampu untuk bertawakal.

Menurut para ulama manfaat tawakal yaitu timbulnya kepercayaan diri, tidak takut menghadapi persoalan dan berani untuk menyelesaikan permasalahan dalam kehidupan, mempunyai rasa ketenangan jiwa dan ketentraman jiwa, dekat dengan Allah SWT dan menjadi kekasih Allah, selalu di tolong dan dilindungi oleh Allah SWT serta diberikan rezeki yang cukup.

Menurut Fakhriyani kesehatan mental merupakan kondisi seseorang berkembangnya aspek fisik, intelektual dan emosional secara optimal dan sejalan dengan perkembangan orang lain sehingga mampu berinteraksi dengan lingkungan sekitar.¹³

Menurut Simanjuntak kesehatan mental adalah seseorang yang memiliki sifat positif terhadap dirinya sendiri dengan mampu menyesuaikan diri dengan baik di lingkungan, mampu mengelola emosi, adanya sikap tolong menolong, bersikap jujur, bertanggung jawab, saling menghormati dan kemandirian secara ekonomi, dapat merealisasikan dirinya dengan baik, memiliki kesesuaian antara perkataan dan perbuatan serta kemandirian pribadi dan memahami pemahaman dalam situasi¹⁴

Menurut Kartini Kartono, Jenny Andri kesehatan mental merupakan suatu ilmu yang mempelajari masalah kesehatan jiwa yang bertujuan untuk mencegah timbulnya penyakit mental dan gangguan emosi serta berusaha menyembuhkan penyakit mental serta dapat memajukan kesehatan jiwa masyarakat. Dengan

¹² Basri, Muh. Mu'idinilla, *Indahnya Tawakal*, Surakarta (Solo : Indiva Media Kreasi, 2008). hlm.17.

¹³ Fakhriyani 2019 *Kesehatan Mental* (Madura : Duta Media Publising) hlm. 20.

¹⁴ Simanjuntak 2006 *Merawat Kesehatan Mental Keluarga* (Jakarta : Pelikan) hlm. 15.

demikian kesehatan mental memiliki tema sentral yaitu bagaimana cara orang menghadapi semua permasalahan pada batin manusia yang ditimbulkan dari berbagai macam kesulitan hidup dan berusaha untuk mendapatkan kebersihan jiwa dan tidak terpengaruh dari berbagai macam ketegangan, konflik batin.¹⁵

Dari segi motorik orang yang mempunyai mental yang sehat akan terlihat dari sikap dalam kehidupan yang baik. Dari segi keagamaan, dampak dari peneladanan dari akhlak Rasulullah SAW dan mampu mengaplikasikan sikap yang baik akan merasa yakin dalam hati perasaan selalu dekat dengan Allah. Dari segi sosial orang mampu tolong menolong pada orang mengalami kesulitan dalam kehidupan. Orang yang mempunyai mental yang sehat akan terhindar dari gangguan mental maka hubungan dengan lingkungan berjalan dengan baik.

Menurut Marie Jahoda kesehatan mental seseorang yang mempunyai mental yang sehat terhindar dari penyakit mental akan tetapi pribadi yang dalam perkembangannya sangat baik mampu saat berinteraksi di lingkungan sosial dengan ada rasa empati, mengenali pribadi sendiri dan potensi yang berkembang mampu mengatasi permasalahan dengan cepat. Agama memberikan motivasi dan pemahaman dalam memahami nilai-nilai agama dan mengamalkan nilai-nilai agama seperti akhlak yang mulia yang dicontohkan oleh Rasulullah SAW yang memiliki sikap terpuji yaitu perilaku jujur, dapat dipercaya, percaya dan cerdas, ibadah yang wajib dilaksanakan ibadah wajib berupa solat lima waktu secara khusus akan memperoleh ketenangan batin dan sehat dari segi fisik, membayar, zakat lalu diberikan kepada orang fakir akan mengurangi kemiskinan dan timbulnya empati, melaksanakan puasa, membayar zakat dan beribadah menunaikan haji dan ibadah sunah seperti melaksanakan puasa senin kamis, tolong menolong kepada orang yang membutuhkan, dan berpegang teguh kepada Al-Qur'an dan Sunnah. Melalui pembiasaan dan peneladanan atau pemberian informasi yang dilakukan sejak anak usia dini hingga orang dewasa bahkan orang yang sudah lanjut usia. Agama mempunyai peran dalam mengobati sakit mental.

¹⁵ Adang Hambali, *Psikologi Kepribadian* (Bandung; Pustaka Setia, 2013) hlm. 281-282.

Semakin dekatnya individu dengan rutin melakukan ibadah, makin jiwa akan merasa tenang dalam kehidupan.¹⁶

Menurut Daradjat faktor yang mempengaruhi kesehatan mental seseorang terdiri dari keharmonisan antara pikiran atau kecerdasan seperti jiwa yang sehat atau tidaknya dilihat dari keadaan gangguan pikiran seperti sulit berkonsentrasi, mudah lupa dan kemampuan dalam mengingat mengalami penurunan, aspek perasaan terhindar dari gangguan perasaan seperti sikap pemarah, perasaan sedih, cemas dan gelisah dan aspek perbuatan terhindar dari gangguan kelakuan seperti sikap mencuri dan mengganggu hak orang lain. Faktor kesehatan fisik salah satu faktor yang mempengaruhi kesehatan mental seseorang.¹⁷ Faktor yang lainnya yang mempengaruhi kesehatan mental berasal dari faktor luar yaitu dari faktor lingkungan sekitar. Jika lingkungan sekitar baik maka individu mampu menyesuaikan diri dan beradaptasi sehingga mental yang dimiliki sehat sebaliknya jika kesehatan mental terganggu maka saat beradaptasi dengan lingkungan mengalami hambatan.

Adapun lembaga pendidikan untuk belajar ilmu agama yaitu majelis taklim sudah berkembang di mana-mana. Majelis taklim salah satu lembaga pendidikan yang non formal dengan basis islami. Majelis taklim ini berperan pada pembinaan dan peningkatan kualitas dalam kehidupan sesuai dengan aturan agama islam.

Majelis taklim ini berfungsi untuk mengembangkan dan mendiskusikan mengenai agama islam dan sebagai tempat untuk silaturahmi agar timbul persaudaraan islamiyah. Peranan majelis taklim yaitu penanaman nilai-nilai islam pada jamaahnya dalam aspek kehidupan sosial seperti mengadakan silaturahmi antar majelis taklim, persaudaraan sesama muslim, memiliki sikap yang dermawan dan pengetahuan keagamaan dan yang paling utama dalam kegiatan

¹⁶ Syamsu Yusuf, *Kesehatan Mental Perspektif Psikologis dan Agama* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008) hlm. 162.

¹⁷ Syofrianisda 2017 *Konsep sabar dalam al-Qur'an dan implementasinya dalam mewujudkan kesehatan mental. Jurnal Pendidikan Islam* 6(1), 137-155.

pelaksanaan majelis taklim adalah perkembangan pada majelis taklim dan pertumbuhan yang diikuti dalam ajaran agama berupa pengamalan ilmu yang diperoleh dari ceramah ustad di majelis taklim ilmu yang di dapat langsung di aplikasikan di kehidupan sehari-hari. ¹⁸



¹⁸ Nurlila Kamsi, *Peranan Majelis Taklim Dalam Penanaman Nilai=Nilai Islam Di Kecamatan Lubuklinggau Timur II Kota Lubuklinggau* Jurnal *el-Ghiroh*. Vol. XI.No. 02 September 2016. hlm.36-38.

F. Tinjauan Pustaka

1. Skripsi Dian Novita Putri tentang "*Hubungan Tawakal Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa UIN Ar-Raniry*" Mahasiswi Jurusan Psikologi Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh Tahun 2022. Skripsi ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara tawakal dengan stres akademik mahasiswa yang ditunjukkan semakin tinggi tawakal maka stres akademik semakin tinggi, maka semakin rendah tawakal maka stres akademik pada mahasiswa semakin rendah.
2. Skripsi Eka Rosita tentang "*Hubungan Antara Tawakal Dan Berpikir Positif Pada Mahasiswa*" Mahasiswi Jurusan Psikologi Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia Yogyakarta Tahun 2018. Skripsi ini menyimpulkan bahwa ada hubungan positif antara tawakal dan berpikir positif pada mahasiswa yang ditunjukkan dengan semakin tinggi tingkat tawakal, maka semakin tinggi pula pikiran positif mahasiswa, maka sebaliknya semakin rendah tingkat tawakal maka semakin rendah pikiran positif mahasiswa.
3. Skripsi Ayu Cahyanti tentang "*Peran Keluarga Dalam Membentuk Kesehatan Mental Remaja Di Kelurahan Yosorejo 21 A Metro Timur*" Mahasiswi Jurusan Pendidikan Agama Islam Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah Dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Metro Lampung Tahun 2020. Skripsi ini menyimpulkan bahwa keluarga mempunyai peran dalam terbentuknya kesehatan mental pada remaja dengan memberi motivasi, Orang tua bisa menjadi teman dan orang tua mampu menggali bakat dari remaja dengan keluarga ikut memberikan dukungan. Remaja sudah di bekali oleh orang tua dengan keimanan yang kuat mendidik nilai agama, moral, kedisiplinan sehingga terbentuk keluarga yang melindungi remaja dari pengaruh lingkungan yang berdampak pada kesehatan mental remaja di kelurahan Yosorejo 21 A Metro Timur cukup baik. Peran orang tua sebagai

pengajar, penuntun dan pemberi contoh bagi remaja dalam perkembangan serta pembentukan mental sehingga terbentuk pribadi yang utuh.

4. Skripsi S. Husni Siregar tentang "*Hubungan Sabar Dengan Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi*" Mahasiswa Jurusan Psikologi Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Tahun 2021. Skripsi ini menyimpulkan bahwa ada hubungan sangat signifikan antara sabar dengan kesehatan mental pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi yang ditunjukkan dengan semakin tinggi sabar maka semakin tinggi pula kesehatan mental mahasiswa dalam menyusun skripsi, maka sebaliknya semakin rendah sabar maka semakin rendah pula kesehatan mental mahasiswa dalam menyusun skripsi.

