

BAB V

KESIMPULAN

1. Kondisi Kesehatan Mental Yang Dialami Oleh Mahasiswa Pendidikan Agama Islam Semester Akhir

Berdasarkan analisis terhadap 14 responden mahasiswa Pendidikan Agama Islam semester akhir, dapat disimpulkan bahwa gangguan kesehatan mental yang dialami bersifat multidimensional dan mencakup spektrum yang luas, mulai dari Major Depressive Disorder (MDD), Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD), Social Anxiety Disorder (SAD), Bipolar I Disorder, Agoraphobia, Obsessive-Compulsive Disorder (OCD), Body Dysmorphic Disorder (BDD), Borderline Personality Disorder (BPD), Distimia, hingga Schizotypal Personality Disorder (STPD). Temuan ini menegaskan bahwa masalah kesehatan mental di kalangan mahasiswa tidak terbatas pada satu jenis gangguan, melainkan merupakan manifestasi kompleks dari interaksi berbagai faktor psikologis, sosial, dan lingkungan.

2. Tingkatan Dimensi Religiusitas Berpengaruh Terhadap Kondisi Kesehatan Mental

Analisis dimensi religiusitas melalui skala MUDRAS menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat religiusitas yang tinggi, dengan skor yang beragam dari kategori “Sangat Tinggi” hingga “Cukup Baik”. Meskipun demikian, paradoks muncul ketika tingkat religiusitas yang tinggi tidak secara otomatis menjamin bebasnya gangguan mental. Hal ini mengindikasikan bahwa keimanan dan praktik keagamaan, walaupun memberikan kontribusi positif sebagai mekanisme coping melalui ibadah, doa, dan ritual keagamaan, tidak sepenuhnya mampu mengimbangi dampak faktor konfounding lainnya.

3. Pengaruh Faktor Confounding Terhadap Kesehatan Mental

Faktor-faktor konfounding seperti tekanan sosio-ekonomi, riwayat kesehatan mental keluarga, pengalaman hidup negatif (misalnya bullying, isolasi sosial, kegagalan akademik), gaya hidup tidak sehat, serta kondisi fisik dan

lingkungan sosial yang kurang mendukung turut berperan signifikan dalam memperburuk kondisi mental. Sebagai contoh, pengalaman trauma yang berkaitan dengan perbuatan dosa di ruang publik dan privat ternyata meningkatkan risiko munculnya gangguan seperti PTSD, OCD, dan MDD, melalui mekanisme internalisasi rasa bersalah dan stigma sosial. Di sisi lain, perilaku terpuji yang berlandaskan nilai-nilai keagamaan memberikan kontribusi terhadap peningkatan ketahanan psikologis, walaupun dampaknya bersifat moderat apabila dibandingkan dengan faktor eksternal yang kompleks.

4. Paradoks Kesehatan Mental Dan Tingkat Religiusitas Mahasiswa Pendidikan Agama Islam Semester Akhir

Paradoks yang muncul antara tingginya tingkat religiusitas dan masih adanya prevalensi gangguan mental menggarisbawahi pentingnya pemahaman Komprehensif terhadap kesehatan mental. Praktik ibadah dan kedekatan spiritual terbukti memiliki peran protektif, misalnya dalam membantu mengelola gejala depresi, kecemasan, serta gangguan emosi pada kondisi bipolar dan PTSD, namun tidak dapat dijadikan satu-satunya indikator kesehatan mental yang optimal. Fenomena ini sejalan dengan konsep Paradoks Simpson, di mana analisis agregat data dapat menutupi dinamika yang terjadi di level subkelompok, sehingga mengharuskan pendekatan analisis yang lebih mendalam untuk memahami hubungan antara variabel religiusitas dan kesehatan mental.