

**KESEHATAN MENTAL DAN DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA BAGI
MAHASISWI DI MASA PANDEMI COVID-19
(STUDI KASUS MAHASISWI AKHIR UIN SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA ANGKATAN 2017-2018)**



SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagai Syarat-syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Strata 1

Disusun Oleh:

Monica Krisanti
18102050032

Dosen Pembimbing:

M. Ulil Absor, Ph.D

NIP. 19801018 200901 1 012

**PROGRAM STUDI ILMU KESEJAHTERAAN SOSIAL
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2022



PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-441/Un.02/DD/PP.00.9/03/2022

Tugas Akhir dengan judul : KESEHATAN MENTAL DAN DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA BAGI MAHASISWI DI MASA PANDEMI COVID-19 (STUDI KASUS MAHASISWI AKHIR UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA ANGKATAN 2017-2018)

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : MONICA KRISANTI
Nomor Induk Mahasiswa : 18102050032
Telah diujikan pada : Selasa, 22 Maret 2022
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang/Penguji I

Muh. Ulih Absor, S.H.I., MA
SIGNED

Valid ID: 62416b9ee400b



Penguji II

Drs. Lathiful Khuluq, M.A., BSW., Ph.D.
SIGNED

Valid ID: 623ec57839493



Penguji III

Siti Solechah, S.Sos.I., M.Si
SIGNED

Valid ID: 62413c7e53458



Yogyakarta, 22 Maret 2022
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Prof. Dr. Hj. Marhumah, M.Pd.
SIGNED

Valid ID: 624273d8f29d6



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto, Telp. (0274) 515856, Fax (0274) 552230
Email: fd@uin-suka.ac.id, Yogyakarta 55281

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:

Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamualaikum wr.wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka saya selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Monica Krisanti

NIM : 18102050032

Judul Skripsi : Kesehatan Mental dan Dukungan Sosial Keluarga bagi Mahasiswi di Masa Pandemi Covid-19 (Studi Kasus Mahasiswi Akhir UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Angkatan 2017-2018)

Sudah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang Ilmu Kesejahteraan Sosial.

Dengan ini saya berharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqsyahkan. Atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Wassalamualaikum wr.wb.

Mengetahui,
Ketua Program Studi IKS



Siti Solechah, S.Sos.I., M.Si
NIP. 19830519 200912 2 002

Yogyakarta, 21 Maret 2022

Pembimbing

M. Ulil Absor, Ph.D
NIP.19801018 200901 1 012

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Monica Krisanti
NIM : 18102050032
Jurusan : Ilmu Kesejahteraan Sosial
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul: ***Kesehatan Mental dan Dukungan Sosial Keluarga bagi Mahasiswi di Masa Pandemi Covid-19 (Studi Kasus Mahasiswi Akhir UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Angkatan 2017-2018)*** adalah hasil karya pribadi yang tidak mengandung plagiarisme dan tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan dengan tata cara yang dibenarkan secara ilmiah.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka penyusun siap mempertanggungjawabkannya sesuai hukum yang berlaku.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 25 Maret 2022

Yang menyatakan,



Monica Krisanti
NIM. 18102050032

SURAT PERNYATAAN BERJILBAB

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Monica Krisanti

NIM : 18102050032

Jurusan : Ilmu Kesejahteraan Sosial

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa foto yang akan dicantumkan dalam ijazah dan transkrip nilai adalah foto berjilbab.

Demikian surat pernyataan ini saya buat, apabila terjadi kekeliruan terhadap ijazah dan transkrip nilai, maka saya siap mempertanggungjawabkan sesuai dengan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 3 Maret 2022

Yang menyatakan,



Monica Krisanti

NIM. 18102050032



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

Jl. Marsda Adisucipto, Telp. (0274) 515856, Fax (0274) 552230
Email: fd@uin-suka.ac.id, Yogyakarta 55281

SURAT PERNYATAAN BEBAS PUSTAKA
LUAR UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Monica Krisanti
NIM : 18102050032
Program Studi : Ilmu Kesejahteraan Sosial
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi
Alamat Asal : Krpyak Barat, Kel. Bintoro, Kec. Demak,
Kab. Demak, 59511.
Alamat di Yogyakarta : Jl. Ori Papringan, Kel. Caturtunggal, Kec. Depok,
Kab. Sleman, Yogyakarta.
No. Hp : 08995364402
Email : Momonicakrisanti@gmail.com

Dengan ini menyatakan bahwa saya TIDAK mempunyai pinjaman buku di Perpustakaan Dinas Perpustakaan dan Arsip Daerah D.I Yogyakarta (DPAD DIY), Perpustakaan Kota Yogyakarta, UGM, UNY, UII, BATAN Yogyakarta, dan perpustakaan lainnya.

Pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya, apabila tidak sesuai dengan pernyataan, maka saya siap menerima sanksi sesuai dengan ketentuan dan peraturan yang berlaku.

Yogyakarta, 21 Maret 2022
Yang membuat pernyataan,



Monica Krisanti
NIM. 18102050032

HALAMAN PERSEMBAHAN

**Skripsi ini saya persembahkan kepada
Almamater saya Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial
Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta**

Alm. Mama saya tercinta, Papa, Kakak, dan Keluarga besar saya.



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

MOTTO

Yang memudahkan
Akan dimudahkan.

Yang menolong
Akan ditolong.

Yang menghidupi
Akan dihidupi.

-Taufik Aulia-

Hiduplah seolah kamu akan mati besok.

Belajarlah seolah kamu akan hidup selamanya.

-Mahatma Gandhi-

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW yang telah menjadi suri tauladan untuk umatnya.

Penulis menyadari bahwa selama penyelesaian skripsi ini tidak lepas dari dukungan, semangat, dan motivasi dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, dengan ketulusan hati penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Phil. Al-Makin, S.Ag., MA. Selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Prof. Dr. Hj. Marhumah, M.Pd. Selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ibu Siti Solechah, S.Sos.I. M.Si. Selaku Ketua Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Bapak M. Ulil Absor, Ph.D. Selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang senantiasa meluangkan waktu, memberikan saran, dan nasihat, serta kesabaran dalam membimbing penulis hingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Ibu Abidah Muflihati, S.Th.I., M.Si. Selaku Dosen Pembimbing Akademik yang senantiasa memberikan arahan.
6. Seluruh dosen Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan selama perkuliahan.

7. Segenap staff Tata Usaha Prodi IKS Fakultas Dakwah dan Komunikasi yang telah membantu penulis menyelesaikan urusan administrasi skripsi.
8. Keluarga yang telah memberikan dukungan dan doa.
9. Mahasiswi UIN Sunan Kalijaga yang bersedia menjadi informan penelitian.
10. Husnul, Yacub, dan Rizki, sahabatku yang bersedia menemani, mendengarkan keluh kesahku, memberikan semangat, dan perhatian selama mengerjakan skripsi.
11. Krisma, Jeje, dan Fia. Sahabat pertamaku di IKS.
12. Imeliana, Daffanska, Nurwanto, Ilham, dan Thalia. Sahabatku yang selalu bersedia menjemput dan mengantarku selama berada di Jogja.
13. Vika, Nuring, Uli, Shabrina, Iyum, Izza, Anachoi, Mursyidan, dan Taju. Teman-teman bermainku selama kuliah.
14. Teman-teman Prodi Ilmu Kesejahteraan Sosial angkatan 2018 yang namanya tidak bisa disebutkan satu-persatu.

Atas bantuan, dukungan, dan doa yang telah diberikan oleh berbagai pihak, penulis ucapkan terimakasih. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini terdapat kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Harapannya, skripsi ini tetap dapat memberikan manfaat bagi pembaca maupun dunia pendidikan.

Yogyakarta, 6 Maret 2022

Peneliti,

Monica Krisanti
NIM. 18102050032

**KESEHATAN MENTAL DAN DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA BAGI
MAHASISWI DI MASA PANDEMI COVID-19
(STUDI KASUS MAHASISWI AKHIR UIN SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA ANGKATAN 2017-2018)**

Monica Krisanti

Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial, Fakultas Dakwah dan Komunikasi,
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

ABSTRAK

Mahasiswi akhir yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi *covid-19* rentan mengalami gangguan kesehatan mental karena pada awal pandemi mahasiswi harus beradaptasi dengan kondisi yang penuh keterbatasan dalam mengerjakan skripsi. Oleh karena itu, dukungan dari keluarga sangat diperlukan untuk mengatasi permasalahan psikologis yang dialami mahasiswi pada masa-masa sulit. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi kesehatan mental mahasiswi akhir UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Angkatan 2017-2018 di masa pandemi *covid-19* dan bentuk dukungan sosial keluarga di masa pandemi *covid-19* berdasarkan struktur keluarga. Temuan dari penelitian ini berkontribusi dalam memetakan kondisi mahasiswi tingkat akhir di masa pandemi dan bentuk dukungan sosial keluarga berdasarkan struktur keluarga yang menjadi *Novelty* pada penelitian ini. Metode yang digunakan adalah kualitatif.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswi akhir UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Angkatan 2017-2018 yang mengerjakan skripsi di masa pandemi merasakan stres, cemas, takut, dan tertekan. Kondisi kesehatan mental dideskripsikan melalui enam dimensi kesejahteraan psikologis menurut teori Ryff. Mahasiswi yang memiliki kesejahteraan psikologis baik ditandai dengan mampu memenuhi dimensi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan terhadap lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Mahasiswi yang tinggal bersama orangtua mendapatkan dukungan sosial emosional, penghargaan, instrumental, dan informasi. Mahasiswi yang tinggal bersama orangtua tunggal mendapatkan dukungan sosial emosional, instrumental, dan informasi. Mahasiswi yang tinggal dengan kedua orangtua mendapatkan dukungan lebih lengkap dibandingkan mahasiswi yang tinggal bersama orangtua tunggal. Mahasiswi yang tinggal di kos mendapatkan dukungan sosial emosional dan instrumental, sedangkan dukungan sosial penghargaan dan informasi didapatkan apabila mahasiswi mengkomunikasikan skripsinya kepada keluarga.

Kata kunci: *Kesehatan mental, dukungan sosial keluarga, mahasiswi akhir, pandemi covid-19.*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PENGESAHAN TUGAS AKHIR	ii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
SURAT PERNYATAAN BERRJILBAB.....	v
SURAT PERNYATAAN BEBAS PUSTAKA	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
MOTTO	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
ABSTRAK	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian	7
E. Kajian Pustaka.....	8
F. Kerangka Teori.....	12
G. Metode Penelitian.....	19
H. Sistematika Pembahasan	28
BAB II KONDISI KESEHATAN MENTAL MAHASISWI AKHIR UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA DI MASA PANDEMI COVID-19 ..	29
A. Profil informan.....	29
B. Kondisi kesehatan mental mahasiswa berdasarkan dimensi kesejahteraan psikologis.....	30
1. Penerimaan diri.....	31
2. Hubungan positif dengan orang lain	40
3. Otonomi.....	42
4. Penguasaan terhadap lingkungan	47

5. Tujuan hidup.....	50
6. Pertumbuhan pribadi	53
BAB III BENTUK DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DI MASA PANDEMI COVID-19 BERDASARKAN STRUKTUR KELUARGA.....	59
A. Dukungan sosial emosional.....	60
B. Dukungan sosial penghargaan	67
C. Dukungan sosial instrumental	75
D. Dukungan sosial informasi.....	85
BAB IV PENUTUP	95
A. Kesimpulan	95
B. Saran.....	97
DAFTAR PUSTAKA	98
LAMPIRAN.....	103
PEDOMAN WAWANCARA	103
DOKUMENTASI PENELITIAN	108
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	109

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Fakultas dan Program Studi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.....	22
Tabel 2. Profil informan.....	30
Tabel 3. Kesejahteraan psikologis informan.....	57
Tabel 4. Struktur keluarga informan.....	60
Tabel 5. Bentuk dukungan sosial berdasarkan struktur keluarga.....	93



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada awal tahun 2020, Direktur Jendral Badan Kesehatan Dunia (WHO) mengumumkan adanya wabah *coronavirus* jenis baru, yaitu *coronavirus disease 2019* atau *Covid-19*. Tanggal 11 Maret 2020, WHO menandai *Covid-19* sebagai pandemi. *Covid-19* merupakan jenis penyakit yang dapat menular, gejala akibat terinfeksi *Covid-19*, yaitu batuk, sesak napas, demam, bahkan sampai menimbulkan penyakit radang paru-paru dan kematian.¹ *Covid-19* terus menyebar ke seluruh belahan dunia tak terkecuali di Indonesia.

Di Indonesia, kasus *Covid-19* mengalami peningkatan untuk perharinya. Peningkatan jumlah kasus berlangsung cepat hingga menyebar keseluruhan wilayah di Indonesia, sampai dengan tanggal 22 April 2021 data ini diperoleh, Pemerintah Indonesia melaporkan terdapat 1.620.569 (5720 baru) kasus terkonfirmasi *Covid-19*, 44.007 (230 baru) kematian, dan 1475.456 kasus pulih dari 510 kabupaten di 34 provinsi.² Menanggapi kondisi tersebut upaya yang dilakukan Pemerintah Indonesia sebagai tindakan menekan laju angka penyebaran *Covid-19* yang semakin meningkat adalah dengan memberlakukan penerapan *sosial distancing* hingga menerapkan kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB). Kebijakan tersebut disampaikan oleh Presiden Jokowi dalam konferensi pers yang dilakukan pada tanggal 31 Maret 2020 sesuai dengan Undang-Undang Nomor 6 Tahun 2018 mengenai kekarantinaan

¹ WHO Indonesia, "Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) World Health Situation

² Satuan Tugas Penanganan COVID-19, "Peta Sebaran COVID-19", <https://covid19.go.id/peta-sebaran-covid19>, diakses tanggal 22 April 2021.

kesehatan dalam menyikapi pandemi *Covid-19* di Indonesia.³ Kebijakan *sosial distancing* masih berlaku sampai sekarang.

Pemberlakuan kebijakan *sosial distancing* membuat aktivitas di luar rumah dibatasi, salah satunya berdampak pada kegiatan pembelajaran. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia menetapkan pembelajaran secara *online* dan bekerja dari rumah guna mencegah penyebaran *Covid-19*. Nadiem Makarim, Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, pada tanggal 24 Maret 2020 menerbitkan surat edaran Nomor 4 Tahun 2020 perihal pelaksanaan kebijakan pendidikan di masa darurat penyebaran *Covid-19*.⁴ Sehingga dampak *social distancing* di tengah pandemi *Covid-19* adalah kebijakan pendidikan yang berubah, tak terkecuali pendidikan di perguruan tinggi yang awalnya dilakukan secara *offline* sekarang menjadi *online*.

Kebijakan pendidikan yang berubah menjadi *online* memunculkan stres pada mahasiswa. Berdasarkan penelitian dari muslim bahwa adanya perubahan pada aktivitas perkuliahan menyebabkan munculnya tekanan dan stres pada mahasiswa. Permasalahan yang dirasakan oleh mahasiswa di masa pandemi, selain perkuliahan secara *online* yang tidak biasa dilakukan oleh mahasiswa, perkuliahan menggunakan media secara *online* lebih melelahkan

³ Christina Purbawati, Lathifah Nurul Hidayah, dan Markhamah Markhamah, “Dampak Sosial Distancing Terhadap Kesejahteraan Pedagang Di Pasar Tradisional Kartasura Pada Era Pandemi Korona”, *Jurnal Ilmiah Muqoddimah: Jurnal Ilmu Sosial, Politik dan Humaniora maniora*, vol. 4:2 (Agustus, 2020), hlm.157.

⁴ R. I. PusdiklatKemendikbud, “Surat Edaran Mendikbud No 4 Tahun 2020 Tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan Dalam Masa Darurat Penyebaran Corona Virus Disease (Covid-19)”, <https://pusdiklat.kemdikbud.go.id/surat-edaran-mendikbud-no-4-tahun-2020-tentang-pelaksanaan-kebijakan-pendidikan-dalam-masa-darurat-penyebaran-corona-virus-disease-covid-1-9/>, diakses tanggal 30 April 2021.

dan membosankan bagi mahasiswa dikarenakan tidak bisa berinteraksi secara langsung baik dengan dosen atau teman. Stres juga dirasakan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Hal tersebut karena penelitian lapangan yang tidak bisa dilaksanakan secara langsung terkadang menyebabkan mahasiswa mengubah topik pembahasan atau sampai menunda untuk menyelesaikan tugas akhir.⁵ Dalam penelitian Kartika, didapati bahwa mahasiswa yang rentan mengalami stres di tengah pandemi adalah mahasiswa pada masa *quarter life crisis* karena terdapat perasaan cemas untuk kelanjutan hidup di masa depan, termasuk kehidupan sosial dan karir. *Quarter life crisis* merupakan keadaan yang timbul ketika seseorang berada pada usia 20-an tahun. *Quarter life crisis* biasanya dialami oleh para mahasiswa yang sedang berada diakhir perkuliahan atau ditahap pengerjaan skripsi. Adanya kondisi pandemi saat ini mengharuskan mahasiswa melakukan pembelajaran jarak jauh yang membuat mahasiswa tingkat akhir mengalami stres dikarenakan penelitian lapangan tidak bisa dilaksanakan secara langsung akibat *sosial distancing* guna mencegah persebaran *Covid-19*.⁶

Didukung oleh penelitian Lina Ningtyas bahwa mahasiswa merasakan stres saat menyelesaikan skripsi di masa pandemi. Stres yang rasakan mahasiswa karena mengerjakan skripsi dengan kondisi pandemi *Covid-19* yang mengharuskan kegiatan dilaksanakan secara *online*. Seperti kegiatan bimbingan tugas akhir, sebagian mahasiswa menyatakan bahwa mengalami

⁵ Moh Muslim, "Manajemen stress pada masa pandemi Covid-19", *ESENSI: Jurnal Manajemen Bisnis*, vol. 23:2 (Agustus, 2020), hlm. 192–201.

⁶ Rira Kartika, "Analisis Faktor Munculnya Gejala Stres pada Mahasiswa Akibat Pembelajaran Jarak Jauh di Masa Pandemi Covid-19", *journal preprint policies psyarxiv*, vol.1 (Agustus, 2020), hlm. 7-8.

tekanan akibat sulit menyesuaikan diri dengan bimbingan *online*. Salah satu kendala yang dirasakan mahasiswa, yakni jaringan internet yang tidak begitu memadai sehingga mahasiswa sulit untuk berdiskusi dengan dosen pembimbing. Selain itu, bimbingan yang tidak terjadwal dengan rutin, akibatnya mahasiswa terhalang dalam mengerjakan skripsi.⁷ Dengan demikian mahasiswa tingkat akhir rentan mengalami permasalahan kesehatan mental di masa pandemi *Covid-19*.

Penelitian yang dilakukan oleh Alzaeem dan Carter menyatakan bahwa gangguan kesehatan mental akan mempengaruhi kesuksesan akademik yang dapat menghambat kelulusan karena mahasiswi yang memiliki permasalahan kesehatan mental seperti stres akan menurunkan tingkat konsentrasi, kurang produktif, mempengaruhi pengambilan keputusan, dan terganggunya kesehatan.⁸ Menurut WHO kesehatan mental adalah dasar untuk kesejahteraan dan fungsi efektif individu. Pentingnya menjaga kesehatan mental agar mahasiswa mampu mengembangkan potensi-potensinya yang dimiliki sehingga dapat berfungsi sosial dengan baik dan produktif.⁹

Berdasarkan fenomena yang telah peneliti paparkan, kegiatan pembelajaran yang berubah di masa pandemi memunculkan gangguan kesehatan mental pada mahasiswi akhir yang tengah mengerjakan skripsi, tak

⁷ Lina Ningtiyas, "Gambaran Strategi Koping Mahasiswa Tingkat Akhir yang Menyelesaikan Skripsi di Masa Pandemi Corona Virus Disease (Covid-19)", Skripsi, (Jember: Universitas Muhammadiyah Jember, 2021), hlm. 6.

⁸ Esa Nur Wahyuni dan Khairul Bariyyah, "Apakah spiritualitas berkontribusi terhadap kesehatan mental mahasiswa?", *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, vol. 5: 1 (Juni, 2019), hlm. 51.

⁹ WHO, "Mental health", <https://www.who.int/westernpacific/health-topics/mental-health>, diakses tanggal 3 Agustus 2021,.

terkecuali mahasiswi akhir UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Mahasiswi akhir UIN Sunan Kalijaga Angkatan 2017-2018 dapat dikatakan sebagai kelompok yang rentan mengalami gangguan kesehatan mental karena merasakan perubahan dalam kegiatan perkuliahan yang awalnya *offline* menjadi *online*. UIN Sunan Kalijaga sebagai salah satu perguruan tinggi yang menerapkan pembelajaran *online* termasuk pada mahasiswi akhir yang tengah berjuang menyelesaikan tugas akhir.

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta mempunyai tujuan yaitu menghasilkan sarjana yang mempunyai kemampuan akademis dan profesional yang integratif-interkonektif.¹⁰ Adanya tujuan tersebut tentunya diharapkan menghasilkan lulusan yang berkualitas. Akan tetapi, jika permasalahan kesehatan mental tidak segera diatasi, dikhawatirkan menghambat kesuksesan akademik yang akan membuat mahasiswi lama mencapai kelulusan, secara tidak langsung akan berdampak pada masa depan, baik mahasiswi maupun kampus. Gangguan kesehatan mental pada mahasiswi akan menghambat pencapaian tujuan tersebut. Penelitian ini penting dilakukan karena untuk mengetahui kondisi kesehatan mental mahasiswi akhir UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Angkatan 2017-2018 di masa pandemi *Covid-19*.

Menurut Broman bahwa dukungan sosial efektif dalam menanggulangi tekanan psikologis di masa sulit atau menekan.¹¹ Cohen dan Syme menyebutkan terdapat dua fungsi dukungan sosial, yakni sebagai aspek yang

¹⁰ UIN SUKA, "Visi, Misi, dan Tujuan", <https://www.uin-suka.ac.id/id/page/universitas/60-Visi-misi-tujuan>, diakses 29 September 2021.

¹¹ Shelley E. Taylor, dkk., *Psikologi Sosial*, Edisi Kedua Belas (Jakarta: Kencana, 2009), hlm. 555.

membantu atau meningkatkan kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis.¹² Berdasarkan penelitian Sulistiowati hal yang berkontribusi dalam kesehatan mental adalah dukungan sosial dari orang tua, karena orang tua merupakan lingkungan pertama sebagai sumber pemenuhan kebutuhan bagi individu.¹³

Berdasarkan pernyataan di atas dapat dikatakan apabila dukungan sosial di masa pandemi *Covid-19* berguna untuk mengatasi permasalahan psikologis yang dirasakan mahasiswi pada masa-masa sulit. Ada banyak orang yang sudah melakukan penelitian terhadap dukungan sosial keluarga, meski demikian penelitian ini memiliki keunikan karena mengkaji bentuk dukungan sosial keluarga pada masa pandemi berdasarkan struktur keluarga yang belum pernah diteliti sebelumnya. Dalam penelitian ini, struktur keluarga dilihat dari dimana dan dengan siapa mahasiswi tinggal, yang dibagi dalam tiga kategori yaitu mahasiswi yang tinggal bersama orangtua, mahasiswi yang tinggal bersama orangtua tunggal, dan mahasiswi yang tinggal di kos.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

¹² Tri Puji Astuti dan Sri Hartati, "Dukungan sosial pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi (studi fenomenologis pada mahasiswa Fakultas Psikologi UNDIP)", *Jurnal Psikologi*, vol. 12: 1 (April, 2013), hlm. 78.

¹³ Ni Made Dian Sulistiowati, dkk., "Gambaran dukungan sosial terhadap kesejahteraan emosional, psikologi dan sosial pada kesehatan jiwa remaja", *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, vol. 8: 2 (Oktober, 2018), hlm. 122.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka muncul pertanyaan yang mendorong peneliti untuk melakukan penelitian, yaitu:

1. Bagaimana kondisi kesehatan mental mahasiswi akhir UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Angkatan 2017-2018 di masa pandemi *Covid-19*?
2. Bagaimana bentuk dukungan sosial keluarga di masa pandemi *Covid-19* berdasarkan struktur keluarga?

C. Tujuan penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, maka tujuan yang hendak dicapai pada penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui kondisi kesehatan mental mahasiswi akhir UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Angkatan 2017-2018 di masa pandemi *Covid-19*.
2. Untuk mendeskripsikan bentuk dukungan sosial keluarga di masa pandemi *Covid-19* berdasarkan struktur keluarga.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang diteliti, maka diharapkan hasil penelitian ini mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Secara teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dalam pengembangan Ilmu Kesejahteraan Sosial dan digunakan sebagai bahan sumber referensi, khususnya pada mata kuliah kesehatan mental terkait bentuk dukungan sosial keluarga.

2. Secara praktis

a. Keluarga

Sebagai sumber informasi kepada keluarga dalam pemberian dukungan sosial di masa pandemi *Covid-19*.

b. Masyarakat

Sebagai informasi bagi masyarakat terkait dukungan sosial keluarga di masa pandemi *Covid-19*.

c. Pemerintah

Hasil penelitian ini berupa gambaran kondisi kesehatan mental pada mahasiswi sehingga menjadi pertimbangan dalam mengambil langkah penanganan berupa kebijakan pembelajaran di masa pandemi *Covid-19*.

d. Universitas

Dapat memberikan informasi bagi universitas mengenai kondisi mahasiswi berkaitan dengan kesehatan mental di masa pandemi.

E. Kajian Pustaka

Setelah peneliti melakukan kajian pada penelitian terdahulu, peneliti tidak mendapatkan penelitian yang membahas mengenai “kesehatan mental dan dukungan sosial keluarga bagi mahasiswi di Masa Pandemi *Covid-19* (Studi Kasus Mahasiswi akhir UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Angkatan 2017-2018). Akan tetapi, peneliti mendapatkan penelitian yang relevan dengan penelitian ini, yaitu:

Pertama, Penelitian dari Novita Salma Khairunnisa yang berjudul *“Dukungan Sosial Orangtua Terhadap Pembelajaran Online Siswa SDLB C Wiyata Dharma 2 Sleman”* hasil penelitian menyatakan apabila dukungan sosial dari orangtua meliputi dukungan sosial instrumental, emosional, informasi, dan penghargaan. Namun, dari beberapa bentuk dukungan sosial tersebut, orangtua jarang memberikan penghargaan terhadap anak walaupun dengan penghargaan yang sederhana seperti ungkapan pujian.¹⁴ Penelitian ini sama-sama membahas mengenai dukungan sosial. Perbedaan juga terletak pada subjek, subjek penelitian di atas adalah orangtua siswa tunagrahita, sedangkan subjek penelitian ini adalah mahasiswa.

Kedua, penelitian yang ditulis oleh Maharani Fitriani Nugroho dengan judul *“Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Narapidana Pelaku Klitih (Studi Kasus di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Yogyakarta)”*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada empat bentuk dukungan sosial keluarga, yakni dukungan sosial instrumental meliputi makanan, baju, dan uang. Dukungan pada harga diri meliputi ungkapan penghargaan yang bersifat positif. Dukungan sosial emosional meliputi ungkapan non verbal. Dukungan informasi meliputi informasi pemberian nasihat. Dukungan sosial keluarga sangat dibutuhkan dan bermanfaat. Manfaat yang diperoleh yaitu menambah semangat, ketenangan, dan merasa dipedulikan. Hal tersebut baik dalam perkembangan psikologisnya saat di Lembaga Pemasyarakatan guna

¹⁴ Novita Salma Khairunnisa, *Dukungan Sosial Orangtua Terhadap Pembelajaran Online Siswa SDLB C Wiyata Dharma 2 Sleman*, Skripsi (Yogyakarta: Jurusan Ilmu Kesejahteraan Sosial Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga, 2021), hlm. 73-74.

menjalankan masa hukuman pidana.¹⁵ Penelitian ini sama-sama membahas mengenai dukungan sosial keluarga. Perbedaan terletak pada subjek, subjek penelitian ini adalah mahasiswi akhir sedangkan subjek penelitian di atas adalah narapidana pelaku klitih.

Ketiga, Penelitian yang kedua dilakukan oleh Dian Hardianti, dkk., berjudul *“Bentuk Dukungan Keluarga Dalam Menjaga Kesehatan Mental Lansia”* Hasil penelitian yang dilakukan diperoleh bahwa kondisi kesehatan mental lansia yang dirasakan yaitu mudah merasa kelelahan, mudah merasa tersinggung, memiliki perasaan kecemasan, dan ada yang memiliki mental sehat tetapi dengan kondisi kesehatan yang demikian. Lansia mendapatkan dukungan sosial penilaian, dukungan sosial informasi, dukungan sosial emosional, dukungan sosial instrumental yang baik. Ikatan kekeluargaan yang kuat dapat membantu bagi kesehatan mental lansia dalam menghadapi permasalahan di kehidupan sehari-hari. Semakin baik dukungan sosial dari keluarga, maka lansia dapat berdaya guna karena dukungan dari orang-orang terdekat bisa memberikan semangat hidup bagi lansia.¹⁶ Penelitian ini sama-sama meneliti tentang bentuk dukungan keluarga dan kesehatan mental namun bedanya terletak pada subjeknya, penelitian di atas adalah lansia sedangkan subjek dalam penelitian ini yaitu mahasiswi.

¹⁵ Maharani Fitriani Nugroho, *Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Narapidana Pelaku Klitih (Studi Kasus di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Yogyakarta)*, Skripsi (Yogyakarta: Jurusan Ilmu Kesejahteraan Sosial Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga, 2021), hlm. 102-103.

¹⁶ Dian Hardianti, Jamaluddin Hos, dan Sarpin Sarpin, “Bentuk Dukungan Keluarga dalam Menjaga Kesehatan Mental Lansia”, *Jurnal Kesejahteraan dan Pelayanan Sosial*, vol. 1: 2 (November, 2020), hlm. 146.

Keempat, Penelitian yang dilakukan oleh Ni Made Dian Sulistiowati, dkk., berjudul *“Gambaran Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Emosional, Psikologi Dan Sosial Pada Kesehatan Jiwa Remaja”* Hasil menyatakan bahwa dukungan dari orang tua sangat berpengaruh terhadap kesehatan jiwa pada remaja, untuk itu perlu diadakan suatu program berkelanjutan antara rumah dan sekolah. Kontribusi yang aktif dari orangtua bersama dengan guru untuk memahami remaja, sehingga remaja dapat memakai koplingnya dengan baik dan terlaksananya pencapaian remaja yang sehat jiwa berdasarkan kesejahteraan psikis, emosi, dan sosial.¹⁷ Penelitian ini sama-sama meneliti tentang dukungan sosial dan kesehatan mental, namun bedanya penelitian di atas meneliti tentang dukungan sosial yang lebih luas (sekolah, teman, guru, orang tua), sedangkan penelitian ini hanya pada dukungan sosial keluarga.

Kelima, Penelitian yang dilakukan oleh Yeni Fitria dan Rahmawati Maulidia dengan judul *“Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kesehatan Jiwa Remaja Di Smpn Kota Malang*. Hasilnya yaitu Dukungan keluarga sebagai bentuk hubungan interpersonal berupa sikap, tindakan dan penerimaan terhadap remaja, sehingga remaja merasa diperhatikan. Perlu adanya dukungan keluarga yang tinggi guna mencegah timbulnya permasalahan kesehatan jiwa pada remaja dalam menjalankan masa transisi. Ada hubungan signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan

¹⁷ Sulistiowati, dkk., “Gambaran dukungan sosial terhadap kesejahteraan emosional, psikologi dan sosial pada kesehatan jiwa remaja.”, hlm. 122.

kesehatan jiwa remaja.¹⁸ Penelitian ini sama-sama meneliti tentang dukungan sosial keluarga dan kesehatan mental. Namun, berbeda pada subjek, pada penelitian ini adalah mahasiswi sedangkan penelitian di atas adalah siswa SMP.

Berdasarkan penelitian di atas, umumnya membahas mengenai dukungan sosial, namun dengan objek dan subjek yang tidak sama. Judul dan maksud penelitian yang peneliti lakukan berbeda dari penelitian di atas. Pada penelitian yang dilakukan peneliti lebih fokus pada kesehatan mental dan dukungan sosial keluarga bagi mahasiswi di masa pandemi *Covid-19* sebagai objek penelitian. Peneliti juga ingin mengkaji bentuk dukungan sosial keluarga berdasarkan struktur keluarga yang belum pernah diteliti sebelumnya. Oleh karena perbedaan tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian tentang kesehatan mental dan dukungan sosial keluarga bagi mahasiswi di masa pandemi *Covid-19* (Studi Kasus Mahasiswi Akhir UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Angkatan 2017-2018).

F. Kerangka Teori

1. Tinjauan tentang dukungan sosial

a. Pengertian dukungan sosial

Menurut Cobb dukungan sosial sebagai cara dalam menunjukkan kepada seseorang bahwa ia dicintai, dihargai, dan dipedulikan. Selain itu, berguna untuk meyakinkan bahwa ia bagian dari kelompok yang memiliki

¹⁸ Yeni Fitria dan Rahmawati Maulidia, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kesehatan Jiwa Remaja Di Smpn Kota Malang", *Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti*, vol. 6: 2 (2019), hlm. 43.

tanggung jawab bersama. Setiap informasi yang diperoleh berasal dari lingkungan sosial yang menimbulkan penerimaan diri bahwa dirinya diterima dengan baik.¹⁹ Sejalan dengan yang dikemukakan oleh Taylor bahwa dukungan sosial adalah sebagai informasi kepada individu bahwa dirinya dihargai oleh seseorang.²⁰

Menurut Johnson & Johnson bahwa dukungan sosial memiliki manfaat, yakni meningkatkan produktivitas, meningkatkan kesejahteraan psikologis dan penyesuaian diri, menambah harga diri, memelihara kesehatan fisik, dan mengurangi stres serta tekanan.²¹ Menurut Baron dan Byrne dukungan sosial merupakan kenyamanan psikologis dan fisik yang diperoleh dari orang terdekat seperti keluarga.²²

Menurut Friedman dukungan sosial keluarga merupakan tindakan dan sikap penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya. Memberikan dukungan informasi, dukungan instrumental, dukungan penilaian dan dukungan emosional.²³

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

¹⁹ Rivanlee Anandar, Budhi Wibhawa, dan Hery Wibowo, "Dukungan sosial terhadap anak jalanan di rumah singgah", *Share: Sosial Work Journal*, vol. 5: 1 (2015), hlm. 85.

²⁰ Shelley E. Taylor, Letitia Anne Peplau, dan David O. Sears, *Psikologi Sosial*. hlm. 555.

²¹ Retno Juli Widyastuti, "Pengaruh self efficacy dan dukungan sosial keluarga terhadap kemantapan pengambilan keputusan karir siswa", *Jurnal BK Unesa*, vol. 3: 1 (2013), hlm. 234.

²² Robert A. Baron dan Dona Byrae, *Psikologi Sosial*, Edisi Kesepuluh (Jakarta: Erlangga, 2003), hlm. 244-245.

²³ Lina Cahyanti, Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi General Anestesi di RS PKU Muhammadiyah Gamping, Skripsi, (Yogyakarta: Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, 2020), hlm. 11.

b. Sumber dukungan sosial

Menurut Sarason dukungan sosial yang didapatkan individu bisa bersumber dari keluarga atau teman sebaya.²⁴ Hurlock menyatakan bahwa dukungan sosial dari keluarga terdiri atas perhatian, penerimaan, dan rasa percaya dapat menciptakan kebahagiaan pada individu. Kebahagiaan yang dirasakan individu dapat membuat individu termotivasi untuk mewujudkan tujuannya dan memiliki rasa percaya diri dalam menyelesaikan kegiatan yang dikerjakannya. Dukungan sosial dari keluarga berguna untuk membantu individu dalam menghadapi suatu permasalahan.²⁵ Didukung oleh pendapat Syah jika keluarga berpengaruh dalam kinerja akademik seseorang.²⁶

Berdasarkan pemaparan dari beberapa sumber dukungan sosial di atas dapat disimpulkan apabila sumber dukungan sosial yang paling berpengaruh bagi individu yaitu dukungan sosial dari keluarga.

c. Bentuk-bentuk dukungan sosial

Menurut Sarafino ada empat bentuk dukungan sosial, yaitu:

1. Dukungan sosial emosional

Dukungan sosial emosional meliputi perhatian, kepedulian, dan empati kepada individu. Dukungan sosial emosional juga sebuah ungkapan

²⁴ Uthia Estiane, "Pengaruh dukungan sosial sahabat terhadap penyesuaian sosial mahasiswa baru di lingkungan perguruan tinggi", *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, vol. 4: 1 (April, 2015), hlm. 33.

²⁵ Nobelina Adicondro dan Alfi Purnamasari, "Efikasi diri, dukungan sosial keluarga dan self regulated learning pada siswa kelas VIII", *Jurnal Humanitas*, vol. 8: 1 (Januari, 2011), hlm. 24.

²⁶ Ernawati dan Rusmawati, "Dukungan sosial orang tua dan stres akademik pada siswa smk yang menggunakan kurikulum 2013", hlm 28.

perasaan dan keinginan didengarkan. Mendengarkan keluh kesah seseorang dapat memberikan dampak positif bagi seseorang yang berguna untuk sarana pelepasan emosi, membuat individu merasa nyaman, merasa diperhatikan serta dicintai, dan mengurangi kecemasan disaat dihadapkan dengan berbagai tekanan hidup.

2. Dukungan sosial penghargaan

Dukungan sosial penghargaan melalui ungkapan positif dan dorongan untuk maju disaat individu merasa tidak mampu. Maka adanya dukungan tersebut, individu akan merasakan penghargaan diri terkait dengan apa yang dilakukannya.

3. Dukungan sosial instrumental

Dukungan sosial instrumental meliputi bantuan materi seperti uang atau bantuan secara langsung baik waktu dan jasa. Dukungan sosial instrumental berguna untuk membantu individu dalam menjalankan aktivitasnya.

4. Dukungan sosial informasi

Dukungan sosial informasi meliputi nasihat, saran, atau informasi. Dukungan sosial informasi dapat membantu individu dalam menghadapi permasalahannya berupa cara memperluas pemahaman maupun wawasan kepada individu terhadap masalah yang dirasakan. Informasi yang didapat digunakan dalam mengambil keputusan dan memecahkan permasalahan.²⁷

²⁷ Laili Ahadiyah, Identifikasi Bentuk Dukungan Sosial Siswa Reguler Pada Siswa Berkebutuhan Khusus (ABK) di Sekolah Inklusi Tingkat SMP Kota Malang, Skripsi , (Malang: Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang , 2016), hlm. 4.

2. Tinjauan tentang kesehatan mental

a. Pengertian kesehatan mental

Kesehatan mental merupakan suatu keadaan psikologis yang menyatakan kemampuan individu dalam beradaptasi atau menyelesaikan permasalahan yang ada dalam diri atau lingkungan luar. Kesehatan mental merujuk pada cara berfikir, bertindak, serta perasaan individu yang efektif dan efisien dalam menghadapi stres atau tantangan dalam hidup.²⁸ Menurut M. Jahoda kesehatan mental merupakan keadaan individu yang berkaitan dengan kemampuan beradaptasi untuk menghadapi permasalahan dengan mempertahankan keseimbangan diri ketika dihadapkan dengan situasi baru. Serta memiliki penilaian positif mengenai keadaan diri sendiri maupun kehidupan.²⁹

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan individu yang sehat mentalnya akan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan dan kondisi yang dialaminya sehingga ia mampu mengatasi masalah yang dihadapinya.

b. Aspek-aspek kesehatan mental

Menurut Ryff *Psychological well-being* (kesejahteraan psikologis) adalah kesehatan mental yang ada pada diri individu dengan menerapkan dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis dalam hidup yang positif dapat memberikan pengaruh positif bagi kesehatan mental.

²⁸ Fattah Hanurawan, "Strategi pengembangan kesehatan mental di lingkungan sekolah", *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, vol. 1:1 (Juni, 2012), hlm. 93.

²⁹ Meilanny Budiarti Santoso, "Kesehatan mental dalam perspektif pekerjaan sosial", *Share: Sosial Work Journal*, vol. 6: 1 (2016), hlm 150.

Dalam mengidentifikasi kesehatan mental menggunakan dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis antara lain:

1. Penerimaan diri

Individu yang mempunyai penerimaan diri baik akan mengakui dan menerima berbagai aspek diri, memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, termasuk kualitas baik dan buruk. Sedangkan individu yang memiliki penerimaan diri kurang baik akan merasa kurang puas dengan diri sendiri dan kecewa dengan keadaan yang terjadi.

2. Hubungan Positif Dengan Orang Lain

Individu yang mempunyai hubungan positif dengan orang lain secara baik akan memiliki hubungan yang baik, memiliki empati, kasih sayang, memahami, dan menerima hubungan manusia. Sedangkan individu yang tidak dapat menjalin hubungan positif dengan orang lain akan merasa kesulitan untuk bersikap terbuka, dan tidak mau berkompromi untuk menjalin ikatan dengan orang lain.

3. Otonomi

Individu yang mempunyai otonomi baik dapat mandiri, bisa melawan tekanan sosial dalam berpikir maupun bertindak, mengatur perilaku memberi penilaian secara pribadi. Sedangkan individu yang mempunyai otonomi kurang baik akan bergantung pada penilaian orang lain dalam mengambil keputusan penting.

4. Penguasaan Lingkungan

Individu yang mempunyai penguasaan terhadap lingkungan dengan baik dapat memanfaatkan peluang di sekitarnya secara efektif, memiliki rasa penguasaan, dan kompetensi dalam mengendalikan lingkungan. Sedangkan individu yang tidak memiliki penguasaan lingkungan akan kesusahan mengelola urusan, merasa tidak mampu mengatur atau memperbaiki konteks disekitarnya, dan tidak menyadari peluang disekitarnya.

5. Tujuan hidup

Individu yang mempunyai tujuan hidup baik akan mempunyai tujuan dalam hidup yang terarah. Sedangkan individu yang tidak mempunyai tujuan hidup akan tidak mempunyai rasa makna dalam hidup, tidak mempunyai arah, tidak melihat tujuan dalam kehidupan lampau, dan tidak mempunyai pandangan atau keyakinan yang memberi makna hidup.

6. Pertumbuhan pribadi

Individu yang mempunyai pertumbuhan pribadi baik akan mempunyai perasaan untuk berkembang, terbuka dalam pengalaman baru, menyadari potensi yang dimiliki. Sedangkan individu yang tidak mempunyai pertumbuhan pribadi akan merasa *stagnan*, tidak mempunyai rasa peningkatan, merasa bosan, merasa tidak mampu mengembangkan sikap atau perilaku baru. dan tidak tertarik dengan kehidupan.³⁰

³⁰ Carol D. Ryff dan Corey Lee M. Keyes, "The structure of psychological well-being revisited.," *Journal of personality and social psychology* 69, no. 4 (1995): 719.

G. Metode Penelitian

Metode penelitian merupakan cara ilmiah untuk memperoleh data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Ada empat hal yang harus diperhatikan, yakni cara ilmiah, data, tujuan, dan kegunaan. Cara ilmiah adalah aktivitas penelitian berdasarkan pada ciri-ciri keilmuan, seperti rasional, empiris, dan sistematis. Rasional artinya aktivitas penelitian dilaksanakan secara masuk akal agar dapat dijangkau oleh penalaran manusia. Empiris artinya cara-cara yang dilaksanakan itu dapat dilihat oleh pancaindra manusia agar orang lain mampu mengetahui cara-cara yang digunakan. Sistematis artinya sebuah proses yang digunakan dalam penelitian menggunakan langkah-langkah yang bersifat logis.³¹ Untuk dapat melakukan penelitian terhadap permasalahan seperti penjelasan di atas, peneliti menggunakan metode berikut ini:

1. Pendekatan dan jenis penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi objek yang alamiah. Instrumen kunci pada penelitian kualitatif adalah peneliti.³² Jenis penelitian yang peneliti gunakan adalah penelitian studi kasus. Studi kasus merupakan rangkaian kegiatan ilmiah yang dilakukan secara intensif, terinci, dan mendalam mengenai suatu program, peristiwa, dan aktivitas. Baik pada tingkat individu, kelompok, lembaga, atau organisasi untuk mendapatkan pengetahuan mendalam mengenai suatu peristiwa. Peristiwa sebagai kasus

³¹ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Bandung: ALFABETA, cv, 2011), hlm. 2.

³² *Ibid.*, hlm. 9.

merupakan keadaan yang aktual (*real-life events*) sedang berlangsung, bukan hal yang telah lewat.³³

Pada penelitian ini berkaitan tentang bentuk pemberian dukungan yang dilakukan oleh keluarga dilihat berdasarkan struktur keluarga. Penelitian dilakukan secara mendalam, maksudnya peneliti juga melakukan identifikasi kondisi kesehatan mental mahasiswi akhir UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Angkatan 2017-2018 agar peneliti mengetahui pasti kondisi sebenarnya.

2. Sumber data

Sumber data pada penelitian ini, yakni sumber data primer, sumber data primer merupakan sumber yang berkaitan dengan subjek yang didapatkan secara langsung. Adapun sumber data primer penelitian ini, yaitu mahasiswi akhir UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Angkatan 2017-2018 dan keluarga mahasiswi.

3. Subjek dan objek penelitian

a. Subjek penelitian

Subjek penelitian ini, yaitu mahasiswi akhir UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Angkatan 2017-2018 yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi *Covid-19* dan subjek pendukung yaitu keluarga mahasiswi. Adapun penetapan subjek penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, yakni teknik pengambilan sampel sumber data dengan

³³ Mudjia Rahardjo, "Studi kasus dalam penelitian kualitatif: konsep dan prosedurnya", Disampaikan pada mata kuliah Metode Penelitian, (Malang: Sekolah Pascasarjana Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, Januari 2017), hlm. 3.

pertimbangan tertentu seperti orang yang dianggap paling mengerti tentang topik yang diteliti.³⁴

Subjek penelitian ini merupakan mahasiswi akhir UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta berjumlah delapan mahasiswi yang dipilih masing-masing satu mahasiswi setiap fakultas, yaitu mahasiswi Fakultas Adab dan Ilmu budaya, mahasiswi Fakultas Dakwah dan Komunikasi, mahasiswi Syariah dan Hukum, mahasiswi Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, mahasiswi Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam, mahasiswi Fakultas Sains dan Teknologi, mahasiswi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, dan mahasiswi Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam.

Peneliti dan subjek menyepakati atas kerahasiaan identitas subjek, sehingga dalam penelitian ini nama subjek disamarkan. Kriteria yang menjadi subjek yaitu:

- Mahasiswi SI Angkatan 2017-2018
- Sedang mengerjakan skripsi
- Masing-masing mahasiswi memiliki kriteria struktur keluarga, yaitu mahasiswi yang tinggal bersama orangtua, mahasiswi yang tinggal bersama orangtua tunggal, atau mahasiswi yang tinggal di kos.
- Domisili D.I. Yogyakarta

³⁴ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*.hlm.218-219

b. Objek penelitian

Objek penelitian merupakan fenomena yang diteliti oleh peneliti. Objek penelitian ini, yaitu kesehatan mental dan dukungan sosial keluarga bagi mahasiswi di masa pandemi *Covid-19*.

c. Lokasi penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Yogyakarta, yakni dengan mahasiswi akhir Angkatan 2017-2018 yang sedang menempuh pendidikan di kampus UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang beralamat di Jalan Marsda Adisucipto, Yogyakarta. UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta memiliki 8 fakultas serta pascasarjana dengan program studi pada tabel berikut ini³⁵:

Tabel 1. Fakultas dan Program Studi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Fakultas	Program Studi
Fakultas Ushuludin dan Pemikiran Islam	S1 Aqidah dan Filsafat S1 Perbandingan Agama S1 Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir S1 Ilmu Hadis S1 Sosiologi Agama S2 Agama dan Filsafat
Fakultas Syariah dan Hukum	S1 Al-Ahwal al-Syakhsyiyah/Hukum Keluarga S1 Perbandingan Madzhab S1 Siyasah/Hukum Ketatanegaraan Islam S1 Muamalat/Hukum Perdata dan Bisnis Islam S1 Ilmu Hukum S2 Hukum Islam
Fakultas Adab dan Ilmu Budaya	S1 Bahasa dan Sastra Arab S1 Sejarah dan Kebudayaan Islam S1 Ilmu Perpustakaan D3 Ilmu Perpustakaan S1 Sastra Inggris
Fakultas Dakwah dan Komunikasi	S1 Komunikasi dan Penyiaran Islam Konsentrasi Broadcasting Konsentrasi Jurnalistik S1 Bimbingan dan Konseling Islam

³⁵ UIN SUKA, "Fakultas", <https://uin-suka.ac.id/id/page/universitas/120>, diakses pada tanggal 3 Mei 2022.

Fakultas	Program Studi
	Konsentrasi Konseling Islam pada Keluarga dan Masyarakat Konsentrasi Konseling Islam pada Sekolah/Madrasah S1 Pengembangan Masyarakat Islam S1 Manajemen Dakwah Konsentrasi Manajemen Sumber Daya Manusia Konsentrasi Manajemen Lembaga Keuangan Islam S1 Ilmu Kesejahteraan Sosial
Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan	S1 Pendidikan Agama Islam S1 Pendidikan Bahasa Arab S1 Manajemen Pendidikan Islam S1 Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah S1 Pendidikan Guru Raudhatul Athfal S1 Pendidikan Matematika S1 Pendidikan Kimia S1 Pendidikan Biologi S1 pendidikan Fisika S2 Pendidikan Islam S2 Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah S2 Pendidikan Guru Raudhatul Athfal
Fakultas Sains dan Teknologi	S1 Matematika S1 Fisika Konsentrasi Elektronika dan Instrumentasi Konsentrasi Fisika Matrial Konsentrasi Atom dan Inti Konsentrasi Astrofisika Konsentrasi Geofisika S1 Kimia S1 Biologi S1 Teknik Informatika S1 Teknik Industri S2 Informatika
Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam	S1 Ekonomi Syari'ah S1 Perbankan Syari'ah S1 Akuntansi Syari'ah S1 Keuangan Syari'ah
Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora	S1 Psikologi S1 Sosiologi S1 Ilmu Komunikasi Konsentrasi Public Relations Konsentrasi Advertising
Pascasarjana	S2 interdisciplinary Islamic Studies Konsentrasi Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial

Fakultas	Program Studi
	Konsentrasi Studi Ilmu Perpustakaan S3 Studi Islam

Sumber: Website UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

4. Metode pengumpulan data

a. Wawancara

Penelitian ini menggunakan metode wawancara agar mendapatkan data yang diperlukan. Teknik wawancara yang peneliti pakai, yaitu wawancara semiterstruktur yang termasuk kategori jenis wawancara *in-dept-interview* (wawancara mendalam), dalam proses pelaksanaannya lebih bebas daripada dengan wawancara terstruktur.³⁶

Metode wawancara digunakan agar memperoleh informasi tentang kondisi kesehatan mental mahasiswi akhir UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Angkatan 2017-2018 di masa pandemi *Covid-19* dan bentuk dukungan sosial keluarga berdasarkan struktur keluarga. Dalam penelitian ini, peneliti menetapkan satu subjek dari setiap fakultas yang ada di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Peneliti memperoleh subjek disetiap fakultas melalui rekan peneliti yang mengetahui mahasiswi UIN yang memenuhi kriteria untuk di jadikan subjek. Peneliti mendapatkan kontak *whatsapp* subjek dari rekan, setelah itu peneliti melakukan perkenalan dengan subjek. Peneliti dan subjek melakukan kesepakatan dalam melakukan wawancara secara langsung. Tempat dilakukannya wawancara yakni lingkungan kampus UIN Sunan Kalijaga, kafe, dan kos subjek. Durasi dalam wawancara kurang lebih 1 jam. Peneliti

³⁶ *Ibid.*, hlm. 233.

melakukan wawancara kembali secara *online* apabila memerlukan data tambahan.

b. Dokumentasi

Dokumentasi adalah catatan suatu peristiwa yang telah berlalu. Dokumen dapat berbentuk gambar, tulisan, maupun karya-karya dari seseorang. Dokumen yang berbentuk gambar, misalnya gambar hidup, foto, sketsa, dan lain-lain. Dokumen yang berbentuk karya, misalnya karya seni yang dapat berbentuk gambar, patung, film, dan lain-lain.³⁷ Dokumentasi pada penelitian ini berupa tulisan yang peneliti dapatkan dari *website* UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

5. Analisis data

Analisis data merupakan sebuah proses menyusun dengan cara sistematis data yang diperoleh dari hasil pengumpulan data dengan cara menyusun ke dalam pola, mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, dan memilih mana yang penting dan akan dipelajari, serta membuat kesimpulan agar mudah dipahami oleh peneliti maupun pembaca.³⁸

Menurut Miles dan Huberman, kegiatan dalam analisis data kualitatif dilakukan dengan cara interaktif dan berlangsung dengan cara terus menerus sampai datanya sudah jenuh. Kegiatan analisis data, yakni sebagai berikut:

³⁷ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, hlm. 240.

³⁸ *Ibid.*, hlm. 244.

a. Reduksi data

Data yang didapatkan dari lapangan jumlahnya banyak, dengan demikian perlu dicatat secara rinci dan teliti. Semakin lama peneliti ke lapangan, data yang diperoleh semakin banyak dan rumit. Oleh karena itu, dilakukan analisis data dengan reduksi data. Mereduksi data, yaitu merangkum dan memilah hal-hal yang pokok, serta fokus pada hal-hal yang penting. Menemukan tema dan juga polanya sehingga data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas. Dengan demikian dapat mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya dan mencarinya apabila diperlukan.

b. Penyajian Data

Penyajian data dapat dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, maupun hubungan antar kategori, dan diagram alir. Penyajian data yang sering digunakan dalam penelitian kualitatif adalah teks yang bersifat naratif. Selain teks yang naratif bisa juga berupa matrik, grafik, *network* (jejaring kerja), dan *chart*. Adanya menyajikan data dapat mempermudah untuk memahami pada apa yang terjadi dan merencanakan kerja berikutnya berdasarkan pada apa yang telah dipahami. Penyajian data ini merupakan hasil dari wawancara yang dilakukan oleh peneliti. Data disajikan dalam bab II dan III.

c. Penarikan kesimpulan

Kesimpulan pada penelitian kualitatif merupakan temuan baru yang sebelumnya belum ada. Temuan dapat berupa deskripsi maupun gambaran suatu objek yang sebelumnya masih belum jelas, namun setelah melakukan

penelitian menjadi jelas. Dapat berupa teori, hubungan kausal atau interaktif.³⁹ Tujuan penarikan kesimpulan agar membuat jadi ringkas poin-poin yang ada pada jawaban rumusan masalah yang telah ditetapkan serta mengetahui hasil dari penelitian yang telah dilakukan, yaitu kesehatan mental dan dukungan sosial keluarga bagi mahasiswi di masa pandemi *Covid-19*. Hasil penarikan kesimpulan disajikan dalam bab IV.

6. Teknik Validasi data

Untuk memastikan data valid atau tidak, peneliti menggunakan metode triangulasi. Triangulasi dalam pengujian kredibilitas ini sebagai pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara, dan berbagai waktu. Terdapat berbagai jenis triangulasi, yaitu triangulasi teknik pengumpulan data, triangulasi waktu, dan triangulasi sumber. Pada penelitian ini dilakukan keabsahan data dengan teknik triangulasi sumber, yakni mengecek data yang telah didapatkan melalui beberapa sumber.⁴⁰ Langkah yang dilakukan yaitu membandingkan hasil wawancara mahasiswi akhir UIN Sunan Kalijaga Angkatan 2017-2018 dengan hasil wawancara keluarga mahasiswi.

³⁹ *Ibid.*, hlm. 247-253.

⁴⁰ *Ibid.*, hlm. 273-274.

H. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan skripsi berguna untuk memudahkan pembaca dalam memahami isi skripsi ini yang terbagi menjadi 4 bab, sebagai berikut ini:

BAB I Yaitu pendahuluan, yang mencakup latar belakang, rumusan masalah, tujuan penulisan, manfaat penulisan, kajian pustaka, kerangka teori, metode penelitian, dan sistematika pembahasan.

BAB II Yaitu membahas hasil penelitian yang telah dilakukan, yaitu menjelaskan kondisi kesehatan mental mahasiswi akhir UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

BAB III Membahas hasil penelitian yang telah dilakukan, yakni menjelaskan bentuk dukungan sosial keluarga berdasarkan struktur keluarga.

BAB IV Yaitu penutup yang terdiri dari kesimpulan terhadap hasil penelitian dan juga saran.

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian terkait Kesehatan mental dan dukungan keluarga bagi mahasiswa di masa pandemi *Covid-19* pada studi kasus mahasiswa akhir UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, maka peneliti mengambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Mahasiswa akhir UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Angkatan 2017-2018 saat mengerjakan skripsi di masa pandemi *Covid-19* yaitu merasakan stres, cemas, takut, dan tertekan. Kondisi kesehatan mental yang dideskripsikan melalui enam dimensi kesejahteraan psikologis. Mahasiswa yang memiliki kesejahteraan psikologis baik ditandai dengan mampu memenuhi dimensi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan terhadap lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Angkatan 2017-2018 yang tengah mengerjakan skripsi di masa pandemi *Covid-19* yang memiliki kesejahteraan psikologis kurang baik ditandai dengan tidak tercapainya dimensi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan terhadap lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Delapan subjek mahasiswa Akhir UIN Sunan Kalijaga Angkatan 2017-2018 memiliki dimensi hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Penyebab tidak terpenuhinya dimensi penerimaan diri, yaitu adanya pandemi yang menghambat penyelesaian

skripsi, tidak terpenuhinya dimensi otonomi karena mahasiswi masih bergantung dengan orang lain dalam penyelesaian skripsi, tidak tercapainya dimensi penguasaan terhadap lingkungan, yaitu karena mahasiswi tidak mampu menciptakan strategi terkait hambatan menyelesaikan skripsi di masa pandemi.

2. Mahasiswi yang tinggal bersama orangtua mendapatkan dukungan sosial emosional, penghargaan, instrumental, dan informasi. Mahasiswi yang tinggal bersama orangtua tunggal mendapatkan dukungan sosial emosional, informasi, dan instrumental. Mahasiswi yang tinggal bersama kedua orangtua mendapatkan dukungan lebih lengkap dibandingkan mahasiswi yang tinggal bersama orangtua tunggal. Tidak terpenuhinya dukungan penghargaan karena orangtua informan yang bekerja hampir tiap hari sehingga tidak mengetahui pencapaian yang dilakukan informan. Mahasiswi yang tinggal di kos tidak mendapatkan dukungan emosional terkait skripsi karena orangtua lebih utama menanyakan kabar dan kesehatan. Akan tetapi, mereka mendapatkan dukungan instrumental berupa pemenuhan fasilitas yang menunjang skripsi dan keuangan, tetapi tidak mendapatkan bantuan langsung karena hubungan jarak jauh. Mahasiswi yang tinggal di kos mendapatkan dukungan sosial penghargaan dan dukungan sosial informasi ketika mahasiswi mengkomunikasikan skripsinya.

B. Saran

1. Saran untuk keluarga subjek

Keluarga hendaknya meningkatkan intensitas komunikasi dengan subjek dan meningkatkan pemberian dukungan agar meningkatkan semangat untuk mengerjakan skripsi.

2. Saran untuk penelitian selanjutnya

Agar dapat meningkatkan hasil penelitian yang semakin akurat, ada baiknya bila dalam penelitian selanjutnya menggunakan jenis penelitian kuantitatif yang menyajikan data berupa angka-angka. Selain itu, hendaknya memperluas informan, seperti informan berjenis kelamin laki-laki agar dapat melihat perbandingan berdasarkan analisis gender.

DAFTAR PUSTAKA

A. Buku

Prof. Dr. Sugiono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: ALFABETA, cv, 2011.

Robert A. Baron dan Dona Byrae. *Psikologi Sosial*. Edisi Kesepuluh. Jakarta: Erlangga, 2003.

Shelley E. Taylor, Letitia Anne Peplau, dan David O. Sears. *Psikologi Sosial*. Edisi Kedua Belas. Jakarta: Kencana, 2009.

B. Jurnal dan Skripsi

Adicondro, Nobelina, dan Alfi Purnamasari. “Efikasi diri, dukungan sosial keluarga dan self regulated learning pada siswa kelas VIII.” *Jurnal Humanitas* 8, no. 1 (Januari 2011): 18–27.

Ahadiyah, Laili. “Identifikasi Bentuk Dukungan Sosial Siswa Reguler Pada Siswa Berkebutuhan Khusus (ABK) di Sekolah Inklusi Tingkat SMP Kota Malang.” Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, 2016.

Anandar, Rivanlee, Budhi Wibhawa, dan Hery Wibowo. “Dukungan sosial terhadap anak jalanan di rumah singgah.” *Share: Social Work Journal* 5, no. 1 (2015): 81–88.

Astuti, Tri Puji, dan Sri Hartati. “Dukungan sosial pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi (studi fenomenologis pada mahasiswi Fakultas Psikologi UNDIP).” *Jurnal Psikologi* 12, no. 1 (April 2013): 1–13.

Cahyanti, Lina. “Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi General Anestesi di RS PKU Muhammadiyah Gamping.” Skripsi, Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, 2020.

Ernawati, Lilis, dan Diana Rusmawati. “Dukungan sosial orang tua dan stres akademik pada siswa smk yang menggunakan kurikulum 2013.” *Jurnal Empati* 4, no. 4 (Oktober 2015): 26–31.

- Estiane, Uthia. "Pengaruh dukungan sosial sahabat terhadap penyesuaian sosial mahasiswa baru di lingkungan perguruan tinggi." *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental* 4, no. 1 (April 2015): 29–40.
- Fernando, Tantio, dan Diana Elfida. "Kedekatan remaja pada ibu: Pendekatan indigenous psychology." *Jurnal Psikologi* 13, no. 2 (2017): 150–61.
- Fitria, Yeni, dan Rahmawati Maulidia. "Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kesehatan Jiwa Remaja Di Smpn Kota Malang." *Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti* 6, no. 2 (2019): 43–53.
- Hanurawan, Fattah. "Strategi pengembangan kesehatan mental di lingkungan sekolah." *Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 1, no. 1 (Juni 2012): 93.
- Hardianti, Dian, Jamaluddin Hos, dan Sarpin Sarpin. "Bentuk Dukungan Keluarga dalam Menjaga Kesehatan Mental Lansia." *Jurnal Kesejahteraan dan Pelayanan Sosial* 1, no. 2 (November 2020): 138–47.
- Kartika, Rira. "Analisis Faktor Munculnya Gejala Stres pada Mahasiswa Akibat Pembelajaran Jarak Jauh di Masa Pandemi Covid-19." *journal preprint policies psyarxiv* 1 (Agustus 2020).
- Maharani Fitriani Nugroho. "Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Narapidana Pelaku Klitih (Studi Kasus di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Yogyakarta)." Skripsi, Jurusan IKS Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga, 2021. https://digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/47104/1/16250063_BAB-I_IV-atau-V_DAFTAR-PUSTAKA.pdf.
- Muslim, Moh. "Manajemen stress pada masa pandemi covid-19." *ESENSI: Jurnal Manajemen Bisnis* 23, no. 2 (Agustus 2020): 192–201.
- Ningtiyas, Lina. "Gambaran Strategi Koping Mahasiswa Tingkat Akhir yang Menyelesaikan Skripsi di Masa Pandemi Corona Virus Disease (Covid-19)." Skripsi, Universitas Muhammadiyah Jember, 2021.
- Novita Salma Khairunnisa. "Dukungan Sosial Orangtua Terhadap Pembelajaran Online Siswa SDLB C Wiyata Dharma 2 Sleman." Skripsi, Jurusan IKS Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga, 2021. https://digilib.uin-suka.ac.id/cgi/search/archive/simple?screen=Search&dataset=archive&order=&q=dukungan+sosial&_action_search=Search.
- Purbawati, Christina, Lathifah Nurul Hidayah, dan Markhamah Markhamah. "Dampak Social Distancing Terhadap Kesejahteraan Pedagang di Pasar

Tradisional Kartasura Pada Era Pandemi Korona.” *Jurnal Ilmiah Muqoddimah: Jurnal Ilmu Sosial, Politik dan Hummanioramania* 4, no. 2 (Agustus 2020): 156–64.

Rahardjo, Mudjia. “Studi kasus dalam penelitian kualitatif: konsep dan prosedurnya.” Disampaikan pada mata kuliah Metode Penelitian, Malang Sekolah Pascasarjana Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, Januari 2017.

Ryff, Carol D., dan Corey Lee M. Keyes. “The structure of psychological well-being revisited.” *Journal of personality and social psychology* 69, no. 4 (1995): 719.

Santoso, Meilanny Budiarti. “Kesehatan mental dalam perspektif pekerjaan sosial.” *Share: Social Work Journal* 6, no. 1 (2016): 148–53.

Sulistiowati, Ni Made Dian, Budi Anna Keliat, Besral Besral, dan Abdul Wakhid. “Gambaran dukungan sosial terhadap kesejahteraan emosional, psikologi dan sosial pada kesehatan jiwa remaja.” *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal* 8, no. 2 (Oktober 2018): 116–22.

Wahyuni, Esa Nur, dan Khairul Bariyyah. “Apakah spiritualitas berkontribusi terhadap kesehatan mental mahasiswa?” *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia* 5, no. 1 (Juni 2019): 46–53.

Widyastuti, Retno Juli. “Pengaruh self efficacy dan dukungan sosial keluarga terhadap kemantapan pengambilan keputusan karir siswa.” *Jurnal BK Unesa* 3, no. 1 (2013): 231–38.

C. Internet

Indonesia, WHO. “Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) World Health Situation Report - 1.” Diakses 22 April 2021. https://cdn.who.int/media/docs/default-source/searo/indonesia/covid19/who-indonesia-situation-report-1.pdf?sfvrsn=6be5b359_0.

PusdiklatKemendikbud, R. I. “Surat Edaran Mendikbud No 4 Tahun 2020 Tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan Dalam Masa Darurat Penyebaran Corona Virus Disease (Covid-19).” Diakses 30 April 2021. <https://pusdiklat.kemdikbud.go.id/surat-edaran-mendikbud-no-4-tahun-2020-tentang-pelaksanaan-kebijakan-pendidikan-dalam-masa-darurat-penyebaran-corona-virus-disease-covid-1-9/>.

UIN SUKA. “Fakultas.” Diakses 3 Mei 2022. <https://uin-suka.ac.id/id/page/universitas/120>.

UIN SUKA. “Visi, Misi, dan Tujuan.” Diakses 29 September 2021. <https://www.uin-suka.ac.id/id/page/universitas/60-Visi-misi-tujuan>.

Satuan Tugas Penanganan COVID-19. “Peta Sebaran COVID-19.” Diakses 22 April 2021. <https://covid19.go.id/peta-sebaran-covid19>.

WHO. “Mental health.” Diakses 3 Agustus 2021. <https://www.who.int/westernpacific/health-topics/mental-health>.

D. Wawancara

Bu Herawati. Orangtua DS, Mahasiswi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta secara *online*, 19 Februari 2022.

Bu Kadaryati. Orangtua NM, Mahasiswi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta secara *online*, 18 Februari 2022.

Bu Pujiyati. Orangtua LF, Mahasiswi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta secara *online*, 18 Februari 2022.

CS. Mahasiswi Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 28 Januari 2022.

DS. Mahasiswi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 20 November 2021.

DS. Mahasiswi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta secara *online*, 22 Februari 2022.

IR. Mahasiswi Fakultas Adab dan Ilmu Budaya UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 17 Desember 2021.

IS. Mahasiswi Fakultas Sains dan Teknologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 25 November 2021.

LF. Mahasiswi Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 06 Januari 2022.

LF. Mahasiswi Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta secara *online*, 22 Februari 2022.

NM. Mahasiswi Fakultas Syariah dan Hukum UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 19 November 2021.

NM. Mahasiswi Fakultas Syariah dan Hukum UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta secara *online*, 22 Februari 2022.

Pak Fahrudin. Orangtua CS, Mahasiswi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 14 Februari 2022.

SK. Mahasiswi Fakultas Ekonomi dan Bisnis UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 19 Desember 2021.

SK. Mahasiswi Fakultas Ekonomi dan Bisnis UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta secara *online*, 22 Februari 2022.

WF. Mahasiswi Fakultas Ushuludin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 18 Januari 2022.



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA