



PERSEPSI KEIMANAN ISLAM TERHADAP KEPATUHAN MINUM OBAT PADA MAHASISWA DENGAN GANGGUAN KECEMASAN

Liatre¹, Sunah Sartika², Sindi Antika³, Rahmayani⁴, Imelda⁵

Pusat Penelitian Kesehatan dan Psikologi Indonesia¹²³⁴⁵

e-mail : liatre@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji persepsi keimanan Islam terhadap kepatuhan minum obat pada mahasiswa yang mengalami gangguan kecemasan. Mengingat kesehatan mental merupakan aspek penting dalam menunjang keberhasilan akademik dan kualitas hidup, peran keimanan Islam sebagai landasan spiritual diharapkan dapat meningkatkan kepatuhan pengobatan. Metode yang digunakan adalah systematic literature review dengan mengkaji berbagai penelitian terkini yang membahas hubungan antara keimanan, kesehatan mental, dan kepatuhan minum obat pada populasi mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa dengan persepsi keimanan yang moderat dan pemahaman agama yang komprehensif cenderung menerima pengobatan medis sebagai bagian dari ikhtiar menjaga kesehatan, sehingga tingkat kepatuhan minum obat meningkat. Sebaliknya, stigma negatif dan pemahaman agama yang kaku menjadi penghambat utama kepatuhan. Penelitian ini menegaskan pentingnya integrasi nilai-nilai keislaman dalam layanan kesehatan mental di lingkungan kampus sebagai upaya meningkatkan kesejahteraan holistik mahasiswa. Implikasi praktis dari temuan ini adalah perlunya pengembangan program edukasi dan konseling yang menggabungkan pendekatan agama dan medis untuk mengoptimalkan kepatuhan pengobatan pada mahasiswa dengan gangguan kecemasan.

Kata Kunci: Keimanan Islam, Kepatuhan Minum Obat, Gangguan Kecemasan, Mahasiswa, Kesehatan Mental

ABSTRACT

This study aims to examine the perception of Islamic faith on medication adherence in university students who experience anxiety disorders. Given that mental health is an important aspect in supporting academic success and quality of life, the role of Islamic faith as a spiritual foundation is expected to improve medication adherence. The method used was a systematic literature review by reviewing various recent studies that discuss the relationship between faith, mental health, and medication adherence in the student population. The results showed that students with moderate perceptions of faith and a comprehensive understanding of religion tend to accept medical treatment as part of efforts to maintain health, resulting in increased medication adherence. In contrast, negative stigma and rigid religious understanding were the main barriers to adherence. This study emphasizes the importance of integrating Islamic values in mental health services on campus as an effort to improve students' holistic well-being. The practical implication of these findings is the need to develop educational and counseling programs that combine religious and medical approaches to optimize medication adherence in college students with anxiety disorders.

Keywords: Islamic faith, medication adherence, anxiety disorders, university students, mental health

PENDAHULUAN

Gangguan kecemasan merupakan salah satu gangguan mental yang paling umum dialami oleh mahasiswa, terutama pada masa transisi kehidupan dari remaja menuju dewasa awal. Berdasarkan temuan dari beberapa studi, mahasiswa menunjukkan prevalensi tinggi terhadap kecemasan akibat tekanan akademik, sosial, dan ekonomi (Farrer et al., 2016; Eisenberg et al., 2007). Kondisi ini memengaruhi kesejahteraan psikologis dan performa akademik mahasiswa, sehingga memerlukan penanganan medis yang tepat, termasuk konsumsi obat secara teratur. Namun, kepatuhan minum obat sering kali menjadi tantangan tersendiri bagi penderita gangguan kecemasan.

Beberapa studi menunjukkan bahwa tingkat kepatuhan terhadap pengobatan pada pasien dengan gangguan kecemasan tergolong rendah, bahkan di kalangan mahasiswa (Bystritsky et al., 2008; Demyttenaere et al., 2001). Faktor-faktor seperti ketidaknyamanan terhadap efek samping, stigma penggunaan obat psikiatri, serta rendahnya pemahaman terhadap pentingnya pengobatan jangka panjang menjadi penyebab umum. Namun, terdapat dimensi lain yang jarang diteliti secara mendalam, yaitu pengaruh keimanan atau keyakinan religius terhadap kepatuhan pengobatan, khususnya dalam konteks mahasiswa Muslim.

Dalam ajaran Islam, keimanan terhadap takdir, penyakit, dan kesembuhan memiliki pengaruh besar terhadap cara pandang individu terhadap upaya medis. Prinsip tawakal (berserah diri kepada Allah setelah berikhtiar) sering kali dipahami secara berbeda oleh tiap individu. Sebagian menganggap bahwa cukup dengan doa dan ibadah, tanpa harus minum obat, maka kesembuhan akan datang (Koenig, 2007). Sementara itu, ajaran Islam justru mendorong umatnya untuk berikhtiar, termasuk melalui pengobatan medis (Yusuf al-Qaradawi, 1997). Oleh karena itu, pemahaman yang tepat mengenai keimanan Islam sangat diperlukan untuk memastikan bahwa kepercayaan religius justru mendukung, bukan menghambat, kepatuhan terhadap pengobatan.

Beberapa penelitian sebelumnya telah meneliti peran religiusitas terhadap perilaku kesehatan. Koenig et al. (2012) dalam tinjauan sistematisnya menemukan bahwa religiusitas memiliki hubungan positif terhadap kepatuhan pengobatan di berbagai populasi. Studi lain oleh Abu-Raiya dan Pargament (2015) menunjukkan bahwa orientasi religius yang positif dapat memperkuat penerimaan terhadap pengobatan dan terapi psikologis. Namun, temuan ini belum secara spesifik mengeksplorasi konteks mahasiswa Muslim dengan gangguan kecemasan, yang memiliki latar keagamaan dan kondisi psikologis yang unik.

Metode Systematic Literature Review (SLR) digunakan dalam kajian ini untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mensintesis temuan-temuan empiris terkait hubungan antara keimanan Islam dan kepatuhan minum obat. Dengan mengacu pada studi-studi terpublikasi di database akademik seperti Scopus, PubMed, dan Google Scholar dalam rentang tahun 2010–2024, penelitian ini berupaya menyusun gambaran menyeluruh mengenai bagaimana persepsi keagamaan berkontribusi terhadap perilaku minum obat, khususnya di kalangan mahasiswa. Strategi pencarian sistematis menggunakan kata kunci seperti “Islamic faith,” “medication adherence,” “anxiety disorders,” dan “Muslim students”.

SLR ini dilakukan dengan mengikuti tahapan yang telah distandarisasi, yaitu identifikasi literatur, seleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, ekstraksi data, analisis tematik, dan sintesis hasil. Dari proses tersebut, diharapkan diperoleh pemahaman yang lebih tajam tentang bagaimana persepsi keimanan Islam—baik dari sisi teologi maupun praktik



ibadah—berkorelasi dengan tingkat kepatuhan minum obat pada mahasiswa yang mengalami gangguan kecemasan. Selain itu, analisis ini juga akan mengidentifikasi potensi hambatan atau mispersepsi keagamaan yang dapat mengurangi kepatuhan terhadap pengobatan.

Dengan adanya pendekatan sistematis ini, kajian ini tidak hanya memberikan kontribusi teoritis terhadap pengembangan konsep integrasi antara keimanan dan perilaku kesehatan mental, tetapi juga dapat menjadi rujukan praktis bagi tenaga kesehatan, konselor kampus, dan pendidik dalam merancang intervensi berbasis spiritual. Pendekatan spiritual yang tepat dapat memperkuat efektivitas terapi medis dan meningkatkan keberhasilan pengobatan secara keseluruhan.

Dengan demikian, penelitian ini penting dilakukan untuk menjawab kekosongan literatur yang secara spesifik membahas hubungan antara persepsi keimanan Islam dan kepatuhan minum obat pada mahasiswa dengan gangguan kecemasan. Hasil dari Systematic Literature Review ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam mengembangkan pendekatan interdisipliner yang lebih kontekstual, relevan, dan aplikatif dalam dunia pendidikan dan kesehatan mental mahasiswa di lingkungan mayoritas Muslim.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan Systematic Literature Review (SLR) sebagai metode utama dalam pengumpulan, seleksi, analisis, dan sintesis data. Metode ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk menelaah secara sistematis dan terstruktur terhadap literatur ilmiah yang relevan dengan topik penelitian, yakni persepsi keimanan Islam dan kepatuhan minum obat pada mahasiswa dengan gangguan kecemasan. Pendekatan ini juga bertujuan untuk mengidentifikasi kesenjangan penelitian, memperkuat landasan teoritis, serta merumuskan rekomendasi berbasis bukti dari studi-studi sebelumnya.

SLR dilakukan dengan mengikuti tahapan yang terstruktur sebagaimana yang dianjurkan dalam panduan Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA). Tahapan tersebut meliputi: (1) identifikasi masalah dan rumusan pertanyaan penelitian, (2) pencarian dan seleksi literatur berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, (3) ekstraksi data dari literatur yang terpilih, (4) analisis tematik terhadap hasil penelitian terdahulu, serta (5) penyusunan sintesis temuan sebagai dasar pembahasan.

Pada tahap pertama, peneliti merumuskan pertanyaan penelitian sebagai dasar pencarian literatur, yaitu: "Bagaimana persepsi keimanan Islam memengaruhi kepatuhan minum obat pada mahasiswa dengan gangguan kecemasan?" Pertanyaan ini menjadi panduan dalam menyusun strategi pencarian artikel yang relevan. Selanjutnya, tahap pencarian literatur dilakukan secara sistematis melalui beberapa basis data akademik terkemuka, antara lain: Scopus, ScienceDirect, PubMed, Google Scholar, dan DOAJ. Proses pencarian menggunakan kombinasi kata kunci dalam bahasa Inggris dan Indonesia, seperti: "Islamic faith", "religiosity", "medication adherence", "mental health", "anxiety disorder", "university students", "Muslim beliefs", dan "kecemasan pada mahasiswa". Pencarian dibatasi pada artikel yang diterbitkan antara tahun 2010 hingga 2024, dengan pertimbangan agar mencakup studi terkini dan relevan dengan konteks kekinian.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi: (1) artikel yang merupakan hasil penelitian empiris (baik kuantitatif, kualitatif, maupun campuran), (2) membahas hubungan antara keimanan atau religiositas Islam dan perilaku kepatuhan terhadap pengobatan, (3) fokus

pada populasi remaja atau dewasa muda, khususnya mahasiswa, dan (4) tersedia dalam teks lengkap. Sementara itu, kriteria eksklusi mencakup: (1) artikel yang hanya bersifat teoretis atau opini, (2) tidak tersedia dalam teks lengkap, (3) tidak berbahasa Indonesia atau Inggris, serta (4) fokus pada populasi non-Muslim atau konteks agama lain.

Setelah proses pencarian, artikel-artikel yang diperoleh diseleksi berdasarkan judul dan abstrak terlebih dahulu, kemudian dilanjutkan dengan telaah isi penuh (full-text review). Data dari artikel yang lolos seleksi kemudian diekstraksi menggunakan format tabel yang memuat informasi penting seperti: nama penulis dan tahun publikasi, tujuan penelitian, desain dan metode, populasi dan sampel, temuan utama, serta kesimpulan yang berkaitan dengan topik penelitian.

Tahap selanjutnya adalah analisis tematik, yaitu mengelompokkan temuan-temuan dari berbagai studi ke dalam tema-tema utama yang muncul secara berulang. Tema yang dianalisis dalam penelitian ini mencakup: (1) bentuk persepsi keimanan Islam terhadap penyakit dan pengobatan, (2) pengaruh religiusitas terhadap kepatuhan pengobatan, (3) hambatan spiritual dalam kepatuhan minum obat, serta (4) integrasi pendekatan keagamaan dalam pelayanan kesehatan mental bagi mahasiswa.

Terakhir, peneliti menyusun sintesis hasil berupa narasi yang menggabungkan seluruh temuan dalam kerangka pemahaman yang utuh. Sintesis ini tidak hanya memaparkan temuan utama dari masing-masing artikel, tetapi juga mengidentifikasi kesamaan, perbedaan, serta kontribusi dari setiap studi dalam menjawab pertanyaan penelitian. Selain itu, penelitian ini juga menyajikan analisis kritis terhadap keterbatasan metodologis dari literatur yang ditelaah, serta menyarankan arah penelitian lanjutan.

Dengan pendekatan SLR ini, diharapkan hasil penelitian dapat memberikan gambaran komprehensif dan mendalam mengenai hubungan antara keimanan Islam dan kepatuhan minum obat, khususnya dalam konteks mahasiswa yang mengalami gangguan kecemasan. Pendekatan ini juga memungkinkan peneliti untuk mengembangkan rekomendasi yang berbasis bukti bagi tenaga kesehatan, konselor, maupun pengambil kebijakan di lingkungan perguruan tinggi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

a. Persepsi Mahasiswa terhadap Keimanan Islam dalam Kehidupan Sehari-hari

Mahasiswa memandang keimanan Islam tidak hanya sebagai dimensi spiritual, tetapi juga sebagai fondasi moral dan etika dalam kehidupan sehari-hari. Islam dipahami oleh sebagian besar mahasiswa sebagai pedoman hidup yang mengatur hubungan vertikal dengan Tuhan (hablumminallah) dan horizontal dengan sesama manusia (hablumminannas). Dalam konteks kehidupan akademik, banyak mahasiswa mengaplikasikan nilai-nilai kejujuran, tanggung jawab, dan empati dalam interaksi sosial dan proses belajar. Keimanan dijadikan sebagai pengingat untuk tetap konsisten dalam menuntut ilmu, sabar dalam menghadapi ujian akademik, dan tawakal atas hasil yang diperoleh.

Namun, persepsi ini tidak seragam. Sebagian mahasiswa memiliki pemahaman keislaman yang lebih bersifat simbolik atau ritualistik. Mereka menjalankan ibadah sebagai kewajiban sosial atau rutinitas, tanpa menginternalisasi nilai-nilainya secara mendalam. Hal ini sering dipengaruhi oleh latar belakang keluarga, pendidikan agama sebelumnya, serta lingkungan sosial yang kurang mendukung

pemahaman agama secara reflektif. Di sisi lain, terdapat pula mahasiswa yang aktif menggali makna keimanan secara kritis dan kontekstual, melalui kajian Islam kampus, komunitas dakwah, serta interaksi dengan mentor spiritual.

Keimanan dalam konteks mahasiswa juga berkembang seiring dengan kemajuan teknologi dan arus informasi yang luas. Narasi keislaman tersebar melalui media sosial, baik dari perspektif moderat maupun ekstrem. Beberapa mahasiswa menjadi lebih spiritual setelah terpapar konten-konten dakwah digital, sementara yang lain menjadi skeptis akibat paparan berita negatif tentang agama. Oleh karena itu, penting adanya pembinaan keagamaan yang memperkuat pemahaman Islam wasathiyah (moderat), agar mahasiswa dapat mengaitkan ajaran Islam secara relevan dengan realitas kehidupannya, termasuk dalam pengambilan keputusan terkait kesehatan dan kepatuhan terhadap pengobatan.

b. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Persepsi Keimanan terhadap Kepatuhan Minum Obat

Persepsi mahasiswa tentang keimanan Islam sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal yang juga berkontribusi terhadap sikap mereka terhadap pengobatan. Faktor utama adalah latar belakang keluarga. Orang tua yang aktif mengajarkan nilai-nilai Islam secara seimbang sejak dini cenderung membentuk anak-anak yang memiliki pandangan positif terhadap pentingnya menjaga kesehatan dan mengikuti pengobatan medis. Sebaliknya, jika sejak kecil mereka dibesarkan dalam lingkungan yang memandang sakit sebagai hukuman Tuhan atau diuji tanpa harus berikhtiar medis, maka potensi ketidakpatuhan dalam minum obat bisa meningkat.

Faktor pendidikan formal juga sangat menentukan. Mahasiswa yang memperoleh pendidikan agama yang seimbang dan kontekstual, baik di pesantren modern maupun perguruan tinggi Islam, lebih mungkin memandang minum obat sebagai bentuk ikhtiar dan tanggung jawab terhadap amanah tubuh. Interaksi sosial seperti pergaulan dengan teman sebaya, keterlibatan dalam organisasi keagamaan, serta bimbingan dosen atau tokoh agama kampus juga membentuk persepsi mereka tentang hubungan antara agama dan pengobatan.

Pengaruh media sosial semakin menambah kompleksitas. Banyak mahasiswa memperoleh informasi kesehatan dan agama melalui platform digital. Jika mereka mengikuti ustaz atau penceramah yang menekankan pentingnya pengobatan medis sebagai bagian dari sunnah Nabi dan ikhtiar yang dianjurkan dalam Islam, maka mereka akan terdorong untuk patuh minum obat. Sebaliknya, jika yang mereka ikuti justru menyebarkan informasi yang tidak berbasis sains, seperti menyarankan mengganti obat dengan ruqyah semata, maka tingkat kepatuhan mereka dapat menurun. Dengan demikian, persepsi keimanan sangat dinamis dan dipengaruhi oleh integrasi antara pendidikan, pengalaman, dan ekosistem sosial tempat mahasiswa berada.

c. Peran Keimanan Islam dalam Mengatasi Gangguan Kecemasan Mahasiswa

Keimanan Islam memiliki kontribusi besar dalam membantu mahasiswa menghadapi dan mengelola gangguan kecemasan. Ajaran Islam tidak hanya memberikan nilai-nilai spiritual, tetapi juga membangun ketahanan psikologis melalui praktik-praktik ibadah dan penguatan makna hidup. Konsep seperti sabr (kesabaran), tawakal (berserah diri), dan syukur (bersyukur) memberi kerangka

psikospiritual yang membantu mahasiswa menenangkan pikiran, menerima kondisi diri, dan tetap optimis menghadapi masalah. Kegiatan seperti shalat, doa, dzikir, dan membaca Al-Qur'an terbukti memberikan efek terapeutik secara psikologis, membantu menurunkan gejala kecemasan, dan meningkatkan ketenangan batin.

Selain itu, komunitas keagamaan berperan penting sebagai sistem pendukung sosial yang dapat mencegah isolasi psikologis. Mahasiswa yang tergabung dalam kelompok pengajian atau organisasi dakwah biasanya memiliki jaringan sosial yang kuat, sehingga memiliki tempat untuk berbagi dan mendapatkan dukungan emosional. Di sisi lain, ajaran Islam mendorong umatnya untuk berikhtiar secara seimbang, termasuk dalam mencari bantuan profesional ketika mengalami gangguan psikologis. Nabi Muhammad SAW sendiri menyebutkan pentingnya pengobatan sebagai bagian dari sunnah.

Dengan demikian, keimanan yang sehat mendorong mahasiswa tidak hanya bertawakal secara spiritual, tetapi juga aktif menjalani pengobatan medis, termasuk minum obat secara rutin jika diresepkan dokter. Pemahaman ini memperkuat motivasi internal mahasiswa untuk menjaga keseimbangan antara usaha lahiriah dan batiniah dalam menjaga kesehatan mentalnya.

d. Tantangan dan Peluang Integrasi Keimanan dengan Kepatuhan Minum Obat

Salah satu tantangan utama dalam upaya mengintegrasikan keimanan Islam dengan kepatuhan minum obat adalah adanya stigma yang masih melekat bahwa gangguan mental, termasuk kecemasan, merupakan tanda kelemahan iman atau kurangnya spiritualitas. Pandangan ini membuat sebagian mahasiswa enggan berkonsultasi ke psikolog atau enggan menjalani terapi medis, termasuk minum obat. Mereka merasa bahwa cukup dengan doa, dzikir, atau berpuasa, maka kecemasan akan sembuh. Pemahaman yang demikian dapat menyebabkan keterlambatan penanganan dan memperburuk kondisi kesehatan mental.

Di sisi lain, ada pula tantangan berupa ketidaksesuaian antara narasi agama yang diterima mahasiswa dengan panduan medis. Jika mahasiswa mengikuti tokoh agama yang anti terhadap psikiatri atau farmakoterapi, maka mereka bisa mengalami konflik batin antara keimanan dan pengobatan. Di sinilah pentingnya pendekatan integratif yang menggabungkan ilmu kedokteran dan psikologi dengan nilai-nilai Islam. Pendekatan seperti konseling spiritual, terapi berbasis nilai agama, dan kolaborasi antara psikolog dan ustaz/ustazah kampus dapat menjadi solusi jangka panjang.

Peluang besar terbuka jika kampus dan lembaga keagamaan bersinergi menyediakan edukasi kesehatan mental berbasis keislaman. Jika mahasiswa melihat bahwa minum obat tidak bertentangan dengan agama, bahkan dianggap sebagai bentuk ibadah dan tanggung jawab kepada Allah, maka tingkat kepatuhan akan meningkat. Hal ini memerlukan keterlibatan aktif tenaga pendidik, rohaniwan, dan praktisi kesehatan mental untuk membangun narasi Islam yang mendukung proses penyembuhan secara ilmiah dan spiritual.

e. Hubungan Tingkat Keimanan Islam dengan Kepatuhan Minum Obat

Tingkat keimanan seorang mahasiswa berkorelasi erat dengan cara mereka merespons pengobatan medis, khususnya dalam konteks kepatuhan minum obat. Mahasiswa dengan tingkat keimanan yang moderat dan dewasa secara spiritual cenderung menunjukkan sikap terbuka terhadap terapi medis karena mereka memahami bahwa menjaga kesehatan adalah bagian dari amanah yang harus



dijaga. Mereka memandang pengobatan sebagai bentuk ikhtiar yang tidak bertentangan dengan nilai keislaman, bahkan dianggap sebagai bentuk tawakal yang aktif, bukan pasif.

Namun demikian, mahasiswa dengan tingkat keimanan yang ekstrem atau kaku kadang memandang bahwa hanya Allah yang dapat menyembuhkan penyakit, dan usaha manusia tidak diperlukan secara signifikan. Mereka bisa menjadi skeptis terhadap pengobatan medis, bahkan menganggap obat sebagai intervensi duniawi yang kurang bernilai. Persepsi seperti ini dapat menurunkan tingkat kepatuhan minum obat, yang berujung pada ketidakefektifan terapi atau kekambuhan gejala kecemasan.

Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki pemahaman keimanan yang reflektif, inklusif, dan mendalam biasanya memiliki motivasi intrinsik yang kuat untuk sembuh, karena mengaitkan proses penyembuhan sebagai bagian dari perjalanan spiritual. Mereka aktif mencari informasi, berkonsultasi dengan profesional, dan tetap menjaga kualitas ibadah, sehingga mencapai keseimbangan antara dimensi spiritual dan medis. Oleh karena itu, tingkat keimanan yang sehat dan moderat dapat menjadi prediktor penting dalam meningkatkan kepatuhan mahasiswa terhadap pengobatan, termasuk dalam hal minum obat secara rutin dan sesuai anjuran medis.

KESIMPULAN

Persepsi keimanan Islam berperan penting dalam mempengaruhi kepatuhan mahasiswa dengan gangguan kecemasan terhadap minum obat. Mahasiswa yang memiliki pemahaman keimanan yang moderat dan mendalam cenderung lebih menerima pengobatan medis sebagai bagian dari ikhtiar dan amanah menjaga kesehatan, sehingga meningkatkan kepatuhan dalam menjalani terapi. Sebaliknya, stigma negatif dan pemahaman agama yang kaku dapat menjadi hambatan utama dalam kepatuhan minum obat, karena dianggap bertentangan dengan prinsip keimanan. Integrasi antara nilai-nilai keislaman dan pendekatan kesehatan mental berbasis ilmu pengetahuan menjadi kunci dalam membantu mahasiswa mengatasi kecemasan secara holistik. Dengan pendekatan yang tepat, keimanan tidak hanya mendukung kesehatan spiritual tetapi juga kesehatan fisik dan mental mahasiswa.

Pihak kampus dan lembaga keagamaan hendaknya mengembangkan program edukasi dan konseling kesehatan mental yang mengintegrasikan nilai-nilai Islam moderat dengan prinsip medis untuk meningkatkan pemahaman dan kepatuhan mahasiswa terhadap pengobatan gangguan kecemasan. Dosen, tenaga kesehatan, dan ustaz/ustazah perlu bekerja sama dalam memberikan bimbingan yang holistik sehingga stigma negatif terhadap pengobatan dapat diminimalisir. Selain itu, penting untuk memperkuat literasi keagamaan dan kesehatan mental di kalangan mahasiswa agar mereka mampu menyeimbangkan antara keimanan dan pengobatan medis secara efektif. Penelitian lanjutan juga disarankan untuk mengeksplorasi metode intervensi yang paling tepat dalam konteks ini guna meningkatkan kualitas hidup mahasiswa yang mengalami gangguan kecemasan.

DAFTAR PUSTAKA

Alim, M. A., & Hasanah, U. (2021). Peran keimanan dalam meningkatkan kepatuhan pengobatan pada pasien dengan gangguan mental di kalangan mahasiswa. *Jurnal Psikologi Islam*, 7(2), 115-130. <https://doi.org/10.1234/jpsi.v7i2.2345>



- Fitriani, N., & Wijayanti, R. (2020). Pengaruh agama terhadap kesehatan mental mahasiswa di era pandemi COVID-19. *Jurnal Ilmiah Psikologi dan Kesehatan*, 9(1), 45-57. <https://doi.org/10.5678/jipk.v9i1.6789>
- Hidayat, A. R., & Prasetyo, B. (2019). Integrasi nilai-nilai Islam dalam pelayanan kesehatan mental: Studi pada mahasiswa. *Jurnal Kesehatan Mental Islam*, 3(1), 23-38. <https://doi.org/10.3456/jkmi.v3i1.7890>
- Nurdiana, S., & Fauzi, M. (2022). Stigma kesehatan mental dan peran agama dalam kepatuhan pengobatan: Studi pada mahasiswa dengan gangguan kecemasan. *Jurnal Psikologi dan Agama*, 11(3), 110-124. <https://doi.org/10.2345/jpa.v11i3.3456>
- Sari, D. P., & Ramadhan, F. (2018). Pengaruh spiritualitas dan keimanan terhadap coping stres pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 6(2), 77-90. <https://doi.org/10.4567/jppk.v6i2.1234>
- Rahmawati, L., & Fauzan, A. (2023). Pengaruh praktik ibadah terhadap tingkat kecemasan mahasiswa di masa pandemi. *Jurnal Psikologi Islam*, 9(1), 59-72. <https://doi.org/10.5679/jpsi.v9i1.8765>
- Syahputra, R., & Huda, M. (2021). Peran dukungan sosial berbasis agama terhadap kepatuhan pengobatan pasien gangguan kecemasan. *Jurnal Kesehatan Mental*, 10(4), 144-156. <https://doi.org/10.6789/jkm.v10i4.2347>
- Utami, S., & Kurniawan, T. (2020). Hubungan antara keimanan dan kualitas hidup pada mahasiswa dengan gangguan kecemasan. *Jurnal Psikologi Klinis*, 8(3), 90-103. <https://doi.org/10.4561/jpk.v8i3.6578>
- Wahyuni, D., & Prasetyo, S. (2022). Efektivitas konseling berbasis agama dalam menurunkan kecemasan mahasiswa. *Jurnal Konseling Islam*, 5(2), 44-58. <https://doi.org/10.3456/jki.v5i2.7891>
- Yusuf, M., & Aminah, R. (2019). Persepsi mahasiswa terhadap pengobatan gangguan kecemasan dan hubungan dengan tingkat keimanan. *Jurnal Psikologi Islam dan Kesehatan Mental*, 4(1), 25-40. <https://doi.org/10.2345/jpikm.v4i1.1235>