

KATA PENGANTAR

Penulis mengucapkan puji dan syukur kepada Tuhan yang Maha Esa atas hikmat dan kasih karunia-Nya yang telah memungkinkan penulis menyelesaikan proposal ini dengan baik yang berjudul “Masalah Kesehatan Mental Dan Upaya Penanganan yang Berbasis Nilai Kristiani di UPT SD Negeri 1 Rembon.”

Penulis dapat menyelesaikan proposal ini tidak lepas dari dukungan dan doa serta motivasi dari berbagai pihak, oleh sebab itu penulis mengucapkan terima kasih yang begitu dalam kepada:

1. Dr. Agustinus, M.Th., selaku Rektor Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja, telah menyediakan bimbingan dan arahan yang komprehensif kepada penulis selama menjalani proses pendidikan di institusi tersebut.
2. Dr. Yonatan Sumarto, M.Th. selaku pembimbing pertama dan Theo Dedy Palimbunga, S.Pd, M.Th. sebagai pembimbing kedua, telah menunjukkan dedikasi luar biasa. Mereka memberikan bimbingan dengan penuh kesabaran, mengarahkan proses akademik, memberikan motivasi substantif, serta memberikan kontribusi pemikiran yang signifikan dalam penyusunan skripsi.
3. Pebrianty, S. KM. M. Kes dan Serdianus, M.Pd, sebagai dosen penguji penulis yang dengan sabar memberikan setiap kritikan dan saran selama menguji penulis, baik dalam ujian proposal maupun ujian skripsi.
4. Djidon Lamba, Ph. D., selaku Dekan FKIPK dan Rinaldus Tanduklangi, M. Pd. selaku Koordinator Prodi Pendidikan Agama Kristen yang sudah

memberi kesempatan terhadap penulis dalam menempuh pendidikan di kampus ini secara khusus pada prodi Pendidikan Agama Kristen.

5. Segenap dosen IAKN Toraja yang dengan penuh kesabaran dan dedikasi telah membimbing penulis selama menempuh pendidikan di IAKN Toraja.
6. Penulis menyampaikan apresiasi kepada para dosen wali yang telah berkontribusi dalam perjalanan akademiknya, Dr. Ismail Banne Ringgi', M.Th. (semester 1-2), Christian Elyesar Randalele, M.Pd.K. (semester 3), dan Sanda Mongan, S.Th., M.Pd.K. (semester 4 hingga saat ini). Mereka telah memberikan bimbingan berkelanjutan dan motivasi yang bermakna selama penulis menempuh pendidikan di IAKN Toraja.
7. Kedua orang tua tercinta Lasarus Dalame dan Berniati Toding Buli atas kasih sayang yang tulus, doa, serta pengorbanan yang besar dalam mencari nafkah untuk memenuhi kebutuhan anak-anaknya. Terutama dalam perjuangan mengumpulkan biaya untuk mendukung pendidikan penulis, dukungan dan motivasi yang diberikan oleh orang tua untuk tetap semangat dalam menjalani proses pendidikan, mulai dari awal penulis menempuh studi di IAKN Toraja sampai saat ini.
8. Kedua saudaraku tercinta Heriantho Toding Buli dan Alen Toding Dalame atas doa dan motivasi serta dukungan yang diberikan selama penulis menempuh pendidikan.
9. Gereja Toraja Jemaat Rantepasilo Klasik Sangalla' Selatan sebagai tempat penulis melaksanakan kegiatan eksplorasi kepribadian dan potensi diri

(EKPD), Lembang Rumandan Kecamatan Rano sebagai tempat penulis melaksanakan kuliah kerja nyata tematik (KKNT), dan UPT SD Negeri 1 Rembon sebagai tempat penulis melaksanakan praktek pengalaman lapangan (PPL) untuk kesempatan yang telah diberikan untuk mengembangkan diri baik dalam lingkup jemaat, masyarakat, maupun sekolah.

10. Keluarga besar UPT SD Negeri 1 Rembon atas kesempatan yang diberikan untuk melakukan penelitian dan berbagai informasi dengan penulis.
11. Yulianus Saldi S. M. yang selalu setia dan sabar menemani dalam proses perkuliahan sampai menyusun skripsi dan memberikan dukungan dan semangat kepada penulis.
12. Rian Boro Lino, yang selalu setia dan sabar memberikan dukungan dan motivasi kepada penulis.
13. Seluruh anggota dan kader di Organisasi GMNI atas dukungan dan semangat yang diberikan kepada penulis.
14. Segenap keluarga besar dan pengurus PPGT Jemaat Batusura' selaku tempat penulis berjemaat atas dukungan dan motivasi yang telah diberikan.
15. Sahabatku Lisa Dwipramita, Wenny Bongi Tumonglo, Selmi Pallangan, Serpin Lele Siduruk, Ikeshy Jurice Pauranan, Indayani Embong Bulan, Kristina Sesa, Jhoice Bura Kaban, Septiani Panggoa Layuk, Feby Bels Two, atas dukungan dan doa serta selalu memberikan semangat kepada penulis.

16. Semua rumpun keluarga, atas semua doa dan dukungan baik berupa materi maupun motivasi yang diberikan kepada penulis.
17. Seluruh kelas D Pendidikan Agama Kristen Angkatan 2021, atas kebersamaan banyak pahit manisnya boleh dialami bersama sepanjang melakukan perkuliahan di kampus IAKN Toraja.
18. Diri sendiri, apresiasi sebesar-besarnya telah bertanggung jawab untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Terimakasih karena telah berusaha dan tidak menyerah, serta senantiasa menikmati setiap prosesnya yang bisa dibilang tidak mudah. Terima kasih sudah bertahan.

Doa penulis kiranya Tuhan memberkati semua yang telah membantu, baik yang namanya tercantum maupun tidak tercantum dalam skripsi ini.

Batusura' 12 April 2025

Penulis,

Yensy Toding Buli

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	I
HALAMAN PERSETUJUAN	II
HALAMAN PENGESAHAN	III
HALAMAN KEASLIAN TULISAN.....	V
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME.....	VII
HALAMAN PERSEMBAHAN	VIII
HALAMAN MOTTO	IX
ABSTRAK	X
ABSTRACT	XI
KATA PENGANTAR.....	XII
DAFTAR ISI.....	XVI
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Masalah	9
C. Rumusan Masalah	9
D. Tujuan Penelitian	9
E. Manfaat Penelitian.....	9
1. Manfaat teoritis	9
2. Manfaat praktis	10
F. Sistematika Penulisan	11
BAB II KAJIAN TEORI.....	12
A. Konsep Kesehatan Mental.....	12
1. Pengertian Kesehatan Mental.....	12
2. Komponen Kesehatan mental	16
3. Jenis Gangguan Kesehatan Mental	17
4. Penanganan Gangguan Kesehatan Mental	20
B. Kecemasan Sebagai Jenis Gangguan Kesehatan Mental.....	24

1. Gejala dan Faktor Pemicu Kecemasan sebagai Gangguan Kesehatan Mental	27
2. Gejala Kecemasan Tingkat Kronis	29
3. Cara Menangani Kecemasan Sebagai Jenis Gangguan Mental	30
4. Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental	31
5. Dampak Kesehatan Mental	32
C. Penerapan Nilai Kristiani	33
1. Pandangan Alkitab Tentang Kesehatan Mental	34
2. Kaitan Nilai Kristiani dengan Kesehatan Mental	35
BAB III METODE PENELITIAN.....	37
A. Jenis Penelitian.....	37
B. Lokasi Penelitian dan Alasan Pemilihan.....	38
C. Informan	39
D. Jenis Data.....	39
1. Data Primer.....	39
2. Data Sekunder	39
E. Teknik Pengumpulan Data.....	40
1. Observasi.....	40
2. Wawancara.....	41
3. Dokumentasi	41
F. Teknik Analisis Data	42
1. Reduksi Data	43
2. Display Data (Penyajian Data)	43
3. Penarikan Kesimpulan	43
G. Keabsahan Data	44
1. Dalam proses pengumpulan data, peneliti dapat melibatkan berbagai sumber penelitian atau informan yang relevan.	44
2. Sesudah penelitian memperoleh data dari berbagai sumber.	44

3. Tahap berikutnya adalah menjelaskan data yang telah terkumpul, kemudian mengelompokkannya, seta menganalisis persamaan, perbedaan, dan kejelasan pandangan yang muncul dari data tersebut.	44
H. Jadwal Penelitian	45
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	46
A. Deskripsi Hasil Penelitian	46
1. Masalah Kesehatan Mental Siswa.....	46
2. Upaya Penanganan Berbasis Nilai Kristiani	53
B. Analisis Berdasarkan Hasil Penelitian	57
1. Masalah Kesehatan Mental Siswa.....	58
2. Upaya Penanganan Berbasis Nilai Kristiani	66
BAB V PENUTUP.....	73
A. Kesimpulan	73
B. Saran.....	74
DAFTAR PUSTAKA	76
LAMPIRAN.....	80
CURRICULUM VITAE	100