

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT RELIGIUSITAS DENGAN
DEPRESI PADA GENERASI Z MAHASISWA
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH PALEMBANG**



SKRIPSI

**Sebagai salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Kedokteran (S.Ked)**

Oleh:

NABILA NURDITA

NIM: 702022097

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PALEMBANG
2025**

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT RELIGIUSITAS DENGAN DEPRESI PADA GENERASI Z MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PALEMBANG

Dipersiapkan dan disusun oleh
Nabila Nurdita
NIM: 702022097

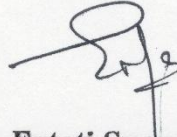
Sebagai salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Kedokteran (S.Ked)

Pada tanggal 31 Desember 2025

Mengesahkan



dr. Rury Tiara Oktariza, M.Si., AHK
Pembimbing Pertama



apt. Ertati Suarni, S.Si., M.Farm
Pembimbing Kedua

Dekan
Fakultas Kedokteran



dr. Liza Chairani, Sp.A, M.Kes
NBM/NIDN. 1129226/0217057601

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini Saya menerangkan bahwa:

1. Skripsi Saya, skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di Universitas Muhammadiyah Palembang, maupun Perguruan Tinggi lainnya.
2. Skripsi ini murni gagasan, rumusan dan penelitian Saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan Tim Pembimbing.
3. Dalam Skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini Saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka Saya bersedia menerima sanksi akademik atau sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Palembang, 16 Desember 2025

Yang membuat pernyataan



(Nabila Nurdita)

NIM 702022097

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Dengan Penyerahan naskah artikel dan *softcopy* berjudul: Hubungan antara Tingkat Religiusitas dengan Depresi pada Generasi Z Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang.

Kepada Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang (FK UM Palembang), Saya:

Nama : Nabila Nurdita

NIM : 702022097

Program Studi : Kedokteran

Fakultas : Kedokteran

Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, setuju memberikan Hak Cipta dan Publikasi Bebas Royalti atas Karya Ilmiah, Naskah dan *softcopy* di atas kepada FK UM Palembang. Dengan hak tersebut, FK UM Palembang berhak menyimpab, mengalihmedia / formatkan, dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikan, menampilkan, mempublikasikan di internet atau media lain untuk kepentingan akademis, tanpa perlu meminta izin dari Saya, dan Saya memberikan wewenang kepada pihak FK UM Palembang untuk menentukan salah satu pembimbing sebagai Penulis Utama dalam Publikasi. Segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam Karya Ilmiah ini menjadi tanggung jawab Saya pribadi.

Demikian pernyataan ini, Saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Palembang
Pada tanggal : 16 Desember 2025
Yang Menyetujui,



(Nabila Nurdita)
NIM 702022097

ABSTRAK

Nama : Nabila Nurdita
Program Studi : Kedokteran
Judul : Hubungan antara Tingkat Religiusitas dengan Depresi pada Generasi Z Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang

Depresi merupakan salah satu masalah kesehatan mental yang banyak dialami oleh Generasi Z, khususnya mahasiswa yang sedang berada pada masa transisi akademik dan sosial. Tingkat religiusitas diyakini dapat menjadi faktor protektif yang membantu individu dalam menghadapi tekanan psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat religiusitas dengan depresi pada mahasiswa Generasi Z Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. Jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan desain *cross sectional*. Data primer diperoleh melalui kuesioner skala religiusitas muslim dan *Beck Depression Inventory* (BDI-II). Sampel penelitian berjumlah 87 mahasiswa yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Hasil analisis univariat menunjukkan seluruh responden memiliki religiusitas tinggi, dengan mayoritas (77%) berada pada kategori depresi minimal. Analisis bivariat menggunakan uji *Spearman Rank* menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara tingkat religiusitas dengan depresi pada mahasiswa ($p = 0,040$). Semakin tinggi tingkat religiusitas, semakin rendah tingkat depresi yang dialami. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan antara tingkat religiusitas dengan depresi pada mahasiswa Generasi Z Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang.

Kata Kunci: Depresi, generasi Z, religiusitas

ABSTRACT

Name : Nabila Nurdita
Study Program : Medicine
Title : The Relationship between the Level of Religiosity and Depression in Generation Z Students of the Faculty of Medicine, University of Muhammadiyah Palembang

Depression is one of the mental health problems experienced by many Generation Z, especially students who are in an academic and social transition period. The level of religiosity is believed to be a protective factor that helps individuals in dealing with psychological distress. This study aims to determine the relationship between the level of religiosity and depression in Generation Z students of the Faculty of Medicine, University of Muhammadiyah Palembang. This type of research is observational analysis with a cross sectional design. Primary data were obtained through a questionnaire on the scale of Muslim religiosity and the Beck Depression Inventory (BDI-II). The research sample amounted to 87 students who met the inclusion and exclusion criteria. Univariate analysis revealed that all respondents (100%) had high religiosity, with the majority (77%) categorized as having minimal depression. Bivariate analysis using the Spearman Rank test showed a significant negative correlation between religiosity and depression ($p = 0.040$). The higher the level of religiosity, the lower the level of depression experienced. The conclusion of this study is that there is a relationship between the level of religiosity and depression in Generation Z students of the Faculty of Medicine, University of Muhammadiyah Palembang.

Keywords: Depression, generation Z, religiosity

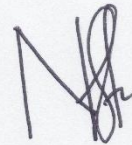
KATA PENGANTAR DAN UCAPKAN TERIMAKASIH

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan Rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Kedokteran pada Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan Skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. dr. Rury Tiara Oktariza, M.Si., AHK dan apt. Ertati Suarni, S.Si, M.Farm selaku dosen pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini;
2. Orang tua dan keluarga saya yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral; dan
3. Sahabat yang telah banyak membantu saya dalam menyelesaikan Skripsi ini.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Palembang, Mei 2025



Nabila Nurdita

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
DAFTAR PERNYATAAN ORISINALITAS	iii
DAFTAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR DAN UCAPAN TERIMA KASIH	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii

BAB I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.3.1 Tujuan Umum	3
1.3.2 Tujuan Khusus	3
1.4 Manfaat Penelitian	4
1.4.1 Manfaat Teoritis	4
1.4.2 Manfaat Praktis	4
1.5 Keaslian Penelitian	5

BAB II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Landasan Teori	6
2.1.1 Depresi	6
2.1.2 Religiusitas	14
2.1.3 Generasi Z	23
2.1.4 Hubungan Religiusitas dengan Depresi	25
2.2 Kerangka Teori	28
2.3 Hipotesis	29

BAB III. METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian	30
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian	30
3.2.1 Waktu Penelitian	30
3.2.2 Tempat Penelitian	30
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian	30
3.3.1 Populasi	30
3.3.2 Sampel dan Besar Sampel	30
3.3.3 Kriteria Inklusi dan Eksklusi	32
3.3.4 Cara Pengambilan Sampel	33
3.4 Variabel Penelitian	33

3.4.1 Variabel Dependen.....	33
3.4.2 Variabel Independen	33
3.5 Definisi Operasional	33
3.6 Cara Pengumpulan Data	35
3.7 Cara Pengolahan dan Analisis Data.....	35
3.7.1 Cara Pengolahan	35
3.7.2 Analisis Data.....	36
3.8 Alur Penelitian	36
 BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil.....	37
4.2 Pembahasan	40
4.3 Pandangan Islam.....	47
4.4 Keterbatasan Penelitian	48
 BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Kesimpulan	49
5.2 Saran	49
 DAFTAR PUSTAKA.....	51
LAMPIRAN.....	60
BIODATA RINGKAS ATAU RIWAYAT HIDUP.....	86

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian	5
Tabel 2.1 Kisi-kisi Instrumen Skala Religiusitas	22
Tabel 2.2 Skoring Jawaban	22
Tabel 2.3 Kategorisasi Skala	22
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	33
Tabel 4.1 Karakteristik Responden	38
Tabel 4.2 Tingkat Religiusitas.....	39
Tabel 4.3 Tingkat Depresi	39

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Teori	28
Gambar 3.1. Alur Penelitian	36

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Penjelasan kepada Calon Responden.....	60
Lampiran 2. Lembar Persetujuan Keikutsertaan dalam Penelitian	62
Lampiran 3. Form Skrining Gangguan Mental Berat	63
Lampiran 4. Kuesioner.....	64
Lampiran 5. Uji Validitas dan Reliabilitas	72
Lampiran 6. Data Responden.....	74
Lampiran 7. Analisis Data SPSS.....	76
Lampiran 8. Formulir Aktivitas Bimbingan Skripsi	81
Lampiran 9. Surat Etik Penelitian	82
Lampiran 10. Surat Izin Penelitian.....	83
Lampiran 11. Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme	84
Lampiran 12. Dokumentasi.....	85

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Depresi adalah salah satu gangguan mental yang paling umum terjadi di seluruh dunia dan menjadi penyebab utama ketidakmampuan dalam menjalani rutinitas. Gangguan ini ditandai dengan penurunan suasana hati yang signifikan, hilangnya minat dalam hampir semua aktivitas sehari-hari serta gangguan tidur, konsentrasi dan fungsi sosial. Kondisi tersebut paling umum dijumpai pada kasus kesehatan (Chand & Arif, 2023).

Berdasarkan *World Health Organization*, lebih dari 264 juta orang di dunia mengalami depresi dan angka kasus ini terus meningkat selama beberapa tahun terakhir (WHO, 2020). Hal ini terlihat dari kenaikan prevalensi global yaitu pada tahun 2015 sebesar 3,5% menjadi 4% pada tahun 2021 dan Indonesia juga mengalami tren serupa, dimana angka kejadian depresi meningkat dari 2,4% pada tahun 2015 menjadi 2,8% pada tahun 2021 (IHME, 2024). Salah satu kelompok yang paling rentan terhadap depresi adalah generasi Z, yaitu mereka yang lahir pada tahun 1997 hingga 2012 dan saat ini berusia 13-28 tahun (Dimock, 2019). Survei *American Psychological Association* menyebutkan bahwa lebih dari sembilan dari sepuluh orang dewasa generasi Z (91%) telah mengalami setidaknya satu gejala fisik atau emosional akibat stres, seperti merasa tertekan atau sedih (58%) dan kurang motivasi atau energi (55%). Namun, hanya sekitar setengah dari mereka yang merasa cukup berusaha mengelola stres yang mereka alami (Bethune, 2019).

Beberapa faktor yang memicu depresi pada kelompok ini antara lain tekanan akademik yang tinggi, ekspektasi sosial yang tidak realistis, serta ketidakpastian mengenai masa depan, baik dalam hal karir maupun stabilitas finansial. Selain itu, penggunaan media sosial secara intens juga menjadi faktor signifikan yang berkontribusi terhadap munculnya gejala depresi (Putri *et al.*, 2022).

Hal ini berdampak tidak hanya pada individu itu sendiri, tetapi juga pada lingkungan sosial dan sistem pelayanan kesehatan. Depresi menyebabkan

penurunan prestasi akademik, gangguan relasi sosial, peningkatan risiko penyalahgunaan zat, dan bahkan dapat berujung pada bunuh diri (Chand & Arif, 2023). Di sisi lain, masyarakat pun menanggung dampak ekonomi akibat menurunnya produktivitas serta meningkatnya kebutuhan layanan kesehatan mental (WHO, 2020).

Berbagai faktor psikososial turut memengaruhi kerentanan seseorang terhadap depresi, termasuk dukungan sosial, strategi menghadapi stres, dan nilai-nilai yang dianut dalam kehidupan sehari-hari. Dalam hal ini, aspek spiritual dan keagamaan menjadi salah satu unsur penting yang dapat memberikan makna hidup, ketenangan batin, serta daya tahan psikologis saat menghadapi tekanan (Abdillah *et al.*, 2021).

Tingkat religiusitas seseorang, khususnya dalam konteks keislaman, diyakini dapat memengaruhi cara individu menyikapi stres dan kesulitan hidup. Kurangnya pemahaman dan praktik keagamaan dapat mengurangi kemampuan individu dalam menghadapi stres dan tantangan hidup, sehingga berpotensi meningkatkan risiko gangguan mental seperti depresi. Hal ini dapat diukur atau dilihat dari dimensi religiusitas dalam Islam yang meliputi keyakinan, praktek dan pengalaman agama. Keyakinan yakni substansi dan landasan dari tata nilai dan norma dalam Islam, keyakinan kepada Allah tersebut perlu diwujudkan dalam praktek perilaku nyata serta pengalaman yang sangat bermakna dalam beragama yang akan dirasakan individu bila praktek beragama dilakukan dengan intensi kepatuhan, ketundukan dan pengabdian kepada Allah semata, praktek beragama yang dilakukan dengan niat kepatuhan, ketundukan, serta pengabdian sepenuhnya kepada Allah akan membawa individu pada pengalaman spiritual yang mendalam dan penuh makna (Amir, 2021).

Beberapa penelitian sebelumnya mendukung bahwa tingkat religiusitas yang tinggi berhubungan negatif dengan tingkat depresi. Penelitian oleh Siagian dan Abia pada tahun 2022 di Bandung mendapatkan bahwa tingkat religiusitas yang tinggi berkorelasi negatif dengan tingkat depresi pada mahasiswa berarti semakin tinggi tingkat religiusitas maka tingkat depresi semakin rendah. Hal ini menunjukkan bahwa religiusitas dapat menjadi faktor pelindung terhadap depresi (Siagian & Abia, 2022).

Mahasiswa kedokteran sebagai bagian dari generasi Z menghadapi tuntutan akademik yang tinggi, beban studi yang padat, serta tekanan psikologis dari lingkungan pendidikan kedokteran. Kondisi tersebut membuat mereka rentan mengalami masalah kesehatan mental, termasuk depresi (Rotenstein *et al.*, 2016). Oleh karena itu, mahasiswa kedokteran sebagai representasi generasi Z menjadi kelompok yang menarik untuk diteliti dalam kaitannya dengan religiusitas dan kesehatan mental.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara tingkat religiusitas dengan depresi pada generasi Z mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara tingkat religiusitas dengan depresi pada generasi Z mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui karakteristik seperti usia, jenis kelamin, sumber literasi terkait agama, riwayat pendidikan formal keagamaan dan peran orang tua dalam pelaksanaan ibadah pada generasi Z mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang.
2. Mengetahui tingkat religiusitas pada generasi Z mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang.
3. Mengetahui tingkat depresi pada generasi Z mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang.
4. Menganalisis hubungan antara tingkat religiusitas dengan depresi pada generasi Z mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Sebagai bahan referensi studi kepustakaan khususnya ilmu kesehatan jiwa dan untuk memberikan data ilmiah tentang hubungan antara tingkat religiusitas dengan depresi pada generasi Z.
2. Dapat digunakan sebagai salah satu landasan untuk penelitian selanjutnya mengenai hubungan antara tingkat religiusitas dengan depresi pada generasi Z.
3. Memperkuat teori bahwa religiusitas memiliki peran protektif terhadap gangguan psikologis, termasuk depresi, terutama pada kelompok usia muda seperti generasi Z.
4. Memberikan pembaruan terhadap literatur sebelumnya yang mungkin lebih banyak meneliti populasi umum atau kelompok usia lain, sehingga memperjelas konteks religiusitas dalam dinamika sosial modern.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Generasi Z
Meningkatkan kesadaran generasi Z mengenai pentingnya aspek religiusitas dalam menjaga kesehatan mental.
2. Bagi Institusi Pendidikan
Memberikan dasar untuk merancang program pembinaan keagamaan dan konseling yang menyentuh aspek spiritual dalam upaya pencegahan atau penanganan gangguan depresi.

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Nama peneliti, tahun	Judul penelitian	Metode penelitian	Hasil penelitian
Azmi <i>et al.</i> , 2021	Hubungan religiusitas dengan kejadian depresi pada lansia di balai sosial lanjut usia mandalika	Menggunakan desain korelasi dengan metode pendekatan <i>cross sectional</i> .	Terdapat hubungan antara religiusitas dengan kejadian depresi pada lansia di balai sosial lanjut usia
Padaunan <i>et al.</i> , 2022	Hubungan religiusitas dengan tingkat depresi pada lansia	Desain penelitian kuantitatif dengan metode penelitian <i>descriptive correlation</i> melalui pendekatan <i>cross sectional</i>	Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara religiusitas dengan tingkat depresi
Siagian & Abia, 2022	Hubungan tingkat religiusitas dengan tingkat depresi pada mahasiswa sarjana keperawatan yang kos di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Immanuel Bandung	Penelitian kuantitatif dengan metode penelitian deskriptif korelasi menggunakan desain penelitian <i>cross sectional</i> .	Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat religiusitas dengan tingkat depresi pada mahasiswa sarjana keperawatan STIKI Bandung yang kos

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, M., Prihartanti, N., & Purwandari, E. (2021). Model Hubungan Religiositas dan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Melalui Mediasi Strategi Koping. *Aspirasi: Jurnal Masalah-Masalah Sosial*, 12(2). <https://doi.org/10.46807/aspirasi.v12i2.2205>
- Aggarwal, S., Wright, J., Morgan, A., Patton, G., & Reavley, N. (2023). Religiosity and spirituality in the prevention and management of depression and anxiety in young people: a systematic review and meta-analysis. *BMC Psychiatry*, 23(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-023-05091-2>
- Al Kahfi, R. L., & Hamidah. (2017). Hubungan antara centrality of religiosity dan depresi pada emerging adult. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 6(4), 19–28.
- Al-Thani, H. (2025). Religion and spiritual well-being: a qualitative exploration of perspectives of higher education faculty in Qatar and its challenge to western well-being paradigms. *Frontiers in Psychology*, 16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1549863>
- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed., text rev.)*. Washington, DC: American Psychiatric Publishing.
- American Psychological Association (2020) *Stress in America™ 2020: A National Mental Health Crisis*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Amir, Y. (2021). Pengembangan Skala Religiusitas untuk Subyek Muslim. *Indonesian Journal for The Psychology of Religion*, 1(1). <https://doi.org/10.24854/ijpr403>
- Amiruddin, & Aini, S. (2025). Konsep kesehatan jiwa dalam Al-Qur'an: Membahas penyembuhan melalui doa dan dzikir dalam perspektif psikologi. *Journal of Innovative and Creativity*, 5(1), 130–141. <https://joecy.org/index.php/joecy/article/view/235>
- Azem, L., Al Alwani, R., Lucas, A., Alsaadi, B., Njihia, G., Bibi, B., Alzubaidi, M., & Househ, M. (2023). *Social media use and depression in adolescents: A scoping review*. *Behavioral Sciences*, 13(6), 475. <https://doi.org/10.3390/bs13060475>
- Azmi, A., Rahman, B. & Sari, C. (2021). Hubungan Religiusitas dengan Kejadian Depresi pada Lansia di Balai Sosial Lanjut Usia Mandalika. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2), pp. 119–125.

- Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa. (2016). *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (edisi ke-5). Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Bagaskara, R. S., Iman, H. I., Assa, N. A., & Yudiana, W. (2025). Properti psikometri Indonesia Desirable Responding Scale. *Journal of Psychological Science and Profession*, 9(3).
- Bains, N., & Abdijadid, S. (2022). Major Depressive Disorder. StatPearls Publishing. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK559078/>
- Beck, AT, Ward, CH, Mendelson, M., Mock, J., & Erbaugh, J. (1961). Inventaris untuk mengukur depresi. *Arsip Psikiatri Umum*, 4, 561–571. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1961.01710120031004>
- Beck, AT, Steer, RA, & Brown, G. (1996). *Beck Depression Inventory–II (BDI-II)* [Database record]. APA PsycTests. <https://doi.org/10.1037/t00742-000>
- Bernaras, E., Jaureguizar, J. and Garaigordobil, M. (2019) ‘Child and adolescent depression: A review of theories, evaluation instruments, prevention programs, and treatments’, *Frontiers in Psychology*, 10(MAR). Available at: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00543>.
- Bethune, S. (2019). Gen Z more likely to report mental health concerns: Latest APA Stress in America™ survey focuses on youth ages 15 to 21. American Psychological Association. Retrieved from <https://www.apa.org/monitor/2019/01/gen-z>
- Boku, S., Nakagawa, S., Toda, H., & Hishimoto, A. (2018). Neural basis of major depressive disorder: Beyond monoamine hypothesis. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 72(1), 3–12. <https://doi.org/10.1111/pcn.12604>
- Campbell, H. A., & Evolvi, G. (2020). Contextualizing current digital religion research on emerging technologies. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 2(1), 5–17.
- Chand, S. P., & Arif, H. (2023). Depression. In *StatPearls*. StatPearls Publishing. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK430847/>
- Chesnut, M., Harati, S., Paredes, P., Khan, Y., Foudeh, A., Kim, J., Bao, Z., & Williams, L. M. (2021). Stress Markers for Mental States and Biotypes of Depression and Anxiety: A Scoping Review and Preliminary Illustrative Analysis. *Chronic Stress*, 5, 247054702110003. <https://doi.org/10.1177/24705470211000338>
- Cipriani, A., Furukawa, T. A., Salanti, G., Chaimani, A., Atkinson, L. Z., Ogawa, Y., ... & Geddes, J. R. (2018). Comparative efficacy and acceptability of 21 antidepressant drugs for the acute treatment of adults with major depressive

- disorder: A systematic review and network meta-analysis. *The Lancet*, 391(10128), 1357–1366. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(17\)32802-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(17)32802-7)
- Coe, E., Doy, A., Enomoto, K., & Healy, C. (2023). *Gen Z mental health: The impact of tech and social media*. McKinsey Health Institute. <https://www.mckinsey.com/mhi/our-insights/gen-z-mental-health-the-impact-of-tech-and-social-media>
- Cuijpers, P., Straten, A. v., Smit, F., Mihalopoulos, C., & Beekman, A. (2024). Preventing the onset of depressive disorders: A meta-analytic review of psychological interventions. *American Journal of Psychiatry*. Advance online publication.
- Cuijpers, P., Stringaris, A., & Wolpert, M. (2020). Treatment outcomes for depression: Challenges and opportunities. *The Lancet Psychiatry*, 7(11), 925–934.
- Cuijpers, P., Karyotaki, E., Weitz, E., Andersson, G., Hollon, S. D., van Straten, A., & The Psychological Treatments for Depression Taskforce. (2021). The effects of psychotherapies for depression on response, remission, reliable change, and deterioration: A meta-analysis. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 144(3), 288–299. <https://doi.org/10.1111/acps.13335>
- Dimock, M. (2019). Defining generations: Where Millennials end and Generation Z begins. *Pew Research Center*.
- Dolan, J. G., Hill, D. L., Faerber, J. A., Palmer, L. E., Barakat, L. P., & Feudtner, C. (2021). Association of psychological distress and religious coping tendencies in parents of children recently diagnosed with cancer: A cross-sectional study. *Pediatric blood & cancer*, 68(7), e28991. <https://doi.org/10.1002/pbc.28991>
- Dzainal, N. D. S., & Aziz, A. R. A. (2023). The Relationship between Religiosity and Depression among Muslim University Students. *Gading Journal for Social Sciences*. <https://gadingssuitm.com/index.php/gadingss/article/view/360>
- Elzamzamy, K., Naveed, S., & Dell, M. L. (2024). Religion, spirituality, and pediatric mental health: a scoping review of research on religion and spirituality in the Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry from 2000 to 2023. In *Frontiers in Psychiatry* (Vol. 15). Frontiers Media SA. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2024.1472629>
- Erdal Er, E., Aguglia, A., Tusconi, M., Alfonso TovillaZaráte, C., Nicolini, H., Delia Genis-Mendoza, A., María Dionisio-García, D., Beatriz GonzalezCastro, T., Esther Juárez-Rojop, I., Lilia LópezNarváez, M., & Giannina Castillo-Avila, R. (2022). Increased Levels of Cortisol in Individuals With Suicide Attempt and Its Relation With the Number of Suicide Attempts and Depression.

Frontiers in Psychiatry | Wwww.Frontiersin.Org, 1, 912021.
<https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.912021>

Fadhilah, N. (2025). Peran pendidikan agama Islam dalam membekali generasi Z di era digital. *Jurnal Manajemen dan Pendidikan Agama Islam*, 3(3), 230–237.

Garssen, B., Visser, A., & Pool, G. (2021). Does spirituality or religion positively affect mental health? Meta-analysis of longitudinal studies. *International Journal for the Psychology of Religion*, 31(1), 4–20.

Ginting, H., Näring, G., van der Veld, W. M., Srisayekti, W., & Becker, E. S. (2013). Validating The Beck Depression Inventory-II in Indonesia's General Population and Coronary Heart Disease Patients. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 13(3), 235-242.

Gwin, S., Branscum, P., Taylor, L., Cheney, M., Maness, S. B., Frey, M., & Zhang, Y. (2020). Associations Between Depressive Symptoms and Religiosity in Young Adults. *Journal of religion and health*, 59(6), 3193–3210.
<https://doi.org/10.1007/s10943-019-00889-5>

Hare, B. D., & Duman, R. S. (2020). Prefrontal Cortex Circuits in Depression and Anxiety: Contribution Of Discrete Neuronal Populations And Target Regions. *Molecular Psychiatry*, 25(11), 2742–2758. <https://doi.org/10.1038/s41380-020-0685-9>

Hegedüs, K. M., Szkaliczki, A., Gál, B. I., Andó, B., Janka, Z., & Álmos, P. Z. (2018). Decision-Making Performance Of Depressed Patients Within 72 H Following a Suicide Attempt. *Journal of Affective Disorders*, 235, 583–588.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.04.082>

IHME, Global Burden of Disease (2024) – with major processing by Our World in Data. “Depressive disorders prevalence” [dataset]. IHME, Global Burden of Disease, “Global Burden of Disease - Mental Health Prevalence” [original data]. Retrieved June 13, 2025 from <https://ourworldindata.org/grapher/depressive-disorders-prevalence-ihme>

Irpan & Sain Z. H., (2024). The Crucial Role of Islamic Religious Education in Shaping Children's Character: Psychological and Spiritual Review. *QALAMUNA Jurnal Pendidikan Sosial dan Agama*, 16(1), 383-392

Koenig, H. G., Al Zaben, F., & VanderWeele, T. J. (2021). Religion and mental health: Evidence, mechanisms, and implications. *Harvard Review of Psychiatry*, 29(1), 35–49.

Laka, dkk. (2024). *Pendidikan Karakter Generasi Z di Era Digital*. PT Sonpedia Publishing Indonesia.

- Lam, R. W., Kennedy, S. H., Adams, C., Bahji, A., *et al.* (2024). CANMAT 2023 Clinical Guidelines for Major Depressive Disorder. *Canadian Journal of Psychiatry*, 69(9), 641–687. <https://doi.org/10.1177/07067437241245384>
- Larisu, Z. (2023). The Impact of Social Media Use on Gen Z Mental Health: The Relationship Between FOMO and Social Anxiety. *Psikologi Journal*. <https://doi.org/10.62872/0qcq7y15>
- Leung, J., & Li, K. K. (2024). Spiritual Connectivity Intervention for Individuals with Depressive Symptoms: A Randomized Control Trial. *Healthcare (Basel, Switzerland)*, 12(16), 1604. <https://doi.org/10.3390/healthcare12161604>
- Li, S. (2023). Sex difference in incidence of major depressive disorder. *Annals of General Psychiatry*, 22(7). <https://link.springer.com/article/10.1186/s12991-023-00486-7>
- Machali, I. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif Panduan Praktis Merencanakan, Melaksanakan dan Analisis dalam Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Kalijaga Yogyakarta
- Malhi, G. S., & Mann, J. J. (2018). Depression. *The Lancet*, 392(10161), 2299–2312.
- Mannion, L., Harmon, M., & O'Brien, T. (2024). Exploring the Relationships Between Psychological Wellbeing, Religiosity and Religious Coping Among Post-Primary School Students in Ireland. *Irish Educational Studies*. <https://doi.org/10.1080/03323315.2024.2353317>
- Marx, W., Manger, S. H., Blencowe, M., Murray, G., Ho, F. Y., Lawn, S., Blumenthal, J. A., Schuch, F., Stubbs, B., Ruusunen, A., Desyibelew, H. D., Dinan, T. G., Jacka, F., Ravindran, A., Berk, M., & O'Neil, A. (2023). Clinical Guidelines for the Use of Lifestyle-Based Mental Health Care in Major Depressive Disorder: World Federation of Societies for Biological Psychiatry (WFSBP) and Australasian Society of Lifestyle Medicine (ASLM) taskforce. *The world journal of biological psychiatry: the official journal of the World Federation of Societies of Biological Psychiatry*, 24(5), 333–386. <https://doi.org/10.1080/15622975.2022.2112074>
- Moeberg, A. J., Smith, K. L., & Delgado, L. (2024). Defining Religiosity: The Role Of Active Participation and Experiential Engagement. *Journal of Psychological Religion*, Advance online publication. <https://doi.org/10.1080/03323315.2024.2353317>
- Mohandas E. (2008). Neurobiology Of Spirituality. *Mens sana monographs*, 6(1), 63–80. <https://doi.org/10.4103/0973-1229.33001>

- Muktifada, A., Prisca Adelia Intan Wulandari, B., & Darmanto, D. (n.d.). *Understanding Gen Z's Mental Health Challenges*. <https://doi.org/10.62668/phenomenon.v3i01.1402>
- Munirah, I., Utami, H. N., Rahma, J., Mukhlisatunnafsi, L., Adni, A., Studi, P., & Dokter, P. (n.d.). *Studi Literatur: Penggunaan Media Sosial Sebagai Faktor Risiko Terjadinya Depresi*. <http://jurnalmedikahutama.com>
- Nemeroff, C.B. (2020). The State of Our Understanding of The Pathophysiology and Optimal Treatment of Depression: Glass Half Full or Half Empty?, *American Journal of Psychiatry*, 177(8), pp. 671–685. Available at: <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2020.20060845>
- NICE. (2022). *NICE guideline: Depression in Adults: Treatment and Management*. National Institute for Health and Care Excellence.
- Nurul, S., Eka, H., Maulida, S., Regina, S., Darozatin, A. D., Muhammad, N., Alfaruqy, Z., Psi, S., & Psikologi, M. A. F. (n.d.). *Prosiding Konferensi Mahasiswa Psikologi Indonesia 3.0 "Kontribusi Mahasiswa dalam Optimalisasi Fungsi Keluarga melalui Pembangunan Generasi Unggul Indonesia untuk Menjawab Tantangan Global Megatrend."*
- Orsolini, L., Latini, R., Pompili, M., Serafini, G., Volpe, U., Vellante, F., Fornaro, M., Valchera, A., Tomasetti, C., Fraticelli, S., Alessandrini, M., La Rovere, R., Trotta, S., Martinotti, G., Di Giannantonio, M., & De Berardis, D. (2020). Understanding the Complex of Suicide in Depression: from Research to Clinics. *Psychiatry Investigation*, 17(3), 207–221. <https://doi.org/10.30773/pi.2019.0171>
- Padaunan, E., Pitoy, F.F. & Najoran, L.J. (2022). Hubungan Religiusitas dengan Tingkat Depresi pada Lansia. *Nutrix Journal*, 6(1), pp.9–14. <https://doi.org/10.37771/nj.Vol6.Iss1.784>
- Pankowski, D., & Wytrychiewicz-Pankowska, K. (2023). Turning to Religion During COVID-19 (Part I): A Systematic Review, Meta-analysis and Meta-regression of Studies on the Relationship Between Religious Coping and Mental Health Throughout COVID-19. *Journal of religion and health*, 62(1), 510–543. <https://doi.org/10.1007/s10943-022-01703-5>
- Papaleontiou-Louca, E. (2024). Religiosity: Is It Mainly Linked to Mental Health or to Psychopathology? *Religions*, 15(7), 811. <https://doi.org/10.3390/rel15070811>
- Parker, G., & Tavella, G. (2018). Disruptive Mood Dysregulation Disorder: A Critical Perspective. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 63(12), 813–815. <https://doi.org/10.1177/0706743718789900>

- Prati, G. (2024). Is Religion Beneficial for Mental Health? A 9-Year Longitudinal Study. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 24(3), 100491. <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2024.100491>
- Pranata, M., Fadilah, M., Alpiani, D. A., Pratama, J., Mustafiyanti. 2023. Proses Pengembangan Kurikulum Pendidikan Agama Islam. *Jurnal Pendidikan Indonesia (PJPI)*, 1(2), 467-472
- Purba, N. & Ramanda, Y. 2025. Peran Media Sosial Dalam Penyebaran Pendidikan Agama Islam Di Kalangan Generasi Muda. *Proceeding International Seminar on Islamic Studies*, 6(1), 1029-1036
- Pusztai, G. (2023). Does Home or School Matter More? The Effect of Family Religious Upbringing. *MDPI Education Sciences*, 13(12), 1209. <https://www.mdpi.com/2227-7102/13/12/1209>
- Putri, A. A., Hermansyah, A., Faranajhia, H., Gifari, L. M. A., Zakiyyah, L., Fauzan, M., Amatullah, T. A., & Adni, A. (2024). Clinical Manifestation of Depression in Adolescent: A Literature Review. *Jurnal Biologi Tropis*, 24(1b), 264–271. <https://doi.org/10.29303/jbt.v24i1b.7943>
- Putri, F. S., Nazihah, Z., Ariningrum, D. P., Celesta, S., & Kharin Herbawani, C. (2022). Depresi Remaja di Indonesia: Penyebab dan Dampaknya. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Kemenkes RI Pangkalpinang*, 10(2).
- Rammouz, I., Lahlou, L., Salehddine, Z., Eloumary, O., Laaraj, H., Ouhamou, M., Mouhadi, K., Doufik, J., Aalouane, R., & Boujraf, S. (2023). Religiosity, Stress, and Depressive Symptoms Among Nursing and Medical Students During the Middle Stage of the COVID-19 Pandemic: A Cross-Sectional Study in Morocco. *Frontiers in psychiatry*, 14, 1123356. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1123356>
- Rosmarin, D. H., Kaufman, C. C., Ford, S. F., *et al.* (2022). The neuroscience of spirituality, religion, and mental health: A systematic review and synthesis. *Journal of Psychiatric Research*.
- Rotenstein LS, Ramos MA, Torre M, *et al.* 2016. Prevalence of Depression, Depressive Symptoms, and Suicidal Ideation Among Medical Students: A Systematic Review and Meta-Analysis. *JAMA*; 316(21): 2214–2236. doi:10.1001/jama.2016.17324
- Schramm, E., Klein, D. N., Elsaesser, M., Furukawa, T. A., & Domschke, K. (2020). Review Of Dysthymia and Persistent Depressive Disorder: History, Correlates, and Clinical Implications. *The Lancet Psychiatry*, 7(9), 801–812. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30099-7](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30099-7)
- Schuch, F. B., Vancampfort, D., Firth, J., Rosenbaum, S., Ward, P. B., Silva, E. S., ... & Stubbs, B. (2018). Physical Activity and Incident Depression: A Meta-

- Analysis of Prospective Cohort Studies. *American Journal of Psychiatry*, 175(7), 631–648. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2018.17111194>
- Shannon, H., Bush, K., Villeneuve, P. J., Hellemans, K. G., & Guimond, S. (2021). *Problematic Social Media Use in Adolescents and Young Adults: Systematic Review and Meta-analysis (Preprint)*. <https://doi.org/10.2196/preprints.33450>
- Siagian, A. M., & Abia, A. (2022). Hubungan Tingkat Religiusitas dengan Tingkat Depresi pada Mahasiswa Kos Sarjana Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Immanuel Bandung. *Journal of Nursing and Midwifery Sciences*, 1(2), 1-7.
- Sitanggang, A. S., Azkia, H. F., Sutrisno, E., Zahra, F. H., & Eka, D. (2024). Pengaruh Sosial Media terhadap Mental Health Gen-Z. *El-Mujtama: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(5), 3024–3034. <https://doi.org/10.47467/elmujtama.v4i5.4213>
- Smith, J. (2020). Transmission of Faith in Families: The Influence of Religious Socialization. *PubMed Central*. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8204683/>
- Svob, C., Murphy, E., Wickramaratne, P. J., Gameroff, M. J., Talati, A., van Dijk, M. T., Yangchen, T., & Weissman, M. M. (2023). Pre- and Post-Pandemic Religiosity and Mental Health Outcomes: A Prospective Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(11). <https://doi.org/10.3390/ijerph20116002>
- Thorisdottir, I. E., Sigurvinsdottir, R., Asgeirsdottir, B. B., Allegrante, J. P., & Sigfusdottir, I. D. (2019). Active and Passive Social Media Use and Symptoms of Anxiety and Depressed Mood Among Icelandic Adolescents. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 22(8), 535–542. <https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0079>
- Tian, H., Hu, Z., Xu, J., & Wang, C. (2022). The Molecular Pathophysiology of Depression and The New Therapeutics. *MedComm*, 3(3). <https://doi.org/10.1002/mco2.15>
- Triastuti, I., Nurfauziah, W. S., & Noviyanti, I. (2024). Tingkat Stres pada Gen Z terhadap Pengaruh Media Sosial. *Prosiding Seminar Nasional Manajemen*, 4(1), 264–272. Retrieved from <https://openjournal.unpam.ac.id/index.php/PSM/article/view/44844>
- Uhls, Y. T., Ellison, N. B., & Subrahmanyam, K. (2017). Benefits and Costs of Social Media in Adolescence. *Pediatrics*, 140(Supplement_2), S67–S70. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-1758E>

- Underwood, M. D., Kassir, S. A., Bakalian, M. J., Galfalvy, H., Dwork, A. J., Mann, J. J., & Arango, V. (2018). Serotonin Receptors and Suicide, Major Depression, Alcohol Use Disorder and Reported Early Life Adversity. *Translational Psychiatry*, 8, 279. <https://doi.org/10.1038/s41398-018-0309-1>
- VanderWeele, T. J., & Ouyang, S. T. (2025). Religion and Mental Health: Is the Relationship Causal? *Journal of Religion and Health*, 64(3), 1890–1897. <https://doi.org/10.1007/s10943-025-02266-x>
- Velita B, C., & Santosa, T. (2023). Implementation of primary school students' religious character through habituation. *Tadrib: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 7(1), 64–75.
- Wahid, A., & Wardatun, A. (2023). “Digital Resources Are Not Reliable”: Peer-Group-Based Intellectualism among Muslim Youth Activists in Bima, Eastern Indonesia. *Religions*, 14(8), 1001. <https://doi.org/10.3390/rel14081001>
- World Health Organization. (2021). *Guidelines on Mental Health Promotive and Preventive Interventions for Adolescents*. Geneva: WHO.
- World Health Organization. (2020). *Depression*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression>
- Zhang, F. F., Peng, W., Sweeney, J. A., Jia, Z. Y., & Gong, Q. Y. (2018). Brain Structure Alterations in Depression: Psychoradiological Evidence. *CNS Neuroscience and Therapeutics*, 24(11), 994–1003. <https://doi.org/10.1111/CNS.12835>