

# **LAMPIRAN-LAMPIRAN**

## PEDOMAN WAWANCARA

1. Apakah anda kuliah sambil bekerja?
2. Sudah berapa lama anda bekerja?
3. Apakah anda pernah merasa lelah karna memiliki dua kegiatan tersebut?
4. Apakah anda bisa membagi waktu kuliah dan bekerja?
5. Apakah anda pernah kesulitan untuk membagi waktu?
6. Apakah anda bekerja atas kemauan sendiri?
7. Apakah anda disiplin disetiap perkuliahan dan pekerjaan?
8. Apakah pernah ada masalah saat menyesuaikan diri?
9. Apakah pernah merasa ada tekanan dari keluarga atau apapun itu yang berhubungan dengan pekerjaan dan kuliah?
10. Apakah mudah meminta ijin kerja jika sudah memasuki jadwal yang padat?
11. Menurut anda apakah kuliah sambil bekerja itu hal yang mudah?
12. Apakah semua keluarga menyupport pekerjaan dan kuliah?
13. Apakah anda suka dengan pekerjaan yang sekarang?
14. Apakah pernah kesusahan dalam membagi waktu?
15. Apakah anda pernah mengeluh, gelisah dan cemas?
16. Terkait pekerjaan dan kuliah apakah anda pernah frustrasi karna terhalangya tujuan anda?
17. Berapa pekerjaan yang anda miliki?
18. Apakah rasa percaya diri anda pernah berkurang?
19. Apakah anda bisa mengatasi kesulitan dipekerjaan dan kuliah?
20. Apakah kejadian tidak terduga akan mempengaruhi prestasi belajar?
21. Apakah anda kuliah sambil bekerja?
22. Sudah berapa lama anda bekerja?
23. Apakah anda pernah merasa lelah karna memiliki dua kegiatan tersebut?
24. Apakah anda bisa membagi waktu kuliah dan bekerja?
25. Apakah anda pernah kesulitan untuk membagi waktu?
26. Apakah anda bekerja atas kemauan sendiri?
27. Apakah anda disiplin disetiap perkuliahan dan pekerjaan?
28. Apakah pernah ada masalah saat menyesuaikan diri?
29. Apakah pernah merasa ada tekanan dari keluarga atau apapun itu yang berhubungan dengan pekerjaan dan kuliah?
30. Apakah mudah meminta ijin kerja jika sudah memasuki jadwal yang padat?
31. Menurut anda apakah kuliah sambil bekerja itu hal yang mudah?
32. Apakah semua keluarga menyupport pekerjaan dan kuliah?
33. Apakah anda suka dengan pekerjaan yang sekarang?
34. Apakah pernah kesusahan dalam membagi waktu?
35. Apakah anda pernah mengeluh, gelisah dan cemas?

36. Terkait pekerjaan dan kuliah apakah anda pernah frustrasi karna terhalangya tujuan anda?
37. Berapa pekerjaan yang anda miliki?
38. Apakah rasa percaya diri anda pernah berkurang?
39. Apakah anda bisa mengatasi kesulitan dipekerjaan dan kuliah?
40. Apakah kejadian tidak terduga akan mempengaruhi prestasi belajar?

## LAMPIRAN TERJEMAH

NO	BAB	HAL	TERJEMAH
1	I	2	<p>Kamu pasti akan diuji dengan hartamu dan dirimu. Dan pasti kamu akan mendengar banyak hal yang sangat menyakitkan hati dari orang-orang yang diberi Kitab sebelum kamu dan dari orang-orang musyrik. Jika kamu bersabar dan bertakwa, maka sesungguhnya yang demikian itu termasuk urusan yang (patut) diutamakan.”</p> <p>(QS. Ali 'Imran 3: Ayat 186)</p>
2	I	4	<p>Orang yang mengajar kebaikan kepada manusia, segala sesuatu (ikan di laut) memohonkan ampunan untuknya.”</p> <p>(H.R. Ibnu Abbas)</p>



YAYASAN PENDIDIKAN ISLAM AL-MUA'AWANAH  
**SEKOLAH TINGGI ILMU TARBIYAH  
DARUL ULUM KOTABARU**

Terakreditasi : SK.BAN-PT No.3353/SK/BAN-PT/Akred/S/IX/2017  
Jalan Mega Indah Telp (0518) 6072062 Kotabaru 72117 – 08125024434 Kotabaru 72117  
E-Mail : [stidu\\_ktbkalsel@yahoo.com](mailto:stidu_ktbkalsel@yahoo.com) website : [www.stidukotabaru.ac.id](http://www.stidukotabaru.ac.id)

Nomor : STIT-DU/PP.00.9/168/2022  
Lampiran : 1 Lembar  
Perihal : Riset / Penelitian

Kepada  
Yth.  
Kepala STIT. Darul Ulum Kotabaru  
Di –

Tempat

Assalamu'alaikum Wr, Wb.

Sehubungan dengan Surat Perintah Riset ( Terlampir ) untuk Penyusunan  
Skripsi yang telah kami berikan kepada :

Nama : Bela Selpika Saputri  
NIRM : 19.11.10.0101.03780  
Alamat : Peramuan GG. Koprasi No 05

Maka dengan ini kami mohon kepada Bapak agar berkenan memberikan  
bantuan seperlunya kepada Mahasiswa kami tersebut.

Demikian kami sampaikan atas perhatian dan perkenan Bapak kami  
haturkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr, Wb.

Kotabaru, 15 September 2022

Ketua

Muhammad Zaim, M.Pd.I

Tembusan :  
Mahasiswa yang bersangkutan



YAYASAN PENDIDIKAN ISLAM AL-MUA'AWANAH  
**SEKOLAH TINGGI ILMU TARBIYAH  
DARUL ULUM KOTABARU**

Terakreditasi : SK.BAN-PT No.3353/SK/BAN-PT/Akred/S/IX/2017  
Jalan Mega Indah Telp (0518) 6072062 Kotabaru 72117 – 08125024434 Kotabaru 72117  
E-Mail : stitdu\_ktblulsel@yahoo.com website : www.stitdukotabaru.ac.id

SURAT KETERANGAN RISET

Nomor : STIT-DU/PP.00.9/ 167 /2022

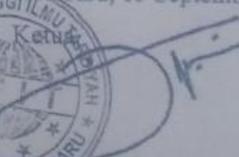
Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah ( STIT ) Darul Ulum Kotabaru, dengan ini memerintahkan kepada :

Nama : Bela Selpika Saputri  
NIRM : 19.11.10.0101.03780  
Mahasiswa Semester : VII ( Tujuh )  
Alamat : Peramuan GG. Koprasi No 05  
Tugas : Melaksanakan Riset / Penelitian Ilmiah dalam rangka  
Penyusunan Skripsi Program S1 dengan Judul :

"PENGARUH KESEHATAN FISIK DAN MENTAL MAHASISWA TERHADAP  
PROSES BELAJAR DI STIT DARUL ULUM KOTABARU"

Tempat yang di tuju : STIT, Darul Ulum Kotabaru  
Barang yang di bawa : Alat – Alat Penelitian  
Lamanya : 3 Bulan  
Dari Tanggal : 15 September 2022  
Sampai Tanggal : 24 Desember 2022

Demikian Surat Perintah Riset ini diberikan kepada yang bersangkutan agar pihak yang berkepentingan dapat memberikan bantuan seperlunya.

Kotabaru, 15 September 2022  
Ketua  
  
Muhammad Zaim, M.Pd.I





YAYASAN PENDIDIKAN ISLAM AL-MUA'AWANAH  
**SEKOLAH TINGGI ILMU TARBIYAH  
DARUL ULUM KOTABARU**

Terakreditasi : SK.BAN-PT No. 3353/SK/BAN-PT/Akred/S/IX/2017

Jl. Mega Indah KM. 02 Telp/Fax/HIP (0518) 21837 - 08125024434 Kotabaru 72117 E-mail : stitda\_k04kabe@yahoo.com

Nomor : STIT-DU/PP.00.9/016/2023  
Lampiran : -  
Perihal : *Surat Balasan Riset / Penelitian*

Yang Bertanda Tangan dibawah ini, Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah (STIT) Darul Ulum Kotabaru Menerangkan dengan Sebenarnya bahwa:

Nama : Bela Selpika Saputri  
NIRM : 19.11.10.0101.03780  
Judul Skripsi : Pengaruh Kesehatan Fisik dan Mental Mahasiswa Terhadap Proses Belajar di STIT Darul Ulum Kotabaru

Nama diatas tersebut adalah mahasiswa yang telah melakukan pengambilan data pada tanggal 15 September 2022 sampai dengan tanggal 24 Desember 2022 di Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah Darul Ulum Kotabaru.

Demikian disampaikan atas perhatian dan kesediaan Bapak / Ibu kami ucapkan terima kasih.



Kotabaru, 21 Januari 2023  
Ketua,

Muhammad Zaim, M.Pd.I  
NIDN. 2127098801



# Sertifikat

**MASTAMA**  
Masa Taruf Mahasiswa  
**TARBIYAH 2019**

No: 193/BEM-MASTAMA/STIT-DU/VIII/2019

Panitia Pelaksana Masa Taruf Mahasiswa (MASTAMA) Tarbiyah 2019 Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah (STIT) Darul Ulum Kotabaru

Menerangkan Bahwa :



Nama : Bela Sepika Saputri  
Tempat Tanggal Lahir : Senakin, 5 November 2000  
Alamat : Jl. Demang Leman  
Nilai : 81 (A)

Telah Selesai Mengikuti Masa Taruf Mahasiswa (MASTAMA) Tarbiyah 2019 Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah (STIT) Darul Ulum Kotabaru  
Tahun Akademik 2019/2020 Pada Tanggal 29 Juli sampai dengan 3 Agustus 2019 dan Dinyatakan :

**LULUS**

Ditetapkan di :

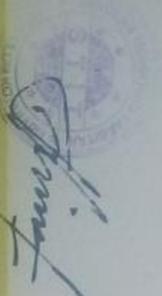
Kotabaru, 17 Agustus 2019

MASA TARUF MAHASISWA (MASTAMA) TARBIYAH 2019

BADAN EKSEKUTIF MAHASISWA (BEM) STIT DARUL ULUM KOTABARU

Mengetahui

Organizing Committee



Drs. H. UMAR DANI, MM  
Ketua STIT Darul Ulum Kotabaru

-BENNY AZI LESMANA TAHIR  
Presiden Mahasiswa BEM STIT Darul Ulum

NURUL QOMARIAH  
Ketua Pelaksana

ISNAWATI  
Sekretaris



**LATIHAN DASAR KEPEMIMPINAN MAHASISWA (LDKM)  
BADAN EKSEKUTIF MAHASISWA  
STT DARUL ULUM KOTABARU**



*Sertifikat*

NOMOR: 015/BEM.LDKM/STT-DU/IX/2019

Di Berikan Kepada:

*Bela Gelpika Gaputri*

Sebagai:

**PESERTA**

Pada Acara Latihan Dasar Kepemimpinan Mahasiswa (LDKM)  
Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah (STT) Darul Ulum Kotabaru

TEMA

“Membangun Jiwa Kepemimpinan Generasi Muda”

Tanggal : 14 s/d 15 September 2019

Tempat : Auditorium STT Darul Ulum Kotabaru

MENGETAHUI

PANITIA PELAKSANA

*[Signature]*  
Drs. H. Umar Dani, MM  
Ketua STT DU Kotabaru

*[Signature]*  
MUHAMMAD HERDANDI  
Presiden Mahasiswa STT DU Kotabaru

*[Signature]*  
M. FAKHRIZAL AKBAR PRATAMA  
Ketua pelaksana

*[Signature]*  
M. SYAHRU RAMADHANI  
Sekretaris



## PRAKTIK MENGAJAR A

### SEKOLAH TINGGI ILMU TARBIYAH DARUL ULUM KOTABARU

Terakreditasi : SK.BAN-PT No.3353/SK/BAN-PT/Akred/S/IX/2017

Jl. Mega Indah Km.2 Kotabaru Kalimantan Selatan Kode Pos 72117 Email : stitdu\_ktbkalsel@yahoo.com

## SERTIFIKAT

Nomor : PM A/STIT-DU/VIII/2021

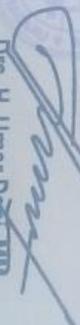
Yang bertanda tangan di bawah ini menerangkan :

Nama : Bela Selpika Saputri  
Tempat dan Tanggal Lahir : Senakin, 5 November 2000  
NIRM : 19.11.10.0101.03780  
Program Studi : Strata Satu Pendidikan Agama Islam  
Nilai Akreditasi : B

Telah selesai mengikuti *Praktik Mengajar A* Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah Darul Ulum Kotabaru Semester Ganjil Tahun Akademik 2021/2022 pada tanggal 2 Agustus s/d 7 Agustus 2021 di Lab. *Micro Teaching STIT Darul Ulum Kotabaru* dengan beban kredit 2 SKS dan dinyatakan lulus dengan kriteria nilai : A



Kotabaru, 11 Agustus 2021  
Ketua STIT Darul Ulum Kotabaru

  
Drs. H. Umar Dahri, MIM

NUP. 9921001085



**PRAKTEK MENGAJAR B**  
**SEKOLAH TINGGI ILMU TARBIYAH DARUL ULUM KOTABARU**  
Terakreditasi : SK.BAN-PT No. 3353/SK/BAN-PT/Akred/S/IX/2017  
Jl. Mega Indah Km. 2 Kotabaru Kalimantan Selatan Kode Post 72117 Email : sttdu\_ktbkalsel@yahoo.com

## SERTIFIKAT

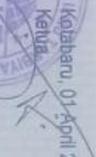
Nomor : PM B/STIT-DU/PP.00.9/037/2022

Yang bertanda tangan dibawah ini menerangkan :

Nama : Bela Selpika Saputri  
Tempat dan Tanggal Lahir : Senakin, 05 Nopember 2000  
N P M / NIRM : 19.1527.3400 / 19.11.10.0101.03780  
Program Studi : Strata Satu Pendidikan Agama Islam  
Nilai Akreditasi : B

Telah selesai mengikuti **Praktik Mengajar B** Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah Darul Ulum Kotabaru Semester Genap Tahun Akademik 2021/2022 pada tanggal, 07 Pebruari sid 28 Maret 2022 di **MAS. Darul Ulum Kotabaru** Dengan beban kredit 2 SKS dan dinyatakan lulus dengan kriteria Nilai : **A**



  
Ketua  
Muhammad Zaim, M.Pd.I  
NIDN 2127098801



YPI AL-**MU**AWANAH JAMI'YAH NAHDLATUL ULAMA  
**SEKOLAH TINGGI ILMU TARBİYAH DARUL ULUM KOTABARU**  
LEMBAGA PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Terakreditasi : SK.BAN-PT No. 3353/SK/BAN-PT/Akred/S/X/2017  
Alamat : Jalan Mega Indah Km. 2 Kotabaru Kalimantan Selatan 72117 Email : [stidu\\_kbtaseli@yahoo.com](mailto:stidu_kbtaseli@yahoo.com)

## SERTIFIKAT

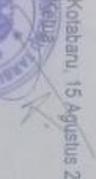
Nomor : STT-DU/LPM-KKN/VII/046/2022

Yang bertanda tangan dibawah ini menerangkan bahwa :

Nama : **Bela Selpika Saputri**  
Tempat dan Tanggal Lahir : Senakin, 05 Nopember 2000  
Mahasiswa Pada : Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah (STIT) Darul Ulum Kotabaru  
N I M : 19.11.10.0101.03780  
Program Studi : Strata Satu (S1)  
Jurusan : Pendidikan Agama Islam (PAI)

Telah selesai melaksanakan *Kuliah Kerja Nyata (KKN)* pada tanggal 11 Juni s/d 6 Agustus 2022 Tahun Akademik 2022/2023 di *Desa Tanjung Kec. Kolumpang Hilir* dengan kriteria nilai **84 (A)**



Kotabaru, 15 Agustus 2022  
  
Mubinnad Zaim, M.Pd.I  
NIDN. 2127098801



## SEKOLAH TINGGI ILMU TARBIYAH DARUL ULUM KOTABARU

Terakreditasi : SK.BAN-PT No. 3353/SKBAN-PT/Akred/SIIX/2017

Jl. Mega Indah Km.2 Kotabaru Kalimantan Selatan Kode Pos 72117 Email : stidu\_ktbkalsel@yahoo.com

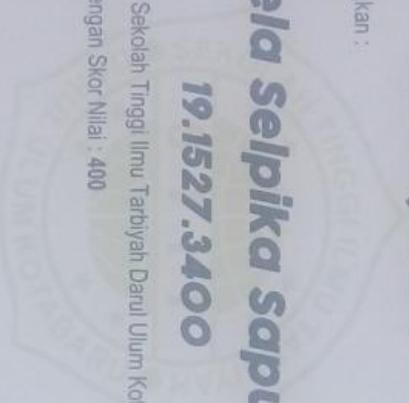
### Sertifikat

Yang bertanda tangan di bawah ini menerangkan :

**Bela Selpika Saputri**

**19.1527.3400**

Telah selesai mengikuti **Tes Bahasa Inggris** Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah Darul Ulum Kotabaru Tahun Akademik 2022/2023 pada tanggal 2 Desember 2022 dan dinyatakan **LULUS** dengan Skor Nilai : 400



Kotabaru, 12 Desember 2022  
Ketua STIT Darul Ulum Kotabaru

Muhammad Zaim, M.Pd.I  
NIDN: 2127098801



## SEKOLAH TINGGI ILMU TARBIYAH DARUL ULUM KOTABARU

Terakreditasi : SK.BAN-PT No. 3353/SK/BAN-PT/Akred/S/IX/2017

Jl. Mega Indah Km.2 Kotabaru Kalimantan Selatan Kode Pos 72117 Email : [sttdu\\_ktbkalsel@yahoo.com](mailto:sttdu_ktbkalsel@yahoo.com)

### Sertifikat

Yang bertanda tangan di bawah ini menerangkan :

## **Bela Selpika Saputri**

**19.1527.3400**

Telah selesai mengikuti Tes Bahasa Arab Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah Darul Ulum Kotabaru Tahun Akademik 2022/2023 pada tanggal 2 Desember 2022 dan dinyatakan LULUS dengan Skor Nilai : 100

Kotabaru, 12 Desember 2022

Ketua STIT Darul Ulum-Kotabaru

Muhammad Zaim, M.Pd.I

NIDN: 2127098801



## SEKOLAH TINGGI ILMU TARBİYAH DARUL ULUM KOTABARU

Terakreditasi : SK.BAN-PT No. 3353/SKIBAN-PT/Akred/S/IX/2017

Jl. Mega Indah Km.2 Kotabaru Kalimantan Selatan Kode Pos 72117 Email : stitdu\_ktbkalsel@yahoo.com

# Sertifikat

Yang bertanda tangan di bawah ini menerangkan :

Nama	:	Bela Selpika Saputri
NIM	:	19.1527.3400
Tempat Tanggal Lahir	:	Senakin, 05 November 2000
Jenis Kelamin	:	Perempuan

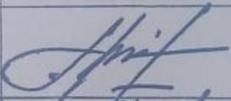
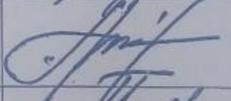
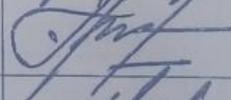
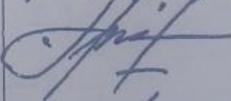
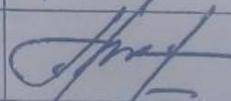
Telah selesai mengikuti **Tes Baca Tulis Al-Qur'an** Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah Darul Ulum Kotabaru Semester Genap Tahun Akademik 2021/2022  
Pada tanggal 6 Januari 2022 dan dinyatakan **LULUS**



Kotabaru, 10 Januari 2022  
Ketua STIT Darul Ulum-Kotabaru  
  
Muhammad Za'im, M.Pd.I  
NIDN: 2127098801

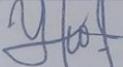
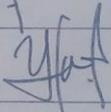
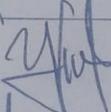
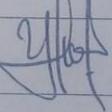
## BLANKO KONSULTASI

NAMA : Bela Selpika Saputri  
N P M/NIMKO : 19.11.10.0101.03780  
PROGRAM/JURUSAN : S1/PENDIDIKAN AGAMA ISLAM (PAI)  
FAKULTAS : TARBIYAH  
JUDUL SKRIPSI. : PENGARUH KESEHATAN FISIK DAN MENTAL MAHASISWA TERHADAP PROSES BELAJAR DI STIT DARUL ULUM KOTABARU  
PEMBIMBING I : Drs. H. Umar Dani, MM  
PEMBIMBING II : Herni Aliska, S.Pd, MM

NO	HARI / TANGGAL	BAB / MATERI	TANDA TANGAN PEMBIMBING I
1	12/12/2022	BAB I PENDAHULUAN	
2	02/01/2023	BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
3	02/01/2023	BAB III METODE PENELITIAN	
4	26/01/2023	BAB IV PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS DATA	
5	26/01/2023	BAB V PENUTUP	

## BLANKO KONSULTASI

NAMA : Bela Selpika Saputri  
N P M/NIMKO : 19.11.10.0101.03780  
PROGRAM/JURUSAN : S1/PENDIDIKAN AGAMA ISLAM (PAI)  
FAKULTAS : TARBIYAH  
JUDUL SKRIPSI : PENGARUH KESEHATAN FISIK DAN MENTAL MAHASISWA TERHADAP PROSES BELAJAR DI STIT DARUL ULUM KOTABARU  
PEMBIMBING I : Drs. H. Umar Dani, MM  
PEMBIMBING II : Hemi Aliska, S.Pd, MM

NO	HARI / TANGGAL	BAB / MATERI	TANDA TANGAN PEMBIMBING II
1	02/12/2023	BAB I PENDAHULUAN	
2	02/12/2023	BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
3	26/01/2023	BAB III METODE PENELITIAN	
4	26/01/2023	BAB IV PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS DATA	
5	26/01/2023	BAB V PENUTUP	

## **DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

1. Nama : Bela Selpika Saputri
2. Tempat Tanggal Lahir: Kotabaru 05, November 2000
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Status Perikahan : Belum Menikah
5. Kewarganegaraan : Indonesia
6. Agama : Islam
7. Alamat : Jl. Demang Lehman RT. 08
8. Pendidikan :
  - a. TK. Pertiwi Kotabaru
  - b. SDN 3 Dirgahayu Kotabaru
  - c. MTsS Darul Ulum Kotabaru
  - d. MAS Darul Ulum Kotabaru
  - e. STIT Darul Ulum Kotabaru
9. Orang Tua
  - a. Nama Ayah : (Alm) M. Taufiq  
Pekerjaan : -
  - b. Nama Ibu : Sumainah  
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga

Demikian riwayat hidup ini dibuat dengan sebenarnya.

Kotabaru, 31 Januari 2023

Penulis

Bela Selpika Saputri

## FOTO-FOTO PENELITIAN



**Gedung STIT Darul Ulum Kotabaru**

## KEGIATAN WAWANCARA NARASUMBER



Wawancara dengan mahasiswa semester IV yaitu Siti Mahmudah



Wawancara dengan mahasiswa semester IV yaitu Muhammad Fakhri Ramadhan