

**DINAMIKA MAJELIS TAKLIM AL-IKHLAS SUBANG
DALAM UPAYA PENGUATAN MENTAL JEMAAH
PADA MASA GELOMBANG COVID-19**



Oleh:

Ajeng Pertiwi Rahmawati

NIM: 20200011103

TESIS

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Diajukan kepada Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat guna Memperoleh
Gelar *Master of Arts* (M.A.)

Program Studi *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi Psikologi Pendidikan Islam

YOGYAKARTA

2022

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ajeng Pertiwi Rahmawati
NIM : 20200011103
Jenjang : Magister
Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Menyatakan bahwa tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Yogyakarta, 19 Oktober 2022

Saya yang menyatakan,



Ajeng Pertiwi Rahmawati

NIM:20200011103

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ajeng Pertiwi Rahmawati
NIM : 20200011103
Jenjang : Magister
Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan bebas dari plagiasi. Jika dikemudian hari terbukti melakukan plagiasi, maka saya siap ditindak sesuai ketentuan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 19 Oktober 2022

Saya yang menyatakan,



Ajeng Pertiwi Rahmawati

NIM:20200011103

HALAMAN PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
PASCASARJANA

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 519709 Fax. (0274) 557978 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1142/Un.02/DPPs/PP.00.9/12/2022

Tugas Akhir dengan judul : DINAMIKA MAJELIS TAKLIM AL-IKHLAS SUBANG DALAM UPAYA
PENGUATAN MENTAL JEMAAH PADA MASA GELOMBANG COVID-19

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : AJENG PERTIWI RAHMAWATI, S. Ag.
Nomor Induk Mahasiswa : 20200011103
Telah diujikan pada : Selasa, 08 November 2022
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

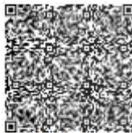
TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang/Penguji I

Dr. Subi Nur Isnaini
SIGNED

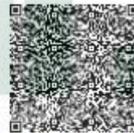
Valid ID: 638836c0f02e5



Penguji II

Dr. Hj. Nurjannah, M.Si.
SIGNED

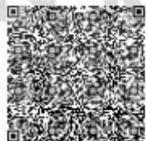
Valid ID: 637103c86071f



Penguji III

Dr. Nurus Sa'adah, S.Psi., M.Si., Psi.
SIGNED

Valid ID: 63863c691529



Yogyakarta, 08 November 2022

UIN Sunan Kalijaga
Direktur Pascasarjana

Prof. Dr. H. Abdul Mustaqim, S.Ag., M.Ag.
SIGNED

Valid ID: 63895873693d1

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.
Direktur Pascasarjana
UIN Sunan Kalijaga
Yogyakarta

Assalamu 'alaikum wr.wb.

Setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul:

DINAMIKA MAJELIS TAKLIM AL-IKHLAS SUBANG DALAM UPAYA PENGUATAN MENTAL JEMAAH PADA MASA GELOMBANG COVID-19

Yang ditulis oleh:

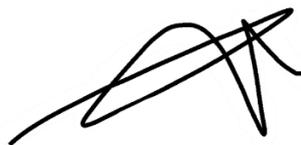
Nama : Ajeng Pertiwi Rahmawati
NIM : 20200011103
Jenjang : Magister (S2)
Prodi : *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Master of Arts.

Wassalamu 'alaikum wr.wb.

Yogyakarta, 19 Oktober 2022

Pembimbing



Dr. Hj. Nurjannah, M. Si.

19600310 198703 2 001

ABSTRAK

Ajeng Pertiwi Rahmawati, 20200011103, *Dinamika Majelis Taklim Al-Ikhlas Subang dalam Upaya Penguatan Mental Jemaah Pada Masa Pandemi Covid-19*

Penelitian ini berkontribusi dalam rangka mengembangkan kajian teoritis dalam memahami program pembinaan kesehatan mental yang diupayakan oleh Majelis Taklim Al-Ikhlas Subang sebagai metode promotif dan preventif terhadap isu kesehatan mental dalam masa gelombang Covid-19. Bermula dari hasil swaperiksa PDSKJI yang menunjukkan bahwa 69% dari 2364 responden memiliki masalah psikologis, maka yang patut diperhatikan dari adanya pandemi Covid-19 ini tidak hanya kesehatan fisik saja, namun juga kesehatan mental. Majelis Taklim menjadi salah satu wadah yang memiliki peran strategis guna meningkatkan pemahaman, penghayatan dan pengalaman belajar agama Islam seperti yang tertuang dalam UU No. 20 tahun 2003. Beriringan dengan itu, hasil observasi pra penelitian mengungkapkan bahwa ceramah yang disampaikan dalam pertemuan Majelis Taklim juga membahas hal-hal yang berkaitan dengan kesehatan mental dalam pandangan Islam. Selain itu, Majelis Taklim menjadi sebuah media yang memiliki kelekatan geografis bagi para jemaah di tengah keterbatasan mobilitas akibat pandemi.

Masalah penelitian dirumuskan menjadi dua poin utama. Pertama, bagaimana penyesuaian pelaksanaan program MT Al-Ikhlas secara umum selama adanya gelombang Covid-19. Kedua, apa upaya MT. Al-Ikhlas dalam membantu menguatkan mental jemaah di masa pandemi serta sejauh mana manfaat yang dirasakan jemaah atas upaya tersebut. Adapun tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui penyesuaian pelaksanaan program MT Al-Ikhlas secara umum selama adanya gelombang Covid-19 dan memaparkan upaya MT. Al-Ikhlas dalam membantu menguatkan mental jemaah serta manfaat yang dirasakan jemaah atas upaya tersebut. Pisau analisis yang digunakan yaitu konsep pembinaan mental Zakiah Daradjat untuk membedah pembinaan kesehatan mental. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif analitis. Data dihimpun dari hasil observasi, wawancara semi terstruktur dan studi dokumentasi. Analisis data dilakukan berdasarkan langkah-langkah yang diungkapkan John W. Creswell.

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan teori pembinaan kembali Zakiah Daradjat. Selain menunjukkan ada pembaruan yang dilakukan MT. Al-Ikhlas Subang dalam pelaksanaan program, ternyata dalam keseluruhan program secara implisit terdapat penguatan mental dari adanya pengamalan ibadah individual dan ibadah sosial. Selanjutnya upaya penguatan mental jemaah diupayakan dengan cara curhat sebagai konsultasi jiwa dengan pendekatan agama, bimbingan diskusi juga ceramah yang disesuaikan dengan kebutuhan jemaah. Dengan begitu, penelitian ini dapat mengisi kekosongan wacana yang berkaitan mengenai dampak pandemi, kesehatan mental dan peran Majelis Taklim dalam penguatan dan pembinaan mental dengan basis pendidikan masyarakat.

Kata kunci: *Dampak Pandemi; Majelis Taklim; Pembinaan Kesehatan Mental; Pengembangan Masyarakat*

ABSTRACT

This research contributes to developing theoretical studies in understanding the mental health coaching program that is being pursued by the Al-Ikhlas Subang Taklim Council as a promotive and preventive method of mental health issues during the Covid-19 wave. Starting from the results of the PDSKJI self-examination which showed that 69% of 2364 respondents had psychological problems, what should be paid attention to from the Covid-19 pandemic is not only physical health, but also mental health. The Taklim Council is a forum that has a strategic role to increase understanding, appreciation and learning experience of Islam as stated in Law no. 20 of 2003. Along with that, the results of pre-study observations revealed that the lectures delivered at the Taklim Assembly meeting also discussed matters related to mental health from an Islamic perspective. In addition, Majelis Taklim has become a medium that has geographical attachment for the congregation in the midst of limited mobility due to the pandemic.

So this research has two problem formulations. First, how to adjust the implementation of the MT Al-Ikhlas program in general during the Covid-19 wave. Second, what are the efforts of MT. Al-Ikhlas in helping to strengthen the mentality of the congregation during the pandemic and the extent to which the congregation has benefited from these efforts. The purpose of the research is to find out the adjustment of the implementation of the MT Al-Ikhlas program in general during the Covid-19 wave and explain MT's efforts. Al-Ikhlas in helping to strengthen the mentality of the congregation and the benefits felt by the congregation for these efforts. The analytical knife used is the concept of Zakiah Daradjat's mental development to dissect mental health development. This study uses a descriptive analytical qualitative research method. Data were collected from observations, semi-structured interviews and documentation studies. Data analysis was carried out based on the steps described by John W. Creswell.

The data obtained were analyzed using the theory of rebuilding Zakiah Darajat. In addition to showing that there are adjustments made by MT. Al-Ikhlas Subang in implementing the program, it turns out that in the whole program there is implicit mental strengthening from the practice of individual worship and social worship. Furthermore, efforts to strengthen the mentality of the congregation are sought by venting as a mental consultation with a religious approach, discussion guidance as well as lectures tailored to the needs of the congregation. That way, this research can fill in the gaps in discourse related to the impact of the pandemic, mental health and the role of the Majelis Taklim in strengthening and mental development on the basis of public education.

Keywords: *Community development; Majelis Taklim; Mental Health Development; The Impact of the Pandemic*

MOTTO

*Be grateful for whatever comes,
Because each has been sent
as a guide from beyond.*

The Guest House - Rumi



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah Swt. atas rahmat, karunia, hidayah, serta pertolongan-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian tesis ini. Dalam penelitian dan penyusunan tesis ini dapat diselesaikan tidak lepas dari dukungan dan kerjasama dengan pihak lain, baik secara langsung maupun tidak langsung. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih banyak kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Phil. Al Makin, S.Ag., M.A selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Bapak Prof. Dr. H. Abdul Mustaqim, S.Ag, M.Ag, selaku Direktur Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga, dan Ibu Dr. Nina Mariani Noor, SS., M.A selaku ketua prodi Pascasarjana *Interdisciplinary Islamic Studies* yang senantiasa menjamin terpenuhinya kebutuhan akademik, asupan ilmu yang bermanfaat bagi mahasiswa, tentu memberi perspektif baru bagi saya.
2. Ibu Dr. Hj. Nurjannah, M. Si. selaku dosen pembimbing. Dalam penulisan tesis ini tak luput dari masukan, arahan, bimbingan, motivasi yang beliau berikan pada penulis.
3. Ketua Majelis Taklim Al-Ikhlas Subang yang telah mengizinkan saya untuk melakukan penelitian juga jemaah yang telah bersedia menjadi narasumber hingga terselesaikannya tesis ini dengan judul: “Dinamika Majelis Taklim Al-Ikhlas Subang dalam Upaya Penguatan Mental Jemaah Pada Masa Gelombang Covid-19”. Tesis ini tidak dapat dihasilkan lebih baik tanpa bantuannya, terutama sebagai kontribusi

penelitian bidang pendidikan berbasis masyarakat dengan pendekatan psikologi dan agama di Indonesia.

4. Ummi dan bapak yang selalu mendoakan dan memberikan dukungan tak terhingga dalam tiap langkah penulis, termasuk juga dalam penyusunan tesis ini. Sampainya penulis di tahap ini menjadi bukti bahwa ummi bapak telah mengantarkan anak keenamnya hingga jenjang magister dengan penuh kasih sayang. *Hatur nuhun*, ummi bapak.
5. Bani Maulany sebagai keluarga terkasih dengan segala bentuk dukungannya.
6. Sahabat-sahabat yang memberi doa dan dukungan selama penelitian ini dilakukan. Elis Sahmiatik, S.Ag., M.A, Dede Asrori rohim, S.Ag., M.A, Lulu Maknunah, S.Ag. M.A, Ahmad Fasya Alfayad, S.Ag., M.A yang juga berjuang menyelesaikan program magister. Sahabat yang kebersamai dalam setiap kondisi Riesya N. Febriyani, S. Farm, dan Stella Syifa S., S. Psi. serta teman-teman Psikologi Pendidikan Islam 2020.
7. Pihak-pihak lain yang tak dapat penulis sebutkan satu demi satu yang juga telah membantu penulis.

Semoga segala kebaikannya mendapatkan rahmat dan dilimpahi berkah oleh *Allah Subhanahu wa Ta'ala*, Aamiin. Penulis menyadari dengan penuh kesadaran bahwa tesisi ini masih jauh dari kesempurnaan.

Maka dari itu, penulis mengharapkan saran-saran yang membangun dari semua pihak. Namun dengan segala keterbatasan yang ada semoga tesis ini dapat memberikan manfaat.

Aamiin Ya Rabbal'alamiin.

Yogyakarta, 19 Oktober 2022

Penulis,



Ajeng Pertiwi Rahmawati



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN.....	i
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
MOTTO	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
BAB I	
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian.....	9
D. Kajian Pustaka	10
E. Kerangka Teoretis.....	18
F. Metode Penelitian	23
G. Sistematika Pembahasan.....	26
BAB II	
PANDEMI, KESEHATAN MENTAL DAN MAJELIS TAKLIM	29
A. Serba Serbi Pandemi Covid-19 Dari Kemunculan Hingga Dampaknya.....	30
1. Awal Kemunculan Covid-19 dan Penetapan Status Pandemi	30
2. Dampak Pandemi Covid-19 Bagi Kehidupan Masyarakat	35
B. Kondisi Mental Masyarakat Pada Masa Pandemi	47
1. Kesehatan Mental	47
2. Karakteristik Kesehatan Mental	51
3. Kondisi Mental Masyarakat Indonesia Pada Masa Pandemi.....	54

C. Kehidupan Masyarakat Beragama dan Kesehatan Mental	60
1. Peran Majelis Taklim dalam Penguatan Mental Masyarakat	60
2. Pendekatan Agama Terhadap Kesehatan Mental	65
BAB III	
MENGENAL MAJELIS TAKLIM AL-IKHLAS SUBANG DAN DINAMIKA SELAMA KETERIKATANNYA DENGAN COVID-19.....	70
A. Konteks Historis Majelis Taklim Al-Ikhlas Subang.....	71
1. MT. Al-Ikhlas Subang: Sarana Menimba Ilmu, Silaturahmi dan Pelayanan Umat	71
2. Karakteristik dan Minat Jemaah MT. Al-Ikhlas Subang	75
B. Manajemen dan Kepengurusan MT. Al-Ikhlas Subang	79
1. Strategi Manajemen MT. Al-Ikhlas Subang	79
C. Dinamika Program MT. Al-Ikhlas Subang.....	85
1. Program MT. Al-Ikhlas Subang.....	85
2. Penyesuaian Program MT. AL-Ikhlas dalam Gelombang Covid-19.....	90
BAB IV	
UPAYA PENGUATAN MENTAL JEMAAH MT. AL-IKHLAS SUBANG...	103
A. Program MT. Al-Ikhlas Subang yang Mengarah Pada Penguatan Mental Jemaah	103
1. Penguatan Mental Melalui Program yang Bersifat Ibadah Individual..	104
2. Penguatan Mental Melalui Program yang Bersifat Ibadah Sosial	112
B. Upaya Penguatan Mental dalam Materi Ceramah MT. Al-Ikhlas Subang	118
C. Respon Jemaah Terhadap Upaya Penguatan Mental MT. Al-Ikhlas Subang	121
BAB V	
PENUTUP.....	127
A. Kesimpulan.....	127
B. Saran	128
DAFTAR PUSTAKA	131
CURRICULUM VITAE	139

DAFTAR TABEL

- Tabel 1 Daftar Penceramah MT. Al-Ikhlash Subang, 84.
- Tabel 2 Program MT. Al-Ikhlash Subang, 89.
- Tabel 3 Dinamika Program MT. Al-Ikhlash dalam Setiap Fasanya, 96.



DAFTAR GAMBAR

- Gambar 1 Tingkat Kekhawatiran Terhadap Kondisi Covid-19, 56.
- Gambar 2 Tampak Depan Masjid Al-Ikhlas Subang, 73.
- Gambar 3 Lokasi Sekretariat MT. Al-Ikhlas Subang, 74.
- Gambar 4 Pengajian Rutin Gabungan MT. Al-Ikhlas Subang, 77.
- Gambar 5 Rapat Persiapan Kegiatan Muharraman 1444 H, 81.
- Gambar 6 Dua Puncak Tertinggi Kasus Aktif Selama Perkembangan Covid-19, 91.
- Gambar 7 Pengajian Rutin MT. Al-Ikhlas Subang, 122.



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pandemi akibat *Corona Virus Disease* 2019 (Covid - 19) sudah menginjak dua tahun lebih sejak diumumkan oleh *World Health Organization* (WHO). Kabar tersebut disampaikan Direktur Jendral WHO, Tedros Adhanom Ghebreyesus, pada tanggal 11 Maret 2020 di Jenewa Swiss yang kemudian diunggah pada akun resmi Twitter WHO.¹ Dari kemunculannya hingga saat ini, 04 April 2021 pukul 09:32 GMT+7, tercatat WHO ada 130.422.190 kasus terkonfirmasi, 2.841.135 orang meninggal dunia dan 223 negara, wilayah atau teritori yang mempunyai kasus.²

Sedangkan di Indonesia sendiri pada tanggal yang sama sudah menginjak 1.534.255 kasus terkonfirmasi, 116.709 kasus aktif, 1.375.877 kasus sembuh dan kasus meninggal dunia hingga 41.669 orang. Dengan jumlah kasus tingkat tertinggi ada di DKI Jakarta yaitu sebanyak 379.691 orang, yang berarti menyumbang 25.4% dari keseluruhan kasus yang ada. Tertinggi selanjutnya ada di Provinsi Jawa Barat kemudian Provinsi Jawa Tengah, yang masing-

¹ Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo, "WHO Tetapkan Covid-19 Sebagai Pandemi," last modified 2020, accessed June 24, 2021, <https://dinkes.gorontaloprov.go.id/who-tetapkan-covid-19-sebagai-pandemi/>.

²World Health Organization, "Coronavirus Disease (COVID-19) Pandemic," 2021, accessed October 26, 2021, https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019?adgroupsurvey=%7Badgroupsurvey%7D&gclid=CjwKCAjwx6WDBhBQEiwA_dP8rb2O_8giQawWMUOU9RK13o-m1yO-Jth0nTjqITJ3Zy2CeSI9KxxbdhoC9_8QAvD_BwE.

masing sebanyak 16.5% dan 11.2% dari seluruh kasus.³

Data tersebut bukan hanya sekedar angka. Selama penyebarannya, Pandemi Covid-19 memberikan dampak bagi berbagai sektor kehidupan manusia. Penelitian menunjukkan, pandemi berdampak pada bidang ekonomi, pendidikan juga kondisi sosial masyarakat. Selain itu, tak bisa dipungkiri bahwa keadaan pandemi ini berpengaruh pula bagi kesehatan mental masyarakat. Fakta tersebut diungkapkan oleh Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI), tentang pemeriksaan tiga masalah psikologis. Masalah-masalah itu diantaranya cemas, depresi dan trauma. Survei dilakukan melalui swaperiksa secara dalam jaringan terhadap 2.364 responden. Hasil menunjukkan sebanyak 69% responden memiliki masalah psikologis. Dengan rincian yaitu sebanyak 68% mengalami cemas dan 67% responden mengalami depresi akibat pandemi Covid-19 juga sebanyak 77% responden memiliki gejala stres pascatrauma psikologis yang disebabkan karena mengalami atau menyaksikan peristiwa tidak menyenangkan terkait Covid-19.⁴ Tingginya persentase masyarakat Indonesia yang terindikasi masalah psikologis patut menjadi sebuah perhatian.

Berkaitan dengan itu, Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Subang menyampaikan bahwa Covid-19 sudah bergeser tidak hanya sebatas virus saja melainkan juga menyerang kesehatan mental masyarakat. Dilansir Aksara

³ Satuan Tugas Penanganan Covid, "Peta Sebaran," 2021, accessed October 26, 2021, <https://covid19.go.id/peta-sebaran>.

⁴ Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia, "5 Bulan Pandemi Covid-19 Di Indonesia," n.d., accessed October 26, 2021, <http://www.pdskji.org/home>.

Jabar, Kadinkes Kab. Subang menyebutkan satu kasus di salah satu kecamatan di Kab. Subang bahwasannya ada seorang warga yang sedang melakukan isolasi mandiri dan meninggal dunia. Sebab dari meninggalnya bukan karena infeksi Covid-19, tapi karena stress kemudian meminum racun.⁵

Fokus dan perhatian dalam kondisi seperti ini bukan hanya diarahkan terhadap kesehatan fisik saja, tetapi juga kesehatan mental dan spiritual. Seperti yang dipaparkan WHO, bahwa sehat meliputi kesejahteraan secara fisik, mental dan sosial bukan sekedar tidak adanya penyakit maupun cacat.⁶ Bahkan dalam Undang-Undang nomor 36 tahun 2009 tentang kesehatan, tertulis bahwa sehat merupakan keadaan sehat baik secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis.⁷ Sehat yang dimaksud berarti bukan suatu hal yang terpisah-pisah, bukan pula hanya sebagian aspek. Tetapi sehat yang dimaksud merupakan sehat secara komprehensif, segala aspek yang dimiliki manusia, baik itu fisik, mental, spiritual, juga sosial.

Selanjutnya dalam menciptakan pengetahuan dan menumbuhkan kesadaran mengenai aspek-aspek kesehatan tersebut, tentu pemerintah telah melakukan upaya melalui organisasi profesi maupun instansi pemerintahan.

⁵ Igun Gunawan, "Kasus Covid-19 Di Subang Mengganggu Psikologis, Dinkes Gandeng Pemuka Agama Perbaiki Mental Masyarakat," July 8, 2021, accessed December 6, 2021, <https://aksarajabar.pikiran-rakyat.com/jabar/pr-992182335/kasus-covid-19-di-subang-mengganggu-psikologis-dinkes-gandeng-pemuka-agama-perbaiki-mental-masyarakat>.

⁶ Does Samporno, "Membangun Bangsa Yang Sehat Produktif," *KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional* 3, No. 1 (Agustus 2008).

⁷ Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, "Apa Yang Dimaksud Sehat Dan Bugar?," last modified 2019, accessed June 24, 2021, <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/apa-yang-dimaksud-sehat-dan-bugar>.

Contoh organisasi profesi dalam bidang kesehatan jiwa dan psikososial diantaranya, Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI), Ikatan Psikolog Klinis (IPK), Himpunan Psikologi Indonesia (HIMPSI). Sedangkan contoh instansi pemerintahan yang juga berperan dalam kesehatan jiwa dan psikososial yaitu Dinas Sosial, Dinas PPPA, Dinas Pendidikan dan Kebudayaan juga Kantor Wilayah Kementerian Agama. Bahkan Kadinkes Kab. Subang mengklaim sudah menggandeng para pemuka agama di masyarakat dalam upaya menghadapi Pandemi Covid-19. Hal itu dilakukan guna membantu dalam memberikan pengertian pada masyarakat agar dapat menjaga kesehatan mental dengan edukasi melalui ceramah-ceramah agama dalam menghadapi pandemi saat ini.⁸

Majelis Taklim sebagai wadah diskusi agama masyarakat yang dalam programnya terdapat kajian juga ceramah agama memiliki peran dalam upaya menghadapi dampak Covid-19. Proses dan upaya tersebut baik tertuju pada jemaah internal Majelis Taklim secara khusus maupun masyarakat luas secara umum. Majelis taklim menjadi salah satu kelompok orang yang hidup dan saling berinteraksi dalam suatu wilayah atau dapat disebut juga sebagai salah satu komunitas yang ada masyarakat. Biasanya tercipta sebuah komunitas tergantung pada kepentingan bersama dalam memenuhi kebutuhan kehidupannya. Umumnya kepentingan tersebut didasarkan atas kesamaan latar belakang budaya, ideologi, sosial-ekonomi. Suatu komunitas secara fisik

⁸ Gunawan, "Kasus Covid-19 Di Subang Mengganggu Psikologis, Dinkes Gandeng Pemuka Agama Perbaiki Mental Masyarakat."

juga biasanya diikat dengan batas lokasi atau geografis.⁹ Majelis Taklim Perumahan merupakan salah satu komunitas atau kelompok masyarakat yang berdasarkan kesamaan letak geografis. Secara spesifik, Majelis Taklim mempunyai peran strategis guna meningkatkan pemahaman, penghayatan dan pengalaman belajar agama Islam, sebagaimana yang tercantum dalam Peraturan Menteri Agama Republik Indonesia Nomor 29 Tahun 2019 tentang Majelis Taklim.¹⁰ Selain itu disebutkan pula Majelis Taklim berperan sebagai lembaga kesehatan mental umat.¹¹

Jika berbicara mengenai pembelajaran agama Islam tentulah sangat luas, mulai dari iman – islam – ihsan, maupun fiqih – akidah – tasawuf. Bahkan dalam ajaran agama Islam juga terdapat konsep kesehatan mental berdasarkan Al-Qur'an dan as-Sunah. Konsep tersebut menekankan pada kemampuan diri individu dalam mengelola fungsi-fungsi kejiwaan juga terciptanya penyesuaian dengan diri sendiri, orang lain maupun lingkungan sekitarnya secara dinamis berlandaskan Al-Quran dan as-Sunah sebagai pedoman hidup menuju kebahagiaan dunia dan akhirat.¹² Pada konteks ini, pandangan masyarakat mengenai kondisi pandemi diiringi dengan pembinaan kesehatan mental yang tak hanya berfokus pada kebahagiaan dunia, melainkan juga

⁹ Erhayati, "Strategi Komunitas 'Roemah Baca Keliling' Dalam Meningkatkan Budaya Gemar Membaca Masyarakat Kota Palembang" (UIN Raden Fatah, 2019).

¹⁰ "Peraturan Menteri Agama Nomor 29 Tahun 2019: Majelis Taklim" (Jaringan Dokumentasi Dan Informasi Hukum (JDIH BPK), 2019), accessed June 24, 2021, <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/130643/peraturan-menag-no-29-tahun-2019>.

¹¹ Saepul Anwar, "Aktualisasi Peran Majelis Taklim Dalam Peningkatan Kualitas Umat Di Era Globalisasi," *Jurnal Pendidikan Agama Islam-Ta'lim* 10, no. 1 (2012).

¹² Ariadi, "Kesehatan Mental Dalam Perspektif Islam," *Syifa' Medika: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan* 3 (2013).

bekal menuju kebahagiaan akhirat.

Ada banyak penelitian yang mengkaji mengenai Peran Majelis Taklim juga kaitan agama dengan kesehatan mental. Penelitian-penelitian ini dapat dikelompokkan menjadi 3 kecenderungan utama. *Pertama*, peran Majelis Taklim yang diulas berdasarkan landasan hukum yang menaunginya, seperti yang dikaji oleh Zaini Dahlan¹³ dan Saeful Anwar¹⁴. *Kedua*, peran Majelis Taklim secara umum seperti yang dipaparkan oleh Ahmad Hambaly¹⁵ dan Muhammad Hairuddi. *Ketiga*, kelompok yang mengkaji mengenai agama dan kesehatan mental yaitu penelitian yang dikaji oleh Said Mashuri¹⁶ Aspriawan Bayu Aji¹⁷ dan Muhammad Yani¹⁸.

Dengan adanya penelitian-penelitian tersebut sebetulnya sudah sedari awal ketika melihat landasan hukum, Majelis Taklim memiliki peran strategis sebagai lembaga kesehatan mental umat disamping sebagai lembaga pendidikan dan lembaga peningkatan ekonomi umat.¹⁹ Namun sayangnya, peneliti melihat sebuah kekosongan wacana dalam analisis peran Majelis Taklim dewasa ini dengan adanya Covid-19, khususnya dilihat sebagai

¹³ Zaini Dahlan, "Peran Dan Kedudukan Majelis Taklim Di Indonesia," *Jurnal Al-Fatih* 2, no. 2 (2019): 252–278.

¹⁴ Anwar, "Aktualisasi Peran Majelis Taklim Dalam Peningkatan Kualitas Umat Di Era Globalisasi."

¹⁵ Ahmad Hambaly, "Peran Majelis Taklim Waladul Amin Pada Masyarakat Di Kecamatan Arut Selatan Kabupaten Kotawaringin Barat" (2021).

¹⁶ Said Mashuri, "Faktor-Faktor Kesehatan Mental Jamaah Majlis Tauhid Di Desa Njajar Trenggalek" (IAIN Ponorogo, 2021), <http://etheses.iainponorogo.ac.id/12890/>.

¹⁷ Aspriawan Bayu Aji, "Hubungan Kegiatan Keagamaan Terhadap Kesehatan Mental Ibu-Ibu Majelis Taklim Alhidayah Kelurahan Kotabaru Kecamatan Tanjung Karang Timur Kota Bandar Lampung" (UIN Raden Intan, 2020).

¹⁸ Muhammad Yani, "Metode Pembinaan Agama Terhadap Lansia Untuk Kebahagiaan Hidup Masa Tua" (IAIN Purwokerto, 2016).

¹⁹ Dahlan, "Peran Dan Kedudukan Majelis Taklim Di Indonesia."

lembaga pembinaan kesehatan mental. Jika dalam keadaan normal Majelis Taklim memiliki peran strategis seperti yang telah diungkapkan, lalu bagaimana upaya yang dilakukan oleh Majelis Taklim guna tetap terlaksananya peran dan fungsi Majelis Taklim dalam kondisi masyarakat berdampingan dengan Covid-19, baik dalam kondisi pembatasan sosial maupun dalam kondisi adaptasi kebiasaan baru. Tesis ini menganalisis pembinaan kesehatan mental yang diupayakan oleh Majelis Taklim pada masa Covid-19 ini berada di posisi mana, apakah sebagai peran keagamaan yang bersifat dogmatis atau juga dapat terimplementasi dalam kehidupan sehari-hari secara praktikal melalui peran sosial. Belum banyak penelitian yang secara khusus membahas mengenai peran sebagai sarana pembinaan kesehatan mental, terlebih dalam kondisi adanya Covid-19 yang gelombangnya fluktuatif seperti saat ini. Adapun penelitian yang dilakukan oleh Sukron Mazid, Rumawi, Wahyu Prabowo dan Sholihul Hakim,²⁰ mengenai peran penyuluh agama Islam dalam meningkatkan Pelayanan Pembangunan Mental Spiritual Masyarakat di Era Pandemi Covid-19 pun masih terlalu luas jangkauannya karena penelitiannya dilaksanakan pada penyuluh agama secara umum yang tidak memiliki kedekatan secara fisik dan emosional juga tidak ada program yang terlaksana secara kontinyu kepada jemaah seperti halnya Majelis Taklim.

²⁰ Sukron Mazid et al., "Peran Penyuluh Agama Islam Dalam Pelayanan Pembangunan Mental Spiritual Masyarakat Di Era Pandemi Covid 19," *Journal of Public Administration and Local Governance* 5, no. 1 (April 27, 2021): 76–89.

Padahal berdasarkan hasil observasi pra penelitian, majelis taklim merupakan komunitas paling dekat dengan masyarakat yang memiliki kegiatan rutin pada setiap minggunya dan terkoordinasi dalam grup media sosial. Majelis taklim berpotensi besar dalam pembinaan kesehatan mental masyarakat di masa pandemi. Tentu saja dengan menyadari potensi ini, Majelis Taklim dapat menjadi agen pembinaan kesehatan mental. Selanjutnya informasi inilah yang dapat menjadi masukan bagi penyuluh agama maupun tenaga kesehatan mental professional untuk mengoptimalkan peran Majelis Taklim dalam bersama-sama menghadapi gelombang Covid-19.

Maka dari rangkaian fenomena yang telah dipaparkan menjadi alasan bagi penulis untuk mengeksplorasi lebih lanjut mengenai Majelis Taklim dalam Pembinaan Kesehatan Mental ketika berdampingan dengan Covid-19 baik pra pandemi, ketika pandemi serta ketika mulai diberlakukannya adaptasi kebiasaan baru.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka diperoleh beberapa rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana penyesuaian pelaksanaan program Majelis Taklim Al-Ikhlas Subang secara umum selama adanya gelombang Covid-19; pra pandemi, ketika pandemi serta ketika diberlakukannya adaptasi

kebiasaan baru?

2. Apa saja yang dilakukan Majelis Taklim Al-Ikhlas Subang dalam upaya membantu menguatkan mental jemaah di masa pandemi Covid-19 serta sejauh mana manfaat yang dirasakan jemaah atas upaya tersebut?

C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berkesinambungan dengan rumusan masalah yang telah dipaparkan, tujuan penelitian ini diarahkan agar dapat mendeskripsikan hasil analisis penelitian di lapangan, diantaranya secara khusus sebagai berikut.

- a. Mengetahui penyesuaian pelaksanaan program Majelis Taklim Al-Ikhlas Subang secara umum selama adanya gelombang Covid-19; pra pandemi, ketika pandemi serta ketika diberlakukannya adaptasi kebiasaan baru
- b. Mengeksplorasi upaya Majelis Taklim Al-Ikhlas Subang dalam membantu menguatkan mental jemaah di masa pandemi Covid-19 serta manfaat yang dirasakan jemaah atas upaya yang dilakukan.

2. Kegunaan Penelitian

- a. Riset ini diharapkan dapat memberikan kontribusi guna memperkaya khazanah pengetahuan pada bidang Psikologi Pendidikan Islam dengan fokus kepada upaya pembinaan mental dengan pendekatan agama. Penelitian ini juga andil dalam kajian mengenai dampak gelombang Covid-19 bagi masyarakat Indonesia, khususnya jemaah Majelis Taklim Al-Ikhlas.
- b. Secara praksis, informasi dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu referensi bagi penyuluh agama, tenaga kesehatan mental professional maupun pengurus Majelis Taklim sendiri untuk mengoptimalkan peran strateis majelis taklim dalam bersama-sama menghadapi dampak psikologis Covid-19.

D. Kajian Pustaka

Kajian mengenai Majelis Taklim dan kesehatan mental serta persoalan-persoalan yang bersinggungan dengan keduanya telah mendapatkan perhatian dan pengkajian oleh para akademisi. Pada lain sisi, terdapat pula kajian mengenai kondisi kesehatan mental masyarakat dalam gelombang Covid-19. Penelitian-penelitian terdahulu yang telah penulis himpun dapat dikelompokkan menjadi dua kecenderungan utama.

Kecenderungan pertama, mengenai peningkatan kualitas kesehatan mental dalam kegiatan keagamaan serta pengajian majelis taklim. Studi yang

mendiskusikan mengenai peningkatan kualitas kesehatan mental dalam kegiatan keagamaan dapat ditelusuri dalam hasil penelitian Zaini Dahlan, Mariam, Aspriawan Bayu Aji, Said Mashuri, Muhammad Yani dan Siti Mujiyem.

Jika dilihat dari peran dan kedudukan majelis taklim di Indonesia, majelis taklim dikatakan sebagai wadah pembentuk jiwa dan kepribadian yang agamis dengan fungsi sebagai stabilisator dalam gerak aktivitas kehidupan umat Islam di Indonesia. Adapun peran strategis majelis taklim diantaranya yaitu sebagai lembaga pendidikan umat, lembaga peningkatan ekonomi umat dan lembaga kesehatan jiwa. Zaini Dahlan menyatakan bahwa perbaikan tersebut dapat terkonsentrasi menjadi empat bidang, yaitu bidang kurikulum, bidang fasilitas dan infrastruktur, kelembagaan serta sektor tenaga atau sumber daya manusia. Dalam sistem perundang-undangan, kedudukan majelis taklim memiliki tempat yang strategis karena memiliki landasan hukum yang kuat sebagai lembaga pendidikan non formal.²¹

Pendidikan nonformal ini berfungsi mengembangkan potensi jamaah Majelis Taklim dengan penekanan pada penguasaan pengetahuan dan keterampilan fungsional serta pengembangan sikap dan kepribadian profesional. Landasan hukum tersebut tertuang dalam Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. Secara lebih spesifik selanjutnya diatur oleh Peraturan Menteri Agama Republik Indonesia Nomor 29 tahun 2019 tentang Majelis Taklim. Dalam PMA tersebut tertuang

²¹ Dahlan, "Peran Dan Kedudukan Majelis Taklim Di Indonesia."

bahwa Majelis Taklim sebagai lembaga atau kelompok masyarakat yang menyelenggarakan pendidikan keagamaan Islam secara nonformal.²²

Dalam praktiknya, Mariam melihat majelis taklim sebagai wadah pembentuk jiwa dan kepribadian yang agamis, proses pemahaman agama dan internalisasi nilai-nilai akhlak dapat dikategorikan dengan baik. Hal tersebut bisa ditelusuri dari indikasi kebiasaan atau tradisi yang dilakukan oleh muslimah dalam pembentukan kepribadian, yaitu diantaranya: akhlak yang baik terhadap Allah SWT dengan menjalankan ibadah sesuai syariah, akhlak terhadap Nabi Muhammad SAW dengan banyak membaca shalawat dan meneladani akhlak Rasulullah, akhlak terhadap diri sendiri yaitu dengan menanamkan kesantunan dalam kehidupan sehari-hari, akhlak terhadap orang lain dilakukan dengan membentuk komunikasi dan interaksi yang baik berdasarkan sikap saling menghormati. Adapun proses pemahaman agama serta internalisasi nilai-nilai moral pada wanita muslimah dilakukan melalui dua cara yaitu materi moral dan metode pembentukan moral.²³

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Aspriawan Bayu Aji menyatakan bahwa adanya hubungan kegiatan keagamaan terhadap kesehatan mental ibu-ibu majelis taklim Al-Hidayah Kelurahan Kotabaru.²⁴ Dalam penelitian lainnya, secara lebih rinci Said Mashuri mengelompokkan faktor-

²² Umar Al Faruq, "Politik Dan Kebijakan Tentang Majelis Taklim Di Indonesia (Analisis Kebijakan Peraturan Menteri Agama No. 29 Tahun 2019)," *Al Murabbi* 5 No 2 (2020).

²³ Mariam Mariam, "Peran Majelis Taklim Dalam Pemberdayaan Untuk Membentuk Kepribadian Muslimah," *Lembaran Masyarakat: Jurnal Pengembangan Masyarakat Islam* 5, no. 02 (2019): 121–136.

²⁴ Aji, "Hubungan Kegiatan Keagamaan Terhadap Kesehatan Mental Ibu-Ibu Majelis Taklim Alhidayah Kelurahan Kotabaru Kecamatan Tanjung Karang Timur Kota Bandar Lampung."

faktor kesehatan mental jamaah majelis tauhid di Desa Njajar Trenggalek menjadi beberapa poin.²⁵ Langkah awal dari sebuah mental yang sehat dimulai ketika manusia mengenal dzat yang dinamakan Allah, dengan cara mempelajari ilmu tauhid yang mencakup ilmu syari'at, hakikat, tarekat, hakikat dan makrifat secara utuh. Hal yang mendukung kesehatan mental yaitu ketika jamaah bersedia mengikuti pengajian dengan bersungguh-sungguh, niat, tidak meremehkan dan juga selalu istiqomah. Sedangkan yang menghalangi kesehatan mental ialah ketika jamaah tidak mengenal tauhid secara mendalam, tidak bersungguh-sungguh dan meremehkan ilmu. Dalam upaya pembinaan kesehatan mental yang dilakukan oleh majelis tauhid yaitu dengan pengajian melalui mendengarkan, membaca serta memahami apa yang diajarkan oleh guru tauhid juga giat berkumpul dengan jamaah. Selain itu, ada metode khusus yaitu dengan mursyid memberikan ilmu yang rahasia berupa ilmu mukasyafah kepada jamaah dengan cara rahasia. Pada kasus lain, pembinaan yang dilakukan berbeda dengan fenomena yang diteliti oleh Muhammad Yani, ternyata dalam memperoleh kesehatan mental yang stabil khususnya kebahagiaan hidup pada lansia di masa tua, hasil studi kasus pada jamaah di majelis taklim Nurul Adzqia Desa Munjul Purbalingga menggunakan metode *sharing* dan mediasi.²⁶

Hubungan kegiatan keagamaan dengan kesehatan mental lainnya ternyata

²⁵ Mashuri, "Faktor-Faktor Kesehatan Mental Jamaah Majelis Tauhid Di Desa Njajar Trenggalek."

²⁶ Yani, "Metode Pembinaan Agama Terhadap Lansia Untuk Kebahagiaan Hidup Masa Tua."

terungkap oleh penelitian Siti Mujiyem. Ternyata, majelis taklim juga memiliki pengaruh besar dalam meningkatkan kesejahteraan keluarga khususnya yang ditinjau dari sisi spiritual. Hal-hal yang diupayakan oleh majelis taklim yaitu dengan cara memupuk rasa persaudaraan, persatuan, juga persamaan melalui kegiatan salat berjamaah di masjid, selain itu dengan membina akhlak jemaah dengan pengajian rutin tiap bulannya, menambah wawasan dan keyakinan kepada Allah juga memahami ayat-ayat Al-Qur'an melalui kegiatan tadarus dan meningkatkan kesadaran dengan banyak berdoa, bersolawat kepada Nabi melalui kegiatan *Isra' Mi'raj*.²⁷

Kecenderungan kedua, mengenai kondisi kesehatan mental sebagai akibat dari gelombang Covid-19 beserta faktor-faktor yang diduga mempengaruhinya. Kajian fenomena tersebut dapat ditelusuri melalui penelitian yang telah dilakukan oleh Mohammad A. Aboul-ata & Faten T. Qonsua, Sulis Wurini, Athiyah & Harri Santoso, Deshinta Vibriyanti, juga Yuli Asmi Rozali, dkk. Dalam penelitian yang dilakukan dalam rentang waktu tahun 2020 hingga 2021 tersebut diungkapkan bahwa adanya dampak atau pengaruh dari keadaan pandemi Covid-19 terhadap kesehatan mental.

Secara umum dalam memahami perilaku yang berhubungan dengan kesehatan dijabarkan dalam bidang psikologi kesehatan. Beberapa model telah dikembangkan untuk mengeksplorasi dan menginterpretasikan respon psikologis terhadap kejadian kesehatan. Dalam hal ini, Engel telah

²⁷ Siti Mujiyem, "Peran Majelis Taklim Terhadap Kesejahteraan Keluarga Di Kelurahan Tamangapa Kecamatan Manggala Kota Makassar" (PhD Thesis, Univeritas Islam Negeri Alauddin Makassar, 2017).

mengusulkan model biopsikososial untuk menginterpretasikan respon terhadap peristiwa medis. Model ini menjelaskan interaksi antara faktor biologis, psikologis dan sosial yang membentuk respons terhadap kejadian kesehatan tertentu.²⁸

Dalam penelitian Mohammad A. Aboul-ata & Faten T. Qonsua menyebutkan terdapat lima model faktor respon psikologis terhadap Covid-19, diantaranya kecemasan, depresi, menghindari, dukungan sosial dan kekhawatiran medis. Selanjutnya, riset terkait menyatakan bahwa pandemi Covid-19 berdampak negatif pada kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis masyarakat. Pandemi Covid-19 memicu respon spesifik seperti ketakutan normal karena persepsi terhadap resiko, strategi koping negatif dan konsumsi obat. Riset juga menunjukkan kolerasi antara respon koping negatif dan gangguan kecemasan umum. Selain itu perempuan, daerah perkotaan, mahasiswa dan faktor usia menjadi kelompok yang lebih rentan terhadap psikopatologis.²⁹

Data yang diperoleh Sulis Wurini menggambarkan bahwa permasalahan kesehatan mental yang dirasakan secara nyata oleh masyarakat Indonesia saat ini diantaranya yaitu cemas, depresi, trauma akibat pandemi Covid-19. Adapun beberapa faktor resiko utama yaitu jarak serta isolasi sosial, resesi ekonomi akibat pandemi, stres dan trauma pada tenaga kesehatan, juga stigma

²⁸ Mohammad A. Aboul-ata and Faten T. Qonsua, "The 5-Factor Model of Psychological Response to COVID-19: Its Correlation with Anxiety and Depression," *Current Psychology* 40, no. 4 (2021), accessed December 6, 2021, <https://link.springer.com/article/10.1007%2Fs12144-021-01701-y#citeas>.

²⁹ Ibid.

dan diskriminasi.³⁰ Selain itu, Athiyah menambahkan bahwa permasalahan mental yang muncul lainnya yaitu gangguan tidur, ketakutan, keinginan bunuh diri, *toxic masculinity*, *panic buying*, penyalahgunaan alkohol dan obat-obatan, trauma psikologis juga psikosomatis. Faktor yang mempengaruhinya muncul karena kekhawatiran mengenai kesehatan diri dan orang-orang yang dicintai, merasa diberi stigma negatif oleh beberapa kelompok, mengonsumsi minuman keras sebagai pelarian dari rasa bosan dan cemas. Status pekerjaan juga secara signifikan terkait dengan depresi dan kecemasan, spekulasi tentang pemotongan gaji juga ketidakpastian atau ketidakamanan masa depan. Selanjutnya jenis kelamin laki-laki dinyatakan lebih cenderung merasakan kecemasan. Media juga menjadi salah satu pengaruh terhadap permasalahan kesehatan mental masyarakat.³¹

Salah satu kunci penting dalam mengelola kecemasan yaitu dengan penyeleksian informasi yang diterima dalam rentang waktu tertentu. Jika mulai merasakan tanda gangguan mental ringan, langkah pertama yang dapat dilakukan yaitu dengan meminta pertolongan pada lingkungan terdekat yang dipercaya, seperti pasangan, orangtua, keluarga lainnya ataupun sahabat. Namun jika hal tersebut dirasa kurang berhasil maka dapat meminta bantuan pihak yang kompeten seperti ahli kejiwaan seperti menghubungi praktisi kesehatan mental dan mengunjungi klinik kesehatan mental baik secara dalam

³⁰ Sulis Winurini, "Permasalahan Kesehatan Mental Akibat Pandemi Covid-19," *PUSLIT BKD. Kajian Singkat Terhadap Isu Aktual Dan Strategis*, Agustus 2020.

³¹ Athiyah and Harri Santoso, "Permasalahan Kesehatan Mental Di Masa Covid-19," *Jurnal Riset dan Pengabdian Masyarakat* Vol. 1, No. 1 (2021): 170–185.

jaringan maupun langsung.³² Sebagai pilihan lain masyarakat juga bisa mengikuti seminar atau pelatihan program pengabdian masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan mental di masa pandemi. Karena dengan bertambahnya informasi, wawasan dan pengetahuan mengenai kesehatan mental dapat mempengaruhi kemampuan seseorang dalam menghadapi gangguan kesehatan mental.³³

Walau begitu banyak penelitian yang telah dilakukan, namun ada satu masalah yang belum dianalisis, yaitu mengenai bagaimana upaya pembinaan kesehatan mental dalam kegiatan keagamaan serta pengajian majelis taklim dalam masa krisis seperti pandemi yang telah berlangsung. Meskipun ada minat yang sangat tinggi terhadap kajian pandemi, namun sedikit penelitian empiris yang berusaha menganalisis isu pandemi dengan tema agama dan kesehatan mental.

Penelitian terdahulu menyinggung mengenai Majelis Taklim sebagai lembaga kesehatan mental, namun didalamnya belum ada analisis khusus sejauh mana pembinaan kesehatan mental yang dilakukan dalam Majelis Taklim tersebut, apakah masuk pada ranah kurikulum, tersedianya fasilitas dan infrastruktur yang menunjang ataukah juga masuk ke dalam pengembangan sektor sumber daya manusia dalam berupa pembinaan dan pelatihan. Selain itu juga, pembinaan kesehatan mental yang telah dikaji

³² Deshinta Vibriyanti, "Kesehatan Mental Masyarakat: Mengelola Kecemasan Di Tengah Pandemi," *Jurnal Kependudukan Indonesia*, Edisi Khusus Demografi dan COVID-19 (2020).

³³ Yuli Asmi Rozali, Novendawati Wahyu Sitasari, and Amanda Lenggogeni, "Meningkatkan Kesehatan Mental Di Masa Pandemic," *Jurnal Abdimas* 7, No. 2 (January 2021).

sebelumnya belum ada yang membahas secara rinci proses pemahaman agama dalam membentuk kepribadian jika dalam masa pandemi apakah tetap melalui penyampaian materi moral dan metode pembentukan moral ataukah ada strategi khusus yang diupayakan.

Maka dengan begitu, penelitian ini berusaha untuk memberikan kontribusi pada penelitian akademis mengenai kekosongan penelitian sebagaimana yang telah disampaikan diatas.

E. Kerangka Teoretis

Dalam mencapai kesehatan holistik yang meliputi kesehatan fisik, mental, spiritual dan sosial, tentu juga harus dilakukan beberapa upaya. Pemerintah melakukan upaya pelayanan kesehatan paripurna berupa promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif. Dalam protokol Layanan Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial (DKJPS) peran dan layanan tersebut dilakukan oleh beberapa pihak, baik organisasi profesi seperti PDSKJI, IPKJI, IPK, HIMPSI, dsb., Instansi Pemerintah seperti Dinas Sosial, Dinas PPPA, Dinas Dikbud dan Kanwil Agama. Pada buku panduan protokol DKJPS juga dicantumkan bahwa Kanwil Agama memiliki jenis layanan promotif. Telah didapat satu irisan antara pembinaan kesehatan mental dan layanan dari Kanwil Agama.

Adapun pisau analisis yang akan digunakan untuk menelaah sejauh mana pembinaan kesehatan mental yang dilakukan, maka penulis menggunakan teori pembinaan kesehatan mental yang dikemukakan oleh Zakiah Dradjat.

Dalam mendefinisikan kesehatan mental, Zakiah Daradjat memandang kesehatan mental dengan terhindarnya seseorang dari gejala-gejala gangguan dan penyakit jiwa, mampu menyesuaikan diri, mampu memanfaatkan segala potensi dan bakat yang ada semaksimal mungkin dan membawa pada kebahagiaan bersama juga tercapainya keharmonisan jiwa dalam hidup.³⁴ Dengan begitu dapat dijabarkan bahwa ciri orang yang sehat mental yaitu sebagai berikut.

Pertama, ketika seseorang terhindar dari segala gangguan dan penyakit jiwa. Dalam bukunya, Zakiah Daradjat menyebutkan secara ringkas bahwa seseorang dikatakan terindikasi gangguan jiwa apabila sering merasa cemas tanpa diketahui penyebabnya, malas, badan terasa lesu serta tidak ada semangat untuk bekerja dan sebagainya. Sedangkan seseorang dengan penyakit jiwa dapat terindikasi apabila pandangan hidupnya jauh dari realitas atau jauh berbeda dari pandangan orang pada umumnya.³⁵

Kedua, ketika seseorang memiliki kemampuan guna menyesuaikan diri dengan diri sendiri, orang lain, masyarakat serta lingkungan dimana seseorang tersebut hidup.³⁶ Kemampuan tersebut dikatakan akan membawa seseorang kepada kenikmatan hidup juga terhindar dari kegelisahan, kecemasan dan ketidakpuasan. Selain itu, dengan kemampuan menyesuaikan diri juga dapat membuat menghadirkan rasa bersemangat dan

³⁴ Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental* (Jakarta: PT Gunung Agung, 1979), 13.

³⁵ *Ibid.*, 11.

³⁶ Saiful Akhyar Lubis, Khadijah, and Muchsalmina, "Pembinaan Kesehatan Mental Dalam Pendidikan Islam (Studi Tentang Perspektif Zakiah Daradjat)," *At-Tazakki* 1 No. 1 (2017).

kebahagiaan hidup. Zakiah Daradjat juga mengungkapkan bahwa agar manusia dapat menyesuaikan diri dengan dirinya sendiri, terlebih dahulu harus mengenal diri sendiri dan menerimanya sebagaimana adanya, lalu bertindak sesuai dengan kemampuan dan kekurangan yang ada pada diri kita. Dalam pandangan penulis, hal ini menjadi sebuah dasar dalam menghadapi gelombang Covid-19 yang ada saat ini. Karena kehadiran Covid-19 sangat membawa banyak perubahan, bahkan bisa dikatakan terjadinya perubahan yang terus menerus dalam berbagai aspek kehidupan. Kemampuan adaptasi atau penyesuaian diri menjadi sebuah kebutuhan dengan segala perubahan yang ada. Adaptasi terhadap perubahan yang terjadi pada diri sendiri mungkin dengan kondisi fisik yang berubah karena pernah terinfeksi Covid, ataupun perubahan pendapatan ekonomi; keadaan orang lain mungkin dengan kehilangan orang terdekat; masyarakat dengan pembatasan mobilitas dan pengalihan kegiatan menjadi dalam jaringan; maupun lingkungan beserta perubahan sistem di dalamnya.

Ketiga, ketika adanya pengetahuan serta perbuatan yang bertujuan guna mengembangkan dan memanfaatkan segala potensi, bakat juga pembawaan yang ada semaksimal mungkin. Selain dapat terhindar dari gangguan-gangguan serta penyakit jiwa, hal itu juga membawa pada kebahagiaan dirinya sendiri dan orang lain. Pengetahuan dan perbuatan tersebut mendorong orang untuk mengembangkan dan memanfaatkan segala potensi yang ada. Keterbatasan dan perubahan yang terjadi selama ini dapat diisi dengan tetap mengembangkan dan memanfaatkan segala potensi agar dapat

menikmati setiap waktunya dan tidak merasa terkungkung atas segala batas-batas yang ada.

Keempat, ketika terwujudnya keharmonisan antara fungsi-fungsi jiwa, serta mempunyai kemampuan guna menghadapi masalah-masalah yang biasa terjadi, dan merasakan kebahagiaan secara positif dan kemampuan dirinya. Fungsi-fungsi jiwa yang disebutkan sebelumnya merujuk pada pikiran, perasaan, sikap jiwa, pandangan dan keyakinan hidup. Fungsi tersebut diupayakan dapat saling bersinergi satu sama lain, saling membantu dan bekerja sama. Adanya keharmonisan yang menjauhkan orang dari perasaan ragu, bimbang juga dari kegelisahan dan pertentangan atau konflik batin.³⁷

Ketika menghadapi suasana yang dinamis dan selalu berubah, dalam konsep kesehatan mental Zakiah Daradjat keharmonisan antara fungsi jiwa dan tindakan tegas mampu dicapai antara lain dengan keyakinan akan ajaran agama, keteguhan dalam mengindahkan norma-norma sosial, moral, hukum dan sebagainya. Terwujud keharmonisan yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi jiwa, serta mempunyai kesanggupan guna menghadapi permasalahan-permasalahan biasa yang terjadi dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya. Secara lebih spesifik dalam bukunya yang berjudul Kesehatan Mental, Zakiah Daradjat menjabarkan upaya yang harus dilakukan dalam pembinaan kesehatan mental adalah dengan menerapkan peran-peran yang sangat mendukung dalam pembinaan

³⁷ Daradjat, *Kesehatan Mental*, 13.

kesehatan mental yaitu dengan menerapkan peran agama dan peran pendidikan.³⁸

Dalam memaparkan peran agama, Zakiah Daradjat menyebutkan ibadah sebagai psikoterapi kejiwaan, diantaranya: shalat, zikir, membaca Al-Qur'an, puasa dan haji. Adapaun peran pendidikan terhadap kesehatan mental yaitu memberikan bimbingan dalam kehidupan, penolong dalam kesukaran, menentramkan batin, pengendali moral dan terapi terhadap gangguan mental.

Pembinaan mental harus dilaksanakan secara terus-menerus sejak manusia lahir hingga meninggalnya. Maka dari itu dikatakan pembinaan mental bukanlah suatu proses yang dapat terjadi dengan cepat dan atas dasar keterpaksaan, namun haruslah dilaksanakan secara berangsur-angsur, wajar, sehat dan sesuai dengan pertumbuhan, kemampuan dan keistimewaan umur yang sedang dilalui. Zakiah Daradjat secara ringkas membagi proses pembinaan mental menjadi dua kemungkinan. Pertama, melalui pendidikan. Kedua, melalui proses pembinaan kembali.³⁹

Dalam proses pembinaan kembali, terdapat upaya memperbaiki moral dan membina moral kembali dengan cara yang berbeda daripada yang pernah dilaluinya dulu. Proses ini biasanya diperuntukan bagi seseorang yang telah melewati usia 21 tahun yang belum terbina agamanya, baik dikarenakan kurang serasinya pembinaan moral agama yang dilalui

³⁸ Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental* (Jakarta: PT Gunung Agung, 1979).

³⁹ Zakiah Daradjat, *Pendidikan Agama Dalam Pembinaan Mental* (Jakarta: Bulan Bintang, 1982), 70.

sebelumnya ataupun karena belum sama sekali mengalami pembinaan moral secara sengaja dalam segala bidang dan lembaga yang dilaluinya.⁴⁰ Cara pembinaannya dapat dilakukan dengan cara konsultasi jiwa, bimbingan dan penyuluhan, diskusi terbatas atau kursus dan ceramah, sesuai dengan keistimewaan dan keadaan masing-masing. Adapun pelaksanaannya tentu dengan memperhatikan kebutuhan-kebutuhan pokok yang perlu dipenuhi dalam hidup manusia baik yang bersifat jasmani seperti makan, minum dan kebutuhan biologis lainnya, maupun kebutuhan psikis dan sosial seperti kasih sayang, rasa aman, harga diri, rasa bebas, rasa sukses dan rasa tahu.⁴¹

Kecocokan dari konsep pembinaan mental yang disampaikan Zakiah Daradjat untuk penelitian ini dilihat dari kesesuaian teori dengan kondisi lapangan. Karena konsep yang diusung tidak hanya menggunakan pendekatan kesehatan mental saja, namun juga terintegrasi dengan pendidikan agama Islam. Kondisi lapangan yang merupakan sarana pendidikan non formal dengan memberikan pengajaran dalam bidang agama, menjadikan segala hal yang menjadi bahan pembinaan dan pelatihan juga dibungkus dalam bingkai agama.

F. Metode Penelitian

Dalam pelaksanaannya, penelitian ini fokus mengkaji lembaga pendidikan nonformal yang juga menjadi kelompok masyarakat yang

⁴⁰ Ibid., 72.

⁴¹ Ibid., 73.

berdasarkan kelekatan geografis dan minat keagamaan yaitu Majelis Taklim Al-Ikhlas Perumnas Blok 6 Kabupaten Subang. Lokasi sekretariat berkedudukan di Jalan Nenas Raya Blok 6 Perumnas Kelurahan Sukamelang Kecamatan Subang Kabupaten Subang Provinsi Jawa Barat. Penelitian lapangan ini bermaksud memahami dinamika Majelis Taklim Al-Ikhlas pada masa Covid-19 dan program pembinaan kesehatan mental yang diupayakan oleh Majelis Taklim Al-Ikhlas sebagai metode promotif dan preventif terhadap isu kesehatan mental di masa pandemi.

Maka dengan begitu, penelitian ini bersifat kualitatif deskriptif. Peneliti tidak memberikan sekecil apapun perlakuan atau setting terhadap tempat maupun kejadian yang akan diteliti. Dengan begitu, dalam prosesnya peneliti menggunakan pendekatan naturalistik guna memahami fenomena serta dinamika yang terjadi di Majelis Taklim Al-Ikhlas Subang ketika adanya Covid-19. Fenomena tersebut diamati secara holistik, kompleks dan rinci.

Data penelitian dihimpun melalui observasi, wawancara semi terstruktur dan studi dokumentasi. Informan kunci dalam wawancara penelitian ini ialah Ketua Majelis Taklim Al-Ikhlas Subang, Ibu Hj. Titin Sumartini, pembina Majelis Taklim Al-Ikhlas Subang, Bapak H. Hasan Maulany. Adapun beberapa jemaah Majelis Taklim Al-Ikhlas Subang sebagai informan pendukung. Dalam mengumpulkan data mengenai respon jemaah terhadap upaya yang dilakukan Majelis Taklim Al-Ikhlas menggunakan tiga orang sampel. Ketiga sampel tersebut dicukupkan karena data sudah

mencapai titik saturasi.

Adapun kriteria sampel diantaranya:

- a. Jemaah Majelis Taklim Al-Ikhlas
- b. Aktif mengikuti kegiatan Majelis Taklim Al-Iklas dengan keikutsertaan selama 6 bulan terakhir
- c. Berdomisili di Perumnas blok 6 Kabupaten Subang
- d. Bersedia menjadi informan

Sedangkan observasi dilakukan guna mengamati perilaku dan aktivitas jemaah Majelis Taklim di lokasi penelitian. Pelaksanaan observasi ketika pengajian rutin mingguan dan kegiatan lainnya yang berkaitan dengan Majelis Taklim Al-Ikhlas. Observasi telah dilaksanakan pada pengajian rutin tanggal 25 Mei, 8 dan 15 Juni 2022, pelaksanaan Jumat Berkah 22 Juli 2022, pelaksanaan Idul Adha pada tanggal 10 Juli 2022, Rapat Gabungan Kegiatan Muharraman pada tanggal 27 Juli 2022, Pelaksanaan Muharraman pada tanggal 30 Juli 2022. Dalam teknik dokumentasi, peneliti menelusuri data-data terkait melalui buku catatan jemaah maupun pengurus, penelurusan presensi, berita, serta foto maupun video mengenai kegiatan Majelis Taklim Al-Ikhlas Subang.

Adapun dalam skema analisis data, penelitian ini mengilustrasikan pendekatan linear dan hierarkis, namun dalam praktiknya pendekatan yang digunakan menjadi lebih interaktif. Pendekatan tersebut dibagi menjadi

enam langkah sebagaimana yang diungkapkan oleh John W. Creswell.⁴² *Langkah pertama*, mengolah dan mempersiapkan data untuk dianalisis. Langkah ini dimulai dari transkripsi wawancara, memindai materi, mengetik data lapangan atau memilah dan menyusun data tersebut ke dalam jenis-jenis yang berbeda tergantung pada sumber informasi. *Langkah kedua*, membaca keseluruhan data dan menulis catatan-catatan khusus atau gagasan-gagasan umum mengenai data yang telah diperoleh. *Langkah ketiga*, memulai memberi kode atau pengkodean semua data. Pengkodean merupakan proses mengorganisasikan data dengan mengumpulkan potongan dan menuliskan kategori dalam batas-batas. *Langkah keempat*, menerapkan proses pengkodean guna mendeskripsikan setting, partisipan, kategori dan tema yang akan dianalisis. *Langkah kelima*, menunjukkan bagaimana deskripsi dan tema-tema tersebut akan disajikan kembali dalam narasi atau laporan kualitatif. *Langkah keenam*, pembuatan interpretasi dalam penelitian kualitatif atau memaknai data.

G. Sistematika Pembahasan

Pembahasan yang diuraikan dalam tesis ini bermula pada dampak dan penyesuaian akibat pandemi, juga upaya majelis taklim dalam pembinaan kesehatan mental. Bab pendahuluan berisi latar belakang, rumusan masalah,

⁴² John W. Creswell, *Research Design Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif Dan Campuran*, trans. Achmad Fawaid and Rianayati Kusmini, 4th ed. (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2019).

tujuan dan kegunaan penelitian, dilengkapi dengan kajian Pustaka, kerangka teoritis, metode penelitian dan sistematika pembahasan. Bab dua berupa teori yang mengelaborasi topik-topik yang memiliki keterkaitan dengan topik tesis yang diusung. Topik-topik tersebut disajikan secara runtut dimulai dengan membahas pandemi Covid-19 dan dampaknya secara umum, membahas dampak pandemi Covid-19 terhadap kesehatan mental, selanjutnya memaparkan tentang peran majelis taklim dalam dalam menguatkan mental masyarakat di masa pandemi dengan titik tekan pada peran agama terhadap kesehatan mental. Kemudian isi bab tiga tersusun secara sistematis temuan-temuan yang telah diidentifikasi berdasarkan tema-tema yang muncul. Maka tema-tema pada bab tiga ialah konteks historis Majelis Taklim Al-Ikhlas Subang, manajemen dan kepengurusan Majelis Taklim Al-Ikhlas Subang. Pada bab ini pula dipaparkan tentang dinamika Majelis Taklim Al-Ikhlas Subang yang dikomparasikan dalam tiga fase: fase sebelum pandemi, fase pandemi dengan pembatasan dan fase adaptasi kebiasaan baru. Bab empat berisi analisis khusus upaya Majelis Taklim Al-Ikhlas dalam pembinaan kesehatan mental dalam program secara umum, lalu analisis materi ceramah yang secara khusus memuat kajian kesehatan mental serta respon jemaah terhadap upaya Majelis Taklim Al-Ikhlas Subang dalam menguatkan mental jemaahnya. Terakhir, bab lima merupakan penutup. Pada bagian ini penulis menyampaikan kesimpulan yang menjawab pertanyaan sebagaimana yang tercantum dalam rumusan masalah penelitian.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Hasil penelitian ini berangkat dari fenomena-fenomena masa kini yang terjadi di lapangan, yang secara garis besar kesimpulan tesis ini berisikan mengenai dinamika pelaksanaan program majelis taklim pada era pra pandemi, pandemi dan pelaksanaan adaptasi kebiasaan baru serta upaya penguatan mental dengan bingkai pendidikan agama Islam yang dilakukan oleh MT. Al-Ikhlas Subang sebagai lembaga pendidikan non formal guna dapat bersama-sama menghadapi dampak adanya Covid-19. Temuan penelitian ini berupa jawaban permasalahan yang diangkat dari penelitian yang dilakukan.

Pertama, upaya yang dilakukan MT. Al-Ikhlas Subang sebagai bentuk adaptasi terhadap segala hal yang berkaitan sebagai dampak Covid-19 guna melaksanakan perannya ialah dengan melakukan penyesuaian dan perombakan dalam pelaksanaan programnya. Pembaruan terhadap program MT. Al-Ikhlas dibagi menjadi dua kategori yaitu penyesuaian dan perombakan.

Kedua, upaya yang dilakukan MT. Al-Ikhlas Subang dalam membantu menguatkan mental jemaah baik pada waktu pandemi dengan kasus aktif tinggi maupun pada saat sudah dilakukan adaptasi kebiasaan baru yaitu dengan terbukanya konsultasi mental dengan pendekatan agama yang

dilakukan oleh ‘ummi’ sebagai Ketua MT. Al-Ikhlas juga kajian rutin hari Rabu diselenggarakan bimbingan dan ceramah agama yang memuat nilai-nilai kesehatan mental dengan pendekatan Islam yang telah disesuaikan dengan kebutuhan jemaah. Temuan selanjutnya ternyata seluruh program MT. Al-Ikhlas Subang sebenarnya menjadi sebuah fasilitas bagi jemaahnya guna menjaga kesehatan mental agar tetap stabil. Program atau kegiatan yang dimiliki dapat dibagi menjadi dua kategori yaitu program yang mengarah pada ibadah individual dan program yang mengarah pada ibadah sosial. Maka dengan begitu, hal tersebut dapat menstimulasi jemaah dalam menelaraskan fungsi-fungsi jiwa yang dimiliki sekaligus menyediakan wadah untuk berperan dan berkontribusi sebagai pelayan umat, sebagaimana yang diungkapkan oleh Zakiah Drajat mengenai kondisi mental yang sehat.

B. Saran

Demi menuju kualitas kesehatan yang baik salah satunya kesehatan mental, berbagai elemen pemerintahan bekerja sama dalam mewujudkannya melalui Kementerian Kesehatan, Kementerian Sosial, hingga Kementerian Agama. Selain itu masyarakat juga mengambil peran sebagai elemen paling dekat. Atas dasar tersebut tesis ini berupaya memahami dinamika dan pelaksanaan penguatan mental yang berbasis pendidikan masyarakat dengan pendekatan psikologi Islam.

Setelah berbagai rangkaian penelitian yang telah dilakukan, penelitian ini menghasilkan beberapa rekomendasi bagi MT. Al-Ikhlas Subang yang

memiliki peran penting dalam pewujudan masyarakat dengan kesehatan mental yang stabil dan lingkungan yang kondusif. Berikut rekomendasi yang dimaksudkan sebagai bahan evaluasi:

Pertama, dengan melihat potensi yang dimiliki MT. Al-Ikhlas Subang sebagai majelis taklim perumahan dalam menciptakan lingkungan yang kondusif serta menumbuhkembangkan kesalehan sosial kiranya tetap mempertahankan eratnya silaturahmi, kekompakan dan siap beradaptasi dalam menghadapi berbagai situasi.

Kedua, dalam upaya dan layanan penguatan mental alangkah lebih baiknya tidak hanya diupayakan oleh pihak internal saja namun juga dapat bekerjasama dengan psikolog profesional atau instansi terkait yang dapat bersama-sama memberikan layanan kesehatan mental yang komprehensif. Hal ini menimbang karena pandemi tidak hanya memberikan dampak sesaat ketika keberlangsungannya saja, namun jika berbicara mengenai aspek psikologis dampak dari sebuah kejadian di masa lalu dapat saja mempengaruhi perasaan, pikiran dan tingkah laku di masa yang akan datang. Karenanya penguatan juga bimbingan mental menjadi kegiatan yang diperlukan agar kemampuan regulasi diri jemaah tetap berprogres.

Ketiga, agar suatu proses dapat berlangsung secara efektif tentu harus menggunakan perencanaan dan juga proses evaluasi yang matang. Materi kajian setiap minggunya menjadi salah satu media paling berperan dalam proses bimbingan jemaah majelis taklim karena sifatnya yang kontinu. Maka

dari itu perlu disusun rencana pelaksanaan pembelajaran atau jadwal tema kajian yang disusun dalam periode tertentu dengan memperhatikan situasi kondisi yang sedang atau akan terjadi. Dengan begitu penceramah dapat mempersiapkan materi dengan lebih matang dan isi kajian terintegrasi antar satu dengan lainnya.

Namun demikian diskusi dalam tesis ini masih terdapat kekurangan-kekurangan. Atas dasar penelitian yang telah saya lakukan, saya menyarankan pada peneliti selanjutnya agar penelitian mengenai pembinaan kesehatan mental berbasis pendidikan masyarakat ini tidak hanya mengulang mengenai teknis langkah dan upaya. Tapi juga memperluas ruang eksplorasi dengan menggunakan pendekatan yang lebih mendalam seperti pendekatan etnografi juga dengan menganalisis tiap-tiap proses pembinaan mental secara mendalam terlebih dalam proses konseling sehingga didapat data sebelum dan sesudah menjalani penguatan mental yang dilakukan oleh pihak majelis taklim. Tentu hal itu dapat menambah referensi dan memperluas perspektif bagi ribuan majelis taklim se-Indonesia yang dapat bersama-sama mewujudkan kualitas kesehatan mental yang lebih baik bagi masyarakat Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Aboul-ata, Mohammad A., and Faten T. Qonsua. "The 5-Factor Model of Psychological Response to COVID-19: Its Correlation with Anxiety and Depression." *Current Psychology* 40, no. 4 (2021). Accessed December 6, 2021. <https://link.springer.com/article/10.1007%2Fs12144-021-01701-y#citeas>.
- Aji, Aspriawan Bayu. "Hubungan Kegiatan Keagamaan Terhadap Kesehatan Mental Ibu-Ibu Majelis Taklim Alhidayah Kelurahan Kotabaru Kecamatan Tanjung Karang Timur Kota Bandar Lampung." UIN Raden Intan, 2020.
- Al Faruq, Umar. "Politik Dan Kebijakan Tentang Majelis Taklim Di Indonesia (Analisis Kebijakan Peraturan Menteri Agama No. 29 Tahun 2019)." *Al Murabbi* 5 No 2 (2020).
- Amin, Samsul Munir. *Ilmu Dakwah*, n.d.
- Amman, Kristen, and Juan Pablo Mejia Ramos. "Relearning: A Unified Conceptualization Across Cognitive Psychology and Mathematics Education." In *Proceedings of the 45th Conference of the International Group for the Psychology of Mathematics Education*, 2:19–26. Alicante, Spain: PME | Universidad de Alicante, 2022.
- Annisa, Nur, and Desi Erawati. "Perubahan Perilaku Konsumen Di Masa Pandemi Covid-19 Dalam Perspektif Fungsionalisme Struktural." In *PINCIS: Palangka Raya International and National Conference on Islamic Studies*. Vol. 1 No. 1. Palangka Raya, 2021.
- Anwar, Saepul. "Aktualisasi Peran Majelis Taklim Dalam Peningkatan Kualitas Umat Di Era Globalisasi." *Jurnal Pendidikan Agama Islam-Ta'lim* 10, no. 1 (2012).
- Ariadi. "Kesehatan Mental Dalam Perspektif Islam." *Syifa' Medika: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan* 3 (2013).
- Ashari, Muhammad. "Darurat, Angka Anak Putus Sekolah Terdampak Pandemi Covid-19 Tinggi." *Pikiran Rakyat Com*, October 16, 2021. Accessed June 15, 2022. <https://www.pikiran-rakyat.com/pendidikan/pr-012607794/darurat-angka-anak-putus-sekolah-terdampak-pandemi-covid-19-tinggi>.
- al-Asyqar, Umar Sulaiman. *Fiqih Niat*. Translated by Faisal Saleh. Jakarta: Gema Insani Press, 2006.

- Athiyah, and Harri Santoso. "Permasalahan Kesehatan Mental Di Masa Covid-19." *Jurnal Riset dan Pengabdian Masyarakat* Vol. 1, No. 1 (2021): 170–185.
- Behere, Prakash B, Anweshak Das, Richa Yadav, and Aniruddh P Behere. "Religion and Mental Health." *Indian Journal of Psychiatry* (2013).
- Cerelia, Jessica Jesslyn, Aldi Anugerah Sitepu, Farid Azhar L.N, Indah Reski Pratiwi, Mikayla Almadevi, Mohamad Naufal Farras, Thalita Safa Azzahra, and Toni Toharudin. "Learning Loss Akibat Pembelajaran Jarak Jauh Selama Pandemi Covid-19 Di Indonesia." Bandung: Departemen Statistika FMIPA Universitas Padjadjaran, 2021. Accessed June 15, 2022. http://semnas.statistics.unpad.ac.id/wp-content/uploads/erf_uploads/2021/11/Learning-Loss-Akibat-Pembelajaran-Jarak-Jauh-Selama-Pandemi-Covid-19-di-Indonesia.pdf.
- Creswell, John W. *Research Design Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif Dan Campuran*. Translated by Achmad Fawaid and Rianayati Kusmini. 4th ed. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2019.
- Dahlan, Zaini. "Peran Dan Kedudukan Majelis Taklim Di Indonesia." *Jurnal Al-Fatih* 2, no. 2 (2019): 252–278.
- Daradjat, Zakiah. *Kesehatan Mental*. Jakarta: PT Gunung Agung, 1979.
- Daradjat, Zakiah. *Pendidikan Agama Dalam Pembinaan Mental*. Jakarta: Bulan Bintang, 1982.
- Dewi, Yustika, Riki Relaksana, and Adiatma Y. M. S iregar. "Analisis Faktor Socioeconomic Status (SES) Terhadap Kesehatan Mental: Gejala Depresi Di Indonesia." *Jurnal Ekonomi Kesehatan* 5 No 2 (2020).
- Dharmayanti, Ika, Dwi Hapsari Tjandrarini Tjandrarini, Puti Sari Hidayangsih, and Olwin Nainggolan. "Pengaruh Kondisi Kesehatan Lingkungan Dan Sosial Ekonomi Terhadap Kesehatan Mental Di Indonesia." *Jurnal Ekologi Kesehatan* 17 No 2 (2018).
- Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo. "WHO Tetapkan Covid-19 Sebagai Pandemi." Last modified 2020. Accessed June 24, 2021. <https://dinkes.gorontaloprov.go.id/who-tetapkan-covid-19-sebagai-pandemi/>.
- Erhayati. "Strategi Komunitas 'Roemah Baca Keliling' Dalam Meningkatkan Budaya Gemar Membaca Masyarakat Kota Palembang." UIN Raden Fatah, 2019.
- Fakhriyani, Diana Vidya. *Kesehatan Mental*. Duta Media Publishing, 2019.

- Gunawan, IGNA Rama, Dimas Hari Santoso, Nur Putri Cahyo Utami, Dede Yoga Paramartha, Dewi Widyawati, and Fenny Afifatul Awwaliyah. *Hasil Survei Perilaku Masyarakat Pada Masa Pandemi COVID-19 Periode 16-25 Februari 2022*. Jakarta: BPS RI, 2022.
- Gunawan, Igun. "Kasus Covid-19 Di Subang Mengganggu Psikologis, Dinkes Gandeng Pemuka Agama Perbaiki Mental Masyarakat," July 8, 2021. Accessed December 6, 2021. <https://aksarajabar.pikiran-rakyat.com/jabar/pr-992182335/kasus-covid-19-di-subang-mengganggu-psikologis-dinkes-gandeng-pemuka-agama-perbaiki-mental-masyarakat>.
- Hambaly, Ahmad. "Peran Majelis Taklim Waladul Amin Pada Masyarakat Di Kecamatan Arut Selatan Kabupaten Kotawaringin Barat" (2021).
- Hawari, Dadang. *Al-Qur'an: Ilmu Kedokteran Jiwa Dan Kesehatan Jiwa*. Yogyakarta: Dana Bhakti Prima Yasa, 2004.
- HMJEP FEBUNS. "E-Bulletin Maret : Bagaimana Dampak Covid-19 Terhadap Ekonomi Global?" *FEB Universitas Sebelas Maret*, June 17, 2022. Accessed June 17, 2022. <https://feb.uns.ac.id/feb/e-bulletin-maret-bagaimana-dampak-covid-19-terhadap-ekonomi-global/>.
- Iqbal, Muhammad. "Sedekah Dan Kesehatan Mental." University Blog. *STIE SWADAYA*, n.d. Accessed September 1, 2022. <https://stieswadaya.ac.id/web/2022/04/30/sedekah-dan-kesehatan-mental/>.
- Istiqomah, Inti, and Aniq Azhan. "Syukur Dalam Al-Qur'an Dan Implikasinya Pada Kesehatan Mental Di Masa Pandemi." *Khazanah: Jurnal Mahasiswa* 13 No. 3 (2021).
- Jati, Wasisto Rahajo. *Islam Populer Sebagai Pencarian Identitas Muslim Kelas Menengah Indonesia*, n.d.
- Karmawan, Siti Munawati, Ainul Azhari, Arista Setiawati, Siti Nur Islamiah, and Ahmad Haromaini. *Pendidikan Agama Islam Untuk Perguruan Tinggi*, 2021.
- Kementerian Agama RI. *Silabus Materi Penyuluhan Agama Pada Majelis Taklim*. Jakarta: Direktorat Jendral Bimas Islam, 2012.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. "Apa Yang Dimaksud Sehat Dan Bugar?" Last modified 2019. Accessed June 24, 2021. <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah-apa-yang-dimaksud-sehat-dan-bugar>.
- Khamsiatun, Cek. "Urgensi Doa Dalam Kehidupan." *Serambi Tarbawi: Jurnal Studi Pemikiran, Riset dan Pengembangan Pendidikan Islam* (2015).

- Khansa. “Dampak Covid-19 Terhadap Tumbuh Kembang Anak.” University Blog. *Universitas Gajah Mada*, July 26, 2021. Accessed June 13, 2022. <https://ugm.ac.id/id/berita/21427-dampak-covid-19-terhadap-tumbuh-kembang-anak>.
- Kodir, Koko Abdul. *Metode Studi Islam*. Bandung: Pusaka Setia, 2014.
- Kurniasih, Erni Panca. “Dampak Pandemi Covid 19 Terhadap Penurunan Kesejahteraan Masyarakat Kota Pontianak.” In *Prosiding Seminar Akademik Tahunan Ilmu Ekonomi Dan Studi Pembangunan 2020*, 2020. Accessed June 17, 2022. <https://feb.untan.ac.id/wp-content/uploads/2020/12/Erni-1.pdf>.
- Larasaty, Putri, Tika Meilaningsih, Riyadi, Aprilia Ira Pratiwi, and Anna Kurniasih. *Hasil Survei Perilaku Masyarakat Di Masa Pandemi COVID-19 7-14 September 2020*. Jakarta: BPS RI, 2020.
- Lubis, Saiful Akhyar, Khadijah, and Muchsalmina. “Pembinaan Kesehatan Mental Dalam Pendidikan Islam (Studi Tentang Perspektif Zakiah Daradjat).” *At-Tazakki* 1 No. 1 (2017).
- Mahardika, Nur. *Kesehatan Mental*. Kudus: Badan Penerbit Universitas Muria Kudus, 2017.
- Mariam, Mariam. “Peran Majelis Taklim Dalam Pemberdayaan Untuk Membentuk Kepribadian Muslimah.” *Lembaran Masyarakat: Jurnal Pengembangan Masyarakat Islam* 5, no. 02 (2019): 121–136.
- Mashuri, Said. “Faktor-Faktor Kesehatan Mental Jamaah Majelis Tauhid Di Desa Njajar Trenggalek.” IAIN Ponorogo, 2021. <http://etheses.iainponorogo.ac.id/12890/>.
- Mazid, Sukron, Rumawi Rumawi, Wahyu Prabowo, and Sholihul Hakim. “Peran Penyuluh Agama Islam Dalam Pelayanan Pembangunan Mental Spiritual Masyarakat Di Era Pandemi Covid 19.” *Journal of Public Administration and Local Governance* 5, no. 1 (April 27, 2021): 76–89.
- MK, Muhsin. *Manajemen Majelis Taklim*. Jakarta: Pustaka Intermedia, 2009.
- Muhyiddin, Asep, Acep Aripudin, Ahmad Sarbini, Dindin Solahudin, Engkus Kuswandi, and Zaenal Mukarom. *Kajian Dakwah Multiperspektif: Teori, Metodologi, Problem, Dan Aplikasi*. Kerjasama FDK UIN Sunan Gunung Djati dan PT Remaja Rosdakarya, 2014.
- Mujiyem, Siti. “Peran Majelis Taklim Terhadap Kesejahteraan Keluarga Di Kelurahan Tamangapa Kecamatan Manggala Kota Makassar.” PhD Thesis, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar, 2017.

- Mustopa. "Akhlak Islami Dan Kesehatan Mental." *Prophetic* 1 No. 1 (2018).
- Nasar, M. Fuad. "Kesehatan Jiwa, Dimanakah Peran Agama?" *Kementrian Agama Republik Indonesia*, August 31, 2022. <https://kemenag.go.id/read/kesehatan-jiwa-di-manakah-peran-agama-v5yln>.
- Nasution, Raudatul Adawiyah. "Gonta-Ganti Istilah Penanganan Covid-19: PSBB Hingga Terkini PPKM Level 4." *Tempo.Co*, July 23, 2021. Accessed June 13, 2022. <https://nasional.tempo.co/read/1486390/gonta-ganti-istilah-penanganan-covid-19-psbb-hingga-terkini-ppkm-level-4/full&view=ok>.
- Novriansyah. "Hakikat Do'a Dalam Al-Qur'an (Kajian Surat Al-Anbiya)." UIN Raden Intan Lampung, 2019. <http://repository.radenintan.ac.id/9245/1/PUSAT.pdf>.
- Nurhasanah, Neneng, Amrullah Hayatuddin, and Yayat Rahmat Hidayat. *Metodologi Studi Islam*. Jakarta: AMZAH, 2018.
- Nurmayati, Yeti. *Cerita-Cerita Sains Terbaik Dari Hadis Nabi*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2019.
- Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia. "5 Bulan Pandemi Covid-19 Di Indonesia," n.d. Accessed October 26, 2021. <http://www.pdskji.org/home>.
- Pristy, Kirana Lalita. "Pandemi Covid-19 Dan Dampaknya Terhadap Ekonomi Digital." *Universitas Gajah Mada Fakultas Ekonomi Dan Bisnis*, March 15, 2022. Accessed June 17, 2022. <https://feb.ugm.ac.id/id/berita/3558-pandemi-covid-19-dan-dampaknya-terhadap-ekonomi-digital>.
- Putranto, Windhiarso Ponco Adi, Riyadi, Putri Larasaty, Anna Kurniasih, Aprilia Ira Pratiwi, Valent Gigih Saputri, and Tika Meilaningsih. *Hasil Survei Sosial Demografi Dampak COVID-19*. Jakarta: BPS RI, 2020.
- Putri, Choirunisa Nirahma. "Memahami Kesehatan Mental." *RSJ Menur Prov. Jawa Timur*, July 28, 2020. Accessed July 4, 2022. <https://rsjmenur.jatimprov.go.id/post/2020-07-28/memahami-kesehatan-mental>.
- Rosyad, Rifki. *Pengantar Psikologi Agama Dalam Konteks Terapi*. Bandung: Prodi S2 Studi Agama-Agama UIN Sunan Gunung Djati Bandung, n.d.
- Rozali, Yuli Asmi, Novendawati Wahyu Sitasari, and Amanda Lenggogeni. "Meningkatkan Kesehatan Mental Di Masa Pandemic." *Jurnal Abdimas* 7, No. 2 (January 2021).

- Sampoerno, Does. "Membangun Bangsa Yang Sehat Produktif." *KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional* 3, No. 1 (Agustus 2008).
- Saputra, Anri, Mala Rospita, and Vivik Shofiah. "Qalbu Dalam Kajian Psikologi Islam." *Al-Fikra: Jurnal Ilmiah Keislaman* 18. No. 1 (2019).
- Satuan Tugas Penanganan Covid. "Peta Sebaran," 2021. Accessed October 26, 2021. <https://covid19.go.id/peta-sebaran>.
- Shihab, Moh. Quraish. *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan Dan Keserasian Al-Qur'an*. Tangerang: Lentera Hati, 2007.
- Tasrif. "Dampak Covid19 Terhadap Perubahan Struktur Sosial Budaya Dan Ekonomi." *Edu Sociata: Jurnal Pendidikan Sosiologi* 3, Nomor 1 (June 2020). Accessed June 20, 2022. <https://stkipbima.ac.id/jurnal/index.php/ES/article/view/366/229>.
- Tim Komunikasi Komite Penanganan Corona Virus Disease 2019 (Covid-19) dan Pemulihan Ekonomi Nasional. "Penting Mengenali Gejala COVID-19 Agar Tidak Membahayakan Nyawa." *Penanganan Covid-19*, February 4, 2022. Accessed June 10, 2022. <https://covid19.go.id/artikel/2022/02/04/penting-mengenali-gejala-covid-19-agar-tidak-membahayakan-nyawa>.
- Triwahyuni, Endah, Uswatun Hasanah, and Sulaiman Mohammad Nur. "Tradisi Sedekah Tolak Bala Pada Masyarakat Desa Langkan Kecamatan Banyuasin III Kabupaten Banyuasin." *el-Sunnah: Jurnal Kajian Hadis dan Integrasi Ilmu* 1 No. 1 (2020). Accessed July 31, 2022. <http://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/elsunnah/article/view/7405/3445>.
- Tusianti, Ema, I Gusti Ngurah Agung Rama Gunawan, Dimas Hari Santoso, Dede Yoga Paramartha, Riyadi, and Hana Dwi Kristanti. *Hasil Survei Perilaku Masyarakat Pada Masa PPKM Darurat Periode 13-20 Juli 2021*. Jakarta: BPS RI, 2021.
- Vibriyanti, Deshinta. "Kesehatan Mental Masyarakat: Mengelola Kecemasan Di Tengah Pandemi." *Jurnal Kependudukan Indonesia*. Edisi Khusus Demografi dan COVID-19 (2020).
- Winarno, F.G. *Covid-19 Pelajaran Berharga Dari Sebuah Pandemi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2020.
- Winurini, Sulis. "Permasalahan Kesehatan Mental Akibat Pandemi Covid-19." *PUSLIT BKD. Kajian Singkat Terhadap Isu Aktual Dan Strategis*, Agustus 2020.
- World Health Organization. "Coronavirus Disease (COVID-19) Pandemic," 2021. Accessed October 26, 2021.

https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019?adgroupsurvey=%7Badgroupsurvey%7D&gclid=CjwKCAjwx6WD BhBQEiwA_dp8rb2O_8giQawWMUOU9RKl3o-mlyO-Jth0nTjqITJ3Zy2CeSI9KxxbdhoC9_8QAvD_BwE

Yani, Muhammad. "Metode Pembinaan Agama Terhadap Lansia Untuk Kebahagiaan Hidup Masa Tua." IAIN Purwokerto, 2016.

Yanuarita, Heylen Amildha, and Sri Haryati. "Pengaruh COVID-19 Terhadap Kondisi Sosial Budaya Di Kota Malang Dan Konsep Strategis Dalam Penanganannya." *Jurnal Ilmiah Widya Sosiopolitika* 2 NO 2 (2020).

"3 Potensi Dampak Sosial Negatif Pandemi COVID-19 Bagi Peserta Didik Yang Harus Diwaspadai." *Direktorat Sekolah Menengah Pertama*, July 21, 2021. Accessed June 13, 2022. <https://ditsmp.kemdikbud.go.id/3-potensi-dampak-sosial-negatif-pandemi-covid-19-bagi-peserta-didik-yang-harus-diwaspadai/>.

"Dampak Besar Pandemi Di Sektor Ekonomi." *E-Parlemen DPRD Daerah Istimewa Yogyakarta*, August 26, 2021. Accessed June 17, 2022. <https://www.dprd-diy.go.id/dampak-besar-pandemi-di-sektor-ekonomi/>.

"Dengan 23 Negara Belum Membuka Kembali Sekolah Secara Penuh, Pendidikan Berisiko Menjadi 'Pemisah Terbesar', Seiring Pandemi COVID-19 Memasuki Tahun Ketiganya." *UNICEF Indonesia*, March 30, 2022. Accessed June 15, 2022. <https://www.unicef.org/indonesia/id/press-releases/dengan-23-negara-belum-membuka-kembali-sekolah-secara-penuh-pendidikan-berisiko>.

"Goggle Trends: Pandemi," n.d. Accessed June 7, 2022. <https://trends.google.co.id/trends/explore?date=today%205-y&geo=ID&q=pandemi>.

"KBBI: Mental," n.d. Accessed July 4, 2022. <https://kbbi.web.id/mental>.

"KBBI: Pandemi," n.d. Accessed June 7, 2022. <https://kbbi.web.id/pandemi>.

"Penetapan Status Faktual Pandemi COVID-19 Di Indonesia." *JDIH KEMENKO Bidang Kemaritiman Dan Investasi*, January 5, 2022. Accessed June 10, 2022. <https://jdih.maritim.go.id/id/penetapan-status-faktual-pandemi-covid-19-di-indonesia>.

"Peraturan Menteri Agama Nomor 29 Tahun 2019: Majelis Taklim." Jaringan Dokumentasi Dan Informasi Hukum (JDIH BPK), 2019. Accessed June 24, 2021. <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/130643/peraturan-menag-no-29-tahun-2019>.

- “Pertanyaan Dan Jawaban Terkait COVID-19.” *Tentang COVID-19*, n.d. Accessed June 10, 2022. <https://covid19.go.id/tentang-covid-19>.
- “Staying Connected Matters.” *Fountain of Health*, n.d. <https://fountainofhealth.ca/wellbeing/social-activity>.
- “Stop Stigma Dan Diskriminasi Terhadap Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ).” *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*, 2014. Accessed August 31, 2022. <https://www.kemkes.go.id/article/view/201410270011/stop-stigma-dan-diskriminasi-terhadap-orang-dengan-gangguan-jiwa-odgj.html>.
- “Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2014 Tentang Kesehatan Jiwa.” *JDIH BPK RI*, n.d. <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/38646/uu-no-18-tahun-2014>.