

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Sudah setahun lebih berlalu sejak pertama kali kemunculannya di Indonesia, masyarakat Indonesia masih merasakan permasalahan yang sama yaitu pandemi Covid-19. Virus Corona tersebut pertama kali terdeteksi masuk ke Indonesia pada 2 Maret 2020 ketika menginfeksi dua orang warga negara Indonesia.<sup>1</sup> Sejak saat itu pula pola kehidupan di masyarakat menjadi berubah, termasuk kegiatan berbasis sosial. Sejak awal kemunculannya pemerintah telah mengeluarkan beberapa kebijakan guna menghentikan penyebaran virus, seperti menjaga jarak, Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB), vaksinasi, dan yang hingga saat ini masih diterapkan yakni Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) disebagian besar wilayah.

Kalimantan Tengah adalah salah satu provinsi yang juga menerapkan PPKM karena sedang berada di gelombang kedua pandemi Covid-19. Pulang Pisau termasuk salah satu kabupaten di Kalimantan Tengah yang terkonfirmasi kasus Covid-19 nya cukup tinggi. Oleh sebab itu, di awal Agustus 2021 ini pemerintah setempat menetapkan perpanjangan PPKM dan menaikkan levelnya menjadi PPKM level 4. Dengan diberlakukannya instruksi Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat tersebut, maka kegiatan sosial masyarakat yang mengharus-

---

<sup>1</sup>Syafrida dan Ralang Hartati, "Bersama Melawan Virus Covid 19 di Indonesia," *Jurnal Sosial & Budaya Syar-i* 7, no. 6 (2020): 495–508.

kan keluar rumah dan berinteraksi dengan orang lain harus dibatasi.<sup>2</sup>

Dari observasi peneliti, Kecamatan Maluku yang cukup memberikan kontribusi terhadap peningkatan kasus Covid-19 di Kabupaten Pulang Pisau, selama masa PPKM ini menghentikan sementara kegiatan sosial seperti pasar, pernikahan, dan kegiatan-kegiatan sosial lain yang dapat menciptakan kerumunan. Bahkan ada beberapa kegiatan sosial rutin yang berhenti dilaksanakan semenjak munculnya pandemi Covid-19 di Kecamatan Maluku, contohnya seperti senam bersama dan olahraga volly. Dua kegiatan tersebut pada awalnya merupakan kegiatan rutin yang dilaksanakan setiap minggu sebelum pandemi Covid-19. Namun semenjak adanya pandemi Covid-19 dan diberlakukan PSBB selama 2 minggu di awal kemunculannya, ketika dimulai kembali justru mengalami penurunan kehadiran anggota masyarakatnya hingga akhirnya sampai sekarang kegiatan tersebut tidak dijalankan lagi.

Kegiatan sosial berbasis keagamaan seperti yasinan Pasar Minggu Maluku juga sempat diliburkan sementara saat diberlakukan PSBB di awal pandemi Covid-19. Menurut salah satu pengurus yasinan Pasar Minggu Maluku, pada saat awal kemunculan Covid-19 kegiatan yasinan mereka diliburkan selama 2 minggu di pertengahan bulan Mei 2020. Lebih lanjut, saat melakukan wawancara awal yang peneliti lakukan pada 01 Agustus 2021 diketahui bahwa alasan kegiatan ini diliburkan yaitu karena mengikuti arahan pemerintah, ada polisi yang selalu berpatroli untuk mengawasi kegiatan masyarakat, dan kekhawatiran karena belum

---

<sup>2</sup>Gubernur Kalteng, Instruksi Gubernur Kalimantan Tengah Nomor 163 Tahun 2021 Tentang Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat Level 4 dan Level 3 serta Mengoptimalkan Posko Penanganan Covid-19 Tingkat Desa dan Kelurahan Di Wilayah Provinsi Kalimantan Tengah.

ada informasi yang jelas mengenai sumber Covid-19, cara penyebarannya dan cara penanganannya. Namun seiring dengan berjalannya waktu serta diikuti oleh banyaknya permintaan anggota yasinan agar kegiatan yasinan kembali dilaksanakan, maka yasinan pun kembali diselenggarakan bahkan menerima anggota baru yang ingin bergabung mengikuti yasinan.<sup>3</sup>

Berbeda dengan kegiatan sosial lain yang tidak dapat bertahan dikala pandemi Covid-19, kegiatan sosial yang berbasis keagamaan seperti yasinan seakan menjadi daya tarik bagi warga Pasar Minggu Maluku. Bahkan hingga ketika Pulau Pisau (termasuk Maluku) berada di gelombang kedua penularan Covid-19, masyarakat disana tetap menjalankan kegiatan yasinan ini. Yasinan sudah menjadi kegiatan keagamaan yang sangat familiar ditengah masyarakat Maluku. Yasinan sendiri ialah kegiatan keagamaan yang biasanya dilaksanakan oleh masyarakat yang mencakup berbagai komponen kehidupan sosial seperti solidaritas/kebersamaan, tolong menolong dan gotong-royong, kepekaan terhadap dinamika sosial, kepedulian dan saling menghormati antar tetangga dan masyarakat.<sup>4</sup>

Yasinan merupakan salah satu cara untuk mensosialisasikan nilai-nilai persahabatan (silaturahmi) dalam masyarakat, mempererat hubungan antar tetangga dan meningkatkan kepekaan yang lebih besar terhadap kondisi sosial di masyarakat, yang biasanya dilakukan melalui pola pertemuan mingguan.<sup>5</sup> Di desa

---

<sup>3</sup>Ketua Yasinan Pasar Minggu Maluku, Wawancara Pendahuluan, Maluku, 1 Agustus 2021.

<sup>4</sup>Hayat, "Pengajian Yasinan Sebagai Strategi Dakwah NU Dalam Membangun Mental Dan Karakter Masyarakat," *Walisongo* 22, no. 2 (2014): 301.

<sup>5</sup>Moh Muslih, *Pendidikan Menghadapi Kematian* (Pekalongan: PT. Nasya Expanding Management, 2020), 58.

Maliku tepatnya di Pasar Minggu, kegiatan yasinan dilakukan dengan pola mingguan, yaitu setiap hari selasa secara bergiliran secara rutin di rumah-rumah anggota yasinan maupun di masjid. Kegiatan yasinan Pasar Minggu Maliku ini sudah berlangsung sejak puluhan tahun sehingga sudah menjadi tradisi masyarakat untuk melanjutkannya.

Yasinan dianggap sebagai bentuk pengamalan keagamaan. Faktor yang mempengaruhi pengamalan agama disamping keimanan dan keyakinan individu juga dipengaruhi oleh keluarga, pergaulan, lingkungan masyarakat,<sup>6</sup> dan budaya.<sup>7</sup> Membaca surat Yasin sudah menjadi budaya yang rutin dilaksanakan oleh masyarakat Suku Banjar<sup>8</sup> dan Jawa.<sup>9</sup> Yasinan juga menjadi manifestasi dari budaya kebersamaan yang dimiliki oleh masyarakat Pasar Minggu Maliku, dimana sejak generasi terdahulu mereka senang untuk berkumpul bersama-sama dalam melakukan sesuatu dan bergotong royong. Dari wawancara pendahuluan yang peneliti lakukan kepada salah satu anggota yasinan Pasar Minggu Maliku, hal yang mendasari sebagian besar anggota untuk ikut dan selalu berhadir dalam kegiatan yasinan adalah karena yasinan merupakan satu-satunya kegiatan rutin mingguan yang berbasis keagamaan yang diadakan di wilayah Pasar Minggu dan para ibu rumah tangga mayoritas mengikuti kegiatan ini. Anggota yasinan mengaku karena

---

<sup>6</sup>Nur Oktavianti, "Pengamalan Pendidikan Agama Islam Bagi Karyawan Rumah Makan Ayam Penyet Surabaya Cabang Purwokerto" (Skripsi, Purwokerto, Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri Purwokerto, 2021), 13–14.

<sup>7</sup>Syukri Syamaun, "Pengaruh Budaya Terhadap Sikap dan Perilaku Keberagamaan," *Jurnal At-Taujih* 2, no. 2 (2019): 82–86.

<sup>8</sup>Andayani Listyawati, "Budaya Lokal Sebagai Upaya Mempererat Nilai Kesetiakawanan Sosial Masyarakat," *Jurnal PKS* 16, no. 1 (2017): 40.

<sup>9</sup>Anma Muniri, "Tradisi Slametan: Yasinan Manifestasi Nilai Sosial-Keagamaan Di Trenggalek," *JPIPS* 6, no. 2 (2020): 72.

sudah diadakan sejak berpuluh-puluh tahun yang lalu, yasinan menjadi suatu tradisi yang dapat membawa rasa kekerabatan dan jalinan silaturahmi.<sup>10</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Mahfud dan kawan-kawan menunjukkan bahwa agama merupakan sumber dari kebahagiaan. Kegiatan keagamaan Islam memberikan pengaruh terhadap rasa bahagia pada diri seseorang.<sup>11</sup> Penelitian lain dilakukan oleh Rohmadani dan Setiyadi mendapati bahwa aktivitas religius seperti shalat, membaca Al-Qur'an, berdo'a dengan khusyu' serta mengikuti pengajian dapat menurunkan stres.<sup>12</sup>

Hal tersebut sejalan dengan penuturan salah seorang anggota yasinan Pasar Minggu Maluku pada saat wawancara pendahuluan yang mengatakan bahwa dalam pelaksanaan kegiatan yasinan memberikan efek yang menenangkan, ada rasa sejuk dihati karena kegiatannya diisi dengan aktivitas yang mengingatkan diri kepada Allah ﷻ. Ada rasa sepi jika yasinan diliburkan dan terasa kurang jika tidak dihadiri. Menurut informan, walaupun berada di masa pandemi Covid-19 ini bukan berarti orang-orang harus membatasi diri dalam kegiatan keagamaan yasinan. Anggota yasinan tetap hadir seperti biasanya hanya saja yang membedakan adalah penggunaan masker dan penyediaan tempat cuci tangan di tempat kegiatan yasinan. Justru karena masa pandemi Covid-19 seperti ini kegiatan yasinan mereka jadikan

---

<sup>10</sup>Anggota Lama Yasinan Pasar Minggu Maluku, Wawancara Pendahuluan, Maluku, 3 Agustus 2021.

<sup>11</sup>Choirul Mahfud dkk., "Pengaruh Agama Terhadap Kebahagiaan Generasi Milenial Di Indonesia Dan Singapura," *Jurnal Islam Nusantara* 4, no. 2 (2020): 144–159.

<sup>12</sup>Zahro Varisna Rahmadani dan Ratna Yunita Setiyani, "Aktivitas Religius Untuk Menurunkan Tingkat Stres Mahasiswa yang Sedang Skripsi," *Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan* 1, no. 2 (2019): 108–116.

sebagai media permohonan kepada Allah ﷻ untuk diberikan keselamatan dan kebaikan bagi desa Maluku.<sup>13</sup>

Efek menenangkan tersebut sejalan dengan ajaran agama Islam yang membahas mengenai kesejahteraan psikologis. Kesejahteraan psikologis dalam Islam disebut juga sebagai ketentraman hati atau ketenangan jiwa.<sup>14</sup> Dalam ayat tersebut disebutkan bahwa kesejahteraan psikologis akan didapat apabila seseorang selalu mengingat Allah ﷻ. Adapun ayat yang membahas hal tersebut terdapat pada Q.S. ar-Ra'du/13: 28.

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya: "(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenang dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenang". (Q.S. ar-Ra'du/13: 28).

Didalam Q.S. ar-Ra'du/13: 28 dapat diketahui bahwa hati yang tenang adalah hati yang dimiliki oleh seseorang yang selalu mengingat Allah ﷻ. Q.S. ar-Ra'du/13:28 ini menyatakan bahwa mereka yang menerima hidayah-Nya adalah mereka yang beriman kepada Allah ﷻ dan hati mereka menjadi tenang karena mengingat Allah ﷻ. Dengan mengingat Allah ﷻ, hati menjadi tenang dan jiwa menjadi tenang, tidak merasakan resah, takut maupun cemas. Orang-orang tersebut melakukan pekerjaan yang baik, dan merasa gembira dengan kebaikan yang

---

<sup>13</sup>Anggota Baru Yasinan Pasar Minggu Maluku, Wawancara Pendahuluan, Maluku, 3 Agustus 2021.

<sup>14</sup>Annisa Fitriani, "Peran Religiusitas Dalam Meningkatkan Psychological Well-Being," *Al-AdYaN* XI, no. 1 (2016): 5.

dilakukannya.<sup>15</sup> Mengingat Allah ﷻ untuk mendapatkan ketentraman hati (kesejahteraan psikologis) dapat dilakukan melalui berbagai cara, termasuk dengan cara mengikuti kegiatan keagamaan yasinan seperti yang dilakukan oleh sebagian besar masyarakat Pasar Minggu Maluku.

Kesejahteraan psikologis penting untuk dimiliki oleh masyarakat, mengingat pandemi Covid-19 yang berlangsung berkepanjangan memberikan dampak pada sisi psikologis juga.<sup>16</sup> Sulis Winurini menggambarkan bahwa pandemi Covid-19 menyebabkan masyarakat Indonesia mengalami masalah dalam hal kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi. Dari 2.364 responden sebanyak 68% diantaranya mengalami cemas dan 67% responden mengalami depresi diakibatkan pandemi Covid-19, bahkan ada sekitar 49% dari mereka yang mengalami depresi tersebut berpikir untuk mengakhiri hidup. Data tersebut merepresentasikan bahwa masalah kesehatan mental, khususnya kecemasan dan depresi akibat pandemi Covid-19 memang benar terjadi di kalangan masyarakat Indonesia.<sup>17</sup> Dari data-data tersebut disimpulkan bahwa pandemi Covid-19 dapat menyebabkan terganggunya fungsi psikologis pada masyarakat di Indonesia sehingga diperlukan suatu upaya untuk menangani dan mencegahnya.

Untuk menangani dan menangkal efek negatif pandemi Covid-19 itulah kesejahteraan psikologis menjadi penting. Dilansir dari antaranews, Hamdi Muluk

---

<sup>15</sup>Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan)*, Jilid V (Jakarta: Widya Cahya, 2011), 106.

<sup>16</sup>Dira Anjanita Rifani dan Dedi Rianto Rahadi, "Ketidakstabilan Emosi dan Mood Masyarakat Dimasa Pandemi Covid-19," *Jurnal Manajemen Bisnis* 18, no. 1 (2021): 22.

<sup>17</sup>Sulis Winurini, "Permasalahan Kesehatan Mental Akibat Pandemi Covid-19," *Puslit BKD XII*, no. 15 (2020): 14.

seorang Profesor Ahli Psikologi mengatakan bahwa kunci menghadapi pandemi Covid-19 adalah kesejahteraan psikologis.<sup>18</sup> Jadi tidak melulu tentang sejahtera secara ekonomi dan sehat fisik, tetapi juga diperlukan rasa sejahtera dari dalam diri individu.

Sejahtera secara psikologis tidak mudah untuk didapatkan, individu tidak cukup hanya sehat secara fisik namun harus pula sehat secara psikologisnya. Menjadi sejahtera bukan berarti individu tidak boleh mengalami hal-hal buruk, dan bukan pula harus bahagia terus-menerus.<sup>19</sup> Lebih daripada itu, individu yang sejahtera secara psikologis adalah individu yang bisa mendapatkan makna kehidupannya.<sup>20</sup>

Kesejahteraan psikologis merupakan sebuah konsep mengenai keadaan mental yang sehat dan dapat berfungsi secara optimal. Individu dengan kesejahteraan psikologis dapat menerima diri mereka sendiri, membangun hubungan hangat dengan orang lain, memiliki otonomi pada dirinya, memiliki kendali atas lingkungannya, memiliki tujuan hidup serta dapat mengembangkan potensi dirinya secara berkesinambungan.<sup>22</sup>

Kesejahteraan psikologis dikaitkan dengan kesehatan mental. Semakin tinggi kesejahteraan psikologis seseorang, semakin rendah gejala penyakit mental,

---

<sup>18</sup>Prisca Triferna Violeta, "Ahli Sebut Kesejahteraan Psikologis Sebagai Kunci Menghadapi Covid-19," dalam <https://m-antaranews-com.cdn.ampproject.org>, diakses 25 Juni 2021.

<sup>19</sup>Gde Bagus Brahma Putra dan I Ketut Sudibia, "Faktor-Faktor Penentu Kebahagiaan Sesuai Dengan Kearifan Lokal Di Bali," *E-Jurnal Ekonomi dan Bisnis Universitas Udayana* 8, no. 1 (2019): 82.

<sup>20</sup>Fransisca Iriani dan Ninawati, "Gambaran Kesejahteraan Psikologis Pada Dewasa Muda Ditinjau Dari Pola Attachment," *Jurnal Psikologi* 3, no. 1 (2005): 49.

<sup>22</sup>Carol D. Ryff, "Happiness Is Everything, Or IsIt? Explorations On The Meaning Of Psychological Well-Being," *Journal of Personality and Social Psychology* 57, no. 6 (1989): 1069–1081.



fungsi sosial menjadi lebih baik, hubungan interpersonal lebih tinggi, kemampuan beradaptasi lebih baik, ditambah kesehatan dan kemampuan kognitif yang lebih bagus.<sup>23</sup> Seperti penelitian yang dilakukan oleh Aulia dan Utami, semakin tinggi kesejahteraan psikologis maka akan semakin rendah tingkat stres pada individu. Individu dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi akan memiliki kemandirian dalam hidup, mampu mengembangkan potensinya, mampu mengelola dan mengontrol lingkungan dimana ia berada, memiliki tujuan hidup yang ingin direalisasikan, dapat membangun relasi yang baik dengan orang lain, serta dapat menerima dirinya dengan baik.<sup>24</sup>

Sebaliknya, semakin banyak tuntutan-tuntutan yang membuat diri tidak bahagia maka akan membuat semakin rendahnya kesejahteraan psikologis pada individu. Hal ini dibuktikan dari penelitian Anggarwati dan Thamrin yang menjelaskan bahwa semakin banyak tuntutan dan tekanan yang ditujukan kepada seseorang dapat menurunkan kesejahteraan psikologis individu.<sup>25</sup> Selain itu, Ellison menyatakan bahwa agama bisa membuat individu mencapai kepuasan hidup dan kebahagiaan personal yang lebih besar. Agama juga dapat menjadikan individu lebih sedikit merasakan dampak negatif dari peristiwa traumatis jika dibandingkan

---

<sup>23</sup>Dwi Astuti dan Endang Sri Indrawati, "Kesejahteraan Psikologis Ditinjau Dari Status Pekerjaan Ibu Bekerja Dan Ibu Tidak Bekerja Pada Siswa Di SMA Islam Hidayatullah Semarang," *Jurnal Empati* 6, no. 1 (2017): 111–114.

<sup>24</sup>Syifa Aulia dan Ria Utami Panjaitan, "Kesejahteraan Psikologis Dan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir," *Jurnal Keperawatan Jiwa* 7, no. 2 (2019): 127–134.

<sup>25</sup>Pratiwi Isti Anggarwati dan Winny Puspasari Thamrin, "Work Family-Conflict Dan Psychological Well-Being Pada Ibu Bekerja," *Jurnal Psikologi* 12, no. 2 (2019): 200–212.

dengan individu yang tidak percaya terhadap agama.<sup>26</sup> Itu artinya agama juga mempengaruhi tinggi rendahnya kesejahteraan psikologis pada individu.

Dari pemaparan tersebut kemudian muncul pertanyaan, benarkah agama menjadi salah satu sumber kesejahteraan psikologis pada diri individu? Apakah karena berbasis sosial keagamaan yang menyebabkan yasinan dapat tetap bertahan dan berjalan rutin walaupun di tengah penyebaran Covid-19 yang masih saja terus terjadi? Mengingat data awal yang menyebutkan kegiatan sosial lain seperti senam bersama dan olahraga volly yang dilakukan rutin sebelum pandemi Covid-19 kini sudah tidak berjalan lagi di daerah Pasar Minggu Maluku semenjak adanya pandemi Covid-19, harusnya kegiatan keagamaan yasinan juga turut dihentikan karena kegiatan tersebut juga menimbulkan kerumunan dan interaksi dengan orang luar rumah. Apakah kegiatan sosial berbasis keagamaan seperti yasinan di Pasar Minggu Maluku dapat memberikan kesejahteraan psikologis pada orang yang mengikutinya di masa pandemi Covid-19 ini? Apakah karena hal tersebut juga menyebabkan orang-orang yang sebelumnya tidak mengikuti kegiatan keagamaan yasinan menjadi ikut bergabung dan aktif mengikuti yasinan? Berdasarkan pertanyaan-pertanyaan yang telah disebutkan, peneliti merasa tertarik untuk meneliti secara mendalam mengenai kesejahteraan psikologis pada orang yang mengikuti kegiatan keagamaan yasinan di masa pandemi Covid-19.

Untuk menindaklanjuti hal tersebut, peneliti mencoba menelusuri penelitian terdahulu yang telah dilakukan. Dari penelusuran peneliti, belum ada penelitian

---

<sup>26</sup>Linda K. George, Christopher G. Ellison, dan David B. Larson, "Explaining the Relationships Between Religious Involvement and Health," *Psychological Inquiry* 13, no. 3 (2002): 196–198.

terdahulu yang meneliti secara lebih mendalam mengenai kesejahteraan psikologis pada orang yang mengikuti kegiatan keagamaan, terlebih yang baru ikut serta dalam kegiatan keagamaan berupa yasinan di masa pandemi Covid-19. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk mengangkat penelitian ini dengan judul "Kesejahteraan Psikologis Anggota Kegiatan Keagamaan Yasinan di Masa Pandemi Covid-19". Penelitian ini akan menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif yang akan difokuskan kepada anggota yasinan yang ada di Pasar Minggu Maluku, sehingga judul penelitian akan dispesifikkan dengan tambahan "(Studi Deskriptif pada Anggota Yasinan Pasar Minggu Maluku)".

## **B. Rumusan Masalah**

Berlandaskan latar belakang yang telah dipaparkan, maka peneliti memfokuskan masalah yang akan menjadi pembahasan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana kondisi kesejahteraan psikologis anggota kegiatan keagamaan yasinan Pasar Minggu Maluku di masa pandemi Covid-19?
2. Apa saja faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada anggota kegiatan keagamaan yasinan Pasar Minggu Maluku di masa pandemi Covid-19?
3. Bagaimana peran kegiatan keagamaan yasinan Pasar Minggu Maluku terhadap kesejahteraan psikologis anggotanya di masa pandemi Covid-19?

## **C. Tujuan dan Signifikansi Penelitian**

### **1. Tujuan Penelitian**

Adapun untuk menjawab rumusan masalah yang telah disebutkan, maka ditetapkanlah tujuan yang ingin diperoleh dalam penelitian ini. Adapun tujuan tersebut adalah sebagai berikut:

- a. Untuk menggambarkan kondisi kesejahteraan psikologis anggota kegiatan keagamaan yasinan Pasar Minggu Maluku di masa pandemi Covid-19
- b. Untuk mendeskripsikan faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada anggota kegiatan keagamaan yasinan Pasar Minggu Maluku di masa pandemi Covid-19
- c. Untuk mengetahui peran kegiatan keagamaan yasinan di Pasar Minggu Maluku terhadap kesejahteraan psikologis pada anggotanya di masa pandemi Covid-19

### **2. Signifikansi Penelitian**

Peneliti berharap semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat sebagai berikut: Pertama, manfaat teoritis, yang diharapkan penelitian ini dapat memberikan sumbangan bagi khazanah keilmuan dan menjadi referensi bagi penelitian-penelitian selanjutnya di bidang Psikologi khususnya yang berkaitan dengan Psikologi Islam dengan tema kesejahteraan psikologis dan kegiatan keagamaan yasinan selama pandemi Covid-19.

Kedua, manfaat praktis, yakni diharapkan hasil penelitian ini dapat menginformasikan kepada penulis, keluarga, dan pembaca pada umumnya tentang penjelasan kesejahteraan psikologis anggota kegiatan keagamaan yasinan selama masa pandemi Covid-19. Selain itu, peneliti berharap penelitian ini dapat

memberikan wawasan kepada anggota yasinan khususnya dan masyarakat luas pada umumnya bahwa mengikuti kegiatan keagamaan yasinan baik dilakukan untuk mengisi aktivitas kehidupan guna mendekatkan diri kepada Allah ﷻ. Dan juga penelitian ini diharapkan dapat memberikan penyadaran kepada anggota yasinan khususnya dan masyarakat luas pada umumnya bahwa mempertahankan kesejahteraan psikologis itu penting dilakukan yang dapat dilakukan dengan melakukan hal-hal positif seperti mengikuti kegiatan keagamaan yasinan, sehingga masyarakat akan lebih semangat untuk mengikuti kegiatan keagamaan yasinan.

#### **D. Definisi Istilah**

Definisi istilah dibuat agar tidak terjadi kesalahpahaman terhadap judul yang dijadikan penelitian. Selain itu, definisi istilah juga dibuat untuk memudahkan pembaca dalam mendapatkan pemahaman yang jelas. Oleh sebab itu, penulis mewujudkan istilah yang menjadi maksud dalam penelitian ini dengan menegaskan beberapa hal sebagai berikut:

##### **1. Kesejahteraan Psikologis**

Menurut Ryff kesejahteraan psikologis merupakan konsep mengenai keadaan mental yang sehat serta mampu berfungsi dengan baik yang dicapai melalui evaluasi diri atas pengalaman hidup individu, yang ditandai dengan terdapatnya tanda kebahagiaan, kenikmatan hidup, serta tidak ada gejala depresi.<sup>27</sup>

Ryff menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis disusun atas enam aspek, yakni

---

<sup>27</sup>Ryff, "Happiness Is Everything, Or IsIt? Explorations On The Meaning Of Psychological Well-Being," 1069-1080.

penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan perkembangan pribadi.<sup>28</sup>

Dalam penelitian ini yang dimaksud kesejahteraan psikologis adalah perasaan bahagia pada individu yang mengikuti kegiatan keagamaan yasinan, yang diiringi dengan kepuasan karena dapat memanfaatkan keberfungsian dirinya secara efektif. Adapun yang dimaksud keberfungsian diri disini didasarkan kepada enam aspek kesejahteraan psikologis yang telah dirumuskan oleh Ryff, yaitu mampu menerima keadaan dirinya, berhubungan positif dengan orang lain, mampu bersikap mandiri dan menguasai lingkungannya agar tidak dikontrol orang lain, memiliki tujuan hidup, serta mau menjadi pribadi yang berkembang.

## **2. Yasinan**

Yasinan yang peneliti maksudkan dalam penelitian ini adalah kegiatan yang berhubungan dengan agama (kegiatan keagamaan) yang tujuannya untuk dapat mengingat dan mendekatkan diri kepada Allah ﷻ, serta dilakukan secara rutin. Yasinan dalam penelitian ini akan difokuskan kepada kegiatan yasinan yang diselenggarakan secara rutin (berulang-ulang) dan bertempat di lingkungan desa Pasar Minggu Maluku.

## **3. Anggota Yasinan**

Didalam penelitian ini yang dimaksudkan sebagai anggota yasinan adalah perkumpulan ibu-ibu dalam ruang lingkup desa yaitu Pasar Minggu Maluku yang

---

<sup>28</sup>Ryff, "Happiness Is Everything, Or IsIt? Explorations On The Meaning Of Psychological Well-Being," 1071.

namanya terdaftar sebagai anggota dan mengikuti yasinan secara rutin serta baru mengikuti kegiatan yasinan semenjak adanya pandemi Covid-19.

#### **E. Penelitian Terdahulu**

Agar penelitian yang akan dilakukan lebih terarah, peneliti mempelajari beberapa penelitian-penelitian terdahulu sebelum memulai penelitian. Diantara penelitian terdahulu yang peneliti dapatkan antara lain:

1. "*The Discourse of Submissiveness to God in the Pandemic Time Through "Burdah Keliling"*", oleh Mundi Rahayu dan Mediyansyah, dalam *The International Journal Psychology and Education* 58 (1), 2021. Penelitian ini memilih metode kualitatif dengan pendekatan etnografi. Hasil penelitiannya adalah kegiatan burdah keliling sangat berarti bagi masyarakat yang terlibat dalam kegiatan tersebut. Menurut orang-orang yang terlibat dalam kegiatan, burdah keliling ini dimaksudkan untuk mengungkapkan kepasrahan masyarakat kepada Allah ﷻ sehingga terhindar dari kepanikan dan stres akibat pandemi Covid-19 yang sedang merajalela di tanah air. Penelitian yang akan peneliti lakukan serupa dengan penelitian terdahulu ini dalam hal kegiatan keagamaannya. Meskipun dalam pengaplikasiannya berbeda namun memiliki kemiripan karena sama-sama memanjatkan shalawat bersama orang lain sebagai usaha mendekatkan diri kepada Allah ﷻ dan tujuannya untuk mendapatkan kesejahteraan psikologis. Perbandingan kesamaan lainnya terletak pada metode yang digunakan, yang sama-sama menggunakan metode kualitatif sehingga akan menggali secara lebih mendalam mengenai kegiatan

keagamaan yang diikuti oleh anggota masyarakatnya. Yang membuatnya berbeda dengan penelitian ini adalah penelitian ini dilakukan pengamatan di berbagai tempat sedangkan penelitian yang akan peneliti lakukan hanya akan berfokus mengamati pada satu tempat yakni Pasar Minggu Maluku, untuk dilihat bagaimana kesejahteraan psikologis pada anggota yang mengikuti kegiatan keagamaan yasinan di tempat tersebut.<sup>29</sup>

2. "Kondisi Kegiatan Keagamaan Muslim Perempuan pada Masa Pandemi Covid-19 di Wilayah Suburban", oleh Rina Febriyani, Mohamad Taufiq Rahman, dan M. Yusuf Wibisono, dalam *Jurnal Iman dan Spiritualitas* 1 (3), 2021. Penelitian menggunakan metode kualitatif deskriptif-analitis. Penelitian ini mendapatkan hasil bahwa saat masa pandemi Covid-19 kegiatan keagamaan di Desa Cinajung dialihkan dengan sistem *daring*. Hal tersebut dilakukan untuk menghindari kontak langsung seperti bersalaman, berdekatan dan berkerumun. Perpindahan kepada sistem *daring* membuat Muslim perempuan di Desa Cinajung sedikit banyaknya mengalami kesulitan dikarenakan masih gagap teknologi. Bahkan tak sedikit Muslim perempuan yang terpaksa berhenti mengikuti kegiatan keagamaan seperti majelis taklim di masa pandemi Covid-19 ini karena tidak memiliki akses yang menunjang untuk melakukannya via *daring*. Penelitian ini mirip dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yakni keduanya menyoroti kegiatan keagamaan dalam suatu masyarakat untuk dijadikan bahasan penelitian. Walaupun pada penelitian yang akan peneliti lakukan

---

<sup>29</sup>Mundi Rahayu dan Mediyansyah, "The Discourse of Submissiveness to God in the Pandemi Covid-19c Time Through 'Burdah Keliling,'" *The International Journal Psychology and Education* 58, no. 1 (2021): 5276–5284.



kegiatan keagamaan bukan sebagai variabel, namun kegiatan keagamaan akan menjadi salah satu kriteria subjek yang digunakan. Kemiripan selanjutnya ada pada subjek yang diteliti, yaitu sama-sama menggunakan subjek perempuan Muslim, bedanya penelitian yang akan dilakukan secara lebih spesifik menggunakan istilah anggota yasinan untuk penyebutan subjeknya. Perbedaannya terletak pada lokasi penelitian dan bentuk dari kegiatan keagamaan yang diamati, jika penelitian ini meneliti segala bentuk dari kegiatan keagamaan yang ada di Wilayah Suburban, maka penelitian yang akan dilakukan hanya fokus pada keikutsertaan dalam kegiatan keagamaan berupa yasinan yang ada di Pasar Minggu Maluku.<sup>30</sup>

3. "Kesejahteraan Psikologis Dalam Masa Pandemi Covid-19", oleh Yunita Sumakul, Shanti Ch. N. Ruata, dalam *Jurnal Psikologi* 1 (1), 2020. Metode yang diterapkan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Hasilnya didapatkan bahwa pandemi Covid-19 memberikan permasalahan pada kesejahteraan psikologis subjek. Adapun bentuk permasalahan kesejahteraan psikologis tersebut seperti cemas, takut dan stres. Penyebab terganggunya kesejahteraan psikologis seperti itu dikarenakan banyaknya masalah yang kompleks yang ditimbulkan dari pandemi Covid-19, seperti penyebaran virus yang tak kunjung usai, korban terjangkit yang terus bertambah, masalah perekonomian, dan kesulitan-kesulitan dalam menyesuaikan diri terutama pada peran ganda yang mengharuskan para pekerja

---

<sup>30</sup>Rina Febriyani, Mohamad Taufiq Rahman, dan M. Yusuf Wibisono, "Kondisi Kegiatan Keagamaan Muslim Perempuan Pada Masa Pandemi Covid-19 di Wilayah Suburban," *Jurnal Iman dan Spiritualitas* 1, no. 3 (2021): 263–271.

untuk mendampingi anak-anaknya belajar *daring*. Penelitian yang akan peneliti lakukan memiliki kesamaan dengan penelitian ini yang terletak pada variabel yang digunakan yakni sama-sama meneliti kesejahteraan psikologis. Persamaan selanjutnya yaitu metode yang dipakai yakni metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif yang sama-sama ingin mendeskripsikan secara mendalam mengenai kesejahteraan psikologis subjek penelitian. Perbedaan terdapat pada subjek yang digunakan. Penelitian terdahulu ini menggunakan subjek wanita yang berperan ganda sebagai ibu dan pekerja di masa pandemi Covid-19, sedangkan peneliti menggunakan subjek anggota yasinan dengan *background* kegiatan keagamaan yasinan.<sup>31</sup>

4. “*Psychological Well-Being* pada Santri *Ngrowot* di PP. Haji Ya’qub Lirboyo Kota Kediri”, oleh Muhammad Kurnia Mardhika dan Beti Malia Rahma Hidayati, dalam *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi* 4 (2), 2019. Penelitian ini adalah penelitian kualitatif fenomenologi. Subjek yang digunakan adalah yang memenuhi kriteria yaitu merupakan santri di PP Haji Ya'qub dan sedang menjalani *ngrowot* (perilaku menahan diri dari hal yang disenangi untuk mencapai apa yang diinginkan). Penelitian ini mendapatkan hasil bahwa santri *ngrowot* di PP Haji Yaqub memiliki kesejahteraan psikologis yang baik, terlihat dari terpenuhinya dimensi-dimensi dalam teori Ryff terutama pada dimensi kemandirian dan penerimaan diri. Faktor-faktor yang berperan dalam kesejahteraan psikologis santri *ngrowot* pada penelitian ini adalah aktivitas

---

<sup>31</sup>Yunita Sumakul dan Shanti Ch. N. Ruata, “Kesejahteraan Psikologis Dalam Masa Pandemi Covid-19,” *Jurnal Psikologi* 1, no. 1 (2020): 1–7.

*ngrowot* para santri, usia, lamanya *ngrowot* dan madrasah tempat santri *ngrowot* mengaji. Penelitian yang dilakukan peneliti dengan penelitian ini menggunakan metode dan variabel yang sama, yakni mengkaji kesejahteraan psikologis dengan metode penelitian kualitatif pada subjek yang berusaha mendekatkan diri kepada Allah ﷻ. Namun yang menjadi perbedaan, penelitian ini secara spesifik menggunakan subjek santri yang sedang *ngrowot* sedangkan penulis menggunakan subjek anggota yang mengikuti kegiatan keagamaan yasinan secara rutin di masa pandemi Covid-19.<sup>32</sup>

5. "*The Relationship of Spiritual Intelligence and Religious Activities with Happiness of Midwives Working in Hospitals and Health Centers*", oleh Nahid Golmakani, Fatemeh Rezaei, Seyed Reza Mazloun, dalam *Journal of Midwifery and Reproductive Health* 6 (2), 2018. Metode kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional* merupakan metode yang digunakan dalam penelitian ini. Hasilnya ditemukan hubungan yang signifikan antara kebahagiaan dengan kecerdasan spiritual ( $P < 0,001$ ) dan aktivitas keagamaan ( $P < 0,001$ ). Hal tersebut menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual dan aktivitas keagamaan dapat memberikan kebahagiaan pada diri seseorang. Kesamaan antara penelitian ini dan penelitian yang akan peneliti lakukan terletak pada bahasan aktivitas keagamaan, yang termasuk variabel dalam penelitian ini. Perbedaan terletak pada penggunaan subjek, dimana penelitian ini menggunakan subjek yang berprofesi bidan sedangkan peneliti menggunakan

---

<sup>32</sup>Muhammad Kurnia Mardhika dan Beti Malia Rahma Hidayati, "Psychological Well-Being pada Santri Ngrowot di PP. Haji Ya'qub Lirboyo Kota Kediri," *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi* 4, no. 2 (2019): 201–224.

subjek yang terhimpun dalam suatu kegiatan keagamaan yaitu ibu-ibu anggota yasinan.<sup>33</sup>

6. "Kesejahteraan Psikologis pada Jemaah Pengajian Ditinjau dari Religiusitas dan *Hubbud Dunya*", oleh Lavenda Azalia, Leli Nailul Muna, dan Ahmad Rusdi, dalam *Jurnal Psikologi Islam* 4 (1), 2018. Penelitian dengan metode kuantitatif korelasional ini membuktikan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis pada jama'ah pengajian, dan *hubbud dunya* tidak memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kesejahteraan psikologisnya. Penelitian yang dilakukan peneliti dengan penelitian ini menggunakan variabel yang sama, dan keduanya membahas variabel kesejahteraan psikologis. Persamaan berikutnya adalah subjek yang digunakan adalah orang yang terbiasa mengikuti kegiatan keagamaan secara rutin. Pengambilan data dilakukan dengan metode yang berbeda, metode kuantitatif digunakan dalam penelitian ini dan nantinya peneliti akan menggunakan metode kualitatif.<sup>34</sup>

---

<sup>33</sup>Nahid Golmakani, Rezaei Fatemeh, dan Seyed Reza Mazloum, "The Relationship of Spiritual Intelligence and Religious Activities with Happiness of Midwives Working in Hospitals and Health Centers," *Journal of Midwifery and Reproductive Health* 6, no. 2 (2018): 1264–1272.

<sup>34</sup>Lavenda Azalia, Leli Nailul Muna, dan Ahmad Rusdi, "Kesejahteraan Psikologis pada Jemaah Pengajian Ditinjau dari Religiusitas dan *Hubbud Dunya*," *Jurnal Psikologi Islam* 4, no. 1 (2018): 35–44.

## **F. Sistematika Penulisan**

Sistematika penulisan berfungsi untuk memberikan petunjuk dalam pengerjaan laporan penelitian ini, yang mana terdiri dari beberapa hal seperti yang disebutkan sebagai berikut:

1. Bab I Pendahuluan, yang memaparkan latar belakang masalah sehingga peneliti melakukan penelitian ini. Setelah latar belakang, berturut-turut akan dipaparkan mengenai rumusan masalah, tujuan penelitian, signifikansi penelitian, definisi istilah, penelitian sebelumnya, dan sistematika penulisan.
2. Bab II Kajian Teori dan Kerangka Pikir, yang berisikan definisi teoritik dan tinjauan teoritik tentang kesejahteraan psikologis dalam mengikuti kegiatan keagamaan yasinan. Adapun isi dari definisi teoritik meliputi kajian pustaka mengenai definisi kesejahteraan psikologis, aspek-aspek dan faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis, serta kesejahteraan psikologis dalam pandangan Islam. Definisi teoritik juga berisi definisi dari kegiatan keagamaan yasinan, serta tujuan dan manfaat dari kegiatan keagamaan yasinan. Sedangkan tinjauan teoritik akan menjelaskan keterkaitan dari kesejahteraan psikologis dengan mengikuti kegiatan keagamaan yasinan tersebut. Selain itu, skema kerangka berpikir juga akan dimasukkan dalam bab ini.
3. Bab III Metode Penelitian, yang berisi mengenai penjabaran jenis dan pendekatan penelitian, lokasi, objek dan subjek penelitian, data dan sumber data, teknik analisi serta teknik keabsahan data.

4. Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan, yaitu berisi uraian hasil penelitian dan pembahasan secara lebih mendalam mengenai hasil penelitian yang telah didapatkan.
5. Bab V Penutup, berisi kesimpulan penelitian dan rekomendasi dari peneliti untuk menutup pembahasan yang telah diuraikan dalam penelitian.