

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

Pada bab ini peneliti berusaha menyajikan data-data hasil penelitian yang telah diperoleh, baik melalui proses observasi maupun wawancara yang telah dilakukan kepada para subjek serta beberapa informan yang telah ditentukan. Data-data yang telah terkumpul akan dikelompokkan berdasarkan pada poin-poin tertentu disesuaikan dengan tujuan dalam penelitian ini yaitu menggambarkan kondisi kesejahteraan psikologis anggota yasinan Pasar Minggu Maluku di masa pandemi Covid-19 dan mendeskripsikan faktor-faktor yang mempengaruhinya, serta mengetahui peran kegiatan keagamaan yasinan di Pasar Minggu Maluku terhadap kesejahteraan psikologis anggotanya di masa pandemi Covid-19.

#### **1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

##### **a. Kondisi Geografis dan Kependudukan**

Pasar Minggu merupakan salah satu desa yang ada di Kelurahan Maluku Baru Kecamatan Maluku, Kabupaten Pulau Pisau. Pasar Minggu memiliki luas wilayah sekitar 240 hektar. Kondisi geografis desa Pasar Minggu Maluku terletak pada 350 m di atas permukaan laut, dan curah hujannya rata-rata sekitar 2000 mm dengan suhu rata-rata 26°C.

Untuk kondisi kependudukan, menurut data dari profil Desa Maluku Baru, Pasar Minggu memiliki jumlah penduduk sebanyak 635 jiwa. Jumlah tersebut

terbagi atas 349 jiwa laki-laki dan 286 jiwa perempuan, serta di huni oleh 292 Kepala Keluarga (KK).<sup>1</sup>

#### **b. Kondisi Sosial**

Masyarakat di Pasar Minggu Maluku memiliki kondisi sosial yang baik. Keadaan sosial disini tak jauh berbeda dengan keadaan sosial pada masyarakat di pedesaan pada umumnya, dimana masyarakatnya saling bergotong royong, tolong-menolong, dan bekerja sama. Setiap ada acara/kegiatan di desa maupun di rumah salah satu penduduk, maka para masyarakatnya (tetangga) akan ikut serta untuk menyiapkan keperluan dari acara tersebut.<sup>2</sup>

#### **c. Kondisi Keagamaan**

Masyarakat Pasar Minggu Maluku memiliki perbedaan dalam hal agama yang dianut. Namun mayoritas masyarakatnya beragama Islam. Kondisi keagamaan masyarakat Muslim di Pasar Minggu Maluku dapat dikatakan sudah sangat baik, hal ini dikarenakan masyarakatnya selalu menyempatkan diri untuk mengadakan acara yang didalamnya selalu diselipkan hal-hal keagamaan, seperti selamatan, haulan dan lain sebagainya yang diiringi dengan pembacaan yasin, dzikir, tahlil dan do'a-do'a. Bahkan di Desa Pasar Minggu Maluku terdapat kegiatan keagamaan rutin yang dilaksanakan setiap satu minggu sekali yakni yasinan. Hal ini membuktikan bahwa kesadaran masyarakat Pasar Minggu Maluku untuk selalu mendekatkan diri kepada Allah ﷻ tidak perlu diragukan.

---

<sup>1</sup>Tim Pemetaan Sosial Desa Maluku Baru, *Buku Profil Desa Maluku Baru*, 2020, 3–6.

<sup>2</sup>Tim Pemetaan Sosial Desa Maluku Baru, *Buku Profil Desa Maluku Baru*, 8.

Selain beragama Islam, masyarakat Pasar Minggu Maluku juga ada yang beragama Kristen dan Katolik. Sejauh pengamatan yang dilakukan, tidak terdapat atau jarang sekali ditemukan acara-acara keagamaan yang dilakukan oleh masyarakat Kristen dan Katolik ini. Namun meskipun keberadaan mereka yang cukup minoritas ditengah-tengah masyarakat Pasar Minggu Maluku yang beragama Islam, mereka tetap hidup berdampingan. Tidak ada yang dikucilkan maupun mengucilkan, tidak ada diskriminasi antar penganut agama.<sup>3</sup>

#### **d. Kondisi Tempat Ibadah**

Untuk menunjang pelaksanaan kegiatan beragama, Pasar Minggu Maluku memiliki satu tempat ibadah yakni Masjid al-Muhajirin. Kondisi tempat ibadah tersebut sudah baik dan cukup memadai untuk dijadikan sebagai sarana ibadah umat Muslim di Pasar Minggu Maluku. Selain digunakan untuk tempat shalat, tempat ibadah tersebut biasanya juga digunakan sebagai tempat berlangsungnya acara yasinan, maulidan dan isra mi'raj serta kegiatan keagamaan yasinan Islam lainnya.<sup>4</sup>

## **2. Kegiatan Keagamaan di Pasar Minggu Maluku**

Kegiatan keagamaan merupakan segala aktivitas yang berhubungan dengan agama.<sup>5</sup> Terdapat beberapa kegiatan keagamaan yang dilakukan di Desa Maluku, khususnya di Pasar Minggu baik berupa kegiatan yang rutin dilakukan maupun

---

<sup>3</sup>Tim Pemetaan Sosial Desa Maluku Baru, *Buku Profil Desa Maluku Baru*, 10–12.

<sup>4</sup>Tim Pemetaan Sosial Desa Maluku Baru, *Buku Profil Desa Maluku Baru*, 3–17.

<sup>5</sup>Ovi Munawaroh Hilyah Ashoumi, *Budaya Religius Basis Pembentukan Kepribadian Religius* (Jombang: Fakultas Pertanian Universitas KH A Wahab Hasbullah, 2021), 14.

kegiatan yang dilakukan secara insidental. Diantara kegiatan keagamaan tersebut ialah:

#### **a. Shalat Berjama'ah**

Shalat merupakan tiang agama Islam. Disebut demikian karena shalat memiliki kedudukan sebagai kewajiban utama yang harus dilakukan oleh setiap manusia yang mengaku Muslim.<sup>6</sup> Shalat boleh dikerjakan sendiri, namun yang lebih utama adalah dilakukan secara berjamaah.<sup>7</sup> Shalat berjama'ah merupakan shalat yang pelaksanaannya dilakukan oleh sekurang-kurangnya dua orang, dimana salah satunya menjadi imam dan yang lainnya menjadi makmum dengan mengikuti ketentuan-ketentuannya.<sup>8</sup>

Di Desa Maluku Baru, khususnya di Pasar Minggu, diadakan kegiatan keagamaan berupa shalat berjama'ah. Shalat berjama'ah ini ada yang dilakukan setiap hari, setiap minggu dan setiap tahun. Shalat berjama'ah yang dilakukan setiap hari contohnya seperti shalat 5 waktu di masjid. Adapun yang dilakukan setiap minggu adalah shalat hajat berjama'ah yang dilakukan setiap malam jum'at. Sedangkan yang dilakukan setiap tahun adalah shalat tarawih dan shalat id yang dilaksanakan pada bulan ramadhan dan 10 Dzulhijjah.

#### **b. Tahlilan**

Tahlilan merupakan tradisi yang sudah ada dari zaman dahulu dan terus dilakukan secara turun-temurun. Tahlilan memiliki arti sebagai kegiatan

---

<sup>6</sup>Mujiburrahman, "Pola Pembinaan Ketrampilan Shalat Anak Dalam Islam," *Mudarrisuna* 6, no. 2 (2016): 187.

<sup>7</sup>Muhamad Afif Bahaf, *Ajaran Agama-Agama Besar di Dunia* (Serang: A-Empat, 2015), 167.

<sup>8</sup>Ahmad Sarwat, *Shalat Berjamaah* (Jakarta: Rumah Fiqih Publishing, 2018), 12.

mendo'akan orang yang telah meninggal dengan harapan agar orang yang telah meninggal tersebut diampuni segala dosanya dan diterima semua amal baiknya. Tahlilan biasanya diisi dengan lantunan kalimat-kalimat *thayyibah*.<sup>9</sup>

Di Desa Maliku Baru, khususnya di Pasar Minggu, pelaksanaan tahlilan biasanya dilaksanakan untuk mendo'akan orang yang baru meninggal ataupun untuk memperingati hari kematian seseorang. Pelaksanaan tahlilan dilaksanakan di salah satu rumah warga yang memiliki hajat. Adapun bacaan-bacaan yang biasanya dilantunkan adalah shalawat, tasbih, beberapa ayat Al-Qur'an dan tahlil.

### **c. Peringatan Hari Besar Islam**

Hari besar merupakan hari yang dianggap penting untuk memperingati suatu peristiwa yang penting. Peringatan hari besar Islam tentu saja adalah kegiatan untuk menyambut momen-momen penting yang dirasa sakral oleh Umat Islam. Untuk memperingati hari besar ini, tidak hanya masyarakat Muslim Indonesia saja, melainkan masyarakat Muslim yang berada diseluruh dunia juga akan dengan senang hati merayakannya.<sup>10</sup>

Di Desa Maliku Baru, khususnya di Pasar Minggu setiap tahun selalu diadakan acara untuk memperingati hari-hari besar Islam tersebut. Adapun acara-acara insidental tersebut seperti acara peringatan maulid (kelahiran) Nabi Muhammad ﷺ, peringatan Isra Mi'raj Nabi Muhammad ﷺ, peringatan hari asyura dengan cara membuat bubur asyura, serta hari raya idul fitri dan idul adha.

---

<sup>9</sup>Muh. Baehaqi, *Tradisi-Tradisi Islam Nusantara Perspektif Filsafat dan Ilmu Pengetahuan* (Semarang: Formaci, 2019), 4.

<sup>10</sup>Muhammad Sholikhin, *Dibalik 7 Hari Besar Islam* (Yogyakarta: Garudhawaca, 2012), 5.

#### d. Yasinan

Yasinan merupakan kegiatan keagamaan berupa membaca yasin yang dapat dilakukan sendiri-sendiri atau bersama-sama.<sup>11</sup> Yasinan merupakan kegiatan keagamaan yang menjadi salah satu bukti dari keberagaman umat Islam. Tidak sedikit yang menganggap bahwa yasinan merupakan sesuatu yang *bid'ah* (tidak ada anjuran dan tidak pernah dilakukan/dicontohkan oleh Nabi Muhammad), namun tak sedikit juga yang mendukung pelaksanaan yasinan ini dan menganggap yasinan sebagai kegiatan yang penuh manfaat.<sup>12</sup>

Di Maluku, khususnya di Pasar Minggu, yasinan termasuk salah satu kegiatan keagamaan yang masih terus dilaksanakan secara rutin bahkan ketika masa pandemi Covid-19 seperti ini. Oleh sebab itu, kegiatan keagamaan yasinan ini menjadi objek penelitian yang dilakukan oleh peneliti.

Pelaksanaan yasinan di Pasar Minggu Maluku dilakukan secara rutin setiap hari selasa *ba'da* dzuhur oleh ibu-ibu Pasar Minggu Maluku. Mayoritas ibu-ibu di Pasar Minggu mengikuti kegiatan keagamaan yasinan ini. Yasinan dilaksanakan bergiliran di rumah-rumah warga yang terdaftar sebagai anggota yasinan ataupun di masjid. Adapun bacaan-bacaan yang sering dilantunkan didalam yasinan utamanya adalah surah yasin dan bacaan-bacaan dzikir serta shalawat. Namun selain itu, terkadang dapat juga ditambahkan/diselingi dengan pembacaan *aqidatul awwam*, syair habsyi, dan do'a-do'a tertentu yang disesuaikan dengan hajat pemilik rumah.

---

<sup>11</sup>Erwin Ibrahim dan dkk, *Pokok Pikiran Kebudayaan Daerah Kabupaten Banyuasin Provinsi Sumatera Selatan* (Banyuasin: Bappeda Litbang, 2019), 65.

<sup>12</sup>Dzikri Darussamin dan Rahman, *Merayakan Khilafiyah Menuai Rahmat Ilahiah* (Yogyakarta: LKiS, 2017), 16.

### 3. Alur Pengambilan Data Penelitian

Berikut merupakan sajian data dalam bentuk tabel 4.1 dari alur penelitian sehingga dapat tergambar bagaimana proses peneliti selama melakukan penelitian:

Tabel 4.1 Alur Pengambilan Data Penelitian

No	Hari/Tanggal	Kegiatan	Keterangan
1.	Rabu, 23 Juni 2021	Observasi di lingkungan lokasi penelitian	Secara langsung ke lokasi
2.	Minggu, 1 Agustus 2021	Wawancara pendahuluan bersama Ketua Yasinan Pasar Minggu Maluku	Secara langsung tatap muka
3.	Selasa, 3 Agustus 2021	Wawancara pendahuluan bersama anggota yasinan lama	Secara langsung tatap muka
4.	Selasa, 3 Agustus 2021	Wawancara pendahuluan bersama anggota yasinan baru	Secara langsung tatap muka
5.	Selasa, 12 April 2022	Meminta daftar anggota yasinan kepada pengurus yasinan Pasar Minggu Maluku	Secara langsung tatap muka
6.	Selasa, 26 April 2022	Wawancara sekaligus observasi penelitian kepada subjek NS	Secara langsung tatap muka
7.	Jum'at, 29 April 2022	Wawancara penelitian kepada informan A	Secara langsung tatap muka
8.	Sabtu, 14 Mei 2022	Wawancara penelitian kepada informan D	Secara langsung tatap muka
9.	Selasa, 17 Mei 2022	Wawancara sekaligus observasi penelitian kepada subjek NS	Secara langsung tatap muka

### 4. Alur Mendapatkan Subjek Penelitian

Penelitian ini diawali karena ketertarikan peneliti kepada kegiatan keagamaan yasinan yang masih tetap terus dijalankan serta dipertahankan selama penyebaran kasus Covid-19. Bahkan setelah digali informasi lebih lanjut, diketahui bahwa ada beberapa anggota yasinan Pasar Minggu Maluku yang baru mengikuti kegiatan keagamaan yasinan ini semenjak adanya pandemi Covid-19. Setelah

mengetahui hal tersebut, peneliti mencari informasi mengenai anggota baru tersebut melalui pengurus yasinan Pasar Minggu Maluku untuk menjadikannya sebagai subjek penelitian.

Pada awal penelitian peneliti mendapatkan informasi bahwa terdapat 3 orang anggota yasinan baru. Adapun ketiga anggota yasinan baru tersebut yakni BMA, NS dan MI yang sama-sama baru bergabung dan mengikuti yasinan Pasar Minggu Maluku sejak adanya pandemi Covid-19. Saat dihubungi pertama kali pun ketiga subjek bersedia untuk dijadikan sebagai subjek dalam penelitian ini.

Ditengah penyusunan laporan skripsi dan sebelum pengambilan data, peneliti mendapatkan kabar bahwa subjek BMA tidak lagi aktif menghadiri yasinan secara rutin sejak bulan Februari 2022. Hal tersebut menyebabkan subjek BMA tereliminasi karena tidak lagi memenuhi kriteria subjek penelitian dan menyebabkan subjek penelitian yang tersisa hanya menjadi 2 orang. Oleh karena itu saat peneliti turun lapangan, peneliti hanya mengumpulkan data dari 2 orang subjek penelitian yang memenuhi kriteria yakni dari subjek NS dan subjek MI yang keduanya merupakan anggota yasinan Pasar Minggu Maluku yang baru bergabung dan rutin mengikuti kegiatan keagamaan yasinan semenjak adanya Covid-19.

## **5. Kedudukan Peneliti dan Hubungan dengan Subjek Penelitian**

Kedudukan peneliti dalam penelitian ini adalah sebagai peneliti (*researcher*). Sedangkan subjek penelitian merupakan masyarakat Desa Pasar Minggu Maluku yang menjadi anggota yasinan baru semenjak adanya pandemi Covid-19. Sebelum penelitian dilakukan, peneliti telah mengetahui salah satu subjek yakni subjek MI dikarenakan tinggal di jalur yang sama. Namun peneliti

tidak mengenal secara dekat kepada kedua subjek, sehingga hubungan yang terjalin diantara peneliti dan subjek hanyalah sebatas peneliti dan subjek penelitian.

## **6. Identitas dan Deskripsi Subjek**

### **a. Identitas Subjek Penelitian**

Dalam melakukan penelitian, seorang peneliti harus mengetahui secara mendalam subjek yang ditelitinya. Segala informasi yang berhubungan dengan objek dan subjek penelitian akan disimpan untuk digunakan sebagai data pendukung dari penelitian tersebut. Dalam penelitian ini, subjek utama yang digali informasinya disebut sebagai subjek penelitian. Kemudian untuk memastikan kebenaran data yang telah dipaparkan oleh subjek penelitian maka dilakukan juga penggalan informasi dari subjek sekunder yang dalam penelitian ini disebut sebagai informan penelitian.

Dalam penelitian ini, subjek penelitian terdiri atas 2 orang anggota anggota kegiatan keagamaan yasinan di masa pandemi Covid-19. Dua orang subjek penelitian ini merupakan dua dari tiga anggota baru yasinan Pasar Minggu Maluku yang memenuhi kriteria subjek penelitian. Adapun kriteria subjek penelitian yang ditetapkan adalah merupakan anggota yasinan di Pasar Minggu Maluku, aktif menghadiri yasinan di setiap minggunya, serta baru mengikuti kegiatan yasinan semenjak pandemi Covid-19.

Sebelum terjun ke lapangan, peneliti mencoba mencari anggota yang baru mengikuti yasinan semenjak pandemi Covid-19, dan ditemukan beberapa orang. Namun, satu diantaranya sudah tidak aktif menghadiri yasinan di setiap minggunya. Sehingga akhirnya hanya ada dua orang anggota yasinan yang memenuhi kriteria

subjek penelitian dan bersedia untuk dilakukan wawancara. Adapun data demografis kedua subjek dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

Tabel 4.2 Identitas Subjek Penelitian

No	Inisial	Jenis Kelamin	Usia
1.	NS	Perempuan	25 tahun
2.	MI	Perempuan	47 tahun

Kemudian yang disebut sebagai informan penelitian adalah seseorang yang mengenal dengan baik subjek penelitian dan mengetahui kesehariannya sehingga dapat memberikan informasi tambahan dan memastikan kebenaran data yang disampaikan subjek. Adapun identitas informan dalam penelitian ini yakni sebagai berikut:

Tabel 4.3 Identitas Informan Penelitian

No	Subjek	Informan (Inisial)	Keterangan
1.	NS	A	Suami subjek, hidup dan tinggal bersama subjek.
2.	MI	D	Adik ipar sekaligus tempat curhat subjek

## **b. Deskripsi Subjek Penelitian**

### **1) Subjek NS**

Subjek NS merupakan anggota yasinan Pasar Minggu Maluku yang berusia 25 tahun. Dari pengamatan peneliti, subjek NS termasuk anggota yasinan yang paling muda diantara anggota yasinan yang lainnya. Subjek NS sudah menikah dan sekarang tinggal bersama suaminya yang berprofesi sebagai seorang guru. Subjek NS merupakan ibu rumah tangga yang membuka toko kelontong di depan rumahnya. Ia mengikuti yasinan saat awal pandemi Covid-19 di tahun 2020. Peneliti melakukan wawancara bersama subjek pada hari Selasa, 26 April 2022.

Saat peneliti datang kerumah subjek sebelum wawancara dimulai, subjek terlihat sedikit tegang dan menanyakan bagaimana jika ia tidak bisa menjawabnya. Namun setelah beberapa lama suasana mulai mencair dan subjek NS terlihat santai dalam menjawab pertanyaan-pertanyaan yang peneliti ajukan. Subjek NS dapat menceritakan diri dan pengalamannya dengan cukup baik namun di beberapa pertanyaan subjek NS terlihat berpikir sejenak untuk menjawab pertanyaan yang diajukan.

Hasil observasi yang dilakukan saat wawancara berlangsung dengan subjek NS adalah subjek NS menjawab pertanyaan peneliti dengan jawaban yang memang apa adanya. Intonasi yang subjek NS gunakan saat berbicara dengan peneliti cukup cepat namun tetap dapat dipahami. Namun pada beberapa pertanyaan yang membahas mengenai kemandirian dan kekurangan dirinya intonasi subjek melambat dan terbata-bata. Gaya duduk dan gerak tubuh subjek NS saat wawancara pun terlihat tenang menghadap ke peneliti, hanya saat menjelaskan kemandirian dirinya NS mencodongkan badannya sedikit ke depan sambil memainkan ujung kerudungnya dan sesekali menundukkan kepala.

Mimik wajah NS ketika membicarakan yasinan terlihat berbeda. NS seringkali tersenyum terutama saat membicarakan dirinya yang senang mengajak anggota yasinan lain bicara agar tidak dinilai pendiam, bahkan NS tertawa ketika mengatakan dirinya adalah anggota yasinan yang paling muda diantara yang lain. Begitu pula ketika membicarakan tujuan hidupnya, NS tersenyum saat memberitahukan bahwa ia ingin memiliki momongan dan tertawa ketika membicarakan suaminya.

## 2) Subjek MI

Subjek MI merupakan anggota yasinan Pasar Minggu Maluku yang telah berusia 47 tahun. Subjek MI memiliki suami yang sedang pergi merantau dan dua orang anak perempuan dan laki-laki. Selain sebagai ibu rumah tangga, saat ini subjek MI memiliki toko alat dan bahan kue serta membuka jasa pembuatan kue. Terhitung kurang lebih 2 tahun sejak beliau pertama kali ikut bergabung ke dalam yasinan Pasar Minggu Maluku. Peneliti melakukan wawancara bersama subjek pada hari Selasa, 17 Mei 2022.

Saat proses wawancara subjek MI terlihat tertarik dan komunikatif sepanjang wawancara berlangsung. Banyak pertanyaan yang dijawab antusias dengan intonasi suara yang menyesuaikan topik pembicaraan. Subjek MI dapat menceritakan berbagai hal yang ditanyakan secara sistematis sehingga lebih mudah untuk dipahami.

Adapun hasil observasi yang didapat saat wawancara berlangsung dengan subjek MI adalah subjek MI menjawab pertanyaan-pertanyaan peneliti dengan terbuka. Intonasi suara subjek MI saat berbicara dengan peneliti pun termasuk tenang, tidak cepat dan tidak juga terlalu lambat. Namun pada pertanyaan yang membahas mengenai kedekatannya bersama keluarga terdengar intonasi suara yang mengecil dan melambat, bahkan subjek MI sampai menghela nafas setelah menjawab hal tersebut. Gaya duduk dan gerak tubuh subjek MI terlihat santai dan nyaman saat proses wawancara.

Mimik wajah MI tersenyum kecil saat membicarakan kelebihan dan keterampilan yang ada pada dirinya serta tersenyum lebar saat membicarakan

anaknyanya yang berkuliah dan berada di pondok. Di tengah wawancara ada suara telepon berdering dan subjek MI meminta izin untuk mengangkat telepon sebentar, setelah ia mengangkat teleponnya wawancara kembali dilakukan seperti awal. Saat membicarakan yasinan, subjek MI bersikap seperti biasa tidak ada tingkah laku yang menunjukkan sesuatu yang janggal pada dirinya ketika mengikuti yasinan.

## **7. Deskripsi Data Hasil Penelitian**

### **a. Subjek NS**

#### **1) Gambaran Kondisi Kesejahteraan Psikologis Subjek NS**

Kesejahteraan psikologis merupakan suatu hal yang harus ada di dalam diri individu, karena dengan kesejahteraan psikologis individu akan dapat merasakan perasaan bahagia, puas, berenergi, dan memiliki kehidupan yang baik. Subjek NS dalam hal ini mengutarakan bahwa menurutnya kesejahteraan psikologis yang diartikannya sebagai perasaan bahagia dapat dirasakan ketika seseorang tidak mengalami hal-hal negatif yang menyulitkan dirinya. Subjek NS mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai hati yang lapang dan pikiran yang tidak terganggu. Subjek NS menyatakan bahwa dirinya sudah merasa bahagia (sejahtera). Walaupun telah banyak pengalaman sulit yang dilalui, ia mencoba menerima dan fokus berpikir positif memikirkan sisi baik dan kebahagiaan.

Subjek NS merupakan anggota yasinan Pasar Minggu yang mengikuti yasinan ketika awal pandemi Covid-19. NS ikut bergabung dalam kegiatan yasinan rutin tersebut setelah diajak oleh orang disekitarnya. Di lingkungan sekitarnya NS dikenal sebagai orang yang sering membantu masyarakat lain jika ada kegiatan khusus yang akan diadakan di lingkungan sekitarnya. Dari penuturan suaminya

(informan A) NS dikenal sebagai pribadi yang mudah bergaul dan kerap kali membantu tetangganya atau berbagi makanan dengan mereka. NS juga tak segan untuk berangkat yasinan bersama anggota yasinan yang lain, yang secara usia terpaut cukup jauh dengan dirinya. Dalam kesehariannya, suami dan keluarga (orang tua) menjadi sumber dukungan utama bagi NS jika sedang mengalami kesulitan. Bahkan NS menjadikan suaminya sebagai tempat bersandar untuk memutuskan dan melakukan sesuatu.

Subjek NS mengaku kesulitan untuk bisa beradaptasi dengan suasana dan lingkungan di masa pandemi Covid-19 ini, bahkan ia kaget karena kegiatan yasinan juga terkena dampaknya hingga harus diliburkan beberapa minggu. Saat yasinan diliburkan beberapa minggu tersebut, NS mengaku hanya berdiam diri dirumah dengan mengerjakan pekerjaan-pekerjaan yang ada dirumah sambil menjaga warungnya yang ada di depan rumahnya. Menurut NS tidak ada kegiatan diluar rumah karena pada saat itu memang masa *social distancing*. Ternyata *social distancing* di masa awal pandemi Covid-19 tersebut membawa perubahan positif pada diri NS. Menurut suami NS (informan A), ia mendapati perubahan positif pada diri NS, dimana NS menjadi lebih banyak menghabiskan waktunya dirumah karena sekian lama terbiasa berdiam diri dirumah. Ia tidak lagi menghabiskan waktu diluar untuk kegiatan yang tidak perlu. Informan A juga menambahkan bahwa semenjak pandemi Covid-19 NS menjadi lebih senang mengisi waktu luangnya dirumah untuk memasak menu-menu baru. NS melihat resep yang ada di media sosial, dan tak jarang menu-menu tersebut ia tawarkan pula kepada orang-orang disekitarnya yang ingin membelinya secara online.

Sebelum menjadi anggota yasinan, diketahui bahwa NS dulunya adalah seseorang yang menikah sambil berkuliah, namun ia putus kuliah akibat tidak bisa membagi waktu antara pendidikan dan rumah tangganya. NS mengatakan perasaan sedih dan menyesal masih ada namun ia berusaha menerima dan mengambil hikmah dengan berpikir positif dari sisi lainnya. Hingga sekarang NS menjadi anggota yasinan, ia menyatakan bahwa tidak merasa menyesal telah aktif mengisi waktunya dengan mengikuti yasinan. Bahkan setelah yasinan aktif kembali (setelah diliburkan di awal pandemi Covid-19), NS mengaku selalu menghadiri yasinan namun menggunakan protokol-protokol kesehatan.

Secara personal, NS berusaha untuk memahami dirinya. NS memandang positif kelebihan dirinya, ia juga berusaha menerima kekurangan dirinya dan mencoba belajar untuk memperbaikinya. NS juga mampu memanfaatkan keterampilan dirinya dalam berjualan. NS juga melakukan jualan online agar bisa mendapatkan pemasukan tambahan. NS juga memiliki keterampilan baru yang didapatkannya semenjak mengikuti yasinan. Informan A mengatakan setelah mengikuti yasinan NS menjadi sering melantunkan shalawat nabi dalam bentuk syair.

Dalam menjalani kehidupannya, NS memiliki harapan dan tujuan yang ingin dicapainya. Harapan dan tujuan tersebut tidak semata-mata menjadi angan-angan belaka, NS juga mengusahakan untuk mewujudkan hal tersebut. NS berharap ia dan suaminya dapat menjadi orang yang sukses dalam segala hal, termasuk dalam mendidik anak nantinya. Namun hal tersebut belum bisa terwujud dikarenakan

mereka belum dikaruniai keturunan, sehingga NS memutuskan untuk mengikuti program hamil dengan tujuan untuk segera memiliki keturunan.

## **2) Faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis pada Subjek NS**

Sesuatu terjadi pastilah dikarenakan suatu faktor, yang pada umumnya faktor tersebut bisa disebabkan dari dalam diri sendiri maupun dari luar. Pada subjek NS, ia mengaku mendapatkan perasaan aman dan tentram dalam hidupnya karena ia percaya terhadap peran Allah ﷻ dalam segala hal yang terjadi dalam hidupnya. NS juga memercayai adanya peran takdir atas segala hal yang terjadi baik di masa lalu maupun sekarang, sehingga ia selalu berusaha untuk menerima segala hal yang ada pada dirinya dan memandang dari sisi positif (hikmah) segala hal yang terjadi pada dirinya. NS juga berusaha untuk mendekatkan diri kepada Allah ﷻ dengan cara beribadah. Saat mengalami masalah maupun kesulitan-kesulitan, NS mengaku seringkali menjadi lebih mendekatkan diri kepada Allah ﷻ, memohon bantuan kepada Allah ﷻ untuk menyelesaikan permasalahan tersebut sehingga dirinya merasa lebih kuat. Selain dirinya yang religius, kepribadian NS yang mudah bergaul dan senang membantu orang lain membuat NS lebih mudah untuk menjalin hubungan yang baik dan hangat dengan orang-orang disekitarnya.

Faktor luar juga mempengaruhi kesejahteraan psikologis diri NS. NS memiliki sumber dukungan yang besar dari orang lain terutama dari keluarga dan suaminya. Adanya dukungan dari luar dirinya tersebut membuat NS dapat menjalani kehidupannya dengan kuat dan tenang. NS mengatakan dukungan yang

biasanya diberikan oleh suami dan keluarganya dapat berupa apapun baik dalam bentuk materil maupun moril. Dari hasil wawancara juga diketahui bahwa budaya atau kebiasaan mempengaruhi kesejahteraan psikologis subjek NS. Kebiasaan masyarakat di Desa Maluku adalah apabila mengadakan sebuah acara maka akan dikerjakan bersama-sama dengan masyarakat. Dari penuturan NS, ia mengikuti kebiasaan tersebut dimana ia ikut berkumpul membantu mengadakan acara di masjid. Hal tersebut membuat NS menjadi berbaur dengan masyarakat dan memiliki hubungan yang baik dengan mereka.

Dari pemaparan tersebut, dapat diketahui bahwa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada subjek NS terdiri atas faktor dari dalam diri (internal) dan dari luar (eksternal). Faktor internal yang mempengaruhinya adalah adanya kepercayaan subjek pada peran Allah ﷻ dan takdir dalam setiap hal yang terjadi, ibadah mendekatkan diri kepada Allah ﷻ, kepribadian dan pikiran positif subjek atas segala sesuatu yang terjadi di masa lalu maupun masa sekarang. Sedangkan faktor eksternalnya adalah dukungan dari orang lain dan budaya kebersamaan.

### **3) Peran Kegiatan Keagamaan Yasinan Pasar Minggu Maluku terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Subjek NS**

Perasaan psikologis akan dirasakan karena dipengaruhi oleh perilaku tertentu. Seperti kesejahteraan psikologis yang ada pada subjek NS juga didapatkan sedikit banyaknya dikarenakan mengikuti kegiatan yasinan yang ada di Pasar Minggu Maluku. Walaupun diawali karena mengikuti ajakan teman, subjek NS mengaku tidak pernah menyesal mengikuti yasinan dikarenakan manfaat kegiatan tersebut sangat besar.

NS menceritakan bahwa awal mula ia mengikuti yasinan Pasar Minggu Maliku dikarenakan mencari kegiatan agar tidak berdiam diri dirumah saja. Kemudian ada yang mengajaknya untuk mengikuti yasinan hingga ia memutuskan untuk bergabung. Dari sana NS mengatakan menjadikan yasinan sebagai kegiatan untuk mengisi waktu dengan hal yang bermanfaat. Dari penuturan NS tersebut dapat diketahui bahwa kegiatan yasinan merupakan kegiatan yang ada di lingkungan sekitar NS yang dimanfaatkannya secara efektif. Kegiatan yasinan terkadang diselingi dengan ceramah-ceramah agama yang membuat NS merasa pengetahuannya bertambah dan membuat pandangannya mengenai hidup semakin terbuka. NS mengatakan bahwa dengan mengikuti yasinan membuat dirinya menjadi lebih bersyukur dan tidak lagi banyak mengeluh karena menyadari bahwa segala yang terjadi telah tertulis sebelumnya di lauhul mahfudz.

Selain untuk mendekatkan diri kepada Allah ﷻ, kegiatan yasinan juga dijadikan NS sebagai media untuk bertemu dan berinteraksi dengan masyarakat (anggota yasinan yang lain), sehingga hubungan yang baik bisa terjalin antara subjek dengan orang lain. Subjek NS sering ditunjuk untuk membaca do'a-do'a yang ada didalam kegiatan yasinan. Ia mengaku pada awalnya merasa malu untuk memimpin seperti itu di kegiatan yasinan dikarenakan usianya yang masih muda jika dibandingkan dengan anggota yasinan yang lain. Namun karena permintaan dari anggota yasinan yang lain untuk memimpin bacaan secara bergilir akhirnya NS menyanggupinya. Secara tidak langsung dari kegiatan yasinan membuat NS menjadi mempercayai kemampuan yang ada pada dirinya sendiri tanpa memperdulikan penilaian dari orang lainnya. Kegiatan yasinan yang dilakukan

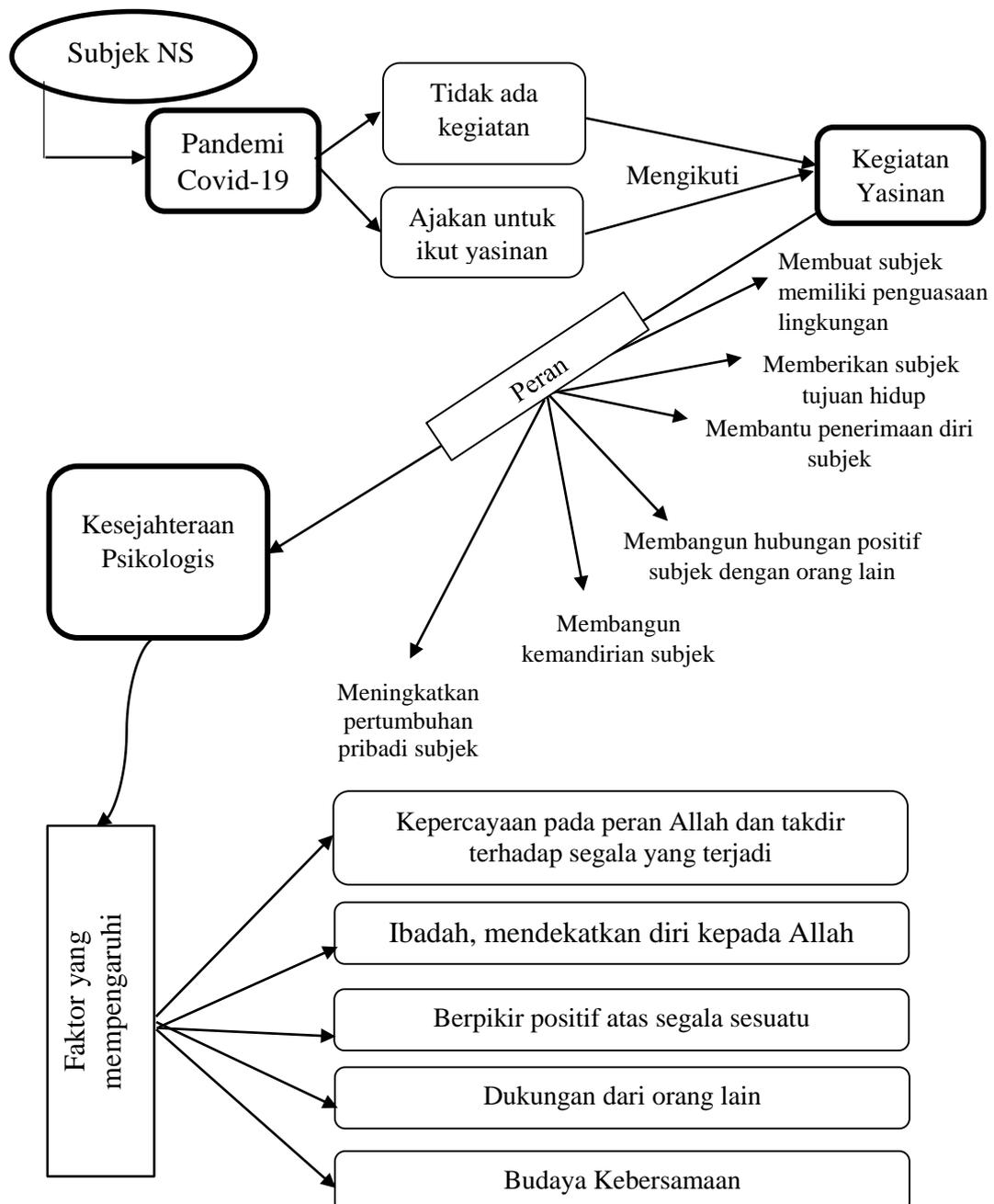
seminggu sekali tersebut juga berperan dalam menumbuhkan keterampilan baru pada diri subjek NS dalam bidang keagamaan. Menurut suaminya (informan A) sebelum mengikuti yasinan subjek NS tidak pernah terdengar melantunkan syair-syair habsyi, namun setelah mengikuti kegiatan yasinan tersebut subjek NS menjadi lebih sering melantunkannya walaupun hanya terdengar dari dalam kamar. Itu artinya NS terbuka terhadap pengalaman baru dan mengalami perkembangan potensi yang didapatnya dari kegiatan yasinan.

Adapun dampak positif yang dirasakan setelah mengikuti kegiatan yasinan, menurut NS saat menghadiri kegiatan yasinan ia mengaku merasakan perasaan damai pada hatinya dan rasa syukurnya menjadi terus meningkat kepada Allah ﷻ. Damai yang dirasakan NS berasal dari lantunan ayat-ayat yasin yang dibaca dan dzikir-dzikir yang diucapkan. Sedangkan syukur yang terus bertambah muncul karena ia dapat merasakan perasaan damai tersebut.

Dari pemaparan tersebut, dapat disimpulkan bahwa peran kegiatan keagamaan yasinan Pasar Minggu Maluku terhadap kesejahteraan psikologis subjek NS diantaranya adalah membuat NS memiliki penguasaan lingkungan dengan cara memanfaatkan kegiatan yasinan secara efektif untuk mengisi waktunya. Lebih lanjut, kegiatan yasinan berperan dalam aspek tujuan hidup dan penerimaan diri NS, dikarenakan ceramah-ceramah agama pada yasinan membuat pandangan NS mengenai hidup semakin terbuka dan pengambilan hikmah atas segala kejadian juga ia lakukan sehingga ia menjadi lebih bersyukur dan tidak lagi banyak mengeluh. Selain itu, kegiatan yasinan juga memberikan kesempatan kepada NS untuk bersosialisasi dengan anggota yasinan dan menunjukkan kemampuan dirinya

kepada mereka dalam hal bacaan-bacaan/do'a-do'a, sehingga kegiatan yasinan berperan dalam membangun hubungan yang positif antara NS dengan orang lain dan membangun kemandirian dirinya. Tak terkecuali, kegiatan yasinan juga turut berperan dalam pertumbuhan pribadi NS, keterampilan baru seperti menyair habasyi ia dapatkan karena mengikuti kegiatan yasinan sehingga potensi yang ada pada dirinya menjadi tumbuh dan berkembang.

Skema 4.1 Gambaran Kesejahteraan Psikologis Subjek NS



## **b. Subjek MI**

### **1) Gambaran Kondisi Kesejahteraan Psikologis Subjek MI**

Dalam mendefinisikan kesejahteraan psikologis, MI menyebutkan bahwa kesejahteraan psikologis yang pada saat wawancara disederhanakan istilahnya menjadi bahagia memiliki arti yang luas. Pada saat wawancara dilakukan, kesejahteraan psikologis diartikan MI sebagai perasaan tenang dan damai yang dirasakan oleh seseorang saat kebutuhannya tercukupi dan apa yang diinginkannya tercapai. MI menyatakan bahwa dirinya sudah merasa bahagia (sejahtera), dikarenakan diberikan kesehatan dan kebutuhan dirinya beserta anak-anaknya terpenuhi serta tidak ada tekanan yang mengganggu dirinya.

MI adalah seorang anggota yasinan Pasar Minggu yang baru mengikuti yasinan ketika pandemi Covid-19 ini. Diawali dengan berhentinya MI berjualan di pasar, ia memutuskan untuk mengikuti yasinan karena memiliki waktu luang untuk bergabung dan menghadiri yasinan. Berkumpul dengan orang lain dan membantu acara-acara yang diadakan oleh orang lain disekitarnya merupakan hal yang sering dilakukan oleh MI. Bahkan menurut penuturan adik iparnya (informan D), MI sering mengepalai atau mengatur jalannya sebuah acara (seperti acara maulid atau isra mi'raj) yang diselenggarakan di desa mereka. Selain itu, di lingkungan sekitarnya MI juga bergabung menjadi kader di posyandu anak yang diselenggarakan rutin setiap bulannya.

Walaupun merasa kaget dan aneh ketika terjadi pembatasan kegiatan di lingkungannya (masa awal pandemi Covid-19) sampai yasinan juga terkena dampaknya, MI tetap mengikuti arahan pemerintah untuk tidak melakukan

sosialisasi dengan orang lain diluar rumah. Setelah diperbolehkan mengadakan yasinan kembali, MI merasa gembira dan kembali aktif menghadiri yasinan seperti biasanya. Sebagai anggota di dalam kegiatan yasinan, sudah sewajarnya MI mengenal para anggota yasinan lainnya. MI mengaku berhubungan baik dengan mereka dan para tetangga di lingkungannya. Berangkat yasinan berbarengan dengan anggota yang lain merupakan hal yang biasa ia lakukan. Bahkan MI seringkali mengajak para tetangganya untuk bersosialisasi berkumpul-kumpul bersama atau hanya sekedar berinteraksi via *hand phone*.

Perubahan pola kehidupan pun kian berubah semenjak adanya pandemi Covid-19, termasuk pada kehidupan MI. Semenjak pandemi Covid-19 MI membuka toko dirumah sebagai usaha memenuhi kebutuhan karena sudah tidak berjualan keliling pasar lagi. Selain itu, MI juga memulai usaha online olahan kue. Dari adanya pandemi Covid-19 ini, terdapat perubahan positif pada diri MI yang disadari oleh informan D dan dirinya sendiri. Dalam pandangan informan D, MI menjadi lebih hemat. Dan dalam pandangan MI pribadi ia menjadi lebih bersabar dan bersyukur karena memiliki waktu lebih banyak bersama anak-anak walaupun dalam kondisi mencari uang yang lebih sulit.

MI memiliki 2 orang anak, yang masing-masing sedang berkuliah dan menimba ilmu di sebuah pondok pesantren. Ketika anak-anaknya belajar dari rumah karena sekolah *daring*, MI mengaku kesulitan untuk mengurus anak-anaknya tersebut, terutama sang adik yang ketika itu masih sekolah di tingkat dasar dan belum masuk pondok pesantren yang masih harus di dampingi belajarnya. Namun ketika dijalani terus-menerus akhirnya ia terbiasa, bahkan akibat belajar

*daring* tersebut membuat hubungan MI menjadi lebih dekat dengan anak-anaknya. MI memiliki hubungan yang baik dengan kedua anaknya tersebut dan selalu mengutamakan kebahagiaan mereka.

Berbeda dengan hubungannya yang baik bersama tetangga dan para anggota yasinan serta anak-anak dan kerabatnya, hubungan MI dengan suaminya diketahui tidak terjalin baik layaknya pasangan. Informan D sebagai adik ipar sekaligus tempat MI bercerita dan berkeluh kesah mengatakan bahwa suami dan MI tidak melakukan interaksi dan cenderung mendiamkan satu sama lain, bahkan sekarang diketahui suami MI sedang merantau dan tidak ada komunikasi yang dilakukan diantara mereka berdua. Untuk sumber dukungan, MI tidak menyebutkan secara jelas siapa yang menjadi sumber dukungan bagi dirinya. Namun dari informan D diketahui bahwa dirinya dan anak-anak MI lah yang sering memberi dukungan kepada R, terutama dukungan dalam bentuk moril.

Dalam melakukan kegiatan sehari-harinya, MI dikenal sebagai orang yang tidak ingin merepotkan orang lain. MI tidak mau meminta bantuan kepada orang lain sebelum mencoba melakukannya sendiri terlebih dahulu. Untuk itu, MI mengatakan dirinya berusaha untuk mencari dan mengumpulkan uang sendiri agar bisa memenuhi kebutuhan dirinya dan anak-anaknya.

Alih-alih menyimpan penyesalan, MI lebih memilih menjadikan kejadian di masa lalu sebagai pengalaman dan pelajaran untuk menjalani masa selanjutnya. Hal ini terbukti ketika di masa lalunya MI tidak bisa merawat ibunya semaksimal mungkin saat sakit, maka ketika ayahnya mulai sakit-sakitan MI menjadi lebih paham dan telaten mengurus ayahnya dikarenakan sudah mengambil pelajaran dari

pengalaman mengurus ibunya dan tidak ingin kejadian yang dapat membuatnya menyesal terulang kembali. Sebagai anggota yasinan yang masih terbilang baru pun MI menyatakan bahwa tidak merasa menyesal menyisihkan waktunya untuk mengikuti yasinan.

MI mengaku mampu menyadari dan memahami dirinya dengan baik. MI memandang positif dirinya sebagai orang yang memiliki keingintahuan yang besar dan selalu ingin mencoba sesuatu yang baru. Dan memandang kekurangannya (yaitu sulit percaya dalam berbagi pekerjaan dengan orang lain) sebagai usaha untuk mendapatkan hasil yang terbaik menurut dirinya. MI mengatakan dikarenakan keingintahuannya yang besar, ia justru seringkali mempelajari keterampilan-keterampilan baru, yang mana keterampilan-keterampilan tersebut dimanfaatkannya sebagai sumber dalam mendapatkan uang.

Dalam menjalani kehidupannya, MI memiliki harapan dan tujuan yang ingin dicapainya. Harapan dan tujuan tersebut tidak hanya fokus untuk kesenangan dirinya pribadi, MI lebih mengutamakan kebahagiaan anak-anaknya sebagai tujuan dari hidupnya. MI berkeinginan anak-anaknya menjadi orang yang berhasil di kemudian hari baik dalam hal karier maupun agamanya. Oleh karena itu, ia sudah mempersiapkan segala hal yang dapat menunjang keberhasilan anak-anaknya tersebut salah satu caranya dengan memberikan pendidikan yang terbaik menurut dirinya.

## 2) Faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis pada Subjek MI

Seperti yang telah disebutkan sebelumnya bahwa MI menyatakan bahwa dirinya telah bahagia (sejahtera). Bahagia yang dimaksud oleh MI adalah perasaan tenang dan damai. Pada MI, perasaan tenang dan damai tersebut muncul dikarenakan ia selalu bersyukur apa yang ada pada dirinya dan yang tidak terjadi pada dirinya. MI juga mempercayai bahwa segala sesuatu yang terjadi adalah kehendak dari Allah ﷻ, sehingga pastilah sesuatu tersebut terjadi sesuai kemampuan dirinya. Selanjutnya, MI juga mengaku di setiap masalah yang terjadi pada dirinya, maka ia akan memohon kepada Allah ﷻ mengenai jalan keluarnya. Hal tersebut membuat MI merasa percaya pada kemampuan dirinya sendiri tanpa harus bergantung kepada orang lain. Informan D menambahkan bahwa MI adalah tipe orang yang memasrahkan segala sesuatu kepada Allah ﷻ dan takdirnya, dan juga termasuk orang yang dekat kepada Allah ﷻ dengan selalu mengerjakan ibadah ditambah dengan sunnah-sunnahnya. Hal itu menyebabkan MI menjadi orang yang cenderung berpikiran positif dalam segala hal dan kejadian yang terjadi pada dirinya. Selain itu, pribadi MI yang selalu tertarik mempelajari hal-hal baru juga membuat MI lebih mudah untuk mengembangkan dirinya.

Kesejahteraan psikologis pada diri MI juga dipengaruhi oleh faktor luar, seperti dukungan dari orang lain. Walaupun memiliki hubungan yang kurang baik dengan suaminya, MI memiliki hubungan yang baik dengan keluarga dan lingkungan sekitarnya. Bahkan informan D menyebutkan bahwa MI mendapat

dukungan penuh dari anaknya dan keluarga terdekatnya. Adanya dukungan dari luar dirinya tersebut membuat MI dapat menjalani kehidupannya dengan nyaman dan tidak tertekan. Dari hasil wawancara juga terlihat kepribadian MI yang sabar dan pekerja keras menjadikan MI dapat hidup tanpa bergantung dengan orang lain, termasuk kepada suaminya sendiri. MI juga diketahui senang berkumpul dan ikut berpartisipasi dalam berbagai kegiatan bersama masyarakat lain di lingkungan sekitarnya, yang mana hal tersebut adalah budaya di pedesaan untuk bergotong royong mengadakan suatu kegiatan/acara, tidak terkecuali di desa Pasar Minggu Maluku. Hal tersebut membuat MI menjadi berbaur dengan masyarakat dan memiliki hubungan yang baik dengan mereka.

Dari pemaparan tersebut, dapat diketahui bahwa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada MI terdiri atas faktor dari dalam diri (internal) dan dari luar (eksternal). Faktor internal yang mempengaruhinya adalah adanya rasa syukur pada diri MI atas segala yang terjadi dan tidak terjadi pada dirinya serta pandangan yang baik dari subjek terhadap takdir Allah ﷻ dalam setiap hal yang terjadi yang menimbulkan penerimaan diri pada subjek MI. MI juga gemar beribadah dan memohon petunjuk hanya kepada Allah ﷻ sehingga memunculkan kepercayaan bahwa tidak perlu bergantung kepada orang lain karena hanya Allah ﷻ tempat bergantung. Selain itu, kepribadian MI yang pekerja keras dan selalu tertarik mempelajari hal-hal baru juga membuat MI lebih mudah untuk mengembangkan dirinya. Sedangkan faktor eksternal yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis MI adalah adanya dukungan dari orang lain dan budaya

kebersamaan yang masih dijalankan yang membuat hubungan MI dengan orang sekitarnya menjadi positif.

### **3) Peran Kegiatan Keagamaan Yasinan di Pasar Minggu Maluku terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Subjek MI**

Dari hasil wawancara yang telah dilakukan, kegiatan yasinan memiliki kontribusi terhadap kesejahteraan psikologis MI. Keinginan MI untuk bergabung dalam kegiatan yasinan Pasar Minggu Maluku didasari atas kesadarannya bahwa kegiatan tersebut memiliki banyak manfaat. Dari hasil wawancara yang dilakukan hal tersebut terbukti memang benar adanya.

MI menceritakan bahwa sebenarnya sudah sejak lama ia ingin ikut bergabung dalam kegiatan yasinan Pasar Minggu Maluku, namun tidak bisa disebabkan tidak ada waktu karena berjualan keliling pasar. Semenjak pandemi Covid-19 dan usahanya dipasar sepi berkepanjangan, MI berhenti berjualan keliling pasar sehingga ia memutuskan untuk ikut bergabung dalam kegiatan yasinan karena memiliki waktu dirumah dan bisa menghadirinya. MI mengatakan keinginannya untuk mengikuti yasinan dikarenakan ia menyadari bahwa yasinan adalah kegiatan yang bermanfaat. Hal tersebut menunjukkan bahwa MI memanfaatkan peluang sekitarnya secara efektif dan menjadikan yasinan sebagai kegiatan yang bermanfaat untuk dirinya. Dari kegiatan yasinan yang dilaksanakan satu minggu sekali tersebut MI mendapatkan amalan-amalan dzikir yang membuat MI menjadi lebih mengingat dan mendekat kepada Allah ﷻ karena mengamalkan dzikir-dzikir tersebut dalam kesehariannya.

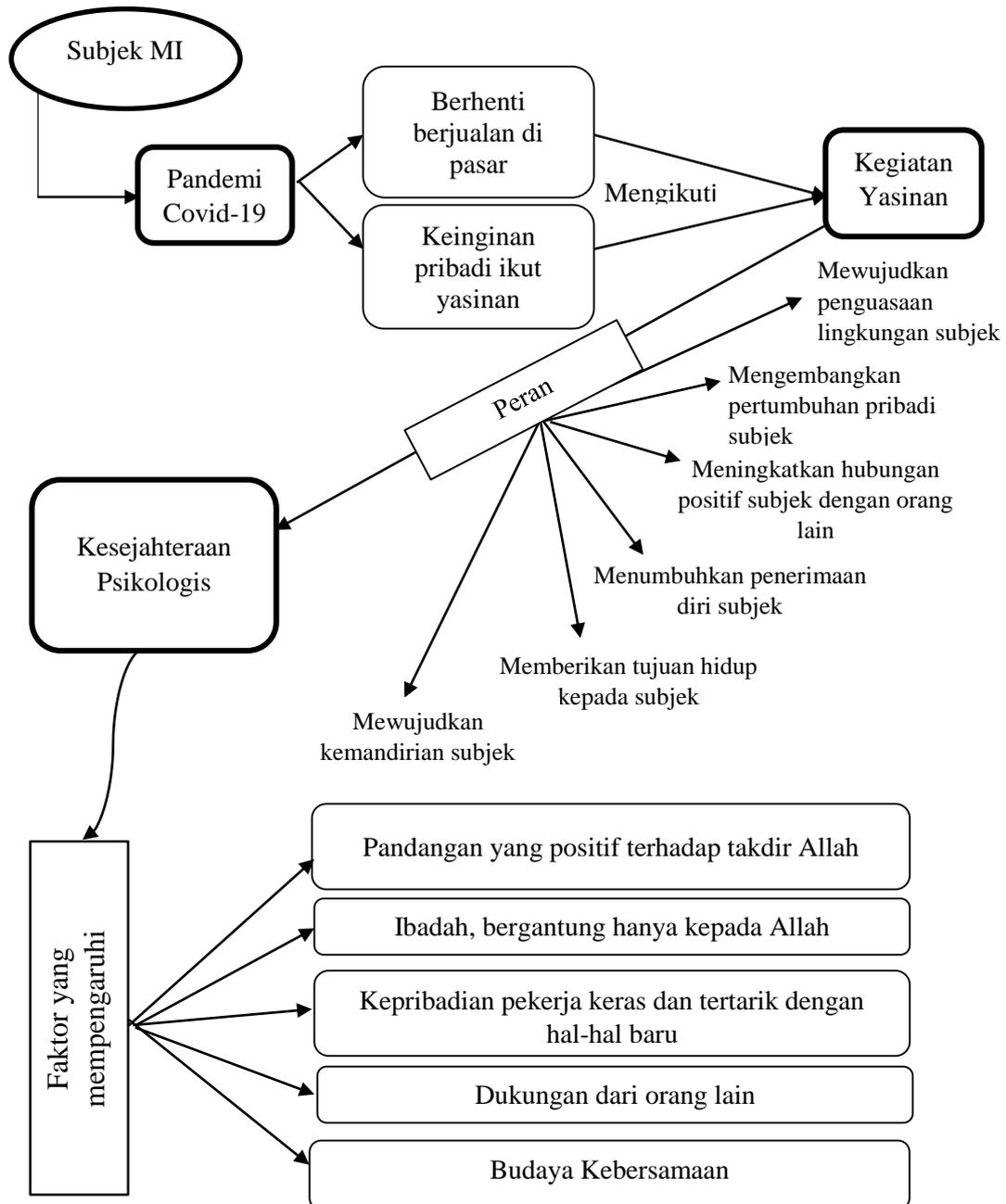
Kegiatan yasinan juga menjadikan MI dapat menjalin silaturahmi kepada masyarakat karena diadakan bergiliran di rumah-rumah para anggota yasinannya. Ceramah agama dan kisah inspiratif tokoh-tokoh Islam yang diceritakan dalam manaqib saat yasinan pun memberikan MI semangat untuk lebih mendekatkan diri kepada Allah ﷻ. MI mengaku tidak ada perasaan menyesal setelah mengikuti kegiatan yasinan, bahkan ia menjadi lebih bersyukur. Saat mengunjungi rumah anggota yasinan lain yang jaraknya jauh atau keadaan rumahnya sudah kurang layak, ia menjadi bersyukur karena masih berkecukupan. Keikutsertaannya dalam kegiatan yasinan juga membuat MI dikenal dan dipercaya oleh masyarakat disekitarnya untuk memimpin pembacaan yasin/do'a-do'a (diluar kegiatan yasinan). Bahkan karena pelaksanaan kegiatan-kegiatan besar agama Islam yang diadakan di desa Pasar Minggu Maluku diprakarsai oleh grup mereka, MI seringkali dimintai saran dan pendapat agar kegiatan berjalan dengan lancar. Dari wawancara yang telah dilakukan, informan D mengatakan bahwa MI sempat beberapa kali diberi tanggung jawab untuk mendatangkan penceramah dari luar kota untuk acara maulid maupun isra mi'raj di desa mereka.

Adapun dampak positif yang dirasakan setelah mengikuti kegiatan yasinan, menurut MI saat menghadiri kegiatan yasinan ia mengaku merasakan perasaan tenang dan damai dalam hatinya yang menjadikan ia mensyukuri hal tersebut kepada Allah ﷻ. Perasaan tenang dan damai tentu saja MI rasakan dihasilkan dari rangkaian kegiatan yang ada didalam yasinan tersebut. Sebab selain membaca yasin, lantunan dzikir dan shalawat yang tak sedikit jumlahnya selalu diucapkan

disaat yasinan. MI bersyukur kepada Allah ﷻ karena dapat merasakan perasaan tenang dan damai tersebut.

Dari pemaparan tersebut, dapat diketahui bahwa peran kegiatan keagamaan yasinan Pasar Minggu Maluku terhadap kesejahteraan psikologis MI diantaranya adalah membuat MI memiliki penguasaan lingkungan dengan cara memanfaatkan peluang untuk mengikuti kegiatan yasinan dan menjadikannya sebagai kegiatan yang bermanfaat bagi dirinya. Kegiatan yasinan juga berperan dalam pertumbuhan pribadi MI, karena dari kegiatan yasinan MI mengalami peningkatan perilaku kearah yang lebih positif yang mencerminkan pengetahuan yang dimilikinya. Kemudian, kegiatan yasinan berperan dalam meningkatkan hubungan positif MI dengan orang lain, karena kegiatan yasinan menjadi tempat silaturahmi antara dirinya dengan masyarakat yang lain khususnya anggota yasinan. Kegiatan yasinan juga berperan dalam membuat MI menjadi lebih bersyukur atas keadaan dirinya, sehingga ia dapat menerima keadaan dirinya dengan positif. Lebih lanjut, kegiatan yasinan berperan dalam memberikan tujuan hidup kepada MI, adanya pembacaan manaqib dan kisah inspiratif yang terkadang diceritakan pada kegiatan yasinan membuat MI memiliki tujuan untuk memperbaiki diri dan mendekatkan diri kepada Allah ﷻ. Selain itu, karena mengikuti kegiatan yasinan MI juga menjadi dikenal dan dipercaya oleh anggota yasinan lainnya mengatur kegiatan besar yang ada di desanya. Hal tersebut berkaitan dengan kemandirian MI yang mampu membuat keputusan sendiri dan dinilai baik oleh orang lain.

Skema 4.2 Gambaran Kesejahteraan Psikologis subjek MI



Berdasarkan data hasil penelitian yang telah dipaparkan tersebut peneliti kemudian menyajikan ringkasan data hasil penelitian gambaran kesejahteraan psikologis dari kedua subjek anggota kegiatan keagamaan yasinan Pasar Minggu Maluku di masa pandemi Covid-19. Ringkasan data hasil penelitian dari kedua subjek tersebut peneliti sajikan dengan menggunakan aspek-aspek kesejahteraan psikologis yang telah dipaparkan di pembahasan sebelumnya. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 4.4 Gambaran Kondisi Kesejahteraan Psikologis Anggota Kegiatan Keagamaan Yasinan Pasar Minggu Maluku di Masa Pandemi Covid-19 Berdasarkan Aspek yang Digunakan

No.	Aspek Kesejahteraan Psikologis	Subjek NS	Subjek MI
1.	Penerimaan Diri	Subjek NS menerima masa lalu hingga masa sekiranya secara bijak tanpa menyalahkan siapapun atas berbagai pengalaman, termasuk pengalaman tidak menyenangkan yang terjadi pada dirinya. Subjek NS mampu mengambil sisi positif dari setiap kejadian yang terjadi pada dirinya. Subjek NS juga memandang positif dirinya dan menilai dirinya sebagai orang yang bermanfaat bagi sekitar. Sebagai seorang anggota yasinan, subjek NS tidak pernah mengeluh maupun menyesal telah memutuskan untuk bergabung dalam kegiatan yasinan bersama anggota-anggota lain yang lebih tua darinya.	Subjek MI mampu memahami dirinya dengan baik, menerima berbagai sisi positif dan negatif dari dirinya. Mengenai kehidupan di masa lalunya, subjek MI merasa tidak ada yang perlu disesali. Justru menurut subjek MI masa lalu merupakan pengalaman yang harus dijadikan sebagai pelajaran untuk masa depan. Subjek MI juga tidak pernah menyesali keputusannya untuk mengikuti kegiatan yasinan.

Lanjutan Tabel 4.4

2.	Hubungan Positif dengan Orang Lain	Subjek NS memiliki hubungan yang baik dan dekat dengan suami, keluarga, anggota yasinan lain, serta orang-orang disekitarnya. Ia juga mampu membuka diri dan membangun serta menjaga hubungan yang hangat dengan orang lain.	Walaupun dinilai memiliki hubungan yang baik dengan anak-anak, keluarga, anggota yasinan lainnya, dan para tetangga disekitarnya, subjek MI mengatakan kurang memiliki kepercayaan terhadap orang lain terutama dalam hal membantu pekerjaannya. Selain itu, subjek MI juga jarang berinteraksi dengan suami, sehingga hubungan yang terjalin antara ia dengan suaminya kurang hangat dan harmonis. Bahkan saat ini ia dan suami hidup secara terpisah dikarenakan suaminya sedang merantau.
3.	Kemandirian	Subjek NS belum mampu membuat keputusan maupun percaya dengan kemampuan dirinya sendiri, hal tersebut dikarenakan ia masih membutuhkan suami dalam memutuskan dan melakukan sesuatu. Keputusan untuk mengikuti dan bergabung dalam kegiatan yasinan pun bukan atas kehendaknya sendiri, melainkan dikarenakan ajakan dan permintaan orang-orang disekitarnya.	Subjek MI mampu hidup tanpa bergantung dengan orang lain. Subjek MI enggan meminta bantuan orang lain sebelum ia mencoba sendiri terlebih dahulu. Dalam kesehariannya, subjek MI tinggal dirumah sendirian, tidak ada yang menemani dikarenakan suaminya merantau dan anak-anaknya menempuh pendidikan di daerah lain. Selain itu, subjek MI juga mampu memutuskan sesuatu dengan keputusannya sendiri. Seperti keputusan mengikuti yasinan yang datang dari keinginannya pribadi tanpa dipengaruhi oleh orang lain.

Lanjutan Tabel 4.4

4.	Penguasaan Lingkungan	<p>Subjek NS belum mampu mengendalikan kehidupannya agar tidak dikuasai secara dominan oleh orang lain, hal ini terbukti dengan tidak adanya peran khusus yang dimiliki subjek NS pada lingkungannya dan dari pengakuannya subjek NS kerap kali merasa kesulitan mengelola urusan sehari-harinya karena tidak enak menolak permintaan orang lain atas dirinya. Diketahui subjek NS juga merasa kesulitan untuk beradaptasi dengan pola kehidupan ketika awal pandemi Covid-19. Ia hanya mengikuti perintah dari pemerintah mengenai tata cara berkegiatan dan protokol kesehatan.</p>	<p>Subjek MI memiliki kegiatan rutin lain selain yasinan yang mana dalam kegiatan tersebut ia memiliki peran khusus sebagai kader. Subjek MI juga mampu mengendalikan lingkungannya dengan cara memimpin atau mengatur jalannya sebuah acara yang ada di desanya. Subjek MI mengaku juga merasakan dampak negatif dari pandemi Covid-19 yang menyebabkan ia harus berhenti berjualan di pasar, namun subjek MI mampu mengubah keadaan menyesuaikan kebutuhannya yaitu dengan cara membuka toko di depan rumahnya.</p>
5.	Tujuan Hidup	<p>Subjek NS memaknai kehidupannya sebagai kehidupan yang bahagia dan memiliki tujuan untuk menjadikan dirinya sebagai orang yang sukses. Sukses yang ia maksudkan tidak hanya dalam hal harta, ia juga menginginkan menjadi seorang istri dan ibu yang sukses dalam rumah tangganya. Untuk mewujudkan kesuksesan dalam rumah tangga tersebut, subjek NS melakukan program hamil agar memiliki momongan untuk melengkapi rumah tangganya.</p>	<p>Subjek MI memaknai kehidupannya sebagai kehidupan yang bahagia, namun ia masih menginginkan kebahagiaan yang lebih memuaskan dirinya. Dalam hal tujuan hidup, subjek MI tidak menuturkan tujuan yang mengarah kepada kesenangan pribadinya, tujuan hidup dari subjek MI hanyalah ingin mendekati diri kepada Tuhan dan selebihnya lebih mengarah kepada kebahagiaan dan kesuksesan anak-anaknya.</p>

Lanjutan Tabel 4.4

6.	Pertumbuhan Pribadi	Subjek NS menyadari potensi yang ia miliki, terutama dalam bidang berdagang. Subjek NS juga terbuka dengan pengalaman barunya dalam kegiatan yasinan yang membuat ia memiliki keterampilan baru semenjak mengikutinya. Ia juga mampu melihat peningkatan dan perubahan positif dalam dirinya semenjak adanya pandemi Covid-19.	Subjek MI menyadari secara penuh potensi-potensi yang ada pada dirinya, bahkan berbagai potensi tersebut ia manfaatkan untuk mencari keuntungan finansial. Subjek MI juga sangat terbuka dengan pengalaman baru yang membuat ia selalu ingin mempelajari hal-hal baru. Subjek MI juga mampu melihat perubahan positif yang terjadi pada dirinya semenjak adanya pandemi Covid-19.
----	---------------------	--	---

Berdasarkan tabel 4.4, dapat dijelaskan bahwa pada aspek penerimaan diri kedua subjek sudah dapat memandang pengalaman masa lalu hingga sekarang dengan baik dan menerima serta memahami dirinya dengan positif. Dalam aspek hubungan positif dengan orang lain subjek NS memiliki hubungan yang positif dengan semua orang yang berada disekitarnya, sedangkan subjek MI memiliki hubungan yang baik dengan anak-anak, keluarga dan orang-orang sekitarnya namun MI kesulitan untuk mempercayai orang lain dan juga memiliki hubungan yang kurang harmonis dengan suaminya. Kemudian pada aspek kemandirian subjek MI lebih bisa hidup tanpa bergantung atau merepotkan orang lain dibandingkan subjek NS yang masih memerlukan suami dalam memutuskan dan melakukan sesuatu. Lebih lanjut pada aspek penguasaan lingkungan subjek NS belum mampu memilih maupun mengendalikan lingkungan sesuai kehendaknya sendiri, sedangkan subjek MI mampu memilih lingkungan sesuai kebutuhan dan mengendalikan lingkungan sekitarnya. Pada aspek tujuan hidup kedua subjek

menyatakan kehidupan mereka adalah kehidupan yang bahagia, bedanya subjek NS memiliki tujuan hidup untuk kepuasan dirinya sendiri sedangkan subjek MI memilih tujuan hidup untuk kebahagiaan anak-anaknya. Terakhir, pada aspek pertumbuhan pribadi kedua subjek menyadari potensi diri yang mereka miliki dan mereka juga membuka diri untuk menerima pengalaman-pengalaman yang baru.

Kemudian berdasarkan data hasil penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya juga dapat diketahui bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis dari kedua subjek. Untuk penjelasan secara ringkas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.5 Faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis Anggota Yasinan yang Mengikuti Yasinan di Masa Pandemi Covid-19

No.	Faktor Kesejahteraan Psikologis	Subjek NS	Subjek MI
1.	Religiusitas	Subjek NS memiliki kepercayaan terhadap takdir Allah atas segala yang terjadi dalam kehidupannya. Mengambil hikmah atas kejadian yang terjadi merupakan hal yang ia tanamkan dalam dirinya. Selain mempercayai peran Allah dalam kehidupan, ia juga mendekatkan diri kepada Allah dengan cara melaksanakan ibadah-ibadah dan mengikuti kegiatan keagamaan yasinan rutin seperti yasinan. Semua hal tersebut menjadikan subjek NS lebih mudah dalam menerima dirinya secara positif.	Subjek MI mempercayai bahwa segala yang terjadi ada campur tangan dari Allah dan ia pasti mampu melewatinya. Subjek MI termasuk orang yang religius, ia selalu mengerjakan ibadah-ibadah termasuk hal-hal yang sunnah dan ikut yasinan untuk mendekatkan diri kepada Allah. Hal tersebut menjadikan subjek MI dapat menerima dirinya secara positif dan memiliki kemandirian yang baik.

Lanjutan Tabel 4.5

2.	Kepribadian	Informan A (suami) menilai bahwa subjek NS merupakan tipe orang yang mudah bergaul dan senang membantu orang lain. Hal tersebut membuat subjek NS memiliki hubungan positif dengan orang-orang disekitarnya.	MI termasuk orang yang memiliki ketertarikan untuk mempelajari hal-hal baru. Selain itu, subjek MI juga termasuk orang yang pekerja keras dan percaya terhadap kemampuan dirinya. Hal tersebut membuat subjek MI dapat menyadari dan terus mengembangkan potensi dirinya serta membuat subjek MI menjadi pribadi yang mandiri.
3.	Dukungan Sosial	Dukungan dan semangat yang diberikan oleh orang sekitar membuat subjek NS dapat merasa puas dengan kehidupannya dan membuat hubungan yang terjalin diantara mereka menjadi hangat.	Walaupun memiliki hubungan yang kurang baik dengan suami, subjek MI mendapatkan dukungan penuh dari anak-anak dan keluarga terdekatnya. Hal tersebut yang membuat subjek MI dapat hidup tanpa tertekan.
4.	Budaya	Subjek NS mengikuti budaya kekeluargaan yang ada di desa Pasar Minggu Maluku. Subjek NS saling membantu bersama masyarakat lainnya saat ada acara di lingkungan sekitarnya. Hal tersebut membuat subjek NS dapat diterima di lingkungan sekitarnya dan memiliki hubungan yang baik dengan masyarakatnya.	Subjek MI mengikuti budaya gotong royong yang ada di desa Pasar Minggu Maluku. Subjek MI selalu melibatkan diri dalam membantu kegiatan-kegiatan desa maupun acara-acara masyarakat sekitarnya. Nilai-nilai kebersamaan seperti duduk-duduk santai bersama tetangga, makan bersama di pendopo atau mencokan (ngerujuk) juga masih sering dilakukan oleh subjek MI, yang membuat dirinya menjadi memiliki hubungan baik dan hangat dengan orang lain.

Berdasarkan tabel 4.5, dapat diketahui bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis anggota kegiatan keagamaan yasinan Pasar Minggu Maluku di masa pandemi Covid-19 yaitu religiusitas yang ada pada diri subjek, yang mana kedua subjek memiliki kepercayaan yang kuat kepada Allah ﷻ dan segala ketentuanNya, selalu melaksanakan ibadah-ibadah yang diperintahkan dan berusaha mendekatkan diri kepada Allah ﷻ salah satunya dengan cara mengikuti yasinan. Kepribadian kedua subjek juga turut mempengaruhi aspek-aspek kesejahteraan psikologis yang ada pada dirinya. Selain faktor yang ada dari dalam diri subjek, faktor luar seperti dukungan sosial dan budaya juga menjadi faktor yang memberikan pengaruh terhadap kesejahteraan psikologis kedua subjek.

## **B. Pembahasan atau Analisis**

Berdasarkan pemaparan hasil data penelitian yang telah peneliti sajikan, maka dapat diketahui bahwa kedua subjek memiliki latar belakang yang berbeda dalam mengambil keputusan untuk mengikuti yasinan. Subjek MI yang sudah sejak lama ingin mengikuti yasinan namun terbilang sibuk akhirnya dapat bergabung dalam kegiatan yasinan setelah ia berhenti berjualan dipasar karena usahanya mengalami kemunduran akibat pandemi Covid-19, sedangkan subjek NS mengikuti yasinan karena ingin mengisi waktu agar tidak berdiam diri dirumah saja ketika pandemi Covid-19 dan adanya ajakan dari orang sekitar sehingga ia bergabung dalam kegiatan yasinan. Jika dilihat dari latar belakang keputusan untuk mengikuti kegiatan yasinan, subjek MI terlihat lebih serius untuk bergabung dalam kegiatan yasinan dibandingkan subjek NS. Namun tidak dapat dipungkiri bahwa kedua

subjek merupakan anggota yasinan yang mengikuti yasinan untuk mengisi waktu mereka dan keduanya sama-sama merasakan manfaat yang besar dari kegiatan yasinan. Walaupun memiliki kesibukan lain, yakni berdagang dan membuka toko dirumah, mereka tetap menginginkan mengikuti kegiatan yasinan karena menyadari manfaat-manfaat yang terkandung dalam kegiatan tersebut. Kedua subjek juga menyatakan adanya dampak positif yang mereka dapatkan setelah mengikuti kegiatan yasinan, yakni munculnya perasaan damai, tenang serta tentram di dalam hati dan mereka mensyukuri hal tersebut. Mengenai hal tersebut Al-Qur'an juga telah menjelaskan mengenai efek menenangkan yang didapat dari mengikuti kegiatan keagamaan yasinan, yakni dalam 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 manjadi tenang dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenang". (Q.S. Ar-Ra'du/13: 28)

Perasaan tenang dan damai seperti yang kedua subjek rasakan tersebut dapat dikatakan sebagai perasaan bahagia karena adanya kesenangan dan ketenangan maupun ketentraman yang dirasakan oleh seseorang.<sup>13</sup> Kebahagiaan menurut pengertian Najib merupakan istilah dalam Islam yang sering dipadankan dengan istilah kesejahteraan psikologis.<sup>14</sup> Hal tersebut mungkin benar adanya dikarenakan kesejahteraan psikologis adalah perasaan bahagia<sup>15</sup> dan damai<sup>16</sup> yang sifatnya

---

<sup>13</sup>Muskinul Fuad, "Psikologi Kebahagiaan Manusia," *Jurnal Komunika* 9, no. 1 (2015): 115.

<sup>14</sup>Najib Amrullah, "Pengembangan Alat Ukur Kesejahteraan Psikologis dan Kompetensi Interpersonal Guru PAI" (Disertasi, Banjarmasin, UIN Antasari, 2021), 15.

<sup>15</sup>Ryff, "Happiness Is Everything, Or IsIt? Explorations On The Meaning Of Psychological Well-Being," 1070.

<sup>16</sup>Muhammad Busro, *Teori-Teori Manajemen Sumber Daya Manusia* (Jakarta: Prenamedia Group, 2018), 118.

subjektif pada diri seseorang, yang didapat karena melakukan berbagai hal yang bermakna dan bermanfaat<sup>17</sup>. Seperti yang dilakukan oleh kedua subjek yang mendapatkan perasaan tenang dan damai setelah mengikuti kegiatan yasinan yang mereka sadari memiliki banyak manfaat. Oleh sebab itu, dalam pembahasan ini akan dibahas mengenai gambaran kondisi kesejahteraan psikologis anggota kegiatan keagamaan yasinan Pasar Minggu Maluku di masa pandemi Covid-19 beserta faktor-faktor yang mempengaruhinya dan peran dari kegiatan yasinan tersebut terhadap kesejahteraan psikologis anggotanya.

### **1. Gambaran Kesejahteraan Psikologis Anggota Kegiatan Keagamaan Yasinan Pasar Minggu Maluku di Masa Pandemi Covid-19**

Kesejahteraan psikologis pada pembahasan ini didasarkan pada teori yang dikemukakan dan dikembangkan oleh Carol D. Ryff. Kesejahteraan psikologis merupakan hal yang sebaiknya dimiliki oleh setiap manusia, tidak terkecuali masyarakat yang tinggal di pedesaan. Sejahtera tidaklah harus menunggu semua keinginan yang didambakan terpenuhi, melainkan individu hanya perlu merasakan adanya perasaan bahagia dan puas pada dirinya. Pengalaman hidup yang tidak menyenangkan bukan berarti langsung membuat individu tidak sejahtera. Kesejahteraan psikologis adalah perasaan yang bersifat subjektif sehingga penilaiannya tergantung dari standar individu masing-masing.<sup>18</sup>

Ketika menjalani kehidupan yang berubah akibat pandemi Covid-19 tentu akan membuat seseorang mengalami berbagai peristiwa dalam kesehariannya,

---

<sup>17</sup>Joshanloo, "A Comparison of Western and Islamic Conceptions of Happiness," 12.

<sup>18</sup>Yoga Achmad Ramadhan, "Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Santri Penghafal Al-Quran," *Psikologika* 17, no. 1 (2012): 33.

dimana dari rangkaian pengalaman tersebut membuat dirinya berusaha mencari kebahagiaan (kesejahteraan psikologis). Saat awal masa pandemi Covid-19, individu memerlukan penyesuaian diri dengan keadaan lingkungannya. Sebagaimana disampaikan oleh subjek yaitu NS saat awal masa pandemi Covid-19 tidak diperbolehkan untuk keluar rumah maupun berinteraksi dengan orang luar, ia mengalami rasa bosan dan sangat menginginkan memiliki kegiatan selain berdiam diri dirumah. Berbeda dengan subjek MI yang pada saat awal pandemi Covid-19 harus berpindah usaha dari pasar kerumah karena usahanya yang menurun. Kejadian-kejadian tersebut apabila dibiarkan dapat menjadi stressor dan menimbulkan dampak yang negatif bagi kedua subjek. Brooks, dkk melaporkan bahwa pandemi Covid-19 memberikan efek psikologis yang negatif, diantara stressor nya termasuk kebosanan karena berkurangnya kontak sosial dengan orang lain dan terjadinya kerugian finansial.<sup>19</sup> Untuk menghindari reaksi dari stressor tersebut maka diperlukan kesejahteraan psikologis pada masa pandemi Covid-19.<sup>20</sup> Kesejahteraan psikologis tersebut bisa didapatkan dari berbagai cara, salah satunya dengan mengikuti kegiatan keagamaan yasinan. Dimana kegiatan keagamaan yasinan merupakan suatu kegiatan yang bermanfaat dan didalamnya terkandung kebaikan, dan menurut Sa'diyah dan Amirudin salah satu cara untuk mendapatkan kesejahteraan psikologis adalah dengan membiasakan diri melakukan kebaikan.<sup>21</sup>

---

<sup>19</sup>Samantha K Brooks dkk., "The Psychological Impact of Quarantine and How to Reduce It: Rapid Review of the Evidence," *Lancet* 395 (2020): 912–20.

<sup>20</sup>Meilani Rohinsa, *Pentingnya Psychological Well Being di Masa Covid-19, Perempuan Inspiratif Penjaga Negeri* (Ideas Publishing, 2022), 171.

<sup>21</sup>Kholifatus Sa'diyah dan Amiruddin, "Pentingnya Psychological Well Being di Masa Pandemi Covid-19," *Kariman* 8, no. 2 (2020): 230.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan kepada kedua orang subjek, maka didapatkan gambaran kondisi kesejahteraan psikologis anggota kegiatan keagamaan yasinan Pasar Minggu Maluku di masa pandemi Covid-19. Gambaran kondisi tersebut didapat dengan mengolah dan menghubungkan data penelitian dengan teori yang relevan. Ryff mengemukakan bahwa kesejahteraan psikologis adalah diperolehnya kebahagiaan, kepuasan hidup dan tidak adanya tanda-tanda depresi sebagai hasil dari penilaian individu terhadap dirinya atas pengalaman-pengalaman yang sudah pernah dilalui selama hidupnya.<sup>22</sup> Didalam kesejahteraan psikologis itu sendiri ada beberapa aspek yang menyusunnya. Sebagaimana dijelaskan oleh Ryff bahwa aspek-aspek kesejahteraan psikologis itu terdiri dari enam hal, yakni penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan terhadap lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan/perkembangan pribadi.<sup>23</sup>

Pada aspek penerimaan diri kedua subjek memiliki penerimaan diri yang baik. Subjek NS dan MI mengakui bahwa statusnya sebagai anggota yasinan saat ini tidaklah membuat mereka merasa malu ataupun menyesal, karena kedua subjek sepakat bahwa yasinan adalah kegiatan yang memiliki banyak manfaat. Kedua subjek juga menerima dirinya dari kelebihan maupun kekurangannya. Subjek NS menganggap dirinya sebagai orang yang bermanfaat bagi lingkungan sekitar karena sering membantu orang lain, dan subjek MI merasa positif karena selalu ingin mencoba sesuatu yang baru. Keduanya juga menerima berbagai pengalaman yang

---

<sup>22</sup>Ryff, "Happiness Is Everything, Or IsIt? Explorations On The Meaning Of Psychological Well-Being," 1070.

<sup>23</sup>Ryff dan Keyes, "The Structure of Psychological Well-Being Revisited," 724.

telah mereka lewati di masa lalu dengan lapang dada, NS berusaha untuk tidak menyalahkan siapapun atas pengalaman tidak menyenangkan yang pernah terjadi pada dirinya yakni berhenti kuliah ketika menikah, dan MI mengatakan masa lalu bukanlah hal yang harus disesali justru seharusnya dapat dijadikan sebagai pengalaman dan pelajaran. Dari penuturan kedua subjek dapat dilihat bahwa keduanya memiliki penerimaan diri yang baik, karena hal tersebut sejalan dengan pernyataan dari Ryff yang menjelaskan bahwa salah satu tanda kesejahteraan psikologis individu adalah dengan adanya penerimaan diri individu tersebut dengan cara mengakui dan menerima baik buruk yang ada dalam dirinya serta memandang pengalaman masa lalunya secara positif.<sup>24</sup>

Sebagai anggota yasinan tentu saja kedua subjek akan bertemu dengan banyak orang, minimal satu minggu sekali bertemu dengan anggota yasinan yang lainnya. Subjek NS mengatakan ia memiliki hubungan yang baik dengan para anggota yasinan, bahkan dirinya dianggap sebagai adik karena merupakan anggota yang paling muda diantara yang lain. Sejalan dengan hal tersebut subjek MI juga mengatakan ia memiliki hubungan yang baik dengan anggota yasinan yang lainnya, bahkan ia mengenal seluruh anggota yang tergabung dalam yasinan karena MI menganggap semua anggota yasinan adalah tetangga dan orang sekitarnya sehingga perlu untuk dikenali. Kegiatan keagamaan yasinan yang melibatkan orang banyak tentu saja akan menciptakan hubungan yang positif bagi orang yang mengikutinya, sebagaimana disebutkan bahwa yasinan merupakan kerangka untuk menciptakan

---

<sup>24</sup>Ryff, "Happiness Is Everything, Or IsIt? Explorations On The Meaning Of Psychological Well-Being," 1072.

kehidupan masyarakat yang bermental agamis dan memperkuat kehidupan sosial kultural melalui hubungan baik antar tetangga.<sup>25</sup> Namun berbeda dengan subjek NS yang memiliki hubungan baik tidak hanya dengan anggota yasinan tapi juga dengan keluarga dan kerabatnya, subjek MI memiliki kendala dalam hubungannya bersama suami. MI jarang berinteraksi dengan suami dan tidak memiliki hubungan yang hangat diantara keduanya, ia juga terkesan enggan untuk memulai interaksi terlebih dahulu kepada suaminya. MI juga mengaku sulit memiliki kepercayaan kepada orang terutama dalam hal pekerjaan, ia merasa bahwa pekerjaan yang dilakukan orang lain tidak akan sebaik pekerjaan yang dilakukan oleh dirinya sendiri. Hal ini menunjukkan bahwa subjek NS lebih baik dalam aspek ini daripada subjek MI, sebagaimana yang dijelaskan oleh Ryff bahwa individu dengan penilaian yang rendah pada aspek hubungan positif dengan orang lain dicirikan dengan sedikitnya hubungan yang dekat dan terpercaya dengan orang lain, sulit terbuka dan hangat dalam hubungan interpersonal, serta tidak memiliki keinginan berkompromi untuk mempertahankan ikatan hubungan yang penting dengan orang lain.<sup>26</sup>

Sebagai individu yang sudah dewasa dan berkeluarga, subjek NS dan subjek MI juga memiliki perbedaan dalam hal kemandirian. Subjek NS masih memerlukan suami dalam memutuskan dan melakukan sesuatu, keputusannya untuk mengikuti yasinan juga dipengaruhi oleh ajakan dan pendapat dari orang lain sehingga ia belum bisa berperilaku sesuai standar pribadinya sendiri. Sedangkan subjek MI terbiasa untuk melakukan sesuatu tanpa bantuan orang lain, MI juga berperilaku

---

<sup>25</sup>Hayat, "Pengajian Yasinan Sebagai Strategi Dakwah Nu Dalam Membangun Mental Dan Karakter Masyarakat," *Walisono* 22, no. 2 (2014): 302.

<sup>26</sup>Ryff, "Happiness Is Everything, Or IsIt? Explorations On The Meaning Of Psychological Well-Being," 1072.

sesuai standar pribadinya sendiri yang mana jika masih bisa dilakukan sendiri maka tidak perlu minta bantuan kepada orang lain, ia pun mampu memutuskan sesuatu atas dasar keputusannya sendiri seperti mengikuti yasinan yang tidak dipengaruhi atau diajak oleh siapapun. Ryff mengatakan untuk membangun kesejahteraan psikologis diperlukan kemandirian pada diri individu, dimana ia harus mampu membuat keputusan atas dirinya sendiri dan tidak bergantung kepada orang lain dalam menjalani hidupnya.<sup>27</sup> Dari hal tersebut dapat diketahui bahwa subjek NS belum memiliki kemandirian seperti yang telah distandarkan oleh Ryff dalam teorinya, sehingga dalam aspek ini subjek NS dinilai belum memenuhi dengan baik.

Kedua subjek memiliki cara yang berbeda dalam penguasaan lingkungannya. Subjek NS memilih untuk mengikuti kegiatan yang orang banyak lakukan di desanya. Bahkan ia belum memiliki kemampuan untuk mengontrol lingkungannya sendiri, terbukti ketika orang meminta sesuatu darinya NS akan melakukannya walaupun hal tersebut akan mengganggu urusan pribadinya. Selain itu, subjek NS merasa dengan mengikuti yasinan hal itu sudah cukup. Sedangkan subjek MI memiliki kegiatan rutin lain selain yasinan yakni menjadi kader posyandu, ia mampu mengendalikan lingkungannya dengan cara menjadi pengatur acara/kegiatan yang dilaksanakan di desanya. MI juga membangun keadaan menyesuaikan kebutuhannya yaitu ketika usahanya menurun dipasar ia mengubah lingkungan dengan cara membuka toko dirumah agar dapat memenuhi kebutuhannya. Ketika yasinan sempat diliburkan karena dilarang untuk melakukan

---

<sup>27</sup>Ryff, "Happiness Is Everything, Or IsIt? Explorations On The Meaning Of Psychological Well-Being," 1072.

kegiatan diluar rumah, subjek NS hanya merasa kaget dan berdiam diri dirumah saja, sedangkan subjek MI merasa kaget dan melakukan komunikasi dengan pengurus yasinan agar bisa mengadakan yasinan lagi. Dalam hal bergabung dalam kegiatan yasinan, kedua subjek tidak ada kendala dan dapat menyesuaikan diri dengan anggota yasinan lainnya. Hal ini terbukti dari pengakuan kedua subjek yang mengatakan hubungan mereka terjalin baik dengan anggota yang lain dan sering pergi ke yasinan bersama-sama yang lainnya. Dalam teori *psychological well-being* Ryff menjelaskan bahwa penguasaan lingkungan adalah ketika individu memiliki rasa penguasaan atau keinginan untuk mengontrol lingkungannya agar tidak dikuasai oleh orang lain, memanfaatkan peluang sekitarnya secara efektif, dan mampu memilih/mengubah lingkungan sesuai kebutuhannya.<sup>28</sup> Dari situ dapat diketahui bahwa penguasaan lingkungan diantara kedua subjek memiliki perbedaan, subjek NS hanya ikut berpartisipasi kepada lingkungan diluar dirinya tanpa ada keinginan untuk mengontrolnya dari orang lain, sedangkan penguasaan lingkungan subjek MI sudah pada tahap dapat memanipulasi dan mengontrol lingkungannya.

Sebagai seorang manusia pada dasarnya individu harus memiliki tujuan dalam hidupnya. Oleh sebab itu, individu yang sejahtera secara psikologis ditandai dengan adanya kesadaran mengenai makna dan tujuan hidup yang ia miliki. Subjek NS memiliki tujuan hidup yakni menjadi sukses baik dalam hal pekerjaan maupun rumah tangga. Subjek NS juga memiliki tujuan dalam waktu dekat untuk memiliki

---

<sup>28</sup>Ryff, "Happiness Is Everything, Or IsIt? Explorations On The Meaning Of Psychological Well-Being," 1072.

anak, dan ia melakukan program hamil sebagai usaha untuk mencapai tujuan tersebut. Subjek NS mengatakan hidupnya telah bahagia dan bermakna karena dari semua yang telah ia lewati subjek NS masih memiliki suami dan keluarga yang harmonis serta usaha sendiri. Adapun subjek MI mengatakan tujuan hidupnya adalah kebahagiaan dan kesuksesan anak-anaknya, usaha-usaha untuk mencapai hal tersebut juga telah dilakukan subjek MI salah satunya dengan membekali kedua anaknya dengan pendidikan yang terbaik menurut dirinya. Tidak ada tujuan untuk memuaskan dirinya pribadi, untuk dirinya subjek MI bertujuan hanya ingin mendekatkan diri kepada Tuhan dan memperbanyak ibadah. Saat ditanyakan mengenai makna hidupnya, subjek MI menjawab kehidupannya telah bahagia dikarenakan kebutuhannya dan anak-anaknya selama ini selalu tercukupi. Dari penuturan kedua subjek dapat dikatakan bahwa subjek NS dan subjek MI telah memenuhi aspek tujuan hidup pada kesejahteraan psikologis, dikarenakan menurut Ryff individu dengan tujuan hidup adalah individu yang memiliki tujuan untuk dicapai dalam hidupnya yang membuatnya merasa terarah untuk mencapai tujuan tersebut, dan individu tersebut juga merasakan makna dalam kehidupannya.<sup>29</sup>

Kesejahteraan psikologis juga ditandai dengan adanya pertumbuhan pribadi pada diri individu. Kedua subjek dalam hal ini menyadari potensi yang ada pada dirinya. Subjek NS menyadari bahwa dirinya memiliki potensi dalam hal menjalin hubungan dengan orang luar sehingga ia bisa berdagang dan ia kembangkan untuk menarik pembeli dalam jualan online nya saat pandemi Covid-19, sebagai anggota

---

<sup>29</sup>Ryff, "Happiness Is Everything, Or IsIt? Explorations On The Meaning Of Psychological Well-Being," 1072.

yasinan NS juga mengaku memiliki potensi dalam hal pembacaan do'a-do'a secara lancar. Subjek NS juga adalah seseorang yang terbuka terhadap pengalaman baru, terbukti setelah mengikuti yasinan ia menjadi memiliki keterampilan baru seperti menyair habasyi. Selain itu subjek NS mampu melihat perubahan positif yang ada pada dirinya, seperti sudah tidak lagi menghabiskan waktu diuar rumah untuk kegiatan yang tidak terlalu penting semenjak pandemi Covid-19. Sama halnya dengan subjek NS, subjek MI juga menyadari potensi yang ada pada dirinya. Subjek MI menilai dirinya memiliki potensi dalam hal kerajinan tangan dan memasak. Subjek MI mengaku sebagai orang yang selalu ingin mempelajari hal baru, sehingga potensi-potensi yang ia miliki tersebut terus ia kembangkan dengan cara terus belajar dan mencoba, seperti dalam hal kerajinan tangan yakni merajut dan menjahit ia tekuni sampai menghasilkan sebuah karya tas rajut dan bisa memotong/menjahit pakaian orang lain, ia juga senang berkreasi dalam hal memasak terutama membuat olahan kue sehingga membuat orang lain berminat untuk membelinya. Sebagai anggota yasinan MI juga mengaku memiliki potensi dalam hal pembacaan do'a-do'a seperti subjek NS. Subjek MI sangat terbuka pada pengalaman baru karena ia senang mempelajari hal-hal baru, ia juga mampu melihat perubahan positif pada dirinya yakni lebih sabar, hemat dan bersyukur. Dari pemaparan tersebut dapat diketahui bahwa kedua subjek memenuhi aspek pertumbuhan pribadi dengan baik dikarenakan telah memenuhi ciri-ciri sebagaimana yang telah disebutkan Ryff yakni pertumbuhan pribadi ditandai dengan kesadaran terhadap potensi yang dimiliki dan mampu mengembangkannya,

terbuka pada pengalaman baru serta melihat peningkatan dan perubahan pada diri dari waktu ke waktu.<sup>30</sup>

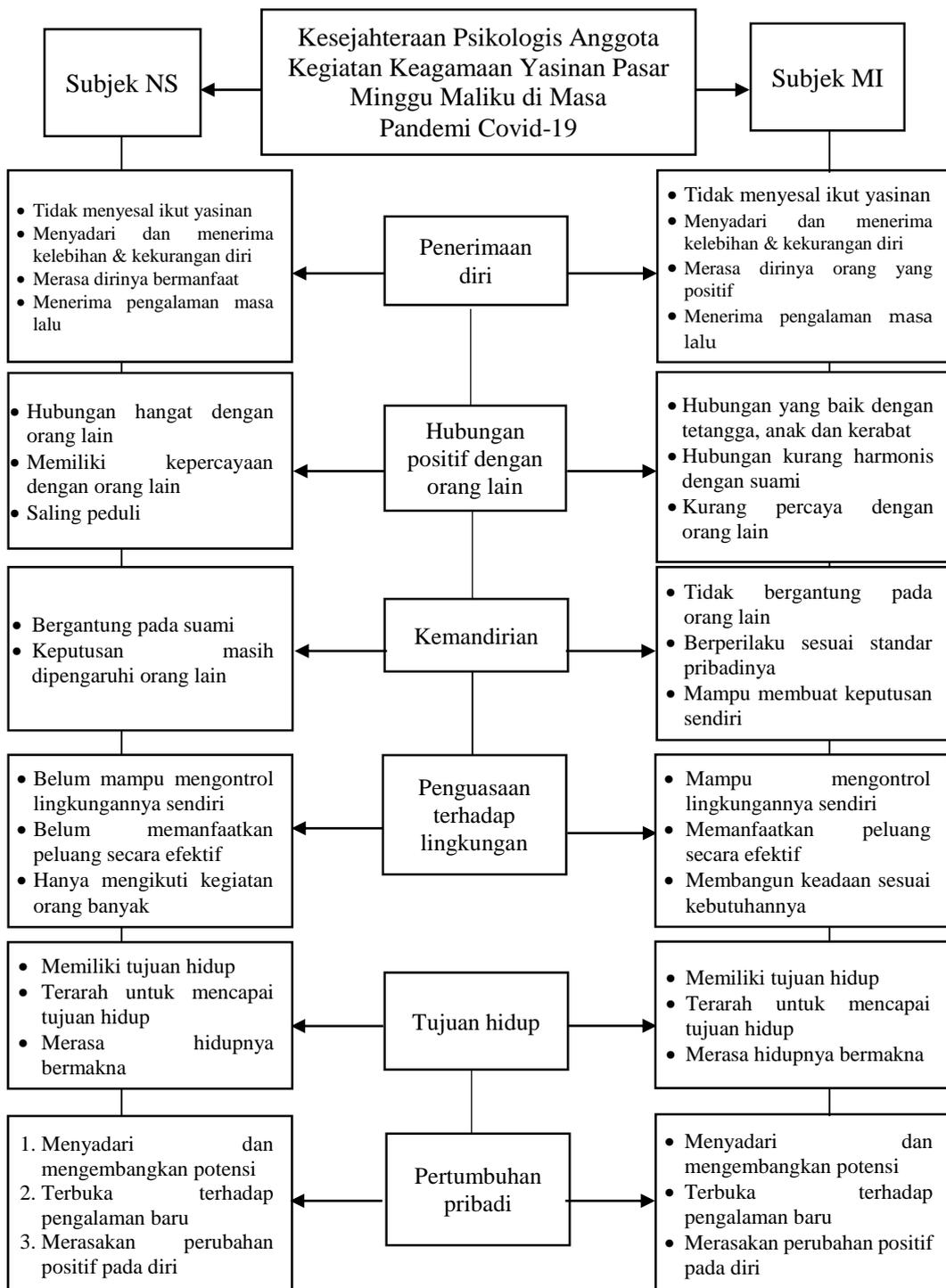
Hidup di masa pandemi Covid-19 yang dialami oleh kedua subjek penelitian tidak membuat mereka memiliki kesehatan mental yang buruk. Kedua subjek dapat merealisasikan berbagai aspek yang ada dalam dirinya sehingga dapat dikatakan bahwa subjek penelitian memiliki kesejahteraan psikologis. Dari uraian yang telah peneliti paparkan dapat disimpulkan bahwa anggota kegiatan keagamaan yasinan Pasar Minggu Maluku di masa pandemi Covid-19 memiliki kesejahteraan psikologis yang bervariasi. Subjek NS memenuhi empat aspek kesejahteraan psikologis yakni penerimaan diri yang baik, terjalinnya hubungan positif dengan orang lain, memiliki tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi, namun subjek NS belum terlalu baik dalam aspek kemandirian dan penguasaan lingkungan karena NS masih dipengaruhi oleh orang lain terutama suaminya dan belum ada keinginan untuk mengontrol lingkungannya. Sedangkan pada subjek MI, ia dapat memenuhi lima aspek kesejahteraan psikologis dengan baik yakni pada aspek penerimaan diri, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi, namun subjek MI belum terlalu baik dalam aspek hubungan positif dengan orang lain dikarenakan walaupun memiliki hubungan yang baik dengan para tetangga dan anggota yasinan ia sulit memberikan kepercayaan kepada orang lain dalam hal berbagi pekerjaan dan hubungannya bersama orang terdekatnya yakni suami

---

<sup>30</sup>Ryff, "Happiness Is Everything, Or IsIt? Explorations On The Meaning Of Psychological Well-Being," 1072.

berjalan kurang harmonis. Berikut gambaran kesejahteraan psikologis kedua subjek yang mengikuti yasinan di masa pandemi Covid-19 dapat dilihat pada skema 4.3

Skema 4.3 Gambaran Kesejahteraan Psikologis Anggota Kegiatan Keagamaan Yasinan Pasar Minggu Maluku di Masa Pandemi Covid-19



## 2. Faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis Anggota Kegiatan Keagamaan Yasinan Pasar Minggu Maluku di Masa Pandemi Covid-19

Pada dasarnya kesejahteraan psikologis yang ada pada diri individu akan berbeda-beda atau bervariasi. Kesejahteraan psikologis yang bervariasi antar individu tersebut dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor. Seperti menurut Ryff dalam teori *psychological well-being* terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu, diantaranya usia, budaya, dan kepribadiannya.

Dilihat dari rentang usia kedua subjek, subjek NS memiliki usia yang lebih muda jika dibandingkan dengan subjek MI. Subjek NS memiliki usia 25 tahun yang masih termasuk awal dewasa, sedangkan subjek MI berusia 47 tahun yang termasuk kedalam dewasa madya. Dari hasil wawancara diketahui bahwa subjek NS belum memenuhi aspek kemandirian dan penguasaan lingkungan, serta subjek MI belum memenuhi aspek hubungan positif dengan orang lain karena memiliki hubungan yang kurang baik dengan suami. Hal ini sesuai sebagaimana hasil penelitian Ryff yang menemukan bahwa aspek kemandirian dan penguasaan lingkungan akan semakin meningkat atau mudah dicapai ketika usia semakin bertambah<sup>31</sup>, sedangkan pada aspek hubungan positif dengan orang Ryff menemukan bahwa pengalaman dan hubungan keluarga mempengaruhi aspek hubungan positif dengan orang lain.<sup>32</sup>

---

<sup>31</sup>Ryff dan Keyes, “The Structure of Psychological Well-Being Revisited,” 724.

<sup>32</sup>Carol. D. Ryff dan Susan M. Heidrich, “Experience and Well-being: Explorations on Domains of Life and How they Matter,” *International Journal Of Behavioral Development* 20, no. 2 (1997): 201.

Dalam hal kepribadian, subjek NS termasuk tipe orang yang mudah bergaul dan senang membantu orang lain yang membuatnya lebih mudah untuk memiliki hubungan positif dengan orang-orang disekitarnya. Sedangkan subjek MI termasuk tipe orang yang selalu ingin mempelajari hal-hal baru, pekerja keras dan percaya terhadap kemampuan dirinya yang membuat dirinya menjadi terus mengembangkan potensi serta membuat menjadi pribadi yang mandiri. Hal ini pun sesuai dengan penuturan Ryff yang mencari pengaruh kepribadian terhadap kesejahteraan psikologis berdasarkan teori *big five*, menurutnya tipe kepribadian *agreeableness* (mudah bergaul dan membantu orang lain seperti yang dimiliki NS) akan mempengaruhi aspek hubungan positif dengan orang lain, dan tipe kepribadian *openness* (tertarik dan mempelajari sesuatu yang baru seperti yang ada pada diri MI) akan mempengaruhi aspek pertumbuhan pribadi.<sup>33</sup>

Ryff juga mengatakan bahwa budaya yang dianut oleh individu akan mempengaruhi kesejahteraan psikologisnya. Dari hasil wawancara diketahui bahwa kedua subjek menjunjung budaya yang sama yakni kebersamaan, dimana mereka ikut bergotong-royong membantu bersama-sama dengan masyarakat yang lain ketika melakukan suatu kegiatan, selain itu subjek MI juga senang berduduk-duduk santai bersama tetangga, makan bersama di pendopo atau mencokan (ngerujak). Hal tersebut membuat kedua subjek memiliki hubungan yang baik dengan orang lain dilingkungannya. Menurut Ryff nilai-nilai kebersamaan seperti itu memang seringkali terdapat dalam budaya timur, yang mana dengan budaya tersebut dapat

---

<sup>33</sup>Ryff, "Psychological Well-Being Revisited: Advances in the Science and Practice of Eudaimonia," 14.

membuat individunya menjadi memiliki aspek hubungan positif dengan orang lain.<sup>34</sup>

Selain faktor yang telah dirumuskan oleh Ryff, peneliti juga mendapati adanya faktor lain yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis kedua subjek. Adanya faktor lain tersebut mungkin adanya dikarenakan setiap individu memiliki jalan dan cara hidupnya masing-masing. Faktor lain tersebut diantaranya adalah dukungan sosial serta religiusitas yang ada pada diri subjek.

Subjek NS mendapatkan dukungan dari keluarga dan orang-orang sekitarnya yang sering memberikan ia semangat dan membuat ia merasa puas dengan kehidupannya serta membuat hubungan yang terjalin diantara mereka menjadi hangat. Pada subjek MI, walaupun memiliki hubungan yang kurang baik dengan suami, namun ia mendapatkan dukungan penuh dari anak-anak dan keluarga terdekatnya yang membuatnya dapat hidup tanpa tertekan. Faktor dukungan sosial ini memperkuat penelitian dari Rusyanti yang menyatakan bahwa mendapatkan dukungan sosial dari keluarga dan lingkungannya dapat menjadikan individu lebih bisa menerima dirinya dan membuat hubungan baik lebih terjaga pada diri individu, yang mana hal tersebut dapat meningkatkan kesejahteraan psikologisnya.<sup>35</sup>

Selain dukungan dari luar, kedua subjek juga memiliki dorongan dari dalam yang mempengaruhi kesejahteraan psikologisnya yakni religiusitasnya. Religiusitas subjek NS dapat terlihat dari kepercayaannya terhadap takdir Allah ﷻ

---

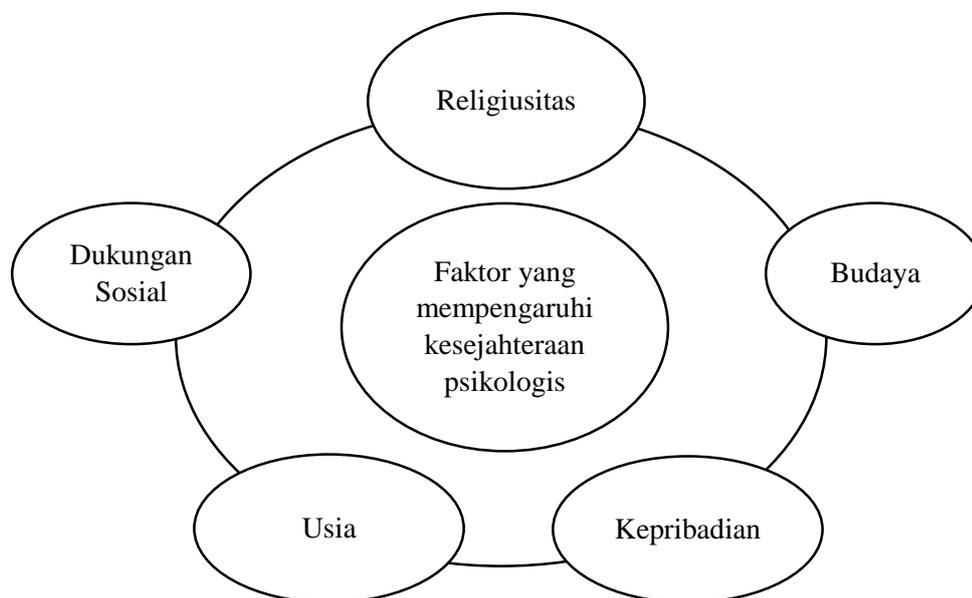
<sup>34</sup>Ryff dan Keyes, “The Structure of Psychological Well-Being Revisited,” 725.

<sup>35</sup>Rusyanti, “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Psychological Well-Being Wanita Dewasa Madya,” 1–61.

dan hikmah yang terkandung disetiap kejadian, ia juga termasuk orang yang mendekati diri kepada Allah ﷻ dengan cara melaksanakan ibadah-ibadah dan mengikuti kegiatan keagamaan yasinan seperti yasinan. Sejalan dengan subjek NS, subjek MI juga percaya dirinya kuat melewati berbagai pengalaman dikarenakan ada campur tangan dari Allah ﷻ, serta ia juga selalu mengerjakan ibadah-ibadah termasuk hal-hal yang sunnah dan ikut aktif dalam kegiatan keagamaan yasinan seperti yasinan. Hal tersebut mempengaruhi kesejahteraan psikologis kedua subjek terutama dalam aspek penerimaan diri mereka.

Dari pemaparan yang telah disampaikan dapat disimpulkan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis anggota yasinan Pasar Minggu Maluku di masa pandemi Covid-19, faktor tersebut terdiri dari faktor *internal* dan faktor *eksternal*. Adapun yang termasuk kedalam faktor *internal* adalah usia, kepribadian serta religiusitas. Dan adapun yang termasuk kedalam faktor *eksternal* adalah budaya dan dukungan sosial. Untuk lebih ringkasnya dapat dilihat dalam skema 4.4 berikut

Skema 4.4 Faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis Anggota Kegiatan Keagamaan Yasinan di Masa Pandemi Covid-19



### 3. Peran Kegiatan Keagamaan Yasinan di Pasar Minggu Maluku terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Anggotanya di Masa Pandemi Covid-19

Kesejahteraan psikologis merupakan suatu hal yang sangat penting untuk dimiliki oleh setiap individu, terlebih pada masa pandemi Covid-19. Kesejahteraan psikologis adalah suatu kondisi dimana individu merasa bahagia dan puas terhadap hidupnya karena dapat memanfaatkan keberfungsian dirinya secara efektif. Kesejahteraan psikologis bisa didapat dari berbagai hal yang positif, salah satunya dengan mengikuti kegiatan keagamaan yasinan. Penelitian yang dilakukan oleh Mahfud dan kawan-kawan menunjukkan kegiatan keagamaan yasinan Islam memberikan pengaruh terhadap rasa bahagia pada diri individu.<sup>36</sup> Penelitian lain menemukan bahwa aktivitas religius seperti shalat, membaca Al-Qur'an, berdo'a

<sup>36</sup>Mahfud dkk., "Pengaruh Agama Terhadap Kebahagiaan Generasi Milenial Di Indonesia Dan Singapura," 144–159.

dengan khusyu' dan mengikuti pengajian dapat menurunkan stres.<sup>37</sup> Itu artinya kegiatan keagamaan yasinan mampu membawa individu kepada hal-hal yang positif dan mampu menghadirkan (memberikan efek) perasaan-perasaan yang positif pula.

Dari pemaparan tersebut peneliti juga mencari tahu mengenai peran kegiatan keagamaan yasinan di Pasar Minggu Maluku terhadap kesejahteraan psikologis anggotanya di masa pandemi Covid-19. Dari hasil wawancara diketahui kegiatan yasinan berperan terhadap penumbuhan dan pengembangan tiap aspek pada kesejahteraan psikologis kedua subjek. Adapun perannya diantaranya sebagai berikut:

#### **a. Mewujudkan Penguasaan Lingkungan**

Waktu luang merupakan hal yang berharga bagi seseorang, termasuk bagi anggota yasinan yang memiliki berbagai kesibukan. Bagi kedua subjek penelitian yasinan merupakan kegiatan yang efektif untuk mengisi waktu luang mereka. Subjek NS mengatakan yasinan ia jadikan sebagai kegiatan untuk mengisi waktu dengan hal yang bermanfaat. Sejalan dengan hal tersebut subjek MI juga mengatakan bahwa ia mengikuti yasinan karena memiliki waktu luang setelah berhenti berjualan keliling pasar, subjek MI pun mengatakan bahwa ia menyadari yasinan adalah kegiatan yang bermanfaat. Hal tersebut menunjukkan kedua subjek memanfaatkan kegiatan yang ada disekitarnya secara efektif untuk mengisi waktu mereka dengan hal yang bermanfaat. Dari pemaparan tersebut dapat dilihat bahwa

---

<sup>37</sup>Rahmadani dan Setiyani, "Aktivitas Religius Untuk Menurunkan Tingkat Stres Mahasiswa yang Sedang Skripsi," 108–16.

pemanfaatan kegiatan disekitar merupakan salah satu tanda dari adanya aspek penguasaan lingkungan pada diri kedua subjek, yakni memanfaatkan peluang sekitarnya secara efektif. Sehingga dapat dikatakan bahwa peran kegiatan yasinan Pasar Minggu Maluku terhadap kesejahteraan psikologis anggotanya di masa pandemi Covid-19 adalah mewujudkan penguasaan lingkungan kedua subjek.

#### **b. Meningkatkan Hubungan Positif dengan Orang Lain**

Kegiatan yasinan merupakan kegiatan keagamaan yasinan yang dilakukan secara bersama-sama dengan orang lain. Kegiatan yasinan sejatinya dapat menumbuhkan persaudaraan diantara orang Muslim. Pada subjek NS kegiatan yasinan memberikan kesempatan kepadanya untuk bersosialisasi dengan anggota yasinan yang lain. Sejalan dengan itu subjek MI merasa kegiatan yasinan menjadi tempat silaturahmi antara dirinya dengan masyarakat yang lain khususnya anggota yasinan. Pertemuan dan berbaur antara kedua subjek dengan anggota yasinan yang lain dapat membuat hubungan yang positif akan terjalin antara mereka dengan orang lain. Seperti salah satu penelitian menjelaskan bahwa semakin baik komitmen religius individu maka akan semakin baik tingkat hubungan dengan lingkungannya. Hal ini dikarenakan dengan berbagai kegiatan keagamaan yasinan maka meningkatkan rasa solidaritas kelompok dan memperkuat ikatan kekeluargaan diantara individu tersebut.<sup>38</sup> Oleh sebab itu dapat dikatakan kegiatan yasinan Pasar Minggu Maluku juga berperan terhadap pengembangan salah satu aspek

---

<sup>38</sup>John W. Santrock, *Life Span Development: Perkembangan Masa Hidup* (Jakarta: Erlangga, 2012), 89.

kesejahteraan psikologis anggotanya di masa pandemi Covid-19 yakni hubungan positif dengan orang lain.

### **c. Mengarahkan Tujuan Hidup**

Dalam membentuk cara pandang dan perilaku seseorang agama memiliki peran yang cukup signifikan, termasuk dalam hal ini kegiatan keagamaan yasinannya. Subjek NS mengaku ceramah-ceramah agama yang kadang diselipkan pada kegiatan yasinan membuat pandangan NS mengenai hidup semakin terbuka. Sedangkan pada subjek MI kegiatan yasinan berperan dalam memberikan tujuan hidup, adanya pembacaan manaqib dan kisah inspiratif yang terkadang diceritakan pada kegiatan yasinan membuat MI memiliki tujuan untuk memperbaiki diri dan mendekatkan diri kepada Allah ﷻ. Oleh sebab itu dapat dikatakan kegiatan yasinan Pasar Minggu Maluku berperan dalam membentuk salah satu aspek kesejahteraan psikologis anggotanya di masa pandemi Covid-19 yakni aspek tujuan hidup. Hal ini sebagaimana Lakonawa menjelaskan bahwa terlibat dalam kegiatan keagamaan yasinan akan membuat anggotanya mengingat dan semakin merasa terhubung dengan agama dan penciptanya serta menjadi memiliki pandangan bahwa hidup mereka memiliki makna dan tujuan.<sup>39</sup>

### **d. Membantu Proses Penerimaan Diri**

Seperti yang diketahui dari wawancara kepada kedua subjek, kegiatan yasinan yang dilaksanakan oleh mereka tidak hanya berpaku kepada membaca surah yasin, namun juga diiringi dengan dzikir, shalawat, dan terkadang diselingi

---

<sup>39</sup>Petrus Lakonawa, "Agama dan Pembentukan Cara Pandang serta Perilaku Hidup Masyarakat," *Humaniora* 4, no. 2 (2013): 796.

dengan ceramah maupun pembacaan manaqib. Ceramah-ceramah yang kadang kala ada didalam kegiatan yasinan ini membuat pikiran kedua subjek menjadi lebih terbuka dan membuat keduanya menjadi lebih bersyukur. Seperti subjek NS mengatakan bahwa dengan mengikuti yasinan membuat dirinya menjadi lebih bersyukur dan tidak lagi banyak mengeluh karena menyadari bahwa segala yang terjadi telah tertulis sebelumnya di lauhul mahfudz. Kemudian subjek MI juga mengatakan kegiatan yasinan membuat ia menjadi lebih bersyukur atas keadaan dirinya, sehingga ia dapat menerima keadaan dirinya dengan positif. Syukur yang didapat kedua subjek dari kegiatan yasinan ini menjadikan mereka memiliki penerimaan diri yang baik, sebagaimana dikatakan bahwa syukur dapat menjadi indikator adanya pertumbuhan pribadi, hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup dan penerimaan diri.<sup>40</sup> Oleh sebab itu, dapat dikatakan bahwa peran lainnya dari kegiatan yasinan Pasar Minggu Maluku terhadap kesejahteraan psikologis anggotanya di masa pandemi Covid-19 adalah membantu proses penerimaan diri kedua subjek.

#### **e. Membangun Kemandirian**

Kegiatan keagamaan yasinan seperti yasinan mempunyai anggota dengan berbagai latar belakang dan kondisi, yang mana ketika saat kegiatan yasinan maka semuanya dianggap sama dan tidak mementingkan identitas pribadinya masing-masing. Hal ini terlihat dari penuturan subjek NS yang mengaku diminta untuk memimpin pembacaan do'a-do'a yang ada didalam yasinan. Awalnya ia merasa

---

<sup>40</sup>Alex M. Wood, Stephen Joseph, dan John Maltby, "Gratitude predicts psychological well-being above the Big Five Facets," *Personality and Individual Differences* 46 (2009): 443–4p47.

malu karena merasa masih muda dan tidak pantas untuk memimpin jika dibandingkan dengan anggota yasinan yang lainnya. Namun karena permintaan dan dorongan positif dari anggota yasinan yang lain untuk memimpin bacaan secara bergilir serta tidak adanya pembedaan atas kondisi diri dan sosialnya akhirnya NS menyanggupinya dan sekarang menjadi terbiasa. Secara tidak langsung dari kegiatan yasinan membuat NS menjadi mempercayai kemampuan yang ada pada dirinya sendiri tanpa memperdulikan penilaian dari orang lainnya. Selain itu, pada subjek MI karena mengikuti kegiatan ia menjadi dikenal dan dipercaya oleh anggota yasinan lainnya mengatur kegiatan besar yang ada di desanya. Hal ini karena anggota yasinan yang lain percaya atas kemampuan MI dalam membuat keputusan yang baik. Dari pemaparan tersebut dapat dilihat bahwa mempercayai kemampuan diri sendiri tanpa memperdulikan penilaian orang lain dan mampu mengambil keputusan yang baik merupakan adanya tanda kemandirian menurut Ryff, sehingga dapat dikatakan bahwa peran berikutnya dari kegiatan yasinan Pasar Minggu Maluku terhadap kesejahteraan psikologis anggotanya di masa pandemi Covid-19 adalah membangun kemandirian kedua subjek.

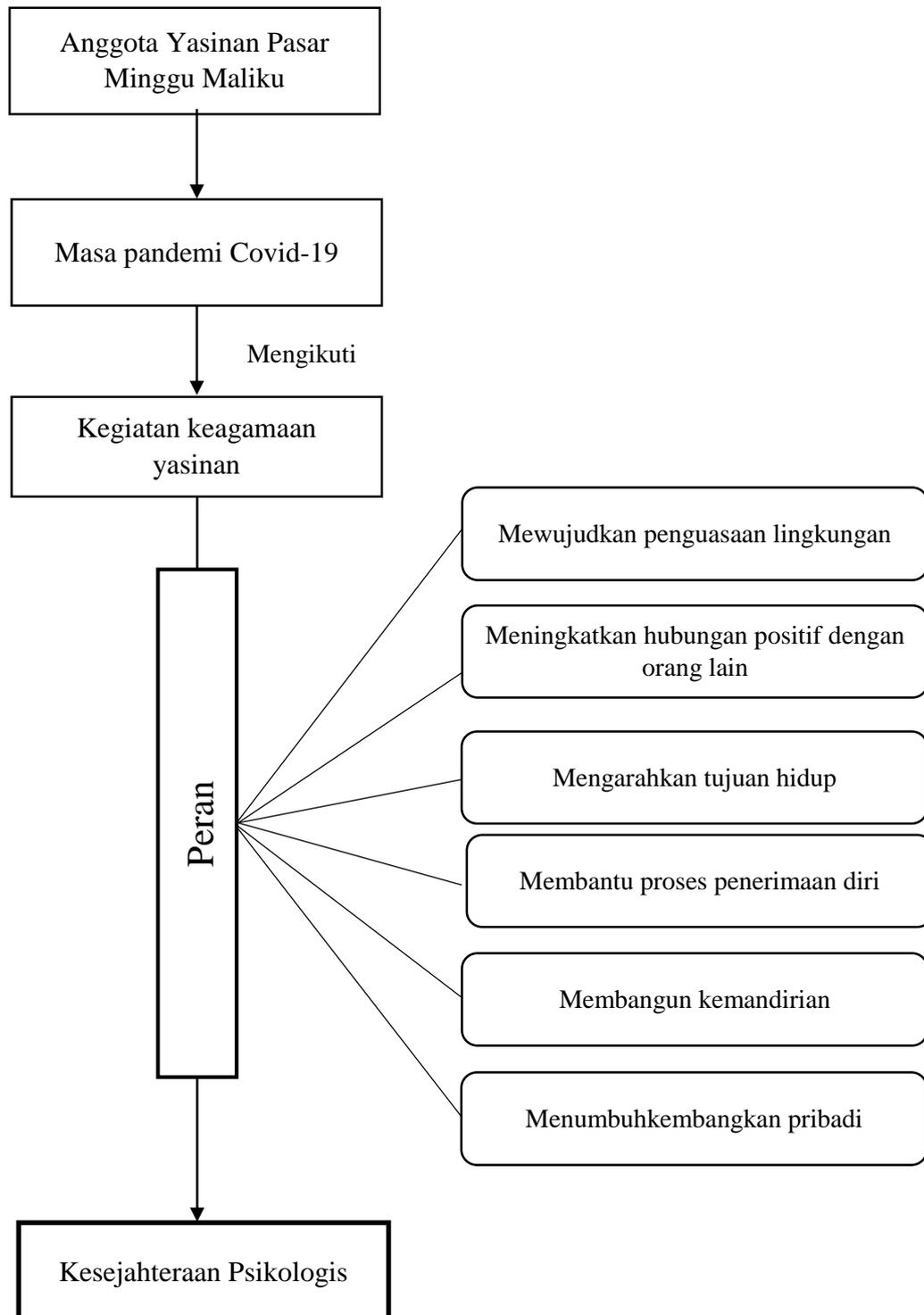
#### **f. Menumbuhkembangkan Pribadi**

Seseorang yang memiliki kesungguhan dalam melakukan sesuatu tentulah akan mendapatkan sesuatu yang baru dari kegiatan tersebut, termasuk dari kegiatan yasinan. Pada subjek NS ia mendapatkan keterampilan baru setelah mengikuti kegiatan yasinan yakni menyair habsyi. Sebelumnya diketahui subjek NS bukanlah seseorang yang familiar dengan syair-syair habsyi namun setelah mengikuti kegiatan yasinan subjek NS menjadi lebih sering melantungkannya sehingga potensi

yang ada pada dirinya menjadi tumbuh dan berkembang. Kemudian pada subjek MI, ia mendapatkan amalan-amalan dzikir yang membuatnya menjadi lebih mengingat dan mendekat kepada Allah ﷻ karena mengamalkan dzikir-dzikir tersebut dalam kesehariannya, yang mana hal tersebut membuat subjek MI mengalami peningkatan perilaku kearah yang lebih positif yang mencerminkan pengetahuan yang dimilikinya. Dari pemaparan tersebut dapat dilihat bahwa menyadari dan mengembangkan potensi serta terbuka pada pengetahuan baru sehingga terjadi peningkatan positif pada diri termasuk tanda dari adanya aspek pertumbuhan pribadi pada diri kedua subjek, sehingga dapat dikatakan bahwa peran selanjutnya dari kegiatan yasinan Pasar Minggu Maluku terhadap kesejahteraan psikologis anggotanya di masa pandemi Covid-19 adalah menumbuhkembangkan pribadi kedua subjek.

Secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa peran kegiatan yasinan Pasar Minggu Maluku terhadap kesejahteraan psikologis anggotanya di masa pandemi Covid-19 meliputi berbagai aspek yang menyusun kesejahteraan psikologis itu sendiri. Oleh sebab itu, pantaslah jika disebut bahwa kegiatan keagamaan yasinan (yasinan) berperan terhadap kesejahteraan psikologis anggotanya di masa pandemi Covid-19 ini. Hal ini dapat dilihat pada skema 4.5 berikut

Skema 4.5 Peran Kegiatan Keagamaan Yasinan di Pasar Minggu Maluku terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Anggotanya di Masa Pandemi Covid-19



### **C. Temuan Penelitian**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti kepada anggota kegiatan keagamaan yasinan Pasar Minggu Maluku di masa pandemi Covid-19, didapatkan adanya beberapa temuan sebagai berikut:

#### **1. Kesulitan di Masa Pandemi Covid-19**

Pandemi Covid-19 merupakan wabah penyakit yang menyebar dimana-mana. Banyak hal yang tidak terduga dirasakan oleh masyarakat ketika pandemi Covid-19. Beberapa orang merasa kesulitan untuk melewati hari-harinya karena belum pernah melewati masa sulit yang kompleks seperti pandemi Covid-19 yang terjadi beberapa tahun belakangan. Dari hasil wawancara yang telah dilakukan diketahui bahwa subjek NS mengalami beberapa kesulitan di masa pandemi Covid-19 ini. Pada subjek NS muncul rasa terkejut mengenai segala hal yang terjadi, contohnya dibatasi bahkan ditiadakannya beberapa kegiatan sosial seperti senam bersama yang biasa ia lakukan di sore hari bersama masyarakat lainnya. Subjek NS juga harus mengalami pendapatan yang menurun, kesulitan beradaptasi, dan kebosanan karena harus mengerjakan hal yang sama setiap harinya di rumah. Selain itu subjek NS mengaku disaat terserang Covid-19 masih marak-maraknya ia memiliki ketakutan untuk memeriksakan diri ke instansi kesehatan disaat sakit, hal tersebut dikarenakan ia takut divonis positif Covid-19. Berbeda tipis dengan subjek NS, subjek MI mengalami beberapa kesulitan dalam hal lain pada masa pandemi Covid-19. Di awal masa pandemi Covid-19 ia harus merelakan usahanya keliling pasar yang tidak lagi memiliki keuntungan dikarenakan pasar yang sepi berkepanjangan. Selain itu subjek MI juga harus menemani dan memperhatikan

anaknya yang paling kecil sekolah *daring* yang menurut subjek MI adalah hal yang sulit karena ia tidak terbiasa.

## 2. *Coping*

*Coping* adalah suatu upaya dari seseorang untuk menetralisasi atau mengurangi stres yang terjadi pada dirinya. Banyak hal yang bisa dilakukan seseorang untuk dapat mengurangi stres atau tegangan dalam menghadapi permasalahannya. Terdapat beberapa bentuk perilaku *coping* dilakukan populasi umum pada saat pandemi Covid-19, yakni usaha yang fokus pada masalah (*problem focused coping*) dan usaha yang fokus pada emosi (*emotion focus coping*). Dari hasil wawancara yang dilakukan terlihat bahwa perilaku *coping* yang dilakukan oleh subjek NS lebih berfokus pada emosinya (*emotion focus coping*), hal ini terlihat dari pernyataan NS ketika mengalami kesulitan di masa pandemi Covid-19 maka ia lebih memilih untuk berpikir secara positif dan menerima kesulitan yang dihadapi sementara mencoba untuk memikirkan jalan keluarnya. Sedangkan subjek MI melakukan *coping* yang lebih berfokus pada masalahnya (*problem focused coping*), hal ini terlihat dari pernyataan MI ketika mengalami kesulitan di masa pandemi Covid-19 maka ia lebih memilih untuk mengatasi kesulitan tersebut dengan cara membuka toko dirumahnya sebagai bentuk mengatasi penurunan usaha di pasar, dan mencari dukungan dari pihak luar berupa bantuan dari anak pertamanya untuk mengatasi kesulitannya mengurus anak terakhir sekolah *daring*. Selain itu, *coping* yang juga dilakukan populasi umum pada saat pandemi Covid-19 adalah usaha menghadapi situasi yang sulit secara sehat (*coping* positif) dan

secara tidak sehat (*coping* negatif).<sup>41</sup> Dari hasil wawancara diketahui kedua subjek melakukan *coping* positif saat menghadapi situasi yang sulit, yakni mereka memperbanyak ibadah dan pendekatan diri kepada Tuhan sebagai bentuk permohonan bantuan dan perlindungan.

### 3. Hikmah Mengikuti Yasinan

Dari hasil wawancara yang dilakukan didapatkan bahwa setelah mengikuti yasinan kedua subjek menjadi lebih bersyukur kepada Allah ﷻ. Syukur sendiri ialah cara seseorang untuk berterimakasih kepada Penciptanya. Subjek NS dan subjek MI bersyukur karena dapat merasakan perasaan damai pada hatinya ketika menghadiri yasinan. Lebih lanjut subjek NS mengatakan mengikuti yasinan membuat dirinya tidak lagi banyak mengeluh karena menyadari bahwa segala yang terjadi telah tertulis sebelumnya di lauhul mahfudz. Adapun pada subjek MI, syukur yang ada pada dirinya juga dikarenakan adanya kesadaran bahwa dirinya masih lebih berkecukupan daripada beberapa anggota yasinan yang lain, hal ini dirasakan subjek MI ketika ia mengunjungi rumah anggota yasinan lain yang jaraknya jauh atau keadaan rumahnya sudah kurang layak sehingga tidak dapat mengadakan kegiatan yasinan dirumahnya.

---

<sup>41</sup>Rohmah Kusumaning Dyah, "Strategi Coping Menghadapi Pandemi Covid-19 pada Populasi Umum," *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA* 13, no. 1 (2021): 44–54.

#### **D. Keterbatasan Penelitian**

Penelitian yang peneliti lakukan telah diusahakan sebaik mungkin untuk dilaksanakan sesuai prosedur ilmiah yang telah ditentukan, namun penelitian ini masih terdapat beberapa keterbatasan, diantaranya:

1. Peneliti masih kekurangan referensi yang membahas mengenai peran kegiatan keagamaan yasinan terhadap kesejahteraan psikologis.
2. Sulitnya mengatur waktu untuk melakukan wawancara kepada subjek dan informan dikarenakan bertepatan dengan akhir bulan ramadhan dan momen idul fitri.
3. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini hanya berjumlah dua orang (dari tiga orang dengan satu subjek yang tereliminasi), maka hasil dari penelitian ini belum bisa untuk di generalisasikan kepada seluruh anggota yasinan secara umum.