

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well Being*)

Minimnya landasan teori tentang *psychological well being* maka Ryff membuat sebuah terobosan untuk memaknai *psychological well being* melalui penelitian yang menarik perhatian pada fakta bahwa literatur tentang *psychological well being* dalam permulaannya tidak dipandu oleh teori<sup>1</sup>. Instrumen dalam penelitiannya dapat dikembangkan untuk tujuan lain, kemudian menjadi sudut pandang yang standar untuk mendefinisikan fungsi dan definisi dari *psychological well being*.<sup>2</sup>

Menurut Ryff *psychological well being* adalah sebuah kondisi perubahan sosial individu yang ditandai dengan individu dapat menerima hal positif dan negatif dalam dirinya sendiri dan orang lain secara seimbang, dapat mengambil keputusan sendiri dan membangun hubungan yang baik dengan orang lain, mampu menciptakan lingkungan yang kompatibel dengan kebutuhannya baik kebutuhan fisik maupun mental, memiliki tujuan hidup yang membuat hidup lebih bermakna, serta berusaha mengaktualisasi, mengeksplorasi dan mengembangkan dirinya menuju karakteristik diri yang memiliki fungsi psikologis positif melalui tindakan yang akhirnya menciptakan mental yang sehat dan kebahagiaan.<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup>Carol D. Ryff, "Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being", *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 57, No. 6, (1989).

<sup>2</sup>Ibid.,

<sup>3</sup>Ibid.,

Menurut Ryff bahwa aspek-aspek yang menyusun *psychological well being* antara lain<sup>4</sup>:

1. Penerimaan diri (*Self acceptance*)

Kriteria *psychological well being* yang paling berulang terlihat adalah rasa penerimaan diri individu. Ini didefinisikan sebagai fitur utama kesehatan mental serta karakteristik aktualisasi diri, fungsi positif yang optimal, dan kematangan individu. Teori rentang hidup juga menekankan pada penerimaan diri di kehidupan masa lalu individu. Dengan demikian, memegang sikap positif terhadap diri sendiri muncul sebagai karakteristik utama dari fungsi psikologis positif.

2. Hubungan positif dengan orang lain (*Positive relations with others*)

Begitu pentingnya hubungan antarpribadi yang hangat dan saling percaya. Kemampuan untuk mencintai dipandang sebagai komponen utama dari kesehatan mental. Aktualisasi diri digambarkan dengan memiliki perasaan empati dan kasih sayang yang kuat untuk semua manusia dan mampu memiliki cinta yang lebih besar, persahabatan yang lebih dalam, dan identifikasi yang lebih lengkap dengan orang lain. Kehangatan hubungan dengan orang lain dianggap sebagai kriteria kedewasaan. Teori-teori tahap perkembangan orang dewasa

---

<sup>4</sup>Carol D. Ryff, Corey Lee M. Keyes, "The Structure of Psychological Well-Being Revisited", *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 69, No. 4, (1995).

juga menekankan pencapaian persatuan yang erat dengan orang lain (keintiman) dan bimbingan serta arahan orang lain. Dengan demikian, pentingnya hubungan positif dengan orang lain berulang kali ditekankan dalam konsep *psychological well being* ini.

### 3. Kemandirian (*Autonomy*)

Dapat dikatakan seperti regulasi perilaku dari dalam diri individu sendiri dan keputusan pribadi individu. Disini Aktualisasi diri, digambarkan sebagai bentuk fungsi otonom dan *resistensi* yaitu sebuah sikap untuk berperilaku bertahan, berusaha melawan, menentang<sup>5</sup> terhadap *enkulturasi* yaitu proses mempelajari nilai dan norma kebudayaan yang dialami individu selama hidupnya.<sup>6</sup> Gambaran lain adalah yang memiliki evaluasi internal, di mana seseorang mengevaluasi diri sendiri dengan standar pribadinya dan tidak mencari persetujuan orang lain.

### 4. Penguasaan lingkungan (*Environmental mastery*)

Kemampuan individu untuk memilih atau menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi psikisnya ditentukan sebagai karakteristik kesehatan mental. Perkembangan rentang hidup juga digambarkan membutuhkan kemampuan untuk memanipulasi dan mengendalikan lingkungan yang kompleks.

---

<sup>5</sup><https://id.m.wikipedia.org/wiki/Resistensi> di akses tanggal 9 Desember 2019.

<sup>6</sup><https://id.m.wikipedia.org/wiki/Enkulturasi> di akses tanggal 9 Desember 2019.

Menekankan kemampuan seseorang untuk maju berkembang dan mengubahnya secara kreatif melalui aktivitas fisik atau mental.

5. Tujuan hidup (*Purpose in life*)

Mental yang sehat digambarkan dengan sebuah keyakinan yang memberi seseorang perasaan akan adanya tujuan dan makna hidup. Definisi kedewasaan juga menekankan pemahaman yang jelas tentang tujuan hidup, rasa keteraturan, dan intensionalitas. Teori-teori perkembangan pun mengacu pada berbagai tujuan atau sasaran perubahan dalam kehidupan, seperti menjadi produktif dan kreatif atau mencapai integrasi emosional dalam kehidupan selanjutnya. Dengan demikian, orang yang memiliki tujuan, niat, dan rasa arah yang semuanya berkontribusi pada perasaan bahwa hidup itu bermakna termasuk individu yang berfungsi secara positif.

6. Perkembangan pribadi (*Personal growth*)

Menjadi pribadi yang berkembang individu dituntut untuk tumbuh dan mencapai karakteristik yang terus mengembangkan potensi diri, sehingga sisi psikologis dapat berfungsi secara optimal. Inti dari perkembangan pribadi adalah kebutuhan individu untuk mengaktualisasikan diri dan menyadari potensi diri sendiri. Keterbukaan terhadap pengalaman misalnya, adalah karakteristik kunci dari orang

yang berfungsi optimal. Teori rentang hidup juga memberikan penekanan eksplisit pada pertumbuhan yang berkelanjutan dan menghadapi tantangan atau tugas baru pada periode kehidupan yang berbeda.

Faktor-faktor yang berhubungan dengan *psychological well being* individu antara lain:

1. Usia

Penelitian yang dilakukan oleh Ryff ditemukan adanya perbedaan tingkat *psychological well being* pada setiap individu dari berbagai kelompok usia.<sup>7</sup> Ryff membagi kelompok usia ke dalam tiga bagian yakni dewasa awal (25-29 tahun), dewasa madya (30-64 tahun), dan dewasa akhir (> 65 tahun).

Dalam penelitiannya, disimpulkan bahwa dimensi penguasaan lingkungan dan dimensi otonomi mengalami peningkatan seiring bertambahnya usia, terutama dari dewasa muda hingga dewasa madya. Dimensi hubungan positif dengan orang lain juga mengalami peningkatan seiring bertambahnya usia.

Sebaliknya, dimensi tujuan hidup dan perkembangan pribadi memperlihatkan penurunan seiring bertambahnya usia, penurunan ini terutama terjadi pada dewasa madya hingga

---

<sup>7</sup>Carol D. Ryff, "Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being", *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 57, No. 6, (1989).

dewasa akhir. Dari penelitian tersebut menunjukkan tidak adanya perbedaan yang signifikan dalam dimensi penerimaan diri selama usia dewasa muda hingga dewasa akhir.

## 2. Jenis Kelamin

Hasil penelitian Ryff menyatakan bahwa dalam dimensi hubungan dengan orang lain dan perkembangan pribadi, wanita memiliki nilai signifikan yang lebih tinggi dibanding pria karena kemampuan wanita dalam berinteraksi dengan lingkungan lebih baik dibanding pria. Sejak kecil lingkup keluarga telah menanamkan dalam diri anak laki-laki sebagai sosok yang agresif, kuat, tegas dan mandiri, sementara itu perempuan digambarkan sebagai sosok yang pasif, tidak berdaya, serta sensitif terhadap perasaan orang lain dan hal ini akan terbawa sampai usia beranjak dewasa.<sup>8</sup>

## 3. Budaya

Ryff mengatakan bahwa sistem nilai individualisme yaitu suatu filsafat yang memiliki pandangan moral, politik atau sosial yang menekankan kemerdekaan manusia serta kepentingan bertanggung jawab dan kebebasan individu.<sup>9</sup> atau kolektivisme yaitu pendirian moral, filsafat politik, ideologi atau pandangan sosial yang menjunjung kelompoknya dan

---

<sup>8</sup>Ibid.,

<sup>9</sup><https://id.m.wikipedia.org/wiki/Individualisme> di akses tanggal 15 Desember 2019.

kepentingannya<sup>10</sup> memberi dampak terhadap *psychological well being* yang dimiliki suatu masyarakat. Budaya barat memiliki nilai yang tinggi dalam dimensi penerimaan diri dan otonomi, sedangkan budaya timur yang menjunjung tinggi nilai kolektivisme, memiliki nilai yang tinggi pada dimensi hubungan positif dengan orang lain.<sup>11</sup>

### **B. Ta'lim**

Secara bahasa *ta'lim* berarti pengajaran (*masdar* dari *'alima-yu'alimu-ta'liman*). Secara istilah berarti pengajaran yang bersifat pemberian atau penyampaian pengertian, pengetahuan, dan keterampilan. Menurut Abdul Fattah Jalal, *ta'lim* merupakan proses pemberian pengetahuan, pemahaman, pengertian, tanggung jawab sehingga diri manusia itu menjadi siap menerima hikmah dan mampu mempelajari hal-hal yang bermanfaat bagi dirinya (keterampilan).<sup>12</sup> Rasyid Ridha mengutarakan bahwa *ta'lim* sebagai proses transfer berbagai ilmu pengetahuan pada jiwa seseorang tanpa adanya batasan dan ketentuan secara spesifik.<sup>13</sup>

Seperti yang digambarkan dalam surat An-Nahl ayat 78, yang mana pada definisi ini mengacu kepada pengertian *ta'lim* adalah usaha

<sup>10</sup><https://id.m.wikipedia.org/wiki/Kolektivisme> di akses tanggal 15 Desember 2019.

<sup>11</sup>Carol D. Ryff, Corey Lee M. Keyes, "The Structure of Psychological Well-Being Revisited", *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 69, No. 4, (1995).

<sup>12</sup>Mappasiara, "PENDIDIKAN ISLAM (Pengertian, Ruang Lingkup dan Epistemologinya)", Vol. 7, No. 1, (Juni, 2018).

<sup>13</sup>Ibid.,

terus menerus manusia sejak lahir hingga mati untuk menuju dari posisi ‘tidak tahu’ ke posisi ‘tahu’.

وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ  
وَالْأَبْصَرَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ ﴿٧٨﴾

*“Dan Allah mengeluarkanmu dari perut Ibumu dalam keadaan tidak mengetahui sesuatu apapun, dan dia memberi kamu pendengaran, pengelihatn, dan hati agar kamu bersyukur.”<sup>14</sup>*

Ibnu Katsir menjelaskan ayat ini dengan mengatakan bahwa di antara karunia Allah kepada hamba-Nya adalah dengan mengeluarkan manusia dari perut ibunya dalam keadaan tidak mengetahui apapun, kemudian Allah mengaruniakan pendengaran yang dengannya dia mendengar segala jenis suara, dan pengelihatn yang dengannya ia melihat segala hal yang kasat mata, dan *af-idah*, yaitu akal yang pusatnya adalah di hati dan di otak, dan dengannya manusia mampu membedakan yang baik dan buruk dari segala sesuatu. Dan segala indera serta kemampuan yang telah Dia ciptakan itu membantu manusia untuk terus berkembang seiring dengan bertambahnya umurnya, hingga perkembangannya sempurna. Semua ini diciptakan oleh-Nya agar manusia mampu beribadah kepada-Nya dan menaati-Nya.<sup>15</sup>

<sup>14</sup>QS. An-Nahl (16): 78.

<sup>15</sup><https://www.google.com/amp/s/wakeupislam.wordpress.com/2017/10/23/tafsir-surat-an-nahl-78-hikmah-penciptaan-manusia-beserta-potensinya/amp/> di akses tanggal 10 November 2019.

### C. *Halaqoh*

*Halaqoh* dapat diartikan sekumpulan orang yang ingin mempelajari dan mengamalkan Islam secara serius. Menurut istilah *halaqoh* diberi definisi sebagai berikut<sup>16</sup>:

- 1) Sebagaimana yang dikutip oleh Zuhriani, Hanun Ashrohah menyatakan bahwa “*Halaqoh* adalah proses belajar mengajar yang dilaksanakan murid-murid dengan melingkari guru yang bersangkutan. Biasanya duduk dilantai serta berlangsung secara kontinu untuk mendengarkan seorang guru membacakan dan menerangkan kitab karangannya atau memberi komentar atas karya orang lain”.
- 2) *Halaqoh* (lingkaran) untuk mengajarkan berbagai ilmu pengetahuan yang terarah, didalamnya juga terjadi diskusi antar sesama murid dan guru.
- 3) *Halaqoh* adalah sebuah istilah yang ada hubungannya dengan dunia pendidikan, khususnya pendidikan atau pengajaran Islam (*Tarbiyah Islamiyyah*) istilah *halaqoh* (lingkaran) biasanya digunakan untuk menggambarkan sekelompok kecil muslim yang secara rutin mengkaji ajaran Islam. Jumlah peserta mereka dalam kelompok kecil tersebut berkisar antara 3-12 orang.

*Halaqoh* dijalankan atas beberapa prinsip yaitu keseriusan, memiliki rasa tanggung jawab atas kesuksesan *halaqoh*, kepercayaan, dan ketaatan kepada *murabbi* selama yang bersangkutan tidak bermaksiat

---

<sup>16</sup>Zuhriani, dkk, *Sejarah Pendidikan Islam*, (Jakarta: PT. Bumi Aksara/Direktorat Jendral Kelembagaan Agama Islam, 1997), 100.

kepada Allah, dan konsultasi dan komunikasi yang intens antara *mutarabbi* dan *murabbi*.<sup>17</sup>

Menurut Nakoesteen sebagaimana yang dikutip oleh Hasan Asari menyatakan bahwa pendidikan Islam yang diadakan di masjid adalah sistem yang unik karena memakai metode *halaqoh* (lingkaran). *Halaqoh* yaitu suatu kelompok murid atau orang yang berkumpul mengelilingi seorang guru atau syekh dan mengkaji tentang ilmu-ilmu Islam. Sang syekh biasanya duduk di dekat dinding atau pilar masjid, sementara muridnya duduk di depannya dengan membentuk lingkaran dan lutut para murid bersentuhan.<sup>18</sup>

Dalam hadits juga dijelaskan tentang *halaqoh*, yaitu:

*Dari Abu Waqid al-Laitsi radhiyallohu'anhu, ketika Rasulullah shallallahu'alaihi wa sallam sedang duduk dalam masjid bersama para sahabat, tiba-tiba datanglah tiga orang. Dua orang menghampiri Rasulullah shallallahu'alaihi wa sallam dan yang seorang pergi. Orang yang pertama melihat ada celah pada halaqah lalu duduk disana. Orang yang kedua duduk di belakang mereka (di belakang halaqoh). Sedangkan orang yang ketiga berpaling dan pergi. Setelah Rasulullah shallallahu'alaihi wa sallam selesai, beliau bersabda, "Maukah aku beritahu kalian tentang tiga orang tadi? Adapun salah satu dari mereka, dia mendekat kepada Allah maka Allah-pun mendekatkannya. Adapun*

---

<sup>17</sup>Muskinul Fuad, "Halaqoh Sebagai Model Bimbingan Kelompok Untuk Mengembangkan Kepribadian Muslim Universitas Pendidikan Indonesia", (2013).

<sup>18</sup>Baharuddin, *Dikotomi Pendidikan Islam (Historitas Dan Implikasi Pada Masyarakat Islam)*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2011), 215.

yang lain, dia malu, maka Allah-pun malu kepadanya. Dan yang lain lagi dia berpaling, maka Allah-pun berpaling darinya.” (HR. Bukhari dan Muslim).

Hadits tersebut menerangkan bahwa istilah *halaqoh* sudah ada sejak zaman Nabi dan diterapkan oleh Nabi dengan para sahabat di dalam masjid. Oleh karena itu, istilah *halaqoh* dikenal sebagai kumpulan orang yang sedang mengkaji ilmu tentang Islam. Dalam *halaqoh*, sangat diperlukan untuk memperluas majelis. Maksudnya adalah bahwa orang yang berhalaqoh harus memberi kesempatan bagi orang lain untuk mengikuti dan saling berbagi ilmu pengetahuan di dalamnya. Dalam ayat Al-Qur’an dijelaskan yaitu dalam Q.S Al-Mujadilah ayat 11:

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَأَفْسَحُوا  
 يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ أَنْشُرُوا فَأَنْشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْكُمْ  
 وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ ﴿١١﴾

“Hai orang-orang beriman apabila kamu dikatakan kepadamu: “Berlapang-lapanglah dalam majelis”, Maka lapangkanlah niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. dan apabila dikatakan: “Berdirilah kamu”, Maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. dan Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan.”<sup>19</sup>

<sup>19</sup>QS. Al-Mujadilah (58): 11.

Di berbagai kalangan *halaqoh* biasa disebut dengan istilah pengajian kelompok, dan *ta'lim*.<sup>20</sup> Bidang psikologi biasa disebut dengan konseling kelompok<sup>21</sup>, yang mana dalam konseling kelompok ini memiliki pendekatan yang secara substansi sama dengan metode *halaqoh*, yaitu FGD (*Focus Group Discussion*).

FGD (*Focus Group Discussion*) biasa juga disebut sebagai metode dan teknik pengumpulan data kualitatif dengan cara melakukan wawancara kelompok. Guna memperoleh pengertian yang lebih seksama, kiranya FGD dapat didefinisikan sebagai suatu metode dan teknik dalam mengumpulkan data kualitatif di mana sekelompok orang berdiskusi tentang suatu fokus masalah atau topik tertentu dipandu oleh seorang fasilitator atau moderator.<sup>22</sup> Sedangkan konseling kelompok merupakan hubungan antar pribadi yang menekankan pada proses berfikir sadar, perasaan-perasaan, dan perilaku-perilaku anggota untuk meningkatkan kesadaran akan pertumbuhan dan perkembangan individu yang sehat.<sup>23</sup>

Menurut Winkel dan Hastuti, layanan konseling kelompok adalah suatu proses antar pribadi yang dinamis, terpusat pada pikiran dan perilaku yang disadari, dibina, dalam suatu kelompok kecil mengungkapkan diri kepada sesama anggota kelompok dan konselor, dimana komunikasi antar

---

<sup>20</sup>Satria Hadi Lubis, *Solusi Problematika Halaqah*, (Jakarta: Misykat Publication, 2003), 137.

<sup>21</sup>Manah Rosmanah, "Pendekatan *Halaqoh* dalam Konseling Islam dengan *Coping Stress* sebagai Ilustrasi", *Intizar*, Vol. 19, No. 2, (2013).

<sup>22</sup>Edi Indrizal, "DISKUSI KELOMPOK TERARAH *Focus Group Discussion* (FGD) (Prinsip-Prinsip dan Langkah Pelaksanaan Lapangan).

<sup>23</sup>Manah Rosmanah, "Pendekatan *Halaqoh* dalam Konseling Islam dengan *Coping Stress* sebagai Ilustrasi", *Intizar*, Vol. 19, No. 2, (2013).

pribadi tersebut dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan diri terhadap nilai-nilai kehidupan dan segala tujuan hidup serta untuk belajar perilaku tertentu ke arah yang lebih baik.<sup>24</sup>

#### D. Muallaf

##### a. Definisi *muallaf*

Kata *muallaf* sendiri berasal dari bahasa Arab yang merupakan *maf'ul* dari kata *alifa* yang artinya menjinakkan, mengasihi. Sehingga kata *muallaf* dapat diartikan sebagai orang yang dijinakkan atau dikasihi.<sup>25</sup>

Seperti tertera dalam firman Allah surat At-Taubah ayat 60:

﴿ إِنَّمَا الصَّدَقَتُ لِلْفُقَرَاءِ وَالْمَسْكِينِ وَالْعَمَلِينَ عَلَيْهَا وَالْمُؤَلَّفَةِ قُلُوبُهُمْ وَفِي الرِّقَابِ وَالْغُرَمِينَ وَفِي سَبِيلِ اللَّهِ وَأَبْنِ السَّبِيلِ فَرِيضَةً مِّنَ اللَّهِ وَاللَّهُ عَلِيمٌ حَكِيمٌ ﴾

“*Sesungguhnya zakat-zakat itu, hanyalah untuk orang-orang fakir, orang-orang miskin, pengurus-pengurus zakat, Para mu'allaf yang dibujuk hatinya, untuk (memerdekakan) budak, orang-orang yang berhutang, untuk jalan Allah dan untuk mereka yuang sedang dalam perjalanan, sebagai suatu ketetapan yang diwajibkan Allah, dan Allah Maha mengetahui lagi Maha Bijaksana.*”<sup>26</sup>

<sup>24</sup>Elsa Gita Prasetya Maharani, Mungin Eddy Wibowo, dan Ninik Setyowani, “Meningkatkan Harga Diri pada Siswa Underachiever melalui Layanan Konseling Kelompok”, *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 2018.

<sup>25</sup>Ninin Kholida Mulyono, “Proses Pencarian Identitas Diri Pada Remaja *Muallaf*”, Skripsi, (2007).

<sup>26</sup>QS. At-Taubah (9): 60.

Secara bahasa *muallaf* dalam Ensiklopedia Hukum Islam didefinisikan sebagai seseorang yang hatinya dibujuk dan dijinakkan. Makna yang lebih luas adalah seseorang yang dicondongkan hatinya kepada perbuatan baik dan kecintaannya kepada Islam, yang buktikan melalui ucapan dua kalimat *syahadat*.<sup>27</sup> *Muallaf* adalah mereka yang telah melafalkan kalimat *syahadat* dan termasuk golongan muslim yang perlu diberikan bimbingan dan perhatian oleh golongan yang lebih memahami Islam. Setelah mengucapkan kalimat *syahadat* asumsi yang muncul adalah individu akan mulai mendalami Islam, dan dalam proses mendalaminya itu *muallaf* akan menemui beberapa tahap yang memerlukan ilmu, dorongan, kesabaran, nasehat, dan motivasi berkelanjutan untuk menghadapi setiap tahapan.<sup>28</sup>

*Muallaf* biasanya datang dengan berbagai alasan, seperti<sup>29</sup>:

1. Pernikahan.
2. Belajar dan menemukan secara keilmuan. *Muallaf* ini biasanya dasarnya adalah pelajar, atau mereka cendikia yang memang dari akademisi, mereka menemukan hidayah setelah mereka mempelajari Islam.

---

<sup>27</sup>Titian Hakiki, Rudi Cahyono “Komitmen Beragama pada *Muallaf* (Studi Kasus pada *Muallaf* Usia Dewasa)”, *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, Vol. 4, No. 1 (2015).

<sup>28</sup>Ninin Kholida Mulyono, “Proses Pencarian Identitas Diri Pada Remaja *Muallaf*”, Skripsi, (2007).

<sup>29</sup>Ramlah Hakim, “Pola Pembinaan *Muallaf* di Kabupaten Sidrap Provinsi Sulawesi Selatan”, *Jurnal Al-Qalam* Vol. 19, No. 1, (Juni, 2013).

3. Hidayah secara langsung. *Muallaf* ini disebabkan karena mimpi, dan tersadar dari koma, nazar atau niat berpindah agama jika niatnya terkabulkan, dan beberapa hal lain.

b. Kondisi psikologis *muallaf* secara umum

Dunia *muallaf* adalah fenomena psikologis yang mengandung bermacam gejala batin dan beberapa faktor yang mempengaruhinya, disebabkan karena dalam pribadinya muncul berbagai konflik baik yang berhubungan dengan keluarga, masyarakat, atau keyakinan yang pernah dianutnya. Penghayatan agama masih labil, sebagai dampaknya motivasi untuk pengembangan keimanannya juga kurang dan kemampuan untuk menerima agama Islam secara konsisten juga kurang.<sup>30</sup>

Adanya kebingungan, tekanan, dan perasaan putus asa yang menimbulkan kondisi yang tidak menyenangkan bagi individu sehingga mendorongnya untuk mencari perlindungan ke kekuatan lain yang dianggap mampu memberinya jawaban, ketenangan dan ketentraman jiwa.

Jalaluddin membedakan faktor psikologis yang bersumber secara internal dan eksternal.<sup>31</sup>

---

<sup>30</sup>Ibid.,

<sup>31</sup>Ninin Kholida Mulyono, "Proses Pencarian Identitas Diri Pada Remaja Muallaf Studi Kualitatif Fenomenologis", *Skripsi*, (Februari, 2007).

## 1. Faktor Internal

- a. Kepribadian: Tipe kepribadian melankolis memiliki kecenderungan untuk menjadi *muallaf*.
- b. Urutan kelahiran: Ada semacam kecenderungan urutan kelahiran mempengaruhi konversi agama. Anak-anak yang berada pada urutan tengah biasanya cenderung menjadi seorang *muallaf* dibandingkan anak sulung dan bungsu.

## 2. Faktor Eksternal

- a. Faktor keluarga: keretakan, ketidakharmonisan, perceraian, perbedaan agama orang tua, kurang mendapatkan pengakuan kerabat.
- b. Lingkungan tempat tinggal: ketidakmampuan beradaptasi dengan lingkungan, perasaan sendiri dan tidak dihargai oleh lingkungan.
- c. Perubahan status dan peran: perceraian, keluar dari sekolah, perubahan pekerjaan, perkawinan.
- d. Kemiskinan: kebutuhan ekonomi yang mendesak, kekurangan pangan yang menimbulkan keputusan.

Tindakan individu memilih untuk menjadi *muallaf* sudah tentu berdasarkan kesadaran dan keyakinan yang dianggap benar oleh diri individu tersebut, sehingga dinamika psikologis yang masih berkaitan

dengan keluarga dan kelompoknya perlu adanya penyesuaian diri dengan aturan atau cara pandang aktivitas yang relatif baru dan berbeda.<sup>32</sup>

Berbagai persoalan seperti gejolak batin, tekanan dari lingkungan yang mana akan mudah menggoncangkan keyakinan individu tersebut, disisi lain keinginan yang muncul dari diri individu itu sendiri pun memiliki peran yang penting seperti pengalamannya dimasa lalu saat masih berperilaku kurang baik dalam menjalani hidup, mengambil pelajaran dari hidupnya, dan memaknai kehidupannya saat itu akan membuat individu tersebut berupaya untuk introspeksi diri dan mengambil tindakan untuk melakukan perubahan dalam dirinya secara keseluruhan.

Secara teori metode pengajaran seperti *halaqoh* mampu merubah pikiran, perasaan, dan perilaku seseorang dalam kelompok *halaqoh* tersebut, seperti dalam penelitian yang dilakukan oleh Farida Rizki Umami yaitu “Pembentukan Karakter Religius Siswa Melalui Metode Halaqoh di SDIT Harapan Bunda Purwokerto” yang membahas tentang pembentukan karakter akan lebih efektif jika dilaksanakan secara terprogram dimensi yang paling menonjol berubah adalah di aspek kemandirian (*autonomy*) dan hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with other*) yang mana termasuk dalam aspek-aspek yang membangun *psychological well being*.<sup>33</sup>

---

<sup>32</sup>Hafidz Muhdhori, “Treatment dan Kondisi Psikologis Muallaf”, *Jurnal Bimbingan Konseling*, (2017).

<sup>33</sup>Farida Rizki Umami, “Pembentukan Karakter Religius Siswa Melalui Metode *Halaqoh* di SDIT Harapan Bunda Purwokerto”, *Skripsi*, (2015).

Dalam penelitian ini ingin mengungkap bahwa dengan kegiatan-kegiatan yang ada dalam *halaqoh* seperti interaksi antar peserta baik saat diskusi atau diluar diskusi, pemberian pemahaman tentang Islam yang fokus pada 1 buku pembahasan dan kesadaran peserta untuk ikut kegiatan *halaqoh* ini secara konsisten, akan mampu menumbuhkan aspek-aspek yang membangun *psychological well being* bagi peserta khususnya yang berstatus sebagai *muallaf*.

Paparan sebelumnya Ryff dalam penelitiannya salah satu aspek yang menumbuhkan *psychological well being* adalah hubungan positif dengan orang lain<sup>34</sup>, yang mana jika salah satu aspek ini terpenuhi akan memberikan stimulus pada aspek yang lainnya untuk juga tumbuh dan melengkapi individu tersebut sehingga merasakan *psychological well being* secara utuh.

---

<sup>34</sup>Carol D. Ryff, "Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being", *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 57, No. 6, (1989).