

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Keadaan Umum Desa Welahan Kecamatan Welahan Kabupaten Jepara**

##### **1. Sejarah Desa Welahan Kecamatan Welahan Jepara**

Desa Welahan berasal dari kata welah yang berarti dayung, mengisahkan perjalanan Sam Poo Kong menuju ke Sunan Muria dengan membawa kapal. Tujuan beliau adalah bersilaturahmi dan bertukar pengalaman. Dalam perbincangan, ada kata-kata yang diungkapkan Sam Poo Kong menyinggung dan kurang bisa diterima oleh Sunan Muria. Berawal dari situlah kemudian Sunan Muria nyabdani atau memberi ancaman kepada Sam Poo Kong. Dalam perjalanan pulang, kapal yang ditumpangi mengalami kecelakaan sehingga awak kapal terpecah. Jangkar kapal yang pecah tersebut terdampar di kota Rembang sedangkan layar kapal berada di daerah Keling dan welah (dayung) ada di Welahan.<sup>1</sup>

##### **2. Letak Geografis**

Kecamatan Welahan secara geografis merupakan tanah datar dan berombak 99% dengan suhu maksimum 30 derajat celsius dan suhu minimum 23 derajat celsius serta curah hujan terbanyak 155mm/th dalam 19 hari. Desa Welahan adalah salah satu dari lima belas desa yang terletak di Kecamatan Welahan, Kabupaten Jepara Propinsi Jawa Tengah. Topologi Desa Welahan adalah daerah dataran rendah dengan ketinggian 500 meter diatas permukaan laut, dan dengan suhu udara rata-rata 22°C – 24°C.

Desa Welahan terletak di kecamatan Welahan kabupaten Jepara mempunyai luas keseluruhan 411,00 Ha. Balai desa Welahan dengan pusat pemerintahan berjarak 25 KM. Sedangkan jarak balai desa dengan jarak pusat pemerintahan provinsi 45 KM. Batas wilayah desa Welahan secara administratif adalah sebagai berikut :

---

<sup>1</sup> <https://budaya-indonesia.org/Asal-Usul-Desa-Welahan-Jepara>

- a. Sebelah Utara : Desa Kalipucang Kulon  
Kecamatan Welahan Kabupaten Jepara
- b. Sebelah Timur : Desa Ketilengingolelo  
Kecamatan Welahan Kabupaten Jepara
- c. Sebelah Selatan : Desa Kedungsarimulyo  
Kecamatan Welahan Kabupaten Jepara
- d. Sebelah Barat : Desa Bugo / Gidangngelo  
Kecamatan Welahan Kabupaten Jepara<sup>2</sup>

### 3. Luas Wilayah

Desa Welahan memiliki luas keseluruhan 411,03 Ha dengan perincian sebagai berikut :

- 1) Tanah sawah : 120,60 Ha
  - a. Sawah tadah hujan : 120,60 Ha
- 2) Tanah kering : 150,43 Ha
  - a. Tegal/Ladang : 142,30 Ha
  - b. Pekarangan : 8,13 Ha
- 3) Fasilitas umum : 140,00 Ha
  - a. Tanah bengkok : 33,00 Ha
  - b. Sawah desa : 107,00 Ha

### 4. Keadaan Demografis

Jumlah penduduk yang bermukim di desa Welahan sebanyak 8460 jiwa dan jumlah kepala keluarga 3391 KK. Terdiri dari 4202 jiwa untuk laki-laki dan 4258 jiwa untuk perempuan.<sup>3</sup>

#### a. Keadaan Penduduk Menurut Tingkat Pendidikan

Jumlah penduduk berdasarkan tingkat pendidikan yang ditempuh adalah sebagai berikut :

---

<sup>2</sup> Arsip dokumentasi Kecamatan Kalinyamatan Kabupaten Jepara Tahun 2018, dikutip tanggal 1 September 2018

<sup>3</sup> Arsip dokumentasi Kecamatan Kalinyamatan Kabupaten Jepara Tahun 2018, dikutip tanggal 1 September 2018

**Tabel 4.1**  
**Jumlah Penduduk Berdasarkan Tingkat Pendidikan<sup>4</sup>**

No.	Tingkat Pendidikan	Laki-laki	Perempuan
1.	Usia 3-6 tahun yang belum masuk TK	45 orang	53 orang
2.	Usia 3-6 tahun sedang TK	32 orang	40 orang
3.	Tamat SD Sederajat	248 orang	268 orang
4.	Tamat SLTP Sederajat	91 orang	103 orang
5.	Tamat SLTA Sederajat	102 orang	131 orang
6.	Tamat D1 Sederajat	2 orang	3 orang
7.	Tamat D3 Sederajat	2 orang	4 orang
8.	Tamat S1 Sederajat	75 orang	41 orang
9.	Tamat S2 Sederajat	4 orang	1 orang
Total		1.245 orang	

Dari tabel diatas jumlah penduduk berdasarkan tingkat pendidikan ada 1.245 orang dengan jumlah paling banyak adalah penduduk dengan tamatan SD sederajat. Sedangkan paling sedikit adalah tamatan S2 sederajat.

**b. Keadaan Penduduk Menurut Jenis Pekerjaan**

Keadaan jumlah penduduk berdasarkan jenis pekerjaan yang dimiliki adalah sebagai berikut :

---

<sup>4</sup> Arsip dokumentasi Kecamatan Kalinyamatan Kabupaten Jepara Tahun 2018, dikutip tanggal 1 September 2018

**Tabel 4.2**  
**Jumlah Penduduk Berdasarkan Jenis Pekerjaan<sup>5</sup>**

No	Pekerjaan	Jumlah
1.	Petani	680 orang
2.	Buruh Tani	93 orang
3.	Nelayan	1 orang
4.	Ahli Pengobatan Alternatif	2 orang
5.	Peternak	35 orang
6.	Tukang Rias	3 orang
7.	Tukang Listrik	3 orang
8.	Satpam/Security	3 orang
9.	POLRI	8 orang
10.	Tukang Batu	17 orang
11.	Tukang Kayu	8 orang
12.	Tukang Sumur	4 orang
13.	Tukang Jahit	7 orang
14.	Montir	25 orang
15.	Karyawan Swasta	2200 orang
16.	Bidan	8 orang
17.	Tukang Kue	6 orang
	Total	3.103 orang

Berdasarkan tabel diatas, sebagian besar masyarakat Desa Welahan berprofesi sebagai petani dengan jumlah 680 orang. Beberapa penduduk lainnya banyak yang bekerja sebagai buruh tani, peternak serta pekerjaan yang lainnya. Sedangkan paling sedikit adalah pekerjaan nelayan dengan jumlah 1 orang.

---

<sup>5</sup> Arsip dokumentasi Kecamatan Kalinyamatan Kabupaten Jepara Tahun 2018, dikutip tanggal 1 September 2018

## 5. Sosial Keagamaan

### a. Agama Yang Dianut Masyarakat Desa Welahan

Di Desa Welahan sendiri berkembang 3 agama yang telah di anut oleh penduduk setempat. Agama tersebut adalah Islam, Konghucu dan Kristen.

### b. Tempat Ibadah Masyarakat Desa Welahan

Sarana peribadatan yang terdapat di desa Margoyoso adalah sebagai berikut :

**Tabel 4.3**  
**Jumlah Tempat Ibadah<sup>6</sup>**

No.	Tempat Ibadah	Jumlah
1.	Masjid	4 buah
2.	Mushola	37 buah
3.	Gereja	4 buah
4.	Klenteng	2 buah
Total		47 buah

Dari tabel diatas jumlah tempat ibadah paling banyak adalah mushola dengan jumlah 37 buah. Sedangkan masjid berjumlah 4 buah, gereja 4 buah dan klenteng 2 buah.

## B. Data Penelitian

### 1. Data Mengenai Faktor Yang Memengaruhi Kecemasan Masyarakat Akibat Pandemi Covid-19 Di Desa Welahan Kecamatan Welahan Kabupaten Jepara

Penyakit Covid-19 yang disebabkan oleh virus corona telah menjadi pelaporan yang terus terulang, diberitakan di seluruh Indonesia baik secara media cetak, elektronik, dan sosial. Melihat pengumuman pemerintah tentang kasus Covid-19 tersebut, membuat masyarakat cemas sehingga timbul *panic buying* untuk membeli alat pelindung diri sebagai pencegahan, sembako, dan lain-

---

<sup>6</sup> Arsip dokumentasi Kecamatan Kalinyamatan Kabupaten Jepara Tahun 2018, dikutip tanggal 1 September 2018

lain. pandemi dapat membuat gangguan pada kesehatan jiwa, seperti gangguan kecemasan, depresi sehingga mudah terkena efek kepanikan dan ancaman yang berhubungan dengan virus corona.

Menurut pengamatan H. Rusidi selaku tokoh agama Desa Welahan, faktor yang memengaruhi kecemasan masyarakat akibat pandemi Covid 19 adalah faktor usia, pekerjaan, lingkungan dan jenis kelamin. Usia-usia yang rentan mengalami kecemasan adalah usia diatas 40 tahun sedangkan pada usia lanjut lebih cenderung mengalami tingkat kecemasan yang ringan. Pekerjaan juga menjadi salah satu faktor masyarakat mengalami gangguan kecemasan. Adanya penurunan pendapatan dan juga diberhentikan dari pekerjaan menjadi momok yang ditakuti masyarakat.<sup>7</sup>

Haidar Ali selaku anggota Karang Taruna juga membenarkan bahwa banyak sekali faktor yang melatarbelakangi masyarakat mengalami gangguan kecemasan akibat wabah virus corona, bisa dari faktor usia, lingkungan, pendidikan juga faktor ekonomi.<sup>8</sup>

Muhammad Sofyan menambahkan bahwa untuk kalangan dewasa kebanyakan difaktor ekonomi banyak yang pendapatannya menurun dari biasanya belum lagi yang dipabrik-pabrik terancam di PHK dan dai faktor lingkungan tidak bisa berinteraksi dengan masyarakat luas seperti biasanya.<sup>9</sup>

Dapat disimpulkan bahwa faktor yang memengaruhi kecemasan masyarakat akibat pandemi Covid 19 adalah faktor usia, pekerjaan, lingkungan, pendidikan, ekonomi dan jenis kelamin.

Sejak adanya pembatasan-pembatasan sosial yang di terapkan di setiap daerah atau yang disebut dengan *social distancing* ini banyak menimbulkan kegaduhan diantara penduduk dunia. Perekonomian

---

<sup>7</sup> H Rusidi, wawancara oleh penulis, 8 Februari 2022, wawancara 1, transkrip.

<sup>8</sup> Haidar Ali, wawancara oleh penulis, 13 Februari 2022, wawancara 2, transkrip.

<sup>9</sup> Muhammad Sofyan, wawancara oleh penulis, 13 Februari 2022, wawancara 3, transkrip.

dunia mengalami penurunan karena banyak sektor-sektor baik perdagangan, informal maupun pariwisata mengalami kerugian dan berdampak buruk bagi pengusaha-pengusaha. Jarak antar sosial yang dibatasi, kini orang-orang menjadi asing karena ruang gerak yang dibatasi atau sudah tidak lagi bisa menjalani intreraksi sosial sebagaimana makhluk sosial pada umumnya. Hal tersebut menyebabkan masyarakat merasa khawatir, panik dan cemas karena kehadiran virus Covid-19 ini.

Menurut H. Rusidi selaku tokoh agama menuturkan bahwa ada beberapa hambatan yang dihadapi selama pelaksanaan terapi shalawat masyarakat Desa Welahan akibat pandemi Covid 19. Angka kematian yang semakin hari dan masyarakat yang terkena covid semakin meningkat, dalam pelaksanaannya ada pembatasan / jaga jarak yang diterapkan. Pelaksanaan majlis shalawat dan dzikir juga hanya berlangsung 30 menit karena mencegah kerumunan. Fasilitas juga belum memadai karena virus covid yang semakin meningkat kebersihan juga harus diperketat apalagi pelaksanaan majlis shalawat dan dzikir dilaksanakan di masjid yang notabennya menjadi tempat ibadah masyarakat.

## **2. Data Mengenai Pelaksanaan Majlis Shalawat Dan Dzikir *Al-Hikmah* Dengan Terapi Sholawat Untuk Menangani Kecemasan Akibat Pandemi Covid-19 Di Desa Welahan Kecamatan Welahan Kabupaten Jepara**

Masalah menjadi bagian dari hidup manusia dan sudah menjadi hukum alam karena tidak seorang pun dapat lepas dari masalah sedangkan kecemasan selalu menjadi bayangan hidup. Sebagai makhluk yang berakal, kekecewaan terhadap harapan-harapan yang tidak menjadi kenyataan, kondisi yang tidak sesuai, lingkungan yang tidak nyaman, sering menjadi sumber kecemasan tersendiri.

Wabah penyakit virus Covid-19 yang muncul secara tiba-tiba dan sangat cepat penyebarannya menjadi sebuah kekhawatiran bagi seluruh manusia. Sejak mewabahnya virus Covid-19 ini, pembatasan-pembatasan

sosial (*social distancing*) terus diterapkan di setiap daerah banyak menimbulkan kegaduhan diantara penduduk dunia. Rasa cemas takut akan tertular, khawatir akan masa depan yang buruk setelah pandemi berakhir menjadi momok yang membayang-bayangi masyarakat luas.

Ini juga yang dirasakan oleh masyarakat desa Welahan Kecamatan Welahan Kabupaten Jepara. Ibu Siti Rohmah mengungkapkan bahwa yang beliau rasakan dengan mewabahnya virus Covid 19 hatinya yang selalu kemrungung khawatir dan was-was jika mau ingin keluar rumah. Takut tertular virus apalagi sekarang banyak yang tertular virus lalu meninggal mendadak. Takut jika terjadi sesuatu dengan anak dan suaminya. Belum lagi beliau juga mengeluh akan penghasilan yang terus menerus menurun. Anak juga tidak bisa sekolah secara langsung sekarang semua jadi online. Beliau juga mengaku stress menghadapi semuanya yang serba mendadak dikarenakan virus Covid 19 ini.<sup>10</sup>

Kurang lebih hal yang sama juga dirasakan oleh Ibu Umiyati, beliau merasa takut dan ngeri melihat dan mendengar berita di TV yang selalu menyiarkan semua tentang covid-19 termasuk angka kematian dan yang tertular virus semakin banyak. Ibu Umiyati mengatakan bahwa tidak hanya dikota besar bahkan di desa pun sudah banyak yang terkena. Belum lagi saudara Ibu Umiyati juga sudah ada yang terkena jadi kekhawatiran beliau semakin menjadi.<sup>11</sup>

Kecemasan berbeda dirasakan oleh Muhammad Firdaus, ia mengungkapkan bahwa ada sedikit rasa cemas dalam dirinya tetapi tidak sampai mengganggu aktifitas sehari-hari. Ia masih beraktifitas seperti biasa namun tetap dengan mematuhi protokol kesehatan.<sup>12</sup>

Kecemasan juga dirasakan oleh Bapak Muhtadi yang berusia 54 tahun, Beliau merasa takut dan khawatir

---

<sup>10</sup> Siti Rohmah, wawancara oleh penulis, 15 Februari 2022, wawancara 4, transkrip.

<sup>11</sup> Umiyati, wawancara oleh penulis, 15 Februari 2022, wawancara 5, transkrip.

<sup>12</sup> Muhammad Firdaus, wawancara oleh penulis, 15 Februari 2022, wawancara 6, transkrip.

jika tertular covid-19. Usia beliau yang sudah tua menjadikan imun tubuh juga tidak sekuat anak-anak remaja yang dewasa. Lanjut usia rentan tertular covid-19. Beliau juga mengatakan bahwa sekarang tidak hanya tua muda maupun anak-anak semua bisa tertular dan ada juga yang tanpa gejala.<sup>13</sup>

Dari pernyataan beberapa masyarakat Desa Welahan diatas dapat disimpulkan bahwa mengungkapkan bahwa virus Covid 19 membuat seluruh lapisan masyarakat menjadi takut, cemas dan khawatir. Banyak sekali ketakutan yang disebabkan oleh virus Covid 19 tersebut seperti takut tertular, takut menularkan ke keluarga terdekat dan dilingkungan tempat tinggal dan ketakutan akan berdampak pada pendapatan sehari-hari dan lainnya.

Salah satu kegiatan keagamaan desa Welahan Jepara dinamakan sebagai majlis shalawat dan dzikir *Al-Hikmah*. Adapun yang dimaksud dengan majlis shalawat dan dzikir adalah suatu tempat atau perkumpulan yang bertujuan untuk mengingat kepada Allah SWT. Orang-orang yang sering bershalawat kepada Nabi Muhammad SAW serta menyebut dan mengucapkan kalimat Allah SWT.

Melalui kegiatan majlis shalawat dan dzikir *Al-Hikmah* tersebut, diharapkan jama'ah akan semakin dekat dengan Allah SWT, menghamba dan menyandarkan semua permasalahan dalam hidup ini hanya kepada Allah SWT, serta membuat hati dan jiwa merasa tenang, merasa cukup, berjiwa besar, mengingatkan akan datangnya kematian. Selain itu dengan majlis ini diharapkan jamaah merasa dekat dengan Rasulullah SAW beserta anak cucu beliau para habaib, auliya', dan ulama'.

Peran Islam dalam penyembuhan gangguan emosional secara empiris telah banyak dilakukan bahkan peran agama juga dijadikan sebagai landasan untuk membina kesehatan mental dan juga mampu membentuk

---

<sup>13</sup> Muhtadi, wawancara oleh penulis, 15 Februari 2022, wawancara 7, transkrip.

serta mengembangkan kepribadian seseorang melalui kegiatan-kegiatan peribadatan seperti dzikir, shalawat, wirid dan doa.

Organisasi Karang Taruna desa Welahan Kecamatan Welahan Kabupaten Jepara berinisiatif mengadakan majlis shalawat dan dzikir untuk menangani kecemasan akibat pandemi Covid 19 dengan terapi shalawat. majlis shalawat dan dzikir *Al-Hikmah* tersebut diadakan untuk membantu masyarakat yang mengalami kecemasan saat adanya wabah virus corona. Proses bantuan pada masyarakat dilakukan dengan menggunakan metode atau norma – norma agama Islam yakni dengan terapi shalawat dan dzikir. Dengan terapi shalawat dan dzikir diharapkan masyarakat tidak lagi mengalami gangguan kecemasan yang berlebihan. Inilah yang dikatakan oleh Haidar Ali selaku anggota Karang Taruna desa Welahan.<sup>14</sup>

Muhammad Sofyan juga menambahkan bahwa majlis shalawat dan dzikir *Al-Hikmah* ini bertujuan untuk membantu masyarakat di Desa Welahan Jepara ini agar dapat mengatasi permasalahan dan ketenangan jiwa dengan hanya meminta kepada yang Allah SWT. Karena setiap masalah pasti ada penyelesaiannya dan penawar bagi setiap manusia. Masyarakat harus lebih mengetahui bahwasanya Allah yang menyembuhkan segala penyakit apabila kita selalu meminta pertolongan dengan Allah.<sup>15</sup>

Dapat disimpulkan bahwa kegiatan majlis shalawat dan dzikir *Al-Hikmah* diadakan untuk membantu masyarakat yang mengalami kecemasan saat adanya wabah virus corona. Kegiatan tersebut bertujuan untuk membantu masyarakat di Desa Welahan Jepara agar dapat mengatasi permasalahan dan ketenangan jiwa dengan hanya meminta kepada yang Allah SWT. Karena setiap masalah pasti ada penyelesaiannya dan penawar bagi setiap manusia. Masyarakat harus lebih tau

---

<sup>14</sup> Haidar Ali, wawancara oleh penulis, 13 Februari 2022, wawancara 2, transkrip.

<sup>15</sup> Muhammad Sofyan, wawancara oleh penulis, 13 Februari 2022, wawancara 3, transkrip.

bahwasanya Allah yang menyembuhkan segala penyakit apabila kita selalu meminta pertolongan dengan Allah. Proses bantuan pada masyarakat dilakukan dengan menggunakan metode atau norma-norma agama Islam yakni dengan terapi sholawat dan dzikir. Dengan terapi shalawat dan dzikir diharapkan masyarakat tidak lagi mengalami gangguan kecemasan yang berlebihan.

Majlis shalawat dan dzikir dilakukan secara terprogram baik dalam beberapa tahapan karena proses bimbingan dan konseling yang dikemas dalam kegiatan majlis shalawat dan dzikir untuk menangani kecemasan sendiri tidak bisa dilakukan hanya sekali dua kali. Butuh waktu pemulihan, dengan motivasi agar meningkatkan kepercayaan diri dan merubah pemikiran-pemikiran yang lebih positif lagi.

Proses pelaksanaan majlis shalawat dan dzikir dengan terapi sholawat untuk menangani kecemasan akibat pandemi Covid 19 di Desa Welahan dilaksanakan di Masjid At-Taqwa dengan memenuhi protokol kesehatan yang sangat ketat dan diadakan pembatasan masyarakat yang ingin mengikuti kegiatan tersebut. Menurut H. Rusidi selaku tokoh agama menuturkan bahwa prosesnya sama dengan pelaksanaan sholawat seperti biasa, pelaksanaan dilakukan di masjid At-Taqwa pada pukul 19.30 ba'da Isya' seminggu dua kali pada hari Senin dan Rabu.<sup>16</sup>

Meskipun ada banyak terapi yang bisa dilakukan untuk membantu menangani kecemasan akibat pandemi Covid 19, organisasi Karang Taruna menjadikan shalawat sebagai terapi yang diberikan untuk membantu masyarakat desa Welahan.

Terapi yang diberikan dalam proses majlis shalawat dan dzikir *Al-Hikmah* untuk menangani kecemasan akibat pandemi Covid 19 di Desa Welahan lebih dominan ke pemberian terapi dengan sholawat dan dzikir, seperti shalawat nariyah, shalawat badar, shalawat tibbil qulob pembacaan Al-Berjanji dan dzikir. Meskipun

---

<sup>16</sup> H Rusidi, wawancara oleh penulis, 8 Februari 2022, wawancara 1, transkrip.

bukan hanya shalawat, ada juga sedikit ceramah yang diberikan. Terkadang diselingi dengan pembacaan yasin dan tahlil. Penuturan tersebut di ungkapkan H. Rusidi selaku tokoh agama desa Welahan.<sup>17</sup>

Ada beberapa metode yang digunakan dalam majlis shalawat dan dzikir *Al-Hikmah* untuk menangani kecemasan akibat pandemi Covid 19 di Desa Welahan yakni metode dengan cara berkelompok dan individu. Untuk mengikuti proses yang ada, metode dengan berkelompok ditiadakan untuk sementara waktu, menunggu pengumuman dari pemerintah mengenai jaga jarak selama Covid-19.

H. Rusidi selaku tokoh agama desa Welahan mengungkapkan dengan metode berkelompok kita dapat *sharing* atau bertukar pikiran dengan sesama individu yang lain. Ada juga yang biasanya lebih suka dan nyaman dengan cara individual atau secara empat mata.<sup>18</sup>

Penuturan masyarakat Desa Welahan diatas dapat disimpulkan bahwa proses pelaksanaan majlis shalawat dan dzikir *Al-Hikmah* dengan terapi sholawat untuk menangani kecemasan akibat pandemi Covid 19 di Desa Welahan dilakukan di masjid At-Taqwa pada pukul 19.30 ba'da Isya' seminggu dua kali pada hari Senin dan Rabu. Terapi yang diberikan lebih dominan ke pemberian terapi dengan sholawat, seperti shalawat nariyah, shalawat badar, shalawat tibbil qulob, dzikir diselingi dengan ceramah, pembacaan yasin dan tahlil.

Pada pelaksanaannya setiap masyarakat yang datang wajib di cek suhu tubuh. Ini dimaksudkan agar tetap menjaga protokol kesehatan. Jika suhu tubuh lebih dari 38°C dan terindikasi mengalami gejala virus Covid 19 seperti flu, batuk dan demam, masyarakat dianjurkan untuk kembali kerumah dan melakukan isolasi mandiri sementara. Jika suhu tubuh normal dan tidak sedang terpapar virus Covid 19, masyarakat diperbolehkan untuk

---

<sup>17</sup> H Rusidi, wawancara oleh penulis, 8 Februari 2022, wawancara 1, transkrip.

<sup>18</sup> H Rusidi, wawancara oleh penulis, 8 Februari 2022, wawancara 1, transkrip.

mengikuti kegiatan. Selanjutnya panitia atau yang bertugas dalam majlis ini sudah memberi batasan antar individu agar tetap melakukan jaga jarak antara satu dengan yang lain. Jika dirasa masyarakat yang mengikuti kegiatan tersebut sudah cukup, kegiatan akan dimulai. *Pertama*, kegiatan dimulai dengan membaca yasin dan tahlil. *Kedua*, dilanjutkan dengan membaca shalawat. Dalam tahap ini, masyarakat akan dibimbing oleh pembicara untuk meresapi lafal dari shalawat yang sedang dilantunkan. Pembacaan shalawat digunakan sebagai pendekatan terapi yang berfungsi untuk menetralkan atau mengosongkan permasalahan masyarakat. Dengan begitu masyarakat akan merasa lebih rileks dan nyaman. Selanjutnya, *ketiga* membaca asmaul husna dilanjutkan dengan do'a. Terakhir akan diisi mauidhoh hasanah oleh ustadz dan diselingi tanya jawab. Metode yang digunakan yakni metode dengan cara berkelompok dan individu.

Wabah virus Covid 19 yang masih menggejala di seluruh dunia dan belum sepenuhnya terkendali, masyarakat harus rela mengurangi kenyamanan dan mematuhi protokol kesehatan sesuai dengan anjuran pemerintah seperti memakai masker, mencuci tangan pakai sabun menjaga jarak dan membatasi aktifitas sosial yang berdampak pada kerumunan.

Masyarakat yang bisa mengikuti majlis shalawat dan dzikir tersebut adalah masyarakat yang sehat. Artinya individu tidak sedang mengalami gejala virus corona maupun yang sudah terkena paparan virus tersebut. Hal ini dimaksudkan agar masyarakat yang sehat tidak ikut terpapar virus maupun terkena gejalanya untuk mengurangi dan mencegah penularan virus covid-19. Hal tersebut diungkapkan Haidar Ali selaku anggota Karang Taruna desa Welahan.<sup>19</sup>

Muhammad Sofyan juga menambahkan bahwa sebetulnya semua lapisan masyarakat bisa mengikuti majlis shalawat dan dzikir ini, akan tetapi dihimbau untuk

---

<sup>19</sup> Haidar Ali, wawancara oleh penulis, 13 Februari 2022, wawancara 2, transkrip.

masyarakat yang memang sedang menderita, terpapar maupun yang sedang mengalami gejala virus covid 19 agar tetap dirumah saja isolasi mandiri sampai sehat dan dinyatakan bebas dari virus covid -19.<sup>20</sup>

Proses majlis shalawat dan dzikir merupakan suatu terapi secara agama yang bisa diterapkan, beribadah adalah salah satu kunci untuk lebih dekat dengan yang kuasa. Dalam proses suatu keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi, terjadi perubahan secara psikologis, fisik dan tingkah laku. Yang dapat menyebabkan seseorang akan mengalami gangguan pada dirinya sendiri seperti gangguan kecemasan.

Kecemasan adalah sesuatu yang tidak dapat dihindari ketika berada pada kondisi penuh tekanan seperti di masa pandemi Covid-19. Jika mulai merasa memiliki gejala gangguan mental ringan, langkah awal adalah minta pertolongan pada lingkungan terdekat yang dipercaya, bisa pasangan, orangtua, kakak, atau sahabat.

Ada bermacam pengobatan yang dilakukan terbukti efektif dalam menangani gangguan kecemasan secara umum, diantaranya dengan terapi. Terapi yang digunakan masyarakat desa Welahan yang diadakan oleh organisasi Karang Taruna dengan dibantu tokoh agama Islam setempat adalah mempergunakan adalah terapi sholawat dan dzikir. Shalawat dan dzikir adalah bentuk tanda mahabbah kita kepada Allah dan Rasulullah SAW.

### **3. Data Mengenai Dampak Bimbingan Konseling Islam Dengan Terapi Shalawat Untuk Menangani Kecemasan Masyarakat Akibat Pandemi Covid-19 Di Desa Welahan Kecamatan Welahan Kabupaten Jepara**

Ada berbagai upaya yang dilakukan untuk mengatasi kecemasan akibat pandemi Covid 19 di Desa Welahan. Ibu Siti Rohmah mengungkapkan bahwa yang ia lakukan untuk mengatasi kecemasan dengan cara lebih

---

<sup>20</sup> Muhammad Sofyan, wawancara oleh penulis, 13 Februari 2022, wawancara 3, transkrip.

mendekatkan diri lagi pada Allah. Beliau percaya bahwa yang memberi penyakit dan yang menyembuhkannya juga Allah, salah satunya dengan mengikuti kegiatan shalawat yang ada dimasjid do'a dan zikir bersama membuat batin beliau menjadi lebih tenang. Selain berdo'a juga harus mengikuti anjuran dari pemerintah yakni mematuhi protokol kesehatan membawa masker dan mencuci tangan setiap habis berpergian.<sup>21</sup>

Penuturan yang sama juga disampaikan oleh Ibu Umiyati, upaya yang dilakukan untuk mengatasi kecemasan akibat pandemi Covid 19 adalah dengan dirumah saja jika memang tidak ada hal yang penting, menghindari krumunan orang banyak, memakai masker, cuci tangan sama menjaga kesehatan juga. Selain itu juga sering shalat dzikir dan shalawat tentunya.<sup>22</sup>

Selalu berfikir positif mengalihkan perhatian tentang covid-19 ke hal-hal yang positif, terus menaati protokol kesehatan dan yang paling penting adalah menjaga kesehatan dan daya tahan tubuh dengan cara berjemur setiap pagi, mengkonsumsi vitamin C dan lain sebagainya adalah upaya yang dilakukan Muhammad Firdaus untuk mengatasi kecemasan akibat pandemi Covid 19 di Desa Welahan.<sup>23</sup>

Sama halnya dengan ketiga narasumber diatas, Bapak Muhtadi juga menyampaikan bahwa dirumah saja, keluar jika memang mendesak, menghindari bertemu orang terlebih dahulu, memakai masker adalah upaya yang dilakukan beliau lakukan untuk mengatasi kecemasan akibat pandemi Covid 19 di Desa Welahan. Meningkatkan ibadah dan mendekatkan diri pada Allah juga bentuk upaya yang beliau lakukan.<sup>24</sup>

Dapat ditarik kesimpulan bahwa upaya

---

<sup>21</sup> Siti Rohmah, wawancara oleh penulis, 15 Februari 2022, wawancara 4, transkrip.

<sup>22</sup> Umiyati, wawancara oleh penulis, 15 Februari 2022, wawancara 5, transkrip.

<sup>23</sup> Muhammad Firdaus, wawancara oleh penulis, 15 Februari 2022, wawancara 6, transkrip.

<sup>24</sup> Muhtadi, wawancara oleh penulis, 15 Februari 2022, wawancara 7, transkrip.

masyarakat yang dilakukan untuk mengatasi kecemasan akibat pandemi Covid 19 di Desa Welahan adalah dengan mematuhi protokol kesehatan sesuai anjuran pemerintah serta tidak lupa mendekatkan diri pada Allah. Karena yang memberi penyakit dan yang menyembuhkannya juga Allah.

Ibu Siti Rohmah mengungkapkan bahwa beliau merasakan ketenangan setelah mengikuti majlis shalawat dan dzikir *Al-Hikmah* dengan terapi Sholawat. Beliau juga mengatakan bahwa sakit, sehat, hidup, mati, rejeki sudah beliau pasrahkan ke Yang Maha Kuasa. Kalaupun dikasih sakit juga pasti juga diberi kesembuhan oleh Allah.<sup>25</sup>

Penuturan yang sama juga disampaikan oleh Ibu Umiyati, beliau juga merasakan ketenangan dan sudah berkurang juga kekhawatirannya. Beliau menambahkan ketika kita mengikuti anjuran dari pemerintah dan mendekatkan diri pada Allah, InsyaAllah kita akan diberi perlindungan dan keselamatan oleh Allah.<sup>26</sup>

Muhammad Firdaus juga mengungkapkan bahwa karena ia sering mendekatkan diri kepada Allah salah satunya dengan cara mengikuti kegiatan shalawat bersama di Masjid, ia menjadi lebih positif dalam berfikir. Tidak lagi parno terhadap berita-berita tentang covid-19 yang semakin banyak menyebar. Percaya pada Allah bahwa semua penyakit pasti ada obatnya.<sup>27</sup>

Hal tersebut juga disampaikan oleh Bapak Muhtadi, Beliau merasakan adem tenang jika sedang shalawatan, jadi lebih tenang menghadapi keadaan. Diberi sakit juga harus bersyukur itu artinya sedang ditegur sama Allah dan jangan lupa kalau sehat juga harus lebih tekun lagi ibadahnya.<sup>28</sup>

---

<sup>25</sup> Siti Rohmah, wawancara oleh penulis, 15 Februari 2022, wawancara 4, transkrip.

<sup>26</sup> Umiyati, wawancara oleh penulis, 15 Februari 2022, wawancara 5, transkrip.

<sup>27</sup> Muhammad Firdaus, wawancara oleh penulis, 15 Februari 2022, wawancara 6, transkrip.

<sup>28</sup> Muhtadi, wawancara oleh penulis, 15 Februari 2022, wawancara 7, transkrip.

Tokoh agama dan para anggota Karang Taruna desa Welahan menggunakan terapi sholawat untuk memberikan bantuan kepada masyarakat, di mana terapi sholawat ini memberikan dukungan dalam membina pembicaraan sendiri tentang keadaan masyarakat. Pada keadaan pasca pembacaan shalawat, masyarakat merasa lebih rileks, tenang dan nyaman.

Dapat ditarik kesimpulan bahwa dampak dari bimbingan konseling dengan menggunakan terapi shalawat yakni dalam kegiatan mengikuti majlis shalawat dan dzikir *Al-Hikmah* desa Welahan adalah merasakan ketenangan, berkurangnya kecemasan dan kekhawatiran, menjadi lebih positif dalam berfikir.

### C. Analisis

#### 1. Data Mengenai Faktor Yang Memengaruhi Kecemasan Masyarakat Akibat Pandemi Covid-19 Di Desa Welahan Kecamatan Welahan Kabupaten Jepara

Pandemi Covid-19 menjadi salah satu periode yang berat bagi semua negara yang mengalaminya, termasuk Indonesia. Pandemi tersebut tidak hanya memberikan dampak langsung dalam aspek kesehatan, melainkan aspek kehidupan lainnya, seperti aspek ekonomi dan sosial. Kebijakan pembatasan sosial dan karantina wilayah berpotensi membatasi masyarakat dalam melaksanakan aktivitas ekonomi, sehingga sirkulasi barang dan jasa menjadi terhambat. Kondisi tersebut terjadi dalam waktu yang cukup lama sehingga menyebabkan penurunan pertumbuhan ekonomi di wilayah yang mengalami pandemi COVID-19.

Faktor yang memengaruhi kecemasan masyarakat akibat pandemi Covid 19 adalah sebagai berikut :

##### 1. Faktor Ekonomi

Keuntungan yang diperoleh pelaku usaha mengalami penurunan akibat wabah Covid-19, baik dari sektor pariwisata maupun sektor penerbangan seperti penumpang akibat kebijakan *social distancing*. Di sektor industri pabrik, produksi juga mengalami penurunan akibat banyaknya karyawan yang di-PHK

serta dipulangkan oleh perusahaan sehingga mengakibatkan banyak orang menganggur.

Waralaba atau warung kecil juga diberikan kebijakan pemerintah yang biasanya buka dari jam 08.00 – 20.00 dikurangi jam buka sampai jam 08.00 – 15.00 WIB. Belum lagi penggunaan uang digital untuk membeli barang, karena uang kertas merupakan perantara penyebaran virus covid-19 yang mudah menular sehingga banyak orang menggunakan uang digital untuk menghindari penularan virus covid-19. Hal-hal tersebut menjadi kecemasan dan ketakutan bagi masyarakat khususnya di desa Welahan.

## 2. Faktor Pendidikan

Ketika wabah covid-19 menyerang Indonesia, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) menyatakan bahwa sekolah atau bidang pendidikan lainnya menyelenggarakan sistem pembelajaran jarak jauh / online. Melalui sistem ini, semua materi dan tugas dibagikan secara online. Hampir semua sekolah dan universitas tutup sementara agar kegiatan belajar langsung (tatap muka) tidak memperburuk infeksi virus covid-19. Kecemasan tidak hanya dialami orang dewasa saja, anak-anak juga mengalami kecemasan tersendiri. Banyaknya tugas-tugas sekolah tanpa arahan langsung dari guru menjadi beban yang akhirnya menimbulkan kecemasan bagi mereka khususnya anak-anak di desa Welahan.

## 3. Faktor Pekerjaan

Tidak hanya sekolah yang dilakukan secara online, namun di tempat kerja sistem Work From Home (WFH) juga diterapkan. Hal ini berdampak pada orang yang bekerja di area perkantoran. Terkadang pekerja kantoran memiliki jadwal piket sehingga saat di area kerja tidak banyak orang yang berkerumun dan juga dapat memutus mata rantai penyebaran virus.

## 4. Faktor Usia

Menurut penelitian, usia dewasa lebih

cenderung mengalami kecemasan. Pada penelitian, kecemasan lebih banyak dialami oleh usia dewasa awal karena sebagian besar belum memiliki pengalaman menghadapi stress.

Munculnya Covid-19 memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap kehidupan masyarakat. Menurut penelitian pengaruh covid-19 terhadap beberapa sektor kehidupan, apa yang dirasakan dan bagaimana masyarakat mengatasi keterbatasan yang diakibatkan oleh covid-19. Adapun sektor yang akan dibahas adalah pendidikan, ekonomi dan keagamaan. Pengambilan sektor-sektor ini didasarkan pada sektor yang bersinggungan langsung dengan Covid-19 serta kebijakan yang dikeluarkan pemerintah untuk WFH, pemberlakuan *social distancing*, adanya surat edaran Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) Direktorat Pendidikan Tinggi No. 1 tahun 2020 dan munculnya fatwa MUI (tentang Covid-19) yang memiliki kaitan langsung dengan sektor pendidikan, ekonomi dan juga keagamaan.<sup>29</sup>

Menurut dr. Rizal Fadli sampai saat ini masih belum ada vaksin untuk mencegah virus covid-19 namun dapat dilakukan dengan beberapa cara :<sup>30</sup>

1. Memakai masker saat bepergian jauh maupun dekat.
2. Seringlah mencuci tangan dengan sabun.
3. Hindari menyentuh wajah, hidung, atau mulut saat tangan dalam keadaan kotor atau belum dicuci.
4. Hindari kontak langsung atau berdekatan dengan orang yang sakit.
5. Hindari menyentuh hewan atau unggas liar.

---

<sup>29</sup> Wahyu Pratama P & Kurnia Sari K, Pengaruh Covid-19 Terhadap Kehidupan Masyarakat Indonesia : Sektor Pendidikan, Ekonomi dan Spiritual Keagamaan, Poros Onim, Jurnal Soisal Keagamaan Vol 1, No 2, Desember 2020, 144-159.

<sup>30</sup> Irda Sari, Analisis Dmak Pandemi Covid-19 Terhadap Kecemasan Masyarakat : Literature Review, Bina Generasi, Jurnal Kesehatan Edisi 12 Voll 2020, 69-76.

6. Membersihkan dan menseterilkan permukaan benda yang sering digunakan.
7. Tutup hidung dan mulut ketika bersin atau batuk dengan tisu. Kemudian, buanglah tisu dan cuci tangan hingga bersih.
8. Jangan keluar rumah dalam keadaan sakit atau kurang fit.
9. Segera berobat ke fasilitas kesehatan ketika mengalami gejala penyakit saluran pernafasan.
10. Mengonsumsi vitamin dan suplemen untuk memperkuat sisten kekebalan tubuh.

Selain dengan upaya pencegahan yang dilakukan diatas, Dadang Hawari menyebutkan bahwa ada usaha lain yang harus dilakukan dalam proses untuk menangani kecemasan yakni :

a. Usaha Berobat

Ketika seseorang mengalami kondisi yang tidak baik maka yang pertama ia harus lakukan berusaha untuk berobat dengan disertai dzikir dan shalawat.

*"Setiap penyakit ada obatnya. Jika obat itu tepat mengenai sasarannya, maka dengan izin Allah penyakit itu sembuh" (H.R. Muslim dan Ahmad).*

*"Berobatlah kalian, maka sesungguhnya Allah SWT tidak mendatangkan penyakit kecuali mendatangkan juga obatnya, kecuali penyakit tua" (H.R. At Tirmidzi).*

Bukan hanya do'a yang akan menyembuhkan seseorang tanpa adanya ikhtiar. Usaha berobat dengan medis juga dilakukan masyarakat desa Welahan. Tidak sedikit masyarakat yang berobat ketika mereka mengalami gejala covid-19. Meminum vitamin, olahraga teratur dan sering berjemur dipagi hari juga dilakukan sebagai bentuk pencegahan agar badan tetap sehat. Hal tersebut juga diiringi dengan do'a dan dzikir sebagai penyeimbang

b. Allah Yang Menyembuhkan

Ketika seseorang berusaha atau sudah sembuh

dari penyakit maka kita sebagai manusia harus selalu ingat bahwasanya yang menyembuhkan ialah Sang pemberi kesembuhan yakni Allah SWT.

وَإِذَا مَرَضْتُ فَبُهِرْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ

*Artinya : “Dan apabila aku sakit, Dialah yang menyembuhkan Aku”. (QS. Asy Syu’ara : 80)*

Dalam majlis shalawat dan dzikir ada doa yang selalu dipanjatkan diakhir kegiatan. Masyarakat desa Welahan meminta kesembuhan dari penyakit salah satunya dengan doa yang mereka panjatkan, ini juga dimaksudkan untuk meningkatkan iman kita sebagai seorang Muslim. Dengan doa mereka percaya bahwa ujian (penyakit) bahwa ujian ini datangnya dari Allah dan hanya Allah juga yang bisa memberi kesembuhan.

c. Kesabaran Saat Diuji Penyakit

Ketika seseorang diberikan cobaan salah satunya dengan ditimpakan ujian sakit, maka seyogyanya ia harus sabar dan ikhlas dalam menjalani proses penyembuhan. Ketika dilanda penyakit, hal yang pertama dilakukan ialah sabar menerima takdir yang telah ditetapkan oleh Allah. Masyarakat desa Welahan meyakini bahwa sabar saat sedang diuji sebagai tanda Allah akan meningkatkan derajat kita sebagai manusia dan selalu berprasangka baik pada Allah.

d. Penghapusan Dosa dan Ridha

Seseorang yang diuji sakit, ia harus ridha bahwa sesungguhnya setiap ujian dari Allah pasti akan ada hikmahnya. Salah satu hikmah dari sakit yaitu adanya penghapusan dosa. Masyarakat desa Welahan meyakini bahwa sakit akibat Covid – 19 yang sedang mereka derita, sebagai bentuk meleburkan dosa-dosa yang sengaja atau tanpa sengaja dilakukan dan selalu ridha dengan segala ketetapan Allah SWT.

e. Dibalik Kesulitan Ada Kemudahan

Ketika sudah menjalani berbagai proses ikhtiar namun hasilnya tetap sama, maka seseorang dianjurkan untuk bertawakal dan menyakini bahwa setiap kesulitan pasti ada kemudahan. Hal ini juga dirasakan oleh masyarakat desa Welahan. Ketika penyakit Covid-19 yang sedang mereka derita mulai berangsur sembuh, mereka juga menyadari bahwa menjaga kesehatan tidak menunggu harus sakit dulu. Mereka juga sudah beradaptasi pada pola hidup sehat yang mulai digenjarkan oleh pemerintah, ini memudahkan mereka agar dikemudian hari tidak ada yang tertular covid-19 karena abai terhadap pola hidup sehat.

f. Ketenangan Jiwa

Pada umumnya orang yang sedang menderita sakit diliputi oleh rasa cemas dan jiwa yang tidak tenang. Selain berobat pada ahlinya seperti dokter, maka berdoa dan berdzikir adalah solusi yang bisa juga dilakukan. Dzikir shalawat serta doa yang masyarakat desa Welahan lakukan pada majlis shalawat dan dzikir membantuk memberikan rasa tenang pada masyarakat yang mengikuti. Rasa ketenangan sangat membantu agar masyarakat tidak sepaneng dan selalu memikirkan penyakit yang sedang mereka derita.

g. Jangan Cemas dan Sedih

Biasanya orang yang sedang menderita sakit diliputi rasa kecemasan dan kesedihan. Kedua hal ini dapat memperberat penyakit yang sedang diderita. Dalam Al-Qur'an Surah Ali Imran ayat 139 dianjurkan untuk tidak bersikap lemah dan bersedih.

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿١٣٩﴾

*Artinya : “Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, Padahal kamulah orang-orang yang paling Tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman”.*(QS Ali

*Imran : 139)*

Kesedihan dan rasa cemas juga dirasakan oleh masyarakat desa Welahan yang sedang menderita Covid-19, hal tersebut wajar dirasakan apalagi Covid-19 adalah wabah yang baru dan sedang menyebar diseluruh dunia. Namun hal ini tidak lantas membuat masyarakat Desa Welahan terpuruk, mereka menyakini bahwa dengan Allah memberikan penyakit, Allah juga yang akan memberikan kesembuhan untuk umatnya. Masyarakat Desa Welahan juga masih melakukan aktivitas seperti biasa dengan tetap mematuhi protokol kesehatan yang telah dianjurkan pemerintah.

h. **Jangan Was-was, Bimbang dan Ragu**

Orang yang sedang sakit berkepanjangan seringkali diliputi oleh rasa was-was, bimbang dan ragu terhadap terapi sugesti oleh anjuran orang lain untuk seperti berobat pergi ke "orang pintar", dukun, paranormal dan sejenisnya, dan pada akhirnya dapat memperparah penyakitnya. Hal tersebut juga dirasakan oleh sebagian masyarakat Desa Welahan. Untuk menghindari hal tersebut perlu dipulihkan rasa percaya diri pada masyarakat salah satunya memberikan bimbingan dan konseling Islam dengan diadakannya majlis shalawat dan dzikir seperti di Desa Welahan untuk memberikan dukungan positif dan memberikan motivasi pada masyarakat.

**2. Data Mengenai Pelaksanaan Majelis Shalawat Dan Dzikir *Al-Hikmah* Dengan Terapi Sholawat Untuk Menangani Kecemasan Akibat Pandemi Covid-19 Di Desa Welahan Kecamatan Welahan Kabupaten Jepara**

Virus corona atau severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 (SARSCoV-2) adalah virus yang menyerang sistem pernapasan. Penyakit karena

infeksi virus ini disebut Covid 19. Virus corona bisa menyebabkan gangguan ringan pada sistem pernapasan, infeksi paru- paru yang berat, hingga kematian. Severe acute respiratory syndrome corona virus 2 (SARS- CoV- 2) yang lebih dikenal dengan nama virus corona adalah jenis baru dari corona virus yang menular ke manusia. Virus ini bisa menyerang siapa saja, baik bayi, anak-anak, orang dewasa, lansia, ibu hamil, maupun ibu menyusui.

Ketika kasus COVID-19 menjadi pandemic, WHO meminta banyak orang untuk tinggal dirumah atau karantina sendiri, pusat olahraga dan lokasi yang ramai individu beraktivitas dilakukan penutupan sementara. Tinggal di rumah dalam waktu lama dapat menimbulkan tantangan besar untuk tetap aktif secara fisik. Perilaku menetap dan tingkat aktivitas fisik yang rendah dapat memiliki efek negatif pada kesehatan, kesejahteraan, dan kualitas hidup individu. Karantina sendiri juga dapat menyebabkan stres tambahan dan dapat mengganggu kesehatan mental masyarakat.

Organisasi Karang Taruna desa Welahan Kecamatan Welahan Kabupaten Jepara berinisiatif mengadakan majlis shalawat dan dzikir untuk menangani kecemasan yang diakibatkan pandemi Covid 19 dengan terapi shalawat. Majlis shalawat dan dzikir. Proses majlis shalawat dan dzikir merupakan suatu terapi secara agama yang bisa diterapkan, beribadah adalah salah satu kunci untuk lebih dekat dengan yang kuasa.

Sebagaimana tujuan diadakannya majlis shalawat dan dzikir untuk membantu masyarakat di Desa Welahan Jepara ini, hal yang sama juga ada pada tujuan dari Bimbingan dan Konseling Islam yakni membantu berbagai permasalahan hidup dari seorang klien. Salah satu tema sentral dalam bidang studi Bimbingan dan Konseling Islam sendiri adalah psikoterapi. Dalam hal ini, psikoterapi adalah suatu proses penyembuhan atau perawatan yang dilakukan oleh konselor yang profesional kepada klien melalui pendekatan psikologi, Al-Qur'an dan Hadist.

Memberikan psikoterapi dari sudut pandang

keagamaan juga dianjurkan. Dalam Al-Qur'an dan hadist Nabi terdapat banyak sekali tuntunan dalam kehidupan di dunia agar manusia bebas dari rasa cemas dan lain sebagainya. Ada juga doa-doa yang pada intinya memohon kepada Allah SWT agar dalam kehidupan ini manusia diberi ketenangan, kesejahteraan dan keselamatan baik di dunia maupun kelak di akhirat. Sebagaimana firman Allah SWT dalam QS. Al-Baqarah ayat 112 :

بَلَىٰ مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِنْدَ رَبِّهِ ۖ  
وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴿١١٢﴾

*Artinya : “(tidak demikian) bahkan Barangsiapa yang menyerahkan diri kepada Allah, sedang ia berbuat kebajikan, Maka baginya pahala pada sisi Tuhannya dan tidak ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak (pula) mereka bersedih hati”.*(QS. Al-Baqarah : 112)

Psikoterapi dapat dilakukan melalui beberapa cara seperti meningkatkan keimanan dan ibadah klien, mendalami dan mengamalkan Al-Qur'an, terapi kejiwaan melalui shalat, zakat, puasa, haji, kesabaran, istighfar dan taubat serta terapi melalui shalawat dzikir dan doa. Hal tersebut juga yang coba diterapkan pada kegiatan majlis shalawat dan dzikir di Desa Welahan Jepara.

Majelis shalawat dan dzikir merupakan suatu perkumpulan Islami yang didalamnya terdapat beberapa rangkaian acara Islami dan lebih mengutamakan kepada syiar -- syiar Islami misalnya seperti pembacaan mauidhoh khasanah oleh beberapa para alim ulama juga melantunkan shalawat dan dzikir bersama dan doa penutup.

Proses pelaksanaan majlis shalawat dan dzikir *Al-Hikmah* untuk menangani kecemasan akibat pandemi Covid 19 di Desa Welahan dilaksanakan di Masjid At-Taqwa dengan memenuhi protokol kesehatan yang

sangat ketat dan diadakan pembatasan masyarakat yang ingin mengikuti kegiatan tersebut. Pelaksanaan sholawat berlangsung pukul 19.30 ba'da Isya' seminggu dua kali pada hari Senin dan Rabu

Pembacaan shalawat pertama-tama dilakukan dengan membaca tawassul kepada Nabi Muhammad saw dengan harapan mengharap syafaat dari beliau. Selanjutnya pembacaan shalawat maulid diba' dilaksanakan secara bersama-sama, disusul oleh beberapa shalawat lainnya. Ditengah-tengah pembacaan shalawat masyarakat yang mengikuti kegiatan tersebut diminta untuk meresapi pembacaan shalawat Nabi. Shalawat ditutup dengan pembacaan do'a dan dzikir bersama.

Adapun shalawat yang diamalkan adalah bacaan shalawat nariyah, shalawat badar, shalawat tibbil qulob dan masih banyak lagi. Shalawat tersebut merupakan amalan yang diyakini sebagai doa agar diberi kesehatan dan dijauhkan dari penyakit hati bertujuan untuk menenangkan hati dan fikiran.

Pembacaan shalawat dan dzikir digunakan sebagai pendekatan terapi yang berfungsi untuk menetralkan atau mengosongkan permasalahan konseli/masyarakat, bimbingan konseling Islam di sini difungsikan sebagai konstruksi nilai-nilai positif terhadap konseli. Setelah tahapan tersebut berjalan lancar, tibalah saatnya konselor (ustadz/ustadzah) memberikan bimbingan konseling Islam dengan memberikan penyemangatan terhadap konseli/masyarakat. Konselor menyemangati konseli sesuai dengan permasalahan yang tengah dihadapi yakni kecemasan akibat pandemi Covid-19.

Dalam proses shalawat jama'ah tidak hanya diam mendengarkan tetapi juga ikut melantunkan sholawat yang dibacakan, didalam majlis ini ada yang bertugas sebagai pembawa acara, memimpin pada saat dibacaknya shalawat dan kyai yang mengisi mauidhoh hasanah. Di sini jama'ah mengikuti rutinan shalawat tidak hanya cukup satu kali saja tetapi berkali-kali dalam jangka waktu yang panjang. Dalam jangka waktu yang panjang tersebut, jama'ah shalawat dan dzikir memiliki

perasaan dan kondisi psikis yang berbeda-beda setelah mengikuti acara rutin majlis shalawat dan dzikir tersebut.

Dalam kegiatan rutin shalawat ini banyak jamaah yang merasakan perubahan setelah mengikuti rutin shalawat. Perubahan yang dirasakan para jamaah berbeda-beda antara lain ada yang merasa hidup menjadi damai, nyaman dan tentram ada juga yang terobati rasa rindunya kepada Nabi Muhammad SAW. Sesuai dengan firman Allah :

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ  
تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

*Artinya : (yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram.*

Sesungguhnya beruntung bagi orang yang selalu membaca sholawat untuk Nabi Muhammad SAW, begitu besar pahalanya sehingga Rasulullah mengatakan bahwa manusia yang paling utama dihari kiamat kelak adalah mereka yang paling banyak bersholawat kepada Nabi Muhammad SAW.

Beberapa keutamaan membaca sholawat adalah :

1. Mendekatkan diri kepada Allah
2. Mendapat derajat yang tinggi dan menghapus kejahatan
3. Mendapatkan syafaat pada hari kiamat
4. Mendapatkan prioritas hubungan dekat dengan Nabi
5. Di golongan orang yang sholeh, dijauhkan dari penyesalan dan kerugian
6. Melipat gandakan pahala sepuluh hati
7. Melepaskan kebimbangan dihari kiamat
8. Sebagai pengganti shodaqoh apabila tidak mampu bershodaqoh
9. Mendapat curahan rahmat dan kebajikan dari Allah
10. Menyebabkan doa bisa sampai kehadirat Allah

Dengan metode terapi sholawat diharapkan mampu menambah keimanan seseorang sehingga dapat memberikan efek ketenangan dan memberikan rasa kenyamanan, mampu menstimulus otak dan tubuh masyarakat yang mengalami gangguan kecemasan akibat pandemi virus Covid 19 menjadi rileks dengan bacaan sholawat dan dzikir, serta dapat menyelesaikan semua permasalahan yang dihadapinya.

Dengan adanya penerapan terapi shalawat dan dzikir dalam pelaksanaan kegiatan majlis shalawat dan dzikir di desa Welahan yang dilakukan oleh tokoh agama dan organisasi Karang Taruna, proses penyembuhan masyarakat yang mengalami gangguan kecemasan akibat pandemi virus Covid 19 yang bernuansa Islami dengan sasaran untuk mewujudkan manusia yang berjiwa sehat.

Adapun masyarakat yang mengalami gangguan kecemasan akibat pandemi virus Covid 19 dengan cara terapi shalawat melalui beberapa tahap antara lain :

1. Tahap Komunikasi

Pengungkapan kegundahan hati dan kegelisahan, permasalahan apa yang dialami, tahap ini berefek katalis yaitu memberikan segala permasalahan keluar diri, dalam konteks ini kita dapat memberikan segala kegalauan hati kepada Allah. Selain itu dengan mengungkapkan ini kita mengajarkan pada individu untuk lebih dekat kepada Allah. Mengajarkan pengakuan atas segala dosa dan kesalahan, dan ini merupakan langkah awal, sebab dengan hati yang bersih Allah akan lebih jernih.

2. Tahap Kesadaran Hamba

Inti dari terapi ini adalah pembangkitan kesadaran terhadap kehambaan dan kesadaran akan kelemahan sebagai manusia. Bentuk kesadaran ini akan menghantarkan seseorang yang berdoa berada pada keadaan yang lemah. Tanpa adanya kesadaran akan kelemahan diri ini maka kesungguhan dalam berdoa akan sulit tercapai.

3. Tahap Penyadaran akan kekuasaan Allah

Selanjutnya setelah diri sadar akan segala kelemahan dan ketidakmampuan diri, maka dilakukan tahap selanjutnya, yaitu tahap penyadaran akan kekuasaan Allah SWT. Tahap ini menimbulkan pemahaman tentang hakikat sakit dan kelemahan yang dialami bahwa semua berasal dari Allah dan yang menyembuhkan adalah Allah.

Dengan terealisasikan ketenangan diri dan keimanan dalam hati seseorang mukmin, muncul dari keimanannya yang murni kepada Allah. Semua ibadah termasuk shalawat, dzikir dan doa pada hakikatnya adalah usaha untuk mengingat Allah.

### **3. Data Mengenai Dampak Bimbingan Konseling Islam Dengan Terapi Shalawat Untuk Menangani Kecemasan Masyarakat Akibat Pandemi Covid-19 Di Desa Welahan Kecamatan Welahan Kabupaten Jepara**

Setiap manusia dalam menghadapi permasalahannya sendiri, ada yang mampu menyelesaikannya sendiri maupun membutuhkan orang lain. Salah satu cara untuk mencari solusi adalah dengan berkonsultasi pada ahli konseling (konselor). Organisasi Karang Taruna desa Welahan membentuk suatu bimbingan konseling Islam yang bernama majlis shalawat dan dzikir *Al-Hikmah* dalam rangka membantu masyarakat mengalami kecemasan akibat pandemi Covid-19.

Bimbingan konseling Islami menetapkan tujuan konseling bahwa dalam kehidupan haruslah hubungan sesama manusia itu dilandasi oleh keimanan, kasih sayang, saling menghargai, dan berupaya saling membantu berdasarkan iman kepada Allah swt.

Tujuan konseling dalam Islam adalah *Pertama*, untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan, kesehatan dan kebersihan jiwa dan mental. Jiwa menjadi tenang, jinak dan damai (*muthmainnah*), bersikap lapang dada (*radhiyah*), dan mendapatkan pencerahan taufik dan hidayat Tuhannya (*mardhiyah*).

*Kedua*, konseling Islami bertujuan untuk

menghasilkan suatu perubahan, perbaikan dan kesopanan tingkah laku yang dapat memberikan manfaat baik pada diri sendiri, lingkungan keluarga, lingkungan kerja maupun lingkungan sosial dan alam sekitar.

*Ketiga*, konseling Islami untuk menghasilkan kecerdasan rasa (emosi) pada individu sehingga muncul dan berkembang rasa toleransi kesetiakawanan, tolong-menolong dan rasa kasih sayang.

*Keempat*, untuk menghasilkan kecerdasan spiritual pada diri individu sehingga muncul dan berkembang rasa keinginan untuk bebuat taat kepada Tuhannya, ketulusan mematuhi segala perintah-Nya serta ketabahan menerima ujian-Nya.

*Kelima*, untuk menghasilkan potensi ilahiyah, sehingga dengan potensi itu individu dapat melaksanakan tugas sebagai khalifah dengan baik dan benar; ia dapat dengan baik menanggulangi berbagai persoalan hidup; dan dapat memberikan kemanfaatan dan keselamatan bagi lingkungannya pada berbagai aspek kehidupannya.

Dari tujuan diatas ada kesamaan dari dampak adanya bimbingan konseling dengan menggunakan terapi shalawat yakni dalam kegiatan mengikuti majlis shalawat dan dzikir *Al-Hikmah* desa Welahan adalah merasakan ketenangan, berkurangnya kecemasan dan kekhawatiran, menjadi lebih positif dalam berfikir.

Dalam terapi shalawat dalam majlis shalawat dan dzikir *Al-Hikmah* tujuan yang ingin dicapai meliputi beberapa aspek meliputi :

1. Memperkuat motivasi untuk tetap berfikir positif dan tidak overthinking.
2. Mengurangi tekanan emosi melalui kesempatan untuk mengekspresikan perasaan (cemas).
3. Mengubah kebiasaan. Terapi memberikan kesempatan untuk merubah perilaku dari kebiasaan-kebiasaan yang buruk menjadi lebih baik. Hal ini diperbanyak hal-hal yang dianjurkan pemerintah dengan mematuhi prokes yang ada.

Sholawat juga sebagai sarana untuk menambah keimanan kepada Allah Swt dan Cinta kepada Nabi

Muhammad Saw, serta mengetahui tentang sunah-sunah Nabi Muhammad Saw agar masyarakat dapat menjadi pribadi yang lebih baik. Sholawat rutin dapat memberikan efek ketenangan dan memberikan rasa kenyamanan.

Adapun Sholawat yang diamalkan diyakini sebagai doa agar diberi kesehatan dan dijauhkan dari penyakit hati bertujuan untuk menenangkan hati dan pikiran. Shalawat memiliki kelebihan sebagai penawar atau obat, karena dalam bacaan tersebut terdapat kandungan tawasul kepada junjungan Nabi Besar Muhammad SAW. Sholawat dikhususkan untuk mengobati dan menyembuhkan berbagai macam penyakit, baik dhohir atau badaniyah maupun batin atau hati.

