

MANAJEMEN KURIKULUM KESEHATAN MENTAL DI MAJELIS TAKLIM MUSLIMAH

Liwa Kartina Hapip

Universitas Ibn Khaldun, Bogor

ummraihana@gmail.com

Endin Mujahidin

Universitas Ibn Khaldun, Bogor

endin.mujahidin@uika-bogor.ac.id

Nesia Andriana

Universitas Ibn Khaldun, Bogor

nesia.andriana@uika-bogor.ac.id

ABSTRAK

Covid-19 menyebabkan banyak orang kehilangan anggota keluarga, pekerjaan, bisnis sehingga banyak yang mengalami gangguan kesehatan mental. Majelis taklim bagi ibu rumah tangga merupakan saran untuk menuntut ilmu, meningkatkan keimanan, dan mendapatkan bimbingan dalam membina keluarga dianggap wadah yang tepat untuk mensosialisasikan kesehatan mental. Penelitian ini bertujuan merancang dakwah kesehatan mental untuk majelis taklim. Metode penelitian bersifat kualitatif deskriptif, data yang didapat dari literatur, observasi dan wawancara di lapangan. Hasil penelitian menunjukkan rancangan dakwah yang baik harus memperhatikan perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan, serta pengawasan. Proses perencanaan dakwah kesehatan mental di majelis taklim ditentukan oleh kurikulum yang digunakan yang dihasilkan dengan memadukan materi yang tercantum di silabus majelis taklim 2012 yang keluaran Kementerian Agama Republik Indonesia, materi yang dibutuhkan oleh jamaah muslimah, hasil evaluasi kegiatan majelis taklim tahun sebelumnya serta masukan dari ustadz/ustadzah. Pada proses pengorganisasian, majelis taklim harus berkoordinasi dengan Dewan Kemakmuran Masjid agar kegiatan efektif dan efisien. Pada proses pelaksanaan, memperhatikan jadwal pengajar dan jamaah harus diprioritaskan. Pada proses pengawasan, adanya masukan dari Dewan Pengawas Masjid dan jamaah dapat dijadikan evaluasi untuk pelaksanaan selanjutnya.

Kata kunci: dakwah, kesehatan mental, majelis

ABSTRACT

Covid-19 has caused many people to lose family members, jobs, businesses so that many are experiencing mental health problems. Majelis taklim for housewives is a suggestion to study knowledge, increase faith, and get guidance in fostering a family which is considered the right place to socialize mental health. This study aims to design mental health preaching for majelis taklim. The research method is descriptive qualitative, data obtained from literature, field observations and interviews. The results of the study show that a good da'wah design must pay attention to planning, organizing, implementing, and controlling. The process of planning mental health da'wah at the majelis taklim is determined by the curriculum used which is produced by combining the material listed in the 2012 majelis taklim syllabus which was the output of the Indonesian Ministry of Religion, the material needed by Muslim congregations, the evaluation results of the previous year's majelis taklim activities as well as input from ustadz/ustadzah. In the organizing process, the majelis taklim must coordinate with the Mosque Prosperity Council so that activities are effective and efficient. In the implementation process, paying attention to teacher and congregation schedules must be prioritized. In the supervision process, input from the Mosque and congregation Supervisory Board can be used as an evaluation for further implementation. Abstracts are written in Indonesian, a maximum of 200 words, made in one paragraph, and may not include abbreviations, citations, tables, images and trademarks. Abstract is the essence of the contents of the article that is poured in solid.

Key Words: *da'wah, majelis taklim, mental health*

PENDAHULUAN

Dahulu, pembicaraan mengenai kesehatan mental (*mental health*) adalah sesuatu yang tabu dibicarakan di masyarakat Indonesia, namun saat ini pembahasan hal tersebut sudah merupakan hal yang biasa. Istilah atau kata yang berhubungan dengan kesehatan mental seperti stres, depresi, *mental illness*, *burn out*, *healing* kerap digunakan dalam percakapan sehari-hari, terutama di kalangan anak muda. Mereka bahkan tidak sungkan menyatakan diri mereka terkena *mental illness*, sedang stres atau depresi, butuh *healing*, agak malu (sinasi) dan sebagainya, sebelum tegak diagnosa dari tenaga kesehatan.

Salah satu penyebab maraknya pembahasan kesehatan mental di masyarakat adalah meningkatnya penderita gangguan kesehatan mental di dunia, termasuk Indonesia. WHO menginformasikan bahwa hampir satu miliar orang di dunia mengalami gangguan mental. Rasa cemas dengan depresi adalah gangguan yang paling banyak diderita (Prihatini & Sumartiningtyas, 2022). Data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan pada usia 15 tahun mencapai 14 juta orang (Widowati, 2023). Tingginya angka penderita gangguan mental seiring dengan jumlah kasus bunuh diri di Indonesia. Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2015 mencatat setidaknya ada 812 kasus bunuh diri atau *suicide* di seluruh wilayah Indonesia (Priyambodo, 2017)

Di sisi lain, berdasarkan penelitian yang dilakukan *National Alliance of Mental Illness* telah merilis survey bahwa 1 dari 8 wanita merasakan depresi, dua kali lebih banyak dibandingkan dengan pria (Trifiana, 2019). Wanita lebih rentan

menderita depresi disebabkan wanita secara umum mengalami *premenstrual syndrome*, dikenal dengan istilah PMS, yang terjadi beberapa hari menjelang menstruasi. Wanita juga dapat mengalami depresi perinatal, yang merupakan depresi selama kehamilan dan setelahnya. Periode lain dimana wanita rentan mengalami depresi adalah saat menuju *menopause*, yang dikenal sebagai depresi *perimenopause*.

Berdasarkan fakta-fakta tersebut maka sosialisasi kesehatan mental perlu dilakukan kepada masyarakat. Meyakini atau mendiagnosa seseorang menderita stres, depresi atau gangguan kesehatan mental lainnya tidak boleh dilakukan serampangan, walaupun deteksi dini terhadap gangguan ini perlu dilakukan segera agar pemulihan lebih mudah dan cepat. Sosialisasi kesehatan mental untuk masyarakat yang paling tepat adalah melalui kaum Ibu.

Menargetkan kaum ibu sebagai sasaran sosialisasi kesehatan mental dianggap tepat karena perannya yang sangat strategis dalam keluarga. Ibu sering diharapkan dapat mengelola keuangan, mengurus rumah tangga, menopang emosi bagi anggota keluarga yang lain yang menyebabkan ia mudah tertekan secara emosional. Di sisi lain ia memiliki kondisi hormonal secara biologis yang mudah berubah. Mengenai peran strategis ibu dalam masyarakat dapat dicermati dari pepatah Arab yang menyebutkan ibu merupakan tiang negara, yaitu “Wanita adalah tiang negara, apabila wanita itu baik maka akan baiklah negara dan apabila wanita itu rusak, maka akan rusak pula negara.” Perumpamaan ibu sebagai tiang negara menyadarkan kita akan pentingnya peran ibu. Sosialisasi kesehatan mental kepada kaum ibu diharapkan dapat menjadikan ibu berkualitas lahir dan batin. Kualitas lahir adalah badannya sehat dengan memberikan makanan yang halal dan bergizi, sedangkan kualitas batin atau jiwa adalah diisi dengan iman, ilmu dan amal salih (Sulidar, 2015).

Sarana sosialisasi kesehatan mental bagi kaum ibu dapat dilakukan melalui PKK, posyandu atau kegiatan keagamaan seperti forum majelis taklim. Di Indonesia yang mayoritas penduduknya beragama Islam, melakukan sosialisasi penyakit di forum majelis taklim, mempromosikan kesehatan melalui tokoh agama kerap dilakukan. Saat Covid-19 organisasi keagamaan masyarakat seperti Nahdlatul Ulama dan Muhammadiyah menggunakan metode dakwah *qudwah hasanah* dengan mempublikasikan para tokoh organisasi mendapatkan vaksinasi Covid-19 dan dakwah *bil hal* dengan melaksanakan vaksinasi di beberapa tempat dan instansi pendidikan ormas tersebut (Ar’rahmah et al., 2022). Majelis taklim merupakan sarana untuk menuntut ilmu, meningkatkan keimanan, juga untuk mendapatkan bimbingan dan tuntunan dalam membina rumah tangga yang merupakan pengamalan ajaran Islam (Mujahidin, 2018). Di Indonesia, majelis taklim kerap dijadikan sebagai sarana pendidikan non formal keislaman. Didalamnya terdapat kegiatan pembelajaran layaknya lembaga pendidikan formal, ada pengajar yang biasa dipanggil kyai atau ustadz, dan ada peserta ajar yang biasa disebut jamaah. Majelis taklim bersifat terbuka dan tidak mengikat sehingga para ibu nyaman mengisi waktu luangnya disini. Jika sibuk dengan urusan rumah tangga ia boleh tidak hadir di majelis taklim, jika luang ia dapat mengikuti majelis taklim di beberapa tempat yang sesuai dengan waktunya.

Fenomena hijrah membuat perkembangan majelis taklim sangat pesat akhir-akhir ini (Srinarwati, 2022). Untuk menertibkannya Kementerian Agama

mengeluarkan Peraturan Menteri Agama (PMA) Nomor 29 Tahun 2019 tentang Majelis Taklim. Berdasarkan Peraturan Menteri Agama (PMA) Nomor 29 Tahun 2019 pasal 3 disebutkan fungsi penyelenggaraan majelis taklim antara lain, sebagai Pendidikan Agama Islam bagi masyarakat seperti penguatan silaturahmi, pemberian konsultasi agama dan keagamaan, pemberdayaan ekonomi umat. Dalam pasal 4 disebutkan diantara tujuan majelis taklim adalah meningkatkan kemampuan membaca dan memahami Al-Qur'an, membentuk manusia beriman, bertakwa dan berakhlak mulia, membentuk manusia yang memiliki pengetahuan agama yang mendalam dan komprehensif (Kemenag, 2019). Adanya Peraturan Menteri Agama (PMA) Nomor 29 Tahun 2019 tentang Majelis Taklim ini memperjelas kedudukan majelis taklim sebagai sarana pendidikan non formal, yang memiliki lebih banyak fungsi dibandingkan majelis serupa seperti majelis dzikir. Majelis zikir kegiatannya situasional, diadakan jika ada keprihatian agar dapat keluar dari krisis, berdoa untuk sesama muslim yang menghadapi bencana atau peperangan, berdoa untuk menghadapi Ujian Nasional, dan beberapa maksud lainnya (Dedi, 2022).

Peraturan Menteri Agama (PMA) Nomor 29 Tahun 2019 tentang Majelis Taklim tidak menetapkan kurikulum tertentu untuk majelis taklim sebagai pendidikan non formal. Di pasal 16 hanya disebutkan materi majelis taklim meliputi aqidah, syariah dan akhlak. Belum adanya ketentuan terhadap kurikulum majelis taklim merupakan peluang pengurus untuk menyusun rancangan dakwah berupa kurikulum yang sesuai dengan kebutuhan jamaah di wilayah tersebut. Kurikulum merupakan komponen yang penting untuk mencapai tujuan pendidikan, yang memberikan arahan bagaimana proses pembelajaran dilaksanakan sehingga berjalan dengan efektif dan efisien. Selain itu adanya kurikulum dapat dijadikan sebagai evaluasi tercapainya tujuan pembelajaran.

Penelitian mengenai majelis taklim dan hubungannya dengan kesehatan mental telah dilakukan sebelumnya. Hasil penelitian yang dilakukan terhadap jamaah majelis taklim di Probolinggo memperlihatkan adanya pengaruh kegiatan keagamaan dan dorongan sikap religiusitas terhadap kesehatan mental (Nali et al., 2020). Adanya hubungan positif antara bimbingan agama dengan kesehatan mental juga dibuktikan oleh jamaah majelis taklim di daerah Pancoran, Jakarta (Hariyanto, 2015). Dampak positif terhadap kesehatan mental yang didapatkan oleh jamaah saat mengikuti majelis taklim telah dibuktikan dari penelitian-penelitian di atas, namun belum ditemukan data mengenai manajemen kurikulum yang berhubungan dengan kesehatan mental di majelis taklim, masih sebatas manajemen majelis taklim konvensional (Mukti & Ali, 2016). Penelitian bertujuan untuk membuat rancangan dakwah berupa manajemen kurikulum kesehatan mental ibu di majelis taklim berdasarkan kegiatan yang telah dilakukan di Majelis Taklim Muslimah Masjid Darussalam, Kota Wisata Bogor. Adanya rancangan ini diharapkan dapat diterapkan di seluruh majelis taklim muslimah di Indonesia.

METODE

Metode yang digunakan pada penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif. Sebagai sumber primer dalam penelitian ini, penulis melakukan wawancara kepada DKM Masjid Darussalam, Kota Wisata dan jemaahnya, serta observasi saat penyelenggaraan majelis taklim muslimah. Sebagai sumber sekunder, peneliti melakukan studi dokumen masjid serta mengumpulkan

berbagai sumber referensi yang berkaitan dengan tema pembahasan. Langkah-langkah penelitian merujuk pada alur penelitian kualitatif yang meliputi tahap deskripsi, reduksi dan seleksi. Analisis data menggunakan analisis deskriptif dan analisis isi. Pada analisis deskriptif proses yang dilalui berupa pengumpulan/penyusunan data, serta penafsiran data tersebut secara deskriptif. Analisis deskriptif dapat bersifat memberi gambaran reflektif atau komparatif dengan membandingkan persamaan dan perbedaan kasus/fenomena tertentu. Sedangkan pada analisis isi adalah teknik penelitian untuk membuat inferensi-inferensi yang dapat ditiru, dan kesahihan data dengan memperhatikan konteksnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Majelis taklim merupakan salah satu organisasi dakwah yang berkembang pesat di Indonesia. Perannya sebagai pusat pembelajaran Islam (*Islamic Learning Institution*) diakui memiliki peran yang sangat besar didalam mencerdaskan kehidupan umat dan bangsa. Saat ini, keberadaan majelis taklim dirasakan semakin penting dan diharapkan dapat berperan lebih besar guna menjawab berbagai persoalan yang dihadapi masyarakat. Namun kebanyakan majelis taklim dikelola secara tradisional dengan menggunakan pendekatan pahala dan konsep lillahi ta'ala dan terkadang mengabaikan kualitas materi yang disesuaikan dengan kebutuhan jamaah, metode penyampaian, dan faktor-faktor lainnya. Keberhasilan pengelolaan dakwah erat hubungannya dengan manajemen dakwah. Manajemen dakwah yang baik harus memperhatikan prinsip-prinsip manajemen yang ada seperti POAC (*Planning, Organizing, Actuating And Controlling*) (Minangsih, 2014). Manajemen yang baik juga harus mempunyai prinsip ikhlas, jujur, amanah dan adil (Ahyani et al., 2021).

Manajemen dengan prinsip POAC (*Planning, Organizing, Actuating And Controlling*) yang dalam Bahasa Indonesia diterjemahkan dengan perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan dan pengawasan oleh George R. Terry. Aplikasi manajemen ini telah banyak diterapkan di berbagai lembaga termasuk lembaga pendidikan. Manajemen merupakan proses khas yang terdiri atas proses-proses tindakan perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan, dan pengawasan serta penilaian yang dilakukan untuk menentukan serta mencapai sasaran yang telah ditetapkan melalui sumber daya manusia dan sumber lainnya (Fatimah & Rohmah, 2016).

Perencanaan Dakwah

Sebagai lembaga pendidikan non formal, perencanaan manajemen dakwah majelis taklim sangat berhubungan dengan perencanaan kurikulum (Zuhri, 2019). Kurikulum yang tepat akan menunjang keberhasilan dakwah majelis taklim disebabkan tercapainya tujuan dakwah atau pendidikan. Oleh karena itu majelis taklim diharapkan memiliki kurikulum tersendiri, diselenggarakan secara berkala dan teratur dan diikuti oleh jamaah yang relatif banyak, dan bertujuan untuk membina dan mengembangkan hubungan yang santun dan serasi antara manusia dengan Allah. Antara manusia dengan sesamanya dan antara manusia dengan lingkungannya, dalam rangka membina masyarakat yang bertakwa kepada Allah (Dahlan, 2019). Sayangnya di lapangan banyak majelis taklim yang belum menjadi memiliki perencanaan kurikulum,

kegiatan cenderung dilaksanakan mengalir dan menerima apapun tema yang dibawakan oleh pemateri majelis taklim.

Dalam Peraturan Menteri Agama (PMA) Nomor 29 Tahun 2019 tentang Majelis Taklim, tidak digunakan kata kurikulum namun digunakan kata materi, yaitu seperangkat rencana dan pengaturan mengenai tujuan, isi, dan bahan pelajaran serta metode yang digunakan sebagai pedoman penyelenggaraan. Berdasarkan pasal 4, point b disebutkan bahwa tujuan majelis taklim adalah membentuk manusia yang beriman, bertakwa dan berakhlak mulia (Kemenag, 2019). Poin ini juga tercakup pada tujuan pendidikan pada Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (Kemendikbud, 2003).

Salah satu Majelis taklim muslimah yang biasa dilaksanakan di masjid Darussalam, Bogor memulai kegiatannya sejak sebelum tahun 2005. Awal mulanya dari kelompok kecil kemudian berkembang, sehingga saat ini kegiatan majelis taklim dihadiri 100-500 jamaah setiap kajiannya. Majelis taklim ini belum merumuskan visi tersendiri namun masih mengikuti landasan dari visi masjid Darussalam yaitu menjadi model pusat kemakmuran masjid menuju kebangkitan Islam yang kaffah. Dalam upaya mewujudkan visi tersebut, masjid Darussalam menyelenggarakan kegiatan peribadatan dan dakwah guna tersebarnya syiar Islam dan nilai-nilai keislaman yang *rahmatan lil 'alamin* dan moderat dalam kehidupan umat Islam dan bangsa Indonesia (Jibril & Shibab, 2023).

Dengan visi sebagai pusat kebangkitan Islam maka hal ini akan sangat berkaitan erat dengan peran pendidikan. Dengan baiknya pendidikan akan menjadi salah satu faktor kebangkitan Islam. Peran majelis taklim muslimah yang mendidik para ibu rumah tangga yang merupakan tiang negara sangat berperan dalam hal ini. Dengan merebaknya masalah kesehatan mental maka memasukan pembahasan masalah ini ke dalam kurikulum kegiatan majelis taklim adalah keniscayaan.

Berdasarkan Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional definisi kurikulum adalah seperangkat rencana dan pengaturan mengenai tujuan, isi, dan bahan pelajaran serta cara yang digunakan sebagai pedoman penyelenggaraan kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan. Pengertian kurikulum senantiasa mengalami perubahan disebabkan para pakar tidak kunjung puas dengan hasil pendidikan, terutama di lembaga pendidikan formal seperti sekolah. Tidak mungkin disusun kurikulum yang baik dan mantap untuk sepanjang zaman. Kurikulum mungkin hanya baik untuk suatu masyarakat tertentu pada masa tertentu (Asri, 2017).

Ditinjau dari jenis kurikulum berdasarkan subjek atau mata pelajaran maka kurikulum yang dipakai di majelis taklim muslimah masjid Darussalam adalah jenis *integrated curriculum*, yaitu pembahasan setiap pelajaran dilakukan secara terintegrasi sehingga didapatkan pengetahuan yang utuh terhadap suatu permasalahan. Sebagai contoh, saat pembahasan tema "hak dan kewajiban suami istri" yang merupakan bagian dari fikih munahakat maka akan dibahas juga masalah akidah, tafsir, akhlak, dan fikih muamalat. *Integrated curriculum* merupakan jenis kurikulum yang cocok untuk pembelajaran sistem andragogi. Sistem andragogi merupakan sistem belajar pada orang dewasa yang memanfaatkan pengalaman dan pengetahuan mereka sebagai sumber belajar, maka proses pembelajaran diawali dengan proses mengalami. Pada tahap ini

peserta diajak untuk mencoba mengalami situasi yang akan dijadikan sebagai dasar dalam proses menemukan pengetahuan baru. Pembelajaran atau pendidikan orang dewasa lebih mengarah kepada pencapaian pematapan identitas diri agar mereka menjadi dirinya sendiri sehingga kegiatan belajar bertujuan mengantarkan individu untuk menemukan jati dirinya, atau pendidikan merupakan *process of becoming a person* bukan *process of being shaped* yaitu proses pengendalian dan manipulasi untuk sesuai dengan orang lain, dan belajar merupakan proses untuk mencapai aktualisasi diri (*self-actualization*) (Astani, 2017).

Rancangan kurikulum yang baik harus bersifat faktual dan realistis, fleksibel, logis dan rasional, komitmen dan komprehensif. Yang dimaksud dengan faktual dan realistis adalah rancangan disusun harus berdasarkan fakta dan bisa direalisasikan. Sedangkan yang dimaksud logis dan rasional adalah rancangan kurikulum yang dibuat harus masuk akal untuk ditindaklanjuti. Demikian juga untuk target pencapaiannya harus terukur baik dari segi hasil maupun waktu. Rancangan kurikulum harus bersifat fleksibel dan harus memperhitungkan kemungkinan-kemungkinan yang bisa timbul dan menghambat pelaksanaan di lapangan. Fleksibel juga dapat diartikan keluasan untuk mempertimbangkan hal-hal yang kadang tidak terantisipasi sebelumnya. Rancangan kurikulum harus bersifat komitmen artinya para pelaksananya harus bekerja dengan penuh tanggung jawab untuk melaksanakan sesuatu apa yang telah digariskan. Dan terakhir rancangan kurikulum harus bersifat komprehensif atau menyeluruh sehingga bisa diciptakan suatu proses pelaksanaan yang sinergis dan dinamis (Kurnia & Wenarajasa, 2020).

Untuk majelis taklim muslimah masjid Darussalam sudah bersifat faktual, realitis, fleksibel karena tema yang diangkat cenderung mengikuti tren yang ada di masyarakat. Seperti tema materi dengan judul “Agar ‘layangan’ tidak putus” merupakan bahasan diangkat saat ini seri “layangan putus” ditayangkan di televisi. Namun kurikulum dirasa belum bersifat komitmen dan komprehensif karena masih kurangnya komitmen terutama para pengajar dalam mencapai tujuan pembelajaran. Hal ini terjadi karena belum dilibatkan para pengajar dalam menyusun kurikulum majelis taklim juga adanya pengajar tidak tetap yang tidak memahami tujuan pembelajaran secara komprehensif. Pembahasannya bersifat global sehingga beririsan dengan materi lain dan terjadi pengulangan pembahasan yang tidak diperlukan.

Sebagaimana di lembaga pendidikan formal, di majelis taklim juga harus dilakukan langkah-langkah perencanaan kurikulum. Langkah-langkah tersebut meliputi “*forecasting, objectives, policy, procedure, programming, schedule, dan budgeting*”. *Forecasting* adalah membuat prakiraan dengan mengantisipasi kedepan. Prakiraan tersebut didasarkan atas faktor-faktor organisasi pendidikan, baik yang bersifat kondisional maupun situasional. *Objectives* adalah perumusan tujuan berdasarkan perkiraan yang hendak dicapai dengan antisipasi kedepan sebagaimana pada langkah *forecasting*. *Policy* berarti kebijakan. Untuk mengidentifikasi berbagai macam jenis kegiatan yang diperhitungkan dapat mencapai tujuan *Programming* adalah seleksi atas kegiatan yang sudah dirumuskan pada langkah *policy*. Kegiatan yang telah diidentifikasi perlu diseleksi, agar dapat dicarikan jawaban atas pertanyaan berikut: (1) mengapa kegiatan tersebut perlu dilakukan; (2) apakah kegiatan tersebut memang benar-

benar perlu dilakukan. *Procedure* adalah merumuskan langkah-langkah secara berurut, juga dapat diartikan sebagai penentu sekuen, yang berarti bahwa kegiatan yang telah diseleksi pada langkah program tersebut diurutkan, mana yang harus didahulukan dan mana yang harus dikemudikan. *Schedule* adalah penjadwalan terhadap kegiatan yang sudah di prioritaskan sebagaimana pada langkah program. Jadwal tersebut perlu dibuat, agar kegiatan yang telah diurutkan pelaksanaannya menjadi kongkret kapan dilaksanakan dan siapa saja yang bertanggungjawab dan terlibat di dalamnya. *Budgeting* adalah pembiayaan, yang terdiri dari dua kegiatan yang pertama, mengalokasikan anggaran dan kedua, penentuan sumber anggaran (Aisyah et al., 2016)

Di majelis taklim muslimah, masjid Darussalam seluruh langkah perencanaan kurikulum ini belum dilaksanakan. Belum adanya kesadaran pengurus majelis taklim dalam melakukan hal ini dapat disebabkan para pengurus masih berfokus pelaksanaan kegiatan di lapangan namun konsep-konsep perencanaan kurikulum belum diperhatikan. Selain itu para pengurus yang bersifat *volunteer* menjadikan kegiatan majelis taklim sebagai kegiatan sampingan setelah tugas mereka sebagai ibu rumah tangga selesai.

Secara umum rumusan rancangan kurikulum majelis taklim dapat dilakukan sesuai dengan alur yang terdapat pada diagram 1. Untuk rancangan kurikulum kesehatan mental maka perbedaannya hanya pada materi ajar dan program yang dilaksanakan.



Diagram 1. Rancangan Kurikulum Majelis Taklim

Dengan memodifikasi kurikulum Kemenag RI, dalam hal ini silabus yang dikeluarkan pada tahun 2012 yang berisi rincian materi pembahasan yang dibagi menjadi tujuh pokok bahasan yaitu: akidah Islam, fikih ibadah, fikih munahakat, ekonomi islam/fikih muamalat, akhlak dan tasawuf, islam dan kesehatan, manajemen majelis taklim diharapkan didapatkan rancangan kurikulum kesehatan mental di majlis taklim (Kemenag, 2012). Untuk pembahasan akidah Islam maka pembahasan akan nama dan sifat Allah (*asmaaul husna*) perlu diperbanyak agar akidah jemaah semakin kokoh sehingga siap dalam mengatasi berbagai persoalan hidup yang dihadapinya saat ini. Pembahasan rukun Iman terutama rukun keenam yaitu percaya kepada qadha dan qadhar Allah diharapkan jemaah ridho dan tenang dalam menghadapi cobaan yang dialami sehingga tidak perlu terjadi gangguan kesehatan mental pada dirinya. Untuk

pembahasan fikih ibadah maka saat pembahasannya bisa dihubungkan dengan manfaat pelaksanaan ibadah. Jika dilakukan sesuai dengan kaidah fikih seharusnya semua ibadah yang kita lakukan menimbulkan rasa tenang dan bahagia, hal ini sangat baik untuk kesehatan mental. Ritual ibadah terbukti dapat menurunkan kecemasan bagi penderita Covid-19 (Fakhri et al., 2020).

Untuk pembahasan fikih munahakat maka perlu diperbanyak bahasan mengenai hak dan kewajiban suami istri. Di lapangan penyebab gangguan kesehatan mental banyak disebabkan karena masalah rumah tangga, yang ini dikarenakan para pasangan suami istri tidak mengetahui hak dan kewajiban masing-masing. Diharapkan dengan adanya pembahasan hal ini di majelis taklim akan tumbuh kesadaran pada suami dan istri sehingga tercapai rumah tangga sakinah (Bastiar, 2018). Pembahasan waris juga perlu dipelajari karena banyak kasus sengketa waris yang menyebabkan terputusnya silaturahmi dalam keluarga. Adanya pertikaian dalam keluarga secara otomatis akan menjadikan gangguan kesehatan mental pada pribadi yang labil.

Untuk pembahasan fikih muamalat maka perlu dibahas mengenai pengelolaan keuangan rumah tangga dan halal-haram harta. Persoalan ekonomi dalam rumah tangga merupakan salah satu penyebab utama terjadinya perceraian rumah tangga yang pada akhirnya akan berakibat fatal pada kesehatan mental anggota keluarga. Kebiasaan berhutang dalam memenuhi kebutuhan rumah tangga, mengkonsumsi harta haram dapat menyebabkan suasana rumah tangga tidak nyaman sehingga menimbulkan gangguan kesehatan mental (Bastiar, 2018).

Untuk pembahasan akhlak maka tema mengenai syukur, sabar, tawakal, pemaaf, qanaah (merasa cukup), dan lainnya merupakan hal-hal yang mendukung terwujudnya kepribadian islami yang imun terhadap gangguan kesehatan mental. Pembahasan mengenai adab kepada anak, orang tua dan tetangga merupakan bahasan yang penting dalam meningkatkan kesehatan mental. Terkadang permasalahan yang dapat mengganggu kesehatan mental disebabkan adanya adab yang tidak sesuai sehingga menyebabkan konflik dan menimbulkan ketidaknyamanan dalam kehidupan sehari-hari. Adab dalam bermedia sosial yang merupakan bahasan baru perlu diketahui para ibu rumah tangga. Adanya beberapa kasus tuntutan pencemaran nama baik terhadap ibu rumah tangga disebabkan belum adanya sosialisasi mengenai hal ini di masyarakat. Kejadian ini tentu sangat mengganggu kondisi mental anggota keluarga di sekelilingnya.

Untuk pembahasan islam dan kesehatan maka pembahasan mengenai penyakit mental perlu dilakukan. Bagi majelis taklim muslimah pembahasan mengenai *premenstrual syndrome*, depresi perinatal seperti *baby blues*, depresi *perimenopause* merupakan materi yang wajib dibahas. Diharapkan adanya pembahasan ini dapat menjadi langkah pencegahan terjadinya gangguan mental tersebut. Selain itu dengan adanya sosialisasi ini menjadikan masyarakat lebih memahami dan mengerti akan adanya penyakit ini sehingga dapat membuat *support system* yang baik sehingga pasien tidak bertambah parah.

Walaupun tidak ada bahasan mengenai pengasuhan dalam silabus majelis taklim yang dikeluarkan oleh Kemenag tahun 2012, namun tema ini dianggap penting untuk dibahas dalam meningkatkan kesehatan mental. Pengasuhan atau ilmu parenting dianggap ilmu yang harus dipelajari oleh para

muslimah, khususnya ibu rumah tangga. Stres pengasuhan merupakan salah satu penyakit yang banyak dialami para ibu rumah tangga. Bahasan mengenai psikologi perkembangan anak, pencegahan perundungan, pornografi, narkoba, sex bebas diharapkan dapat menambah wawasan para ibu rumah tangga sehingga dapat menghindarkan anak-anak mereka dari perilaku negatif tersebut. Pembahasan mengenai pengasuhan dapat dimasukkan ke bahasan tafsir Al-Qur'an dan Hadist. Tafsir surat Lukman, surat Ibrahim, dan ayat-ayat mengenai pengasuhan seperti Al Baqarah : 133, 233; An Nisaa : 9; As Saffat : 102; Hud : 42-43 dapat dijadikan bahasan (Ma'arif & Syafi'i, 2017) Untuk hadist dapat dibahas bagaimana akhlak Rasulullah kepada keluarga dan sahabat beliau yang masih anak-anak saat itu seperti Ali bin Abi Thalib, Ibnu Umar, Anas bin Malik, dan lainnya.

Di majelis taklim muslimah masjid Darussalam pembahasan materi-materi yang disebutkan di atas sudah dilakukan secara global mengingat majelis taklim ini telah lama berdiri. Untuk itu perlu dibuat rancangan kurikulum yang lebih komprehensif dan integratif mengenai kesehatan mental. Kurikulum yang baik adalah kurikulum yang dapat mengikuti perkembangan masyarakat. Walaupun belum mempunyai rancangan kurikulum secara tertulis namun majelis taklim muslimah telah melakukan pembahasan yang berguna bagi pembinaan kesehatan mental jemaah, khususnya ibu rumah tangga. Namun agar tujuan pembelajaran majelis taklim tercapai perlu dilakukan perencanaan pembuatan rancangan kurikulum dakwah setiap tahunnya.

Perencanaan kurikulum dakwah ini dapat diawali dengan melakukan *Focus Group Discussion* (FGD) yang menghadirkan para ustadz/ustadzah. Untuk pembahasan kesehatan mental perlu dihadirkan psikolog dalam diskusi tersebut. Selain itu jemaah tetap majelis taklim yang dirasa memiliki kemampuan untuk memberikan masukan perlu dilibatkan dalam FGD ini sebagai wakil dari user. Berikut adalah contoh rancangan silabus kesehatan mental yang telah dilakukan di majelis taklim muslimah masjid Darussalam, yang dapat dilihat di Tabel 1.

Tabel 1. Silabus Majelis Taklim

Akidah	Fikih Ibadah	Akhlak	Munahakat	Muamalat	Tafsir Hadis	Pengasuhan/Psikososial	Kesehatan
Makna Iman & Pengaruhnya	Wudhu & Shalat	Syukur, Sabar, Tawakal Pemaaf, Qana'ah	Khitbah & Nikah	Harta Haram	Surat Lukman, surat Ibrahim,	Psikologi perkembangan anak	Penyakit anak & ibu, gejala dan pencegahannya
Asma Al Husna	Shaum	Adab suami/istri, orang tua terhadap anak	Hak & Ke-wajiban suami istri	Pengelolaan Keuangan rumah tangga	Ayat-ayat Al Qur'an tentang pengasuhan QS 2: 133, 233; QS 4 : 9 QS37: 102 QS11 : 42-43	Pencegahan <i>bullying</i> , pornografi, narkoba, sex bebas	<i>premenstrual syndrome</i> , depresi perinatal depresi perimenopause
Qadha Qadhar		Adab bertetangga, Adab	Thalaq & aspeknya	Waris	Hadis Akhlak Rasul terhadap	Komunikasi asertif	Penyakit hati : Sombong, iri,

media sosial	sahabatnya	pemarah, riyah
--------------	------------	----------------

Pengorganisasian Dakwah

Setelah dilakukan perencanaan dakwah majelis taklim maka hal yang harus diperhatikan selanjutnya adalah pengorganisasian dakwah. Sebuah rencana yang baik jika tidak diorganisasikan dengan baik akan timbul konflik. Dalam majelis taklim yang tergabung dengan kegiatan masjid harus ada koordinasi yang baik agar kegiatan dapat saling mendukung. Tanpa pengorganisasian yang baik akan sulit mewujudkan hal tersebut. Sebagai contoh di masjid Darussalam terdapat divisi dakwah, divisi muslimah, divisi pendidikan, divisi ziswaf, divisi kesehatan dan kemanusiaan, dan beberapa divisi lainnya. Tiga divisi awal tersebut harus saling berkoordinasi agar tidak melakukan kegiatan atau target jemaah yang sama. Divisi dakwah dapat memfokuskan ke pembahasan yang bersifat umum yang dapat diukti oleh bapak-bapak dan ibu-ibu. Divisi muslimah, dalam hal ini majelis taklim muslimah fokus kepada pendidikan muslimah. Divisi pendidikan lebih memfokuskan ke pendidikan remaja dan anak-anak. Adanya pembagian fokus pembahasan membuat kegiatan masjid menjadi lebih efektif dan efisien.

Pengorganisasian terhadap jadwal kegiatan sangat penting dilakukan agar tidak bentrok antar divisi. Sebagai contoh saat majelis taklim muslimah mengadakan tabligh akbar maka divisi-divisi yang lain diharapkan dapat mengerahkan jemaahnya untuk menghadiri kegiatan ini. Pengorganisasian juga erat kaitannya dengan koordinasi tempat, anggaran, sumber daya manusia, dan hal-hal lainnya. Untuk itu adanya musyawarah kerja tahunan masjid wajib dilakukan sebagai langkah pengorganisasian kegiatan. Contoh kerjasama kegiatan majelis taklim dengan divisi lain di masjid Darussalam dapat dilihat di Tabel 2.

Tabel 2. Kegiatan Majelis Taklim Muslimah

No	Kegiatan	Kerjasama
1	Pembagian Sembako dan Jilbab	Divisi Ziswaf
2	Pemberian beasiswa dan alat tulis	Divisi Pendidikan dan Ziswaf
3	Tabligh Akbar	Divisi Pendidikan
4	Rihlah Jemaah Muslimah Dhuafa	Divisi Ziswaf
5	Khitan masal & Operasi Katarak	Divisi Ziswaf
6	Pos sehat	Divisi Kesehatan dan Kemanusiaan

Pelaksanaan Dakwah

Pelaksanaan dakwah sangat berhubungan dengan jadwal pengajar dan pembahasan materi. Majelis taklim cenderung bersifat open curriculum, dimana ustadz/ustadzah diberikan kebebasan penuh untuk menyampaikan materi yang dibawakan. Sistem ini bisa berdampak positif saat mendapatkan pengajar yang berwawasan luas, terus menambah ilmu dan memiliki perencanaan kurikulum yang baik. Namun jika mendapatkan pengajar yang sebaliknya maka akan didapatkan pengulangan materi yang dapat menyebabkan jemaah bosan dan majelis taklim bersifat stagnan.

Untuk menghindari hal ini, majelis taklim muslimah masjid Darussalam berusaha memilih pengajar yang pakar di bidangnya, dan umumnya memiliki jadwal yang padat. Alhamdulillah beberapa pengajar kompeten telah menjadi pengajar tetap di majelis taklim muslimah masjid Darussalam. Namun terkadang

saat pengajar ini sakit, majelis taklim terpaksa mengundang pengajar lain sebagai gantinya. Pengajar pengganti yang dipilih secara dadakan terkadang menyampaikan materi sesuai dengan yang pernah ia sampaikan di majelis taklim lain sehingga menyebabkan terjadinya pengulangan materi bahasan. Kejadian ini terkadang membuat jemaah kecewa dan protes terhadap pengurus terlebih saat pengajar tersebut favorit jemaah. Berdasarkan observasi di lapangan, mayoritas jemaah muslimah memilih menghadiri majelis taklim disebabkan pengajar atau ustadznya, bukan berdasarkan materi atau tema yang akan dibahas.

Agar pelaksanaan majelis taklim berjalan dengan tertib hendaknya dilakukan musyawarah khusus Dewan Kemakmuran Masjid, pengurus majelis taklim dan ustadz/ustadzah untuk menetapkan jadwal satu tahun ke depan berdasarkan dari hasil rapat kerja tahunan masjid. Adanya musyawarah khusus dengan pengajar diharapkan para ustad/ustadzah akan lebih berkomitmen dengan jadwal yang telah disepakati.

Pengawasan Dakwah

Dalam organisasi yang baik, adanya pengawasan merupakan keharusan agar sebuah kegiatan berjalan sesuai jalurnya. Di organisasi masjid umumnya ada Dewan Pengawas Masjid yang biasanya terdiri dari para ustadz yang mengerti tentang syariat. Dewan ini yang dapat menilai apakah kegiatan yang dilakukan sesuai atau tidak berdasarkan pandangan syariat. Adanya masukan dari Dewan Pengawas Masjid serta jemaah majelis taklim dapat dijadikan evaluasi untuk memperbaiki rancangan kegiatan dakwah di tahun berikutnya. Dengan adanya evaluasi diharapkan didapatkan rancangan dakwah yang lebih baik dan lebih sesuai dengan kondisi masyarakat atau jemaah.

SIMPULAN

Hasil penelitian yang dilakukan di majelis taklim muslimah masjid Darussalam, Kota Wisata Bogor menunjukkan rancangan dakwah yang baik adalah dengan memperhatikan proses perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan, dan pengawasan. Dalam proses perencanaan, khususnya dakwah kesehatan mental maka dilakukan dengan memadukan materi yang tercantum di silabus majelis taklim 2012 yang keluaran Kemenag RI, materi yang dibutuhkan oleh jemaah muslimah, hasil evaluasi kegiatan majelis taklim tahun sebelumnya serta masukan dari ustadz/ustadzah. Kurikulum dibuat untuk kegiatan majelis taklim selama satu tahun ke depan. Pada proses pengorganisasian, majelis taklim harus berkoordinasi dengan Dewan Kemakmuran Masjid agar kegiatan efektif dan efisien. Pada proses pelaksanaan, memperhatikan jadwal pengajar dan jemaah harus diprioritaskan. Pada proses pengawasan, adanya masukan dari Dewan Pengawas Masjid dan jemaah dapat dijadikan evaluasi untuk pelaksanaan selanjutnya.

REFERENSI

Ahyani, H., Abduloh, A. Y., & Tobroni, T. (2021). Prinsip-Prinsip Dasar Manajemen Pendidikan Islam Dalam Al-Qur'an. *Jurnal Isema: Islamic Educational Management*, 6(1), 37–46. <https://doi.org/10.15575/isema.v6i1.10148>

- Aisyah, Muniarti, & Niswanto. (2016). Kompetensi Manajerial Kepala Sekolah dalam Meningkatkan Kinerja Personil Sekolah pada SMP Negeri 1 Banda Aceh. *Jurnal Mudarrisuna: Media Kajian Pendidikan Agama Islam*, 6(1), 143–158. <http://dx.doi.org/10.22373/jm.v6i1.902>
- Ar'rahmah, F. K., Bimantara, A., Hidayat, I. A., Listiani, E. M., Aziz, M. A., & Huda, S. (2022). Metode Dakwah Nahdlatul Ulama dan Muhammadiyah dalam Percepatan Vaksinasi Covid-19 di Jawa Timur. *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwah*, 21(1), 91. <https://doi.org/10.18592/alhadharah.v21i1.6054>
- Asri, M. (2017). Dinamika Kurikulum di Indonesia. *Modeling: Jurnal Program Studi PGMI*, 4(2), 192-202. <https://jurnal.stitnualhikmah.ac.id/index.php/modeling/article/view/128>
- Astani, E. Y. (2017). Pengembangan Model Andragogi Untuk Meningkatkan Partisipasi Jamaah Majelis Taklim Nurul Huda Putri Di Dusun Semoya Tegaltirto Berbah Sleman. *Millah, Jurnal Studi Islam*, 16(1), 1-14. <https://journal.uin.ac.id/index.php/Millah/article/view/7930>
- Bastiar. (2018). Pemenuhan Hak dan Kewajiban Suami Istri Mewujudkan Rumah Tangga Sakinah. *Jurnal Ilmu Syariah*, 1(1) 77-96. <https://doi.org/10.32505/jurisprudensi.v10i1.872>
- Dahlan, Z. (2019). Peran dan Kedudukan Majelis Taklim di Indonesia. *Al Fatih: Jurnal Pendidikan dan Keislaman*, 2(2), 252–276. <https://doi.org/10.30821/alfatih.v2i2.40>
- Dedi, S. (2022). Fenomena Majelis Zikir (Kajian Pranata Sosial Peribadatan dalam Kehidupan Komunitas Muslim). *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwah*, 21(1), 75–89. <https://doi.org/10.18592/alhadharah.v21i1.5574>
- Fakhri, A., Ohara, S., Melinda, V., & Putri, A. (2020). Ritual Ibadah sebagai Upaya Penurunan Kecemasan pada Masa Pandemi Covid-19. *Psisula: Prosiding Berkala*, 2. 413–428. <http://dx.doi.org/10.30659/psisula.v2i0.13203>
- Fatimah, D. F., & Rohmah, N. (2016). Pola Pengelolaan Pendidikan Anak Usia Dini di PAUD Ceria Gondangsari Suowono Jawa Tengah: Tahun Pelajaran 2015-2016. *Manageria: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 1(2), 247–273. <http://ejournal.uin-suka.ac.id/tarbiyah/index.php/manageria/article/view/12-05>
- Hariyanto, U. (2015). *Pengaruh Bimbingan Agama terhadap Kesehatan Mental Jamaah Majelis Rasulullah Pancoran Jakarta Selatan*. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/31723>
- Jibril, M., & Shibab, M. (2023). Penerapan Strategi Public Relations di Lingkungan Masjid Darussalam Kota Cibubur. *Sintesa: Magister Journal of Communication Science Program*, 2(2), 139-148. <https://doi.org/10.30996/sintesa.v2i01.8469>
- Kemenag. (2012). *Silabus Materi Penyuluhan Agama pada Majelis Taklim*.
- Kemenag. (2019). *Peraturan Menteri Agama Nomor 29 Tahun 2019 tentang Majelis Taklim*.
- Kemendikbud. (2003). *Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional*
- Kurnia, D., & Wenarajasa. (2020). Perencanaan Kurikulum Pendidikan Islam. *At-Tazakki*, 4(2), 173–189. <http://dx.doi.org/10.47006/attazakki.v4i2.13546>
- Ma'arif, S., & Syafi'i, I. (2017). Aktualisasi Pola Pengasuhan Orang Tua Dalam

- Pembentukan Karakter Anak Di Era Digital Perspektif Al-Qur`an. *AL ITQAN: Jurnal Studi Al-Qur'an*, 3(2), 71–94. <https://doi.org/10.47454/itqan.v3i2.39>
- Minangsih, K. (2014). Paradigma Baru Pengelolaan Institusi Dakwah : Urgensi Ilmu Manajemen Mewujudkan Majelis Taklim Ideal. *Kontekstualita*, 29(2), 145–157.
- Mujahidin. (2018). Urgensi Majelis Taklim Sebagai Lembaga Dakwah di Masyarakat. *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwah*, 17(33), 1–12. <https://doi.org/10.18592/alhadharah.v17i33.2372>
- Mukti, A. H. A., & Ali, A. (2016). *Manajemen Kurikulum Majelis Taklim Konversi Diniyah Al-Ikhlas Kota Bandung*. SPeSIA: Seminar Penelitian Sivitas Akademika Unisba. Universitas Islam Bandung. <https://karyailmiah.unisba.ac.id/index.php/pai/article/view/12460>
- Nali, N., Prasetya, B., & Halili, H. R. (2021). Hubungan Kegiatan Keagamaan dan Motivasi Religiusitas terhadap Kesehatan Mental Anggota Majelis Taklim Nurul Hidayah. *Al Ilmi: Jurnal Pendidikan Islam*, 4(2). 218-235 <https://doi.org/10.32529/al-ilm.v4i2.1251>
- Prihatini, Z., & Sumartiningtyas, H. K. N. (2022). *WHO: Hampir 1 Miliar Orang di Dunia Alami Gangguan Kesehatan Mental*. Kompas.com. <https://www.kompas.com/sains/read/2022/06/20/193000823/who--hampir-1-miliar-orang-di-dunia-alami-gangguan-kesehatan-mental?page=all>
- Priyambodo, U. (2017). *Angka Bunuh Diri di Indonesia dan Cara Mencegahnya*. Kumparan Sains. <https://kumparan.com/@kumparansains/tren-bunuh-diri-di-indonesia-dan-mancanegara>
- Srinawati, D. R. (2022). Majelis Taklim JN Surabaya sebagai Wahana Hijrah. *Sahafa, Journal of Islamic Communication*, 5(1), 1–15. <https://doi.org/10.21111/sjic.v5i1.8298>
- Sulidar. (2015). Profil Kaum Ibu sebagai Tiang Negara dalam Perspektif Islam. *Seminar Peringatan Hari Kartini*. UIN Sumatera Utara
- Trifiana, A. (2019). *Ciri-ciri Depresi pada Wanita, Benarkah Kaum Hawa Lebih Rentan?* SehatQ. <https://www.sehatq.com/artikel/ciri-ciri-depresi-pada-wanita-benarkah-kaum-hawa-lebih-rentan>
- Widowati, C. A. (2023). *Definisi Gangguan Jiwa dan Jenis-jenisnya*. Kementerian Kesehatan Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2224/definisi-gangguan-jiwa-dan-jenis-jenisnya
- Zuhri. (2019). Majelis Ta`lim sebagai Model Pendidikan Non Formal Islam. *Al Uswah: Jurnal Riset Dan Kajian Pendidikan Islam*, 2(1), 23–38. <https://doi.org/10.24014/au.v2i1.6740>