

**METODE BIMBINGAN DAN PENYULUHAN ISLAM DALAM  
MENGATASI KECEMASAN MASYARAKAT TERDAMPAK  
PANDEMI COVID-19 DI DESA SUMBEREJO KECAMATAN  
MRANGGEN KABUPATEN DEMAK**

**Skripsi**

**Diajukan untuk memenuhi Tugas dan Melengkapi Syarat**

**Guna memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)**

**Bimbingan dan Penyuluhan Islam**



**Oleh :**

**NURUL HIKMAH**

**1601016127**

**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO**

**SEMARANG**

**2022**

**PENGESAHAN SKRIPSI**

**METODE BIMBINGAN DAN PENYULUHAN ISLAM DALAM MENGATASI  
KECEMASAN MASYARAKAT TERDAMPAK PANDEMI COVID-19 DI DESA  
SUMBEREJO KECAMATAN MRANGGEN KABUPATEN DEMAK**

Disusun Oleh

Nurul Hikmah

1601016127

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 28 Juni 2022 dan dinyatakan LULUS memenuhi syarat guna memperoleh gelar  
Sarjana Sosial (S.Sos)

Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji



Ema Hidayanti, S.Sos.I., M.S.I.

NIP: 198203072007102001

Penguji I



Yuli Nur Hasanah, M.Ag., M.Hum.

NIP: 197107291997032005

Sekretaris Dewan Penguji



Hj. Widayat Mintarsih, M.Pd.

NIP: 196909012005012001

Penguji II



Dr. Sulistio, S.Ag., M.S.I.

NIP: 197002021998031005

Mengetahui  
Pembimbing



Hj. Widayat Mintarsih, M.Pd.

NIP: 196909012005012001

Disahkan Oleh

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Pada Setasa, 28 Juni 2022



Prof. Dr. H. Ilyas Supena, M. Ag

NIP: 19720410 200112 1 003

## PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nurul Hikmah  
NIM : 1601016127  
Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya ini adalah hasil kerja saya sendiri dan didalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi di lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penelitian maupun yang belum/tidak diterbitkan, sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka.

Demak, 20 Juni 2022

Penulis,



**Nurul Hikmah**

Nim: 1601016127

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur kehadiran Allah SWT atas rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ini, sholawat dan salam senantiasa tercurah kepada junjungan nabi Muhammad SAW beserta keluarganya, para sahabat dan pengikutnya yang telah membimbing umat manusia ke jalan yang benar. Sebuah kebahagiaan bagi penulis, karena tugas dan tanggung jawab penyelesaian program studi sarjana (S1) Bimbingan dan Penyuluhan Islam fakultas dakwah dan komunikasi UIN Walisongo Semarang dapat diselesaikan dengan baik, dengan judul skripsi : **“METODE BIMBINGAN DAN PENYULUHAN ISLAM DALAM MENGATASI KECEMASAN MASYARAKAT TERDAMPAK PANDEMI COVID-19 DI DESA SUMBEREJO KECAMATAN MRANGGEN KABUPATEN DEMAK”**.

Penulis menyadari tersusunya skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini, penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Rektor UIN Walisongo Semarang Bapak Prof. Dr. Imam Taufiq, M.Ag, beserta jajarannya yang telah memberikan pengalaman berharga kepada peneliti selama menjalani proses perkuliahan.
2. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang Bapak Dr. Ilyas Supena, M.Ag, beserta jajarannya.
3. Ketua jurusan BPI ibu Dr. Ema Hidayanti, M.S.I dan sekretaris jurusan BPI ibu Widayat Mintarsih, M.Pd yang telah memberikan ijin untuk penulisan skripsi ini dan selaku pembimbing skripsi yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan pikirannya untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penulisan skripsi ini dan selaku wali dosen yang telah membimbing saya selama menjalani proses perkuliahan.
4. Segenap bapak/ibu dosen yang telah yang telah memberikan ilmunya dan membimbing saya selama dalam masa perkuliahan di lingkungan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.
5. Kepala Desa bapak Supriyadi beserta perangkat Desa yang telah memberikan izin dalam pelaksanaan penelitian dan pemuka Agama bapak KH. Ahyadi yang telah bersedia menjadi narasumber dalam penelitian ini serta membantu pelaksanaan penelitian.
6. Klien (masyarakat di Desa Sumberejo) yang sedang mengalami kecemasan terdampak Covid-19 yang telah bersedia menjadi narasumber dalam penelitian ini dan membantu pelaksanaan penelitian.

7. Ayahanda tercinta Maftukhin, Ibunda tercinta Sofiyatun, Aslikhatun Nafisah, Abu Mansur Almaturidi dan Lu'luatul Fadhilah beserta keluarga besar yang selalu tulus memberikan do'a dan dukungan sehingga penulis dapat menyelesaikan studi di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.
8. Semua teman-teman jurusan BPI 2016, keluarga besar BPI-D 2016, teman-teman perwalian ibu Widayat Mintarsih, M.Pd, teman-teman PPL di Panti Pelayanan Sosial PGOT "Mardi Utomo" Semarang, keluarga KKN mandiri di Desa Lempongsari, kecamatan Gajahmungkur Semarang tahun 2020 yang telah memberikan do'a, dukungan dan semangat kepada penulis.
9. Sahabat-sahabatku Kholiq Mansyur, Aislamia Azhari Ramadhanti, Siti Mahmudah, Vina Nazilatul Fadhilah, Aprianti, Zakiyatul Fathonah, Titin Fauziah, Dyah Nur Khaeni, Mulyanah, Ahmadun, Bani Raharjo, keluarga Racana Walisongo, keluarga kontrakan Annisa yang selalu memberikan semangat, memotivasi dan dukungan secara tulus.
10. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu tanpa maksud untuk melupakan yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini.

Demak, 16 Juni 2022

Penulis

**Nurul Hikmah**

**NIM : 1601016127**

## **PERSEMBAHAN**

Alhamdulillah dengan mengucapkan syukur kepada Allah SWT, skripsi ini saya persembahkan kepada:

Kedua orang tuaku, Bapak Maftukhin dan Ibu Sofiyatun yang selalu memberikan kasih sayang, semangat, do'a yang tidak pernah lelah dipanjatkan untuk putra-putrinya, motivasi yang tidak ternilai, baik dari segi materil maupun non materil serta dukungan sehingga penulis dapat menyelesaikan studi di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.

Almamater tercinta jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang yang telah memberikan banyak ilmu dan pengalaman kepada penulis selama menempuh studi di UIN Walisongo Semarang.

## MOTTO

إِنَّمَا يُوفَّى الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ

Artinya: “Hanya orang-orang yang bersabarlah yang disempurnakan pahalanya tanpa batas”  
(Q.S Az Zumar :10)

## ABSTRAK

Nurul Hikmah (1601016127) judul : **“Metode Bimbingan dan Penyuluhan Islam dalam Mengatasi Kecemasan Masyarakat terdampak pandemi Covid-19 di Desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak”**.

Masyarakat di Desa Sumberejo yang terdampak pandemi Covid-19 memiliki problem kecemasan. Kecemasan yang dialami yaitu kecemasan ringan hingga kecemasan berat. Kecemasan yang dialami masyarakat terdampak Covid-19 membuat kegiatan rumah dan berkumpul antar warga sangat terganggu. Problem kecemasan yang dialami masyarakat di Desa Sumberejo sangat membutuhkan bantuan dengan menggunakan Bimbingan Penyuluhan Islam.

Tujuan dari penelitian ini adalah 1) Untuk mengetahui kondisi kecemasan masyarakat terdampak Covid-19 di Desa Sumberejo kecamatan Mranggen kabupaten Demak 2) Untuk mengetahui metode Bimbingan dan Penyuluhan Islam dalam mengatasi kecemasan masyarakat terdampak Covid-19 di Desa Sumberejo kecamatan Mranggen kabupaten Demak. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dan pendekatan yang digunakan adalah deskriptif. Pengumpulan data dengan metode yang dilakukan dengan teknik observasi, wawancara dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan terdiri dari ringkasan data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Subyek penelitian ini yaitu Pemerintah Desa, Tokoh Agama, dan Masyarakat di Desa Sumberejo

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kondisi kecemasan masyarakat terdampak Covid-19 di Desa Sumberejo sebelum mendapatkan bimbingan dan penyuluhan Islam yaitu tingkat kecemasan yang dialami masyarakat dominan sedang, ada pula masyarakat yang mengalami kecemasan ringan, dan tinggi. Gejala kecemasan ringan berupa gelisah, tangan gemetar, dan ketegangan otot. Gejala kecemasan sedang berupa gelisah, sulit konsentrasi, sulit tidur, bingung, sakit kepala, mual dan muntah. Sedangkan gejala kecemasan tinggi berupa merasa takut dan bingung, gelisah, tidak bisa tidur, sakit kepala, mual, muntah, demam, menarik diri dan merasa sulit berfikir jernih. Kondisi kecemasan masyarakat terdampak Covid-19 membuat masyarakat merasa khawatir jika di asingkan atau dikucilkan oleh masyarakat lain karena dikait-kaitkan dengan virus Covid-19, cemas jika kehilangan keluarga dan terpisah dengan keluarga, serta khawatir jika kehilangan mata pencaharian. Kondisi kecemasan masyarakat di desa Sumberejo setelah mendapatkan bimbingan dan penyuluhan Islam mulai membaik dengan kembalinya aktivitas sehari-hari, tetapi perasaan takut dan khawatir masih sedikit terasa. Metode bimbingan dan penyuluhan Islam dalam mengatasi kecemasan masyarakat terdampak pandemi Covid-19 di Desa Sumberejo adalah pertama, melakukan sosialisasi yang dilakukan oleh tim satgas dengan tujuan agar warga mengenal virus, bahaya, serta gejala yang di timbulkan dan bagaimana mengantisipasinya, . Kedua, pemerintah desa mengadakan penyediaan bantuan kesehatan dengan cara pembagian masker, mengukur suhu tubuh, tempat cuci tangan, penyemprotan disinfektan, pemberian bantuan pandemi Covid-19, dan penyediaan vaksinasi Covid-19. Ketiga, memberikan penyuluhan Islam melalui pengajian virtual secara tidak langsung melalui grup whatsapp yang di bimbing oleh pemuka agama. Pengajian virtual yang dilakukan bertema sabar, ikhtiar, dzikir, dan berprasangka baik. Kegiatan ini dilakukan satu kali dalam seminggu disetiap hari senin malam selasa.

**Kata kunci : Kecemasan, Covid-19, Bimbingan dan Penyuluhan Islam**

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>iv</b>
<b>PERSEMBAHAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>ix</b>
<b>BAB I: PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian .....	7
E. Tinjauan Pustaka .....	7
F. Metodologi Penelitian .....	11
G. Sistematika Penulisan.....	16
<b>BAB II: KERANGKA TEORITIK .....</b>	<b>18</b>
A. Bimbingan Penyuluhan Islam.....	18
a. Pengertian Bimbingan dan Penyuluhan Islam.....	18
b. Tujuan Bimbingan dan Penyuluhan Islam.....	21
c. Fungsi Bimbingan dan Penyuluhan Islam.....	22
d. Metode dan Teknik Bimbingan dan Penyuluhan Islam.....	23
B. Kecemasan Masyarakat Terdampak Covid 19.....	28
a. Pengertian Kecemasan Masyarakat Terdampak Covid 19.....	28
b. Jenis-jenis Kecemasan.....	31
c. Tingkat Kecemasan.....	32
d. Gejala-gejala Kecemasan.....	33
e. Faktor-faktor Kecemasan.....	34

C. Urgensi Metode Bimbingan dan Penyuluhan Islam dalam Mengatasi Kecemasan Masyarakat Terdampak Covid 19.....	36
<b>BAB III: GAMBARAN UMUM DESA SUMBEREJO KECAMATAN MRANGGEN KABUPATEN DEMAK.....</b>	<b>39</b>
A. Keadaan Umum Desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak.....	39
B. Kondisi Kecemasan Masyarakat Terdampak Covid 19 di desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak.....	45
C. Metode Bimbingan dan Penyuluhan Islam dalam Mengatasi Kecemasan Masyarakat Terdampak Covid 19 di Des Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak.....	51
<b>BAB IV: ANALISIS METODE BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM DALAM MENGATASI KECEMASAN MASYARAKAT TERDAMPAK PANDEMI COVID 19 DI DESA SUMBEREJO KECAMATAN MRANGGEN KABUPATEN DEMAK.....</b>	<b>57</b>
A. Analisis Kondisi Kecemasan Masyarakat Terdampak Pandemi Covid 19 di Desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak.....	57
B. Analisis Metode Bimbingan dan Penyuluhan Islam dalam Mengatasi Kecemasan Masyarakat Terdampak Pandemi Covid 19 di Desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak.....	61
<b>BAB V: PENUTUP.....</b>	<b>70</b>
A. Kesimpulan.....	70
B. Saran .....	70
C. Penutup.....	71

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN-LAMPIRAN**

**BIODATA PENULIS**

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Kesehatan adalah suatu faktor yang sangat berharga dalam hidup. Kesehatan berasal dari kata sehat yang artinya terbebas dari segala gangguan ataupun penyakit baik itu penyakit fisik maupun psikis. Penyakit fisik biasanya disebabkan oleh faktor pola makan, gaya hidup yang tidak sehat, dan virus yang menyerang organ penting dalam tubuh manusia. Sedangkan sakit psikis merupakan sakit yang dinilai dari kondisi jiwa ataupun mental seseorang, hal ini sangat erat kaitannya dengan masalah stres dan masalah-masalah terkait pikiran lainnya.

Salah satu bentuk rahmat Allah SWT untuk umat manusia sebagai modal dasar dalam kehidupan adalah kesehatan. Karena kesehatan itu hal yang paling utama, tanpa kesehatan manusia tidak bisa menjalankan aktifitas kehidupan sehari-hari dan tanggungjawab yang menyangkut kepentingan diri sendiri, keluarga, dan masyarakat serta tugas dan kewajiban melaksanakan ibadah. Manusia tanpa imunitas dan kesehatan tubuh yang baik akan sangat rentan tertular penyakit. Salah satunya adalah virus corona (Covid-19).<sup>1</sup>

Covid-19 merupakan sekumpulan virus dari *Subfamili Orthonavirinae* dalam keluarga *Coronaviridae* dan *Ordo Nidovirales*. Kelompok virus ini menyebabkan penyakit pada burung dan mamalia, termasuk manusia. Pada manusia, Covid-19 menyebabkan infeksi saluran pernapasan yang umumnya ringan, seperti pilek dan batuk. Meskipun beberapa bentuk penyakit seperti; SARS, MERS dan Covid-19 sifatnya lebih mematikan. Covid-19 menjadi wabah yang paling besar memberikan dampaknya kepada umat manusia dibandingkan dua varian virus corona lainnya. Virus ini tidak bisa diabaikan begitu saja, karena penularan virus ini sangat begitu cepat sehingga memakan banyak korban jiwa didunia.<sup>2</sup>

Pada Desember 2019, kasus pertama Covid-19 dilaporkan. Kasus pertama kali terjadi di Wuhan, Provinsi Hubei, Cina. Pada 11 Januari 2020, Cina mengumumkan meninggalnya seorang laki-laki yang berusia 61 Tahun karena Covid-19. Pandemi

---

<sup>1</sup>Admin, *Disaat Pandemi Covid-19 Pentingnya Menjaga Kesehatan*, diakses dari <https://www.google.com/amp/s/pirnas.org/di-saat-pandemi-covid-19-pentingnya-menjaga-kesehatan/%3famp>, pada tanggal 14 November 2020 Pukul 09.09 WIB.

<sup>2</sup>Nur Rohim Yunus dan A Rezki, *Kebijakan Pemberlakuan Lock Down Sebagai Antisipasi Penyebaran Corona Virus Covid-19*, Jurnal Sosial dan Budaya Syar'I 7 (3), 227-238, 2020, hal. 2.

Covid-19 telah menyebar diseluruh dunia. Pandemi adalah epidemic skala besar yang menimpa jutaan orang di berbagai Negara, terkadang menyebar keseluruh dunia. Berdasarkan data sampai Juli 2021, terdapat 178.907.063 kasus di seluruh dunia yang mencakup 210 negara, termasuk Indonesia.

Di awal Maret 2020 Indonesia, melaporkan kasus pertama pasien positif Covid-19 dan sejak itu terjadi peningkatan jumlah, baik itu yang berstatus Orang Dalam Pemantauan (ODP), Pasien Dalam Pengawasan (PDP), maupun PDP yang dinyatakan positif Covid-19 sehingga kejadian tersebut masuk dalam kategori pandemi. Sebagai upaya mengatasi Pandemi tersebut, Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB) telah menetapkan status darurat bencana sejak 29 Februari 2020 hingga 29 Mei 2020.<sup>3</sup>

Berdasarkan data kementerian kesehatan Juli 2021, Indonesia melaporkan 3.409.658 terkonfirmasi Covid-19, di Provinsi Jawa Tengah melaporkan 4.896 penambahan pasien konfirmasi positif Covid-19. Dengan demikian total kasus konfirmasi positif Covid-19 di Jawa Tengah mencapai 381.887 orang. Sedangkan data di daerah Desa Sumberejo total kasus mencapai 56 orang.

Pandemi Covid-19 yang terjadi saat ini mempengaruhi kehidupan masyarakat dalam berbagai aspek, diantaranya aspek sosial, ekonomi, dan juga keagamaan. Diantara dampak Covid-19 ini mulai dirasakan saat pemerintah mengeluarkan aturan jaga jarak sosial (*sosial distancing*) dan jarak fisik (*physical distancing*), tidak diperbolehkan ada kontak secara langsung diantara orang, dan pembatasan perkumpulan orang. Masyarakat juga di edukasi untuk menerapkan pola hidup sehat dengan mencuci tangan dan wajib menggunakan masker ketika bepergian keluar rumah.

Covid-19 mengubah gaya hidup semua orang, baik itu yang terkena dampak maupun tidak. Perubahan yang terjadi secara tiba-tiba tanpa adanya persiapan ini mengakibatkan timbulnya kecemasan. Pola hidup yang berubah drastis ini menimbulkan kepanikan, kekhawatiran, dan cemas akan terkena virus Covid-19. Perlu adanya waktu untuk membiasakan diri agar terbiasa dan mampu menyesuaikan diri, tetapi jika kecemasan tidak bisa dikendalikan maka kondisi emosi tersebut akan

---

<sup>3</sup>Didik Haryadi Santoso dan Awan Santosa, *Covid-19 Dalam Ragam Tinjauan Perspektif*, Yogyakarta: MBrigde Press, 2020, hal.137.

mempengaruhi pikiran atau perilaku sehingga menimbulkan gangguan mental atau psikologisnya.<sup>4</sup>

Menurut Harlock, kecemasan adalah bentuk kekhawatir, ketakutan dan perasaan lain yang kurang menyenangkan. Kecemasan sering muncul pada individu ketika menghadapi situasi yang tidak menyenangkan. Pada tingkat kecemasan yang sedang, persepsi individu lebih berfokus pada yang penting saat ini dan menghilangkan hal yang lainnya. Individu dapat mengalami gejala kecemasan fisik dan emosional yang lebih kuat seperti ketegangan otot telapak tangan berkeringat, suara gemetar, sakit punggung dan perubahan pola tidur.

Tingkat kecemasan yang berat atau tinggi, persepsi individu menjadi turun, hanya memikirkan hal yang kecil saja dan mengabaikan yang lainnya, sehingga individu tidak dapat berfikir dengan tenang.<sup>5</sup> Reaksi kecemasan tidak selalu diiringi oleh reaksi fisiologis, pada orang-orang tertentu kompleksitas respons dalam kecemasan dapat melibatkan reaksi fisiologis sesaat seperti merasa takut dan bingung, gelisah, menarik diri dan merasa sulit untuk berpikir jernih, serta nafas bertambah cepat.<sup>6</sup>

Faktor yang menyebabkan kesemasan masyarakat terdampak covid-19 baik secara langsung maupun tidak langsung adalah masyarakat harus menjalani isolasi atau karantina karena covid-19, ketika masyarakat sakit tidak mau datang kelayanan kesehatan karena takut akan divonis covid-19, khawatir jika kehilangan mata pencaharian karena tidak dapat bekerja selama di isolasi dan dikeluarkan dari pekerjaan, di asingkan dan dikucilkan masyarakat karena di kait-kaitkan dengan virus covid -19, cemas jika kehilangan keluarga dan terpisah dari keluarga karena aturan karantina.

Masalah kecemasan yang dialami oleh masyarakat tidak hanya berasal dari diri sendiri, tetapi juga dari lingkungan sekitar. Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu tim satuan gagasan kecemasan yang di alami masyarakat terdampak Covid-19 yaitu takut atau enggan berinteraksi dan menyapa oranglain, memiliki tingkat kepercayaan yang rendah, mengalami ketegangan otot, sulit tidur, sering merasa bingung dan sakit kepala. Hal ini tentu akan mempengaruhi kondisi fisik maupun

---

<sup>4</sup>Medina Chodijah dkk, *SETF Sebagai Terapi mengatasi Kecemasan Menghadapi Covid-19*, Karya Tulis Ilmiah LPPM, UIN Sunan Gunung Djati Bandung, 2020, hal. 2.

<sup>5</sup>Hanifah Muyasaroh dkk, *Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap dalam Menghadapi Pandemi Covid-19*, Karya Tulis Ilmiah LP2M, UNUGHA, 2020, Hal. 4.

<sup>6</sup> Deshina Vibriyanti, "Kesehatan Mental Masyarakat: Mengelola Kecemasan di Tengah Pandemi Covid-19", *Jurnal Kependudukan Indonesia*, 2020. Hal. 72

psikologi setiap individu, kondisi ini akan semakin memburuk jika tidak segera ditangani dengan baik dan akan menurunkan sistem imun sehingga akan mengakibatkan lebih mudah untuk terserang virus Covid-19.<sup>7</sup>

Kecemasan masyarakat dapat menimbulkan masalah kesehatan masyarakat yang baru. WHO memutuskan kesehatan sebagai keadaan yang baik dilihat dari dimensi fisik, sosial dan mental. Kecemasan dianggap sebagai kondisi tidak sehat yang perlu mendapatkan perhatian khusus, terutama ditengah merebaknya wabah Covid-19 saat ini.<sup>8</sup>

Melihat kondisi saat ini, maka dibutuhkan bimbingan penyuluhan Islam. Agar masyarakat yang sedang terdampak Covid-19 bisa menyesuaikan diri dan tidak menimbulkan kepanikan atau kecemasan sehingga tidak mengakibatkan menurunnya daya imunitas tubuh. Secara etimologis, bimbingan berasal dari terjemahan *guidance* berasal dari kata *to guide* ini berarti menunjukkan, membimbing, dan membantu. Secara umum bimbingan dapat diartikan sebagai bantuan atau tuntunan. Namun, ini tidak berarti bahwa setiap bantuan atau permintaan adalah bimbingan.<sup>9</sup>

Bimbingan adalah proses dimana individu dapat memahami diri sendiri, membimbing diri sendiri, dan bertindak secara alami dalam menanggapi tuntutan situasi lingkungan, sekolah, dan masyarakat. Dengan cara ini, individu dapat menemukan kebahagiaan dalam hidupnya dan memberikan kontribusi yang berarti bagi kehidupan masyarakat pada umumnya.<sup>10</sup>

Samsudin (1977) mengartikan penyuluhan sebagai sistem pendidikan non-formal tanpa paksaan dalam rangka menjadikan seseorang sadar dan yakin bahwa sesuatu yang dianjurkan akan membawa ke arah perbaikan dari hal-hal yang dikerjakan atau dilakukan sebelumnya. Berdasarkan arti penyuluhan itu, maka penyuluhan agama dapat diartikan sebagai sistem pendidikan non-formal dan tanpa paksaan mengenai ajaran agama bertujuan untuk menjadikan umat dan masyarakat untuk mengenali dan yakin bahwa sesuatu yang dianjurkan telah dilakukan atau ditingkatkan dari apa yang telah dilakukan sebelumnya. Penyuluhan Agama juga dapat diartikan sebagai sistem pendidikan non-formal yang memungkinkan satu orang atau lebih memiliki kesadaran

---

<sup>7</sup> Wawancara bapak Ali Mushon tanggal 25 Maret 2021 pukul 19.00

<sup>8</sup>Hario Megatsari, dkk, "The Community Psychosocial Burden During The COVID-19 Pandemic in Indonesia", *Jurnal Heliyon*, Vol. 6 No. 10, e05136, 2020, hal. 2

<sup>9</sup>Hamdi Abdul Karim, "Peran Manajemen Dalam Bimbingan Penyuluhan Islam", *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam* 1.01, 2019, Hal. 118.

<sup>10</sup>Nurul Arhami Harahap, *Penanggulangan Kenakalan Remaja Menurut Kartini Kartono Ditinjau Dari Aspek Bimbingan Penyuluhan Islam*, Skripsi, UIN Sumatera Utara, 2018, Hal. 37

dan keyakinan serta mampu melaksanakan ajaran agama dalam kehidupan sehari-hari (*learning by doing*).<sup>11</sup>

Upaya bimbingan dan melatih individu yang mengalami kesulitan dengan ajaran Islam tidak lain adalah kegiatan dakwah, karena bimbingan dan penyuluhan Islam dan dakwah memiliki hubungan yang sangat erat. Dakwah adalah kegiatan dalam rangka Islamisasi manusia dengan cara dan bijaksana. Para pemuka agama: Kiyai, Da'I, dan muballigh dimungkinkan bekerja secara profesional dan tidak menutup kemungkinan praktik bimbingan yang mereka lakukan akan memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu dan teori di bidang dakwah dan bimbingan penyuluhan Islam.<sup>12</sup>

Desa Sumberejo merupakan salah satu Desa yang berada di Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak Provinsi Jawa Tengah, secara geografis berada di 110.51615 Koordinator Bujur dan -7.090886 Koordinator Lintang. Desa Sumberejo merupakan daerah dengan kultur dan budaya yang beragam. hal yang paling mencolok banyaknya acara perayaan-perayaan, khususnya perayaan keagamaan yang masih kental. Di Desa Sumberejo juga banyak sekali masyarakat yang bekerja di perantauan luar pulau ataupun luar negeri.

Kondisi ini sangat penting untuk mendapatkan perhatian karena sangat rentan dengan penyebaran wabah Covid-19 yang akhir-akhir ini menimbulkan keresahan seluruh lapisan masyarakat. Berkembangnya isu-isu yang kurang bertanggung jawab dapat menjadi munculnya kepanikan dan kecemasan masyarakat. Kurangnya pengetahuan dan pemahaman masyarakat akan informasi tentang Covid-19 dapat memberikan dampak sosial yang cukup signifikan.

Kasus Covid-19 di Desa Sumberejo saat ini mengalami peningkatan, terlebih banyaknya warga yang meninggal dengan status Covid-19. Karena beberapa orang menjadi suspek Covid-19, ketika warga mengetahui ada seseorang yang positif Covid-19 akan panik dan memandang orang tersebut secara berbeda, dan di lecehkan karenan berkaitan dengan suatu penyakit. Perasaan panik, cemas, dan takut dapat dimengerti, tapi bukan berarti orang berprasangka buruk terhadap penderita Covid-19 dan keluarganya. Jika hal ini terus dipelihara masyarakat, stigma sosial dapat membuat orang-orang menyembunyikan sakitnya supaya tidak didiskriminasi,

---

<sup>11</sup>Enjang AS, "Dasar-Dasar Penyuluhan Islam", *Jurnal Ilmu Dakwah* Vol. 4 No.14, 2009, hal. 731

<sup>12</sup>Zumrotus Sa'adah, *Metode Bimbingan dan Penyuluhan Agama Islam Dalam Pemberdayaan Perempuan*, skripsi, UIN Walisongo Semarang 2015, hal.43.

mencegah mereka mencari bantuan dengan segera, dan membuat mereka tidak menjalankan perilaku hidup yang sehat.

Perlu adanya bantuan dari seseorang atau kelompok dalam menangani kecemasan masyarakat yang terdampak Covid-19, akan tetapi dilaksanakan sesuai dengan protokol kesehatan yang telah dianjurkan oleh pemerintah. Bimbingan penyuluhan Islam ini direpresentasikan oleh tiga unsur, yaitu tim satuan gagasan, pemuka agama, dan masyarakat terdampak Covid-19. yang dimaksud tim satuan gagasan adalah orang-orang yang dipilih dan ditetapkan oleh rapat desa. Yang dimaksud pemuka agama adalah para kiyai, dan para penyuluh agamaz. Sedangkan masyarakat yang terdampak Covid-19 adalah masyarakat yang terjangkit virus Covid-19 dan keluarga yang dikarantina.

Berdasarkan fenomena diatas penulis terdorong untuk mencoba mengkaji permasalahan tersebut dalam skripsi yang berjudul "*Metode Bimbingan Penyuluhan Islam Dalam Mengatasi Kecemasan Masyarakat Terdampak Pandemi Covid-19 di Desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak*".

## **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana kondisi kecemasan masyarakat terdampak Covid-19 di Desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak?
2. Bagaimana Metode bimbingan dan penyuluhan Islam dalam mengatasi kecemasan masyarakat terdampak Pandemi Covid-19 di Desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan deskripsi masalah yang telah dipaparkan dalam latar belakang, maka peneliti mempunyai tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini. Tujuannya meliputi:

1. Untuk mengetahui kondisi kecemasan masyarakat terdampak Covid-19 di Desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak
2. Untuk mengetahui Metode bimbingan dan penyuluhan Islam dalam mengatasi kecemasan masyarakat terdampak Covid-19 di Desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak

## **D. Manfaat Penelitian**

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat memberikan manfaat:

### **1. Manfaat Teoretis**

Penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan teori serta menambah wawasan terkait dengan metode bimbingan dan penyuluhan Islam dalam mengatasi kecemasan masyarakat terdampak pandemi Covid-19. Serta diharapkan menjadi sumber bahan referensi dan sebagai kajian untuk penelitian selanjutnya.

### **2. Manfaat Praktis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam upaya penanganan kecemasan masyarakat terdampak Covid-19, serta memberikan masukan kepada berbagai pihak penyuluh dalam membina dan mengembangkan bimbingan bagi masyarakat.

## **E. Tinjauan Pustaka**

Tinjauan Pustaka ini merupakan informasi dasar rujukan yang penulis gunakan dalam penelitian ini, dalam tinjauan pustaka ini penulis lampirkan beberapa hasil penelitian atau judul skripsi terdahulu yang ada relevansinya dengan penelitian ini. Skripsi yang dimaksud sebagai berikut:

1. Skripsi yang disusun oleh Nur Elma yang berjudul “*Metode Bimbingan Penyuluhan Islam Dalam Mengatasi Pembinaan Akhlak Remaja di Desa Bubun Lamba Kecamatan Anggeraja Kabupaten Enrekang*”. Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Alauiddin Makassar tahun 2019. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui upaya bimbingan penyuluhan Islam dalam pembinaan akhlak remaja di Desa Bubun Lamba Kecamatan Anggeraja Enrekang, dan mengetahui kendala yang dihadapi penyuluh agama Islam dalam pembinaan akhlak remaja di Desa Bubun Lamba Kecamatan Anggeraja Enrekang. Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan pendekatan bimbingan dan psikologi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa, upaya bimbingan penyuluhan Islam dalam pembinaan akhlak remaja yaitu pertama: mengadakan pengajian rutin, kedua: menjalin kerja sama dengan berbagai pihak seperti bekerja sama dengan pemerintah desa dan pengurus masjid, ketiga: membina remaja masjid. Adapun kendala yang dihadapi penyuluh agama Islam yaitu pertama: pengaruh perkembangan ilmu teknologi, kedua: pengaruh lingkungan, dan ketiga: kurangnya penyuluhan.

Persamaan dengan penelitian Nur Elma adalah membahas metode bimbingan dan penyuluhan Islam dengan metode penelitian kualitatif. Sedangkan perbedaannya adalah penelitian yang dilakukan oleh Nur Elma berfokus kepada pembinaan akhlak remaja di Desa Bubun Lamba Kecamatan Anggeraja Enrekang.

2. Skripsi yang disusun oleh Mansyur yang berjudul "*Metode Bimbingan Penyuluhan Islam Dalam Mengatasi Kenakalan Remaja di Desa Bonto Tallasa Kecamatan Uluere Kabupaten Bantaeng*". Jurusan bimbingan penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Alauddin Makassar tahun 2017. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor penyebab terjadinya kenakalan remaja di Desa Bonto Tallasa Kecamatan Ulu Ere Kabupaten Bantaeng, dan mengetahui upaya bimbingan penyuluhan Islam dalam mengatasi kenakalan remaja di Desa Bonto Tallasa Kecamatan Ulu Ere Kabupaten Bantaeng. Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan pendekatan bimbingan dan sosiologi. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa: 1) faktor penyebab terjadinya kenakalan remaja di Desa Bonto Tallasa Kecamatan Ulu Ere Kabupaten Bantaeng adalah faktor keluarga yaitu suami dan istri kurang mampu menyikapi masalah secara dewasa, faktor lingkungan tempat tinggal, faktor ekonomi, rendahnya pemberdayaan sumber manusia, serta kurangnya dorongan terhadap pendidikan agama Islam. 2) upaya bimbingan penyuluhan Islam dalam mengatasi kenakalan remaja di Desa Bonto Tallasa Kecamatan Ulu Ere Kabupaten Bantaeng antara lain adanya sinergi antara masyarakat dan pemerintah yang melibatkan pemuda dalam kegiatan yang positif, penanaman nilai-nilai agama Islam di tempat ibadah, serta memberikan bimbingan melalui pendekatan dakwah yang ditempuh melalui metode ceramah dan metode pendidikan dan pengajaran.

Persamaan dengan penelitian Mansyur adalah membahas tentang metode bimbingan penyuluhan Islam dengan menggunakan metode penelitian kualitatif. Sedangkan perbedaannya adalah penelitian yang dilakukan oleh Mansyur terfokus pada mengatasi kenakalan remaja di Desa Bonto Tallasa Kecamatan Ulu Ere Kabupaten Bantaeng.

3. Skripsi yang disusun oleh Atri Widiana yang berjudul "*Metode Bimbingan Penyuluhan Islam Dalam Mengatasi perilaku menyimpang Remaja Londo IHA di Desa Doridungga Kecamatan Donggo Kabupaten Bima*". Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penyebab terjadinya *Londo Iha* (Kawin Lari) di Desa Doridungga Kecamatan Donggo Kabupaten Bima, dan mengetahui upaya penyuluh

agama Islam dalam mengatasi perilaku menyimpang remaja *Londo Iha* (Kawin Lari) di Desa Doridungga Kecamatan Donggo Kabupaten Bima. Jenis penelitian ini bersifat kualitatif deskriptif, dengan pendekatan bimbingan penyuluhan Islam dan Pendekatan Sosiologi. Hasil penelitian ini menunjukkan faktor yang menyebabkan terjadinya perilaku menyimpang remaja *Londo Iha* (Kawin Lari) di Desa Doridungga Kecamatan Donggo Kabupaten Bima dikarenakan faktor lingkungan/pergaulan bebas, keegoisan, syarat-syarat pembiayaan, serta telah terjadinya perbuatan-perbuatan yang melanggar norma dan agama dengan gaya pacaran yang modern dan mengikuti arus perkembangan zaman yang akhirnya merusak. Upaya penyuluh dalam mengatasi perilaku menyimpang remaja *Londo Iha* (Kawin Lari) di Desa Doridungga Kecamatan Donggo Kabupaten Bima yaitu melakukan penyuluhan perorangan, melakukan penyuluhan secara kelompok, yaitu dengan memberikan ceramah, membimbing dan menuntun agar meninggalkan perbuatan-perbuatan yang dapat menghancurkan martabat dirinya dan keluarga.

Persamaan dengan penelitian Atri Widiana adalah membahas tentang metode bimbingan penyuluhan Islam dengan menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Sedangkan perbedaannya adalah skripsi yang dilakukan oleh Atri Widiana lebih terfokus kepada upaya penyuluh agama Islam dalam mengatasi perilaku menyimpang remaja *Londo Iha* (Kawin Lari) di Desa Doridungga Kecamatan Donggo Kabupaten Bima.

4. Skripsi yang disusun oleh Muhammad Arif Purnomo yang berjudul "*Kecemasan Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang dan Upaya Solusinya (Tinjauan Bimbingan dan Konseling Islam)*". Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang tahun 2009. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan faktor-faktor penyebab kecemasan mahasiswa semester akhir Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang dan upaya solusinya ditinjau dari Bimbingan dan Konseling Islam. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan Bimbingan dan Konseling Islam. Penyebab kecemasan pada mahasiswa semester akhir Fakultas Dakwah UIN Walisongo Semarang di sebabkan dari berbagai hal, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Solusi penanganan kecemasan mahasiswa semester akhir dengan Bimbingan dan Koseling Islam. Hasil dari penelitian dapat disimpulkan bahwa penyebab kecemasan pada mahasiswa semester akhir Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang disebabkan berbagai hal,

faktor penyebab tersebut dapat digolongkan menjadi dua faktor, antara lain faktor internal dan faktor eksternal.

Persamaan dengan penelitian Muhammad Arif Purnomo adalah membahas tentang mengatasi kecemasan dengan menggunakan metode penelitian kualitatif. Sedangkan perbedaannya adalah skripsi yang di buat oleh Muhammad Syarif lebih terfokus kepada mahasiswa semester akhir di IAIN Walisongo Semarang dan pendekatannya menggunakan Bimbingan Konseling Islam.

5. Skripsi yang disusun oleh Erna Widi Astuti yang berjudul “*Implementasi Bimbingan Rohani Islam Dalam Mengatasi Kecemasan Pasien Pra Operasi di Instalasi Rawat Inap RSUD Dr. R Goesteng Taroenadibrata Purbalingga*”. Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Jurusan Dakwah dan Komunikasi IAIN Purwokerto tahun 2014. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran mengenai proses implementasi bimbingan rohani Islam dalam mengatasi kecemasan pasien pra operasi di instalasi rawat inap RSUD dr. R Goesteng Taroenadibrata Purbalingga. Penelitian yang digunakan adalah menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa implementasi bimbingan rohani Islam dalam mengatasi kecemasan pasien pra operasi sangat diperlukan dimana petugas bimbingan rohani memberikan motivasi, dorongan baik dengan menceritakan kisah-kisah nyata untuk membangkitkan semangat pasien untuk sembuh dan dengan adanya cerita tersebut dengan tujuan pasien akan mengintrospeksi diri sehingga memiliki kemauan yang tinggi untuk sembuh dan selalu berbaik sangka pada Allah dan menerima cobaan yang diberikan oleh Allah dengan ridha, sabar dan ikhlas.

Persamaan dengan skripsi yang ditulis Erna Widi Astuti adalah membahas tentang penanganan kecemasan dengan menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif. Sedangkan perbedaannya adalah skripsi yang di buat oleh Erna Widi Astuti terfokus kepada implementasi bimbingan rohani Islam pada pasien pra operasi di Instalasi Rawat Inap RSUD Dr. R Goeteng Teroenadibrata Pusbalingga.

6. Jurnal yang disusun oleh Ulfiah, dkk., yang berjudul “*Metode Zikir Sebagai Upaya Keluarga Dalam Menghadapi Kecemasan Pandemi Covid-19*”. Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung tahun 2020. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis metode zikir sebagai upaya keluarga dalam menghadapi kecemasan pandemi Covid-19. Hal ini membutuhkan penanganan yang lebih serius. Karena kondisi semua individu berkumpul dirumah, maka penelitian ini

mengambil langkah meningkatkan imun keluarga agar terhindar dari kecemasan dan ketakutan yang berkelanjutan, yaitu dengan zikir dalam keluarga. Penelitian ini menggunakan pendekatan partisipatoris karena menggunakan data lapangan dan penelusuran pustaka tentang zikir dan kecemasan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa zikir dapat dijadikan sebuah metode keluarga dalam menghadapi kecemasan pandemi Covid-19. Zikir keluarga dapat dilakukan dalam waktu yang singkat selepas shalat berjamaah, dimulai dengan zikir yang sederhana, dilakukan dengan cara konsisten dan presisten.

Persamaan dengan jurnal yang ditulis oleh Ulfiah,dkk., adalah membahas tentang metode yang akan dilakukan dalam menghadapi kecemasan di masa pandemi Covid-19. Sedangkan perbedaannya penelitian yang dilakukan oleh Ulfiah, dkk., yaitu tidak ada bimbingan penyuluhan Islam dalam mengatasi kecemasan pandemi Covid-19.

## **F. Metode Penelitian**

### **1. Jenis dan Pendekatan Penelitian**

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kualitatif. Penelitian kualitatif ini bertujuan untuk lebih memahami kompleksitas yang ada dalam interaksi manusia.<sup>13</sup> Bersifat deskriptif karena penelitian ini berusaha memberikan pemecahan masalah dengan resolusi berbasis data, sehingga selain menyajikan data, juga menganalisis dan menafsirkan, serta juga membuat perbandingan dan korelasi.<sup>14</sup>

Pendekatan ini menggunakan studi kasus dalam penelitian ini. Menurut Creswell (2015), metode studi kasus adalah suatu penelitian dapat disebut sebagai penelitian studi kasus apabila proses penelitiannya dilakukan secara mendalam dan mneyeluruh terhadap kasus yang diteliti, serta mengikuti struktur studi kasus yaitu: permasalahan, konteks, isu, dan pelajar yang dapat diambil.<sup>15</sup> Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui metode bimbingan penyuluhan Islam yang digunakan oleh tim satgas serta pemuka agama dalam mengatasi kecemasan masyarakat yang terdampak Covid-19.

---

<sup>13</sup>Jonathan Sarwono, “*Metode Penelitian Kualitatif dan Kualitatif*”, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2006), hal.195.

<sup>14</sup>Cholid Narbuko dan Abu Achmadi, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2005), hal.44.

<sup>15</sup> Muh Fitrah dan Luthfiyah, “*Metodologi Penelitian*”, (Sukabumi: CV Jejak, 2017), hal. 204

## 2. Definisi Konseptual

Definisi konseptual adalah pernyataan gagasan dalam kata atau istilah teoretis tertentu dalam kaitannya dengan gagasan atau konsep lain. Untuk mempermudah memahami maksud dan tujuan, menghindari kesalahpahaman, dan memfokuskan penelitian, maka diperlukan definisi konseptual sebagai berikut:

- a) Metode bimbingan dan penyuluhan Islam adalah cara yang teratur dan sistematis yang ditempuh dalam pemberian bantuan atau pertolongan pada orang lain yang mengalami kesulitan agar orang tersebut mampu mengatasi kesulitan yang dihadapinya dengan kemampuan yang dimilikinya melalui dorongan dan kekuatan iman. Adapun metode bimbingan dan penyuluhan Islam menggunakan metode langsung dan metode tidak langsung.
- b) Kecemasan masyarakat terdampak covid-19 adalah bentuk perasaan khawatir akan tertular virus covid-19 sehingga seseorang mudah mengalami ketakutan, kepanikan, was-was, serta perasaan tidak aman.

## 3. Sumber dan Jenis Data

Data dalam penelitian kualitatif diartikan sebagai bahan mentah yang peneliti kumpulkan dari wawancara dan observasi untuk dijadikan dasar analisis. Data juga dapat berupa apa yang telah dibuat orang lain, seperti dokumen resmi, catatan harian dan foto.<sup>16</sup> Sumber data merupakan subjek darimana data tersebut dapat diperoleh dan memiliki informasi kejelasan tentang bagaimana mengambil data tersebut dan bagaimana data tersebut di olah, yaitu:

### a) Data Primer

Data primer adalah data yang diambil langsung dari sumbernya tanpa adanya perantara. Data primer dari penelitian ini adalah tim satuan gagasan (satgas) Covid-19, pemuka masyarakat yang memberikan bimbingan penyuluhan Islam, dan masyarakat terdampak Covid-19 di Desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak. Masyarakat terdampak Covid-19 yang diambil oleh peneliti memiliki kriteria informan yaitu masyarakat dewasa dini berusia 20-40 tahun yang terjangkit virus covid-19 dan keluarga yang dikarantina, serta yang memiliki tingkat kecemasan ringan sampai tinggi.

---

<sup>16</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. (Bandung: Alfabeta, 2011). hal, 244

Alasan peneliti mengambil kriteria informan tersebut karena di usia 20-40 tahun individu akan lebih mudah mengalami kecemasan akan terkena covid-19 dibandingkan dengan usia di atasnya.

b) Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder merupakan sumber data pelengkap yang berfungsi untuk mendukung dan menguatkan penelitian ini meliputi artikel, jurnal, buku, dan bahan-bahan kepustakaan lain yang berhubungan dengan penelitian tersebut.

#### 4. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian karena tujuan utama penelitian adalah untuk memperoleh data. Tanpa pengetahuan tentang teknik pengumpulan data, seorang peneliti tidak akan memperoleh data yang memenuhi standar data yang telah ditetapkan. Ada beberapa metode pengumpulan data dalam penelitian kualitatif, antara lain sebagai berikut:

a) Observasi

Observasi adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan pengamatan yang cermat dan pencatatan yang sistematis. Observasi juga dikenal sebagai pengamatan, termasuk kegiatan memusatkan perhatian pada suatu objek dengan menggunakan alat indra.<sup>17</sup> selain itu teknik pengumpulan data observasi digunakan jika penelitian tersebut relevan dengan perilaku manusia, proses kerja, atau fenomena alam, dan jika responden yang diamati tidak terlalu besar.<sup>18</sup> Teknik ini mencari informasi dan data-data tentang Metode Bimbingan dan Penyuluhan Islam dalam mengatasi kecemasan masyarakat terdampak Covid-19.

b) Wawancara

Wawancara adalah proses pengumpulan data untuk tujuan penelitian melalui tanya jawab, guna memperoleh informasi dari sumber. Wawancara digunakan dalam penelitian lapangan karena memiliki beberapa kelebihan, antara lain dapat digunakan peneliti untuk mendapatkan informasi yang

---

<sup>17</sup>Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1998), hal. 145.

<sup>18</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2011), hal. 145.

dibutuhkan lebih cepat, memberikan peneliti lebih percaya diri bahwa responden menginterpretasikan pertanyaan dengan benar, memberikan observasi kemungkinan besar atas keluwesan dalam proses pengajuan pertanyaan, banyak pengendalian yang dapat dilatih dalam konteks pertanyaan yang diajukan dan jawaban yang diberikan, informasi dapat lebih siap diperiksa kesahihannya atas dasar isyarat nonverbal.<sup>19</sup>

Metode wawancara digunakan untuk menjaring informasi/data melalui interaksi verbal/lisan baik langsung maupun tidak langsung dengan para tim satgas dan pemuka agama di desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak. Data yang akan digali berupa analisis metode bimbingan penyuluhan Islam dalam mengatasi kecemasan masyarakat terdampak Covid-19 di desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak serta faktor pendukung dan penghambatnya.

c) Dokumentasi

Dokumen adalah catatan peristiwa yang telah terjadi. Materi dokumentasi dapat berupa artikel, foto, atau karya monumental seseorang.<sup>20</sup> Materi ini diperoleh melalui wawancara dan penelitian berlangsung. Dokumen yang dikumpulkan peneliti antara lain profil desa, struktur organisasi, data masyarakat, infrastruktur, letak geografis desa, dan data pendukung lainnya. Selain itu, peneliti juga mengumpulkan rekaman foto kegiatan penelitian yang dilakukan peneliti di desa Sumberejo, kecamatan Mranggen, Kabupaten Demak.

## 5. Teknik Keabsahan Data

Teknik keabsahan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu triangulasi. Cara ini dilakukan dengan menggabungkan teknik wawancara, observasi, dan dokumentasi untuk mendapatkan data yang kredibel dan mendalam. Pengabsahan data yang digunakan untuk menunjukkan bahwa semua data yang telah diperoleh dan diteliti relevan dengan apa yang sesungguhnya. Hal ini dilakukan untuk menjamin bahwa data informasi yang dihimpun dan dikumpulkan itu benar.

---

<sup>19</sup>Widodo, *Metodologi Penelitian Populer & Praktis*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada,2017), hal.74.

<sup>20</sup>*Ibid*, hal. 233.

Meleong menyatakan bahwa *triangulasi* adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang menggunakan sesuatu selain data tersebut untuk keperluan validasi atau sebagai pembanding dengan data tersebut.<sup>21</sup>

Menurut Sugiyono, *triangulasi* diartikan sebagai teknik pengumpulan data yang menggabungkan teknik pengumpulan data yang berbeda dan sumber yang sudah ada.<sup>22</sup> Jadi untuk memperoleh keabsahan data, peneliti menggunakan teknik validitas yang menjelaskan bahwa yang dimaksud valid adalah menunjukkan derajat ketepatan antara data yang terjadi pada kencah (subjek) dengan data yang dikumpulkan oleh peneliti. Untuk memperoleh data yang valid peneliti menggunakan cara *triangulasi* meliputi sebagai berikut:

- (a) Triangulasi Sumber data, yaitu menggali kebenaran informasi tertentu melalui berbagai metode dan sumber perolehan data. Hal ini dicapai dengan jalan membandingkan data asli wawancara dengan data hasil observasi di lapangan.
- (b) Triangulasi Teknik, yaitu dilakukan dengan cara mengecek data kepada sumber yang sama dengan teknik yang berbeda seperti observasi, wawancara dan dokumentasi.
- (c) Triangulasi waktu, yaitu pengecekan dengan wawanara, observasi, atau teknik lain dalam waktu atau situasi yang berbeda seperti pagi, sore, malam.

Dalam penelitian ini akan digunakan triangulasi sumber data. Peneliti menggunakan metode wawancara dan observasi dalam pengumpulan data untuk mendapatkan hasil yang valid antara pernyataan yang diungkapkan oleh beberapa informan dan tingkat relevansi data di lapangan.

## 6. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah proses sistematis mempelajari dan menyusun data, data yang diperoleh dari wawancara, catatan lapangan, dan dokumen, mengorganisasikan data ke dalam kategori, memecahnya menjadi unit-unit, mengagregasi, menyusunnya menjadi pola, memilih apa yang penting dan tidak. akan dipelajari dan ditarik kesimpulannya untuk dipahami oleh anak-anak maupun oranglain.<sup>23</sup>

---

<sup>21</sup> Lexy J Meleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya), hal. 178

<sup>22</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2020), hal. 125

<sup>23</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2011), hal. 244.

Miles dan Huberman dalam Sugiyono merumuskan beberapa teknik analisis data, di antaranya:

a) Reduksi Data (*Data Reduction*)

Reduksi data adalah merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencarinya bila diperlukan. Pada tahap ini peneliti akan mencoba menyajikan data sesuai dengan tujuan penelitian yang telah ditetapkan, yaitu bimbingan penyuluhan Islam dalam mengatasi kecemasan di Desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak.

b) Penyajian data (*data display*)

Penyajian data dapat dilakukan dalam bentuk tabel, bagan, peta fisik, dll. Dengan menyajikan data, akan lebih mudah bagi peneliti untuk memahami apa yang terjadi dan merencanakan pekerjaan peneliti selanjutnya menurut apa yang telah peneliti pahami. Pada tahap ini peneliti mampu menyajikan data sesuai dengan tujuan penelitian yang telah ditetapkan, yaitu “konsultasi” untuk mengatasi kecemasan masyarakat terdampak Covid-19 di desa Sumberejo, Kecamatan Mranggen, Kabupaten Demak.

c) Verifikasi (*kesimpulan*)

Langkah selanjutnya adalah menarik kesimpulan dan memvalidasinya. Sebelum penulis mebarik kesimpulan, penulis mengaitkan hasil analisis dengan teori yang digunakan. Penulis kemudian menarik kesimpulan sehingga kesimpulan dari penelitian ini dapat menjawab rumusan masalah.

## G. Sistematika Penulisan Skripsi

Sistematika teks dimaksudkan untuk memperjelas garis besar setiap bab secara sistematis sehingga tidak ada kesalahan dalam penyusunannya. Untuk memudahkan pemahaman dan ketelitian terhadap permasalahan yang dibahas dalam penelitian ini, maka peneliti akan menyusun skripsi dengan sistem pembelajaran sebagai berikut:

Bab I: Pendahuluan: Berisi Latar Belakang Masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan pustaka, metode penelitian (meliputi jenis dan pendekatan penelitian, definisi penelitian, tinjauan pustaka, metode penelitian

(meliputi jenis dan pendekatan penelitian, definisi konseptual, sumber data, metode pengumpulan data, dan teknik analisis data), sistematika penulisan.

Bab II: Kerangka Teoretik: Bab ini menjelaskan mengenai landasan teori yang berhubungan dengan pembahasan skripsi. Berisi pengertian bimbingan dan penyuluhan Islam, tujuan bimbingan dan penyuluhan Islam, fungsi bimbingan dan penyuluhan Islam, metode dan teknik bimbingan dan penyuluhan Islam, pengertian kecemasan masyarakat terdampak Covid-19, jenis-jenis kecemasan, tingkat kecemasan, gejala-gejala kecemasan, faktor-faktor kecemasan, dan urgensi Metode bimbingan dan penyuluhan Islam dalam mengatasi kecemasan masyarakat terdampak Covid-19.

Bab III: Berisi tentang gambaran umum Desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak. Data kondisi kecemasan masyarakat terdampak covid-19 di Desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak, dan metode bimbingan dan penyuluhan Islam dalam mengatasi kecemasan masyarakat yang terdampak pandemi Covid-19 di Desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak.

BAB IV: Berisi tentang analisis kondisi kecemasan masyarakat terdampak pandemi covid-19 di Desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak, dan metode bimbingan dan penyuluhan Islam dalam mengatasi kecemasan masyarakat terdampak pandemi Covid-19 di Desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak.

BAB V: Merupakan bab terakhir, terdiri dari kesimpulan dan saran.

## BAB II

### KERANGKA TEORI

#### 1. Bimbingan dan Penyuluhan Islam

##### a) Pengertian Bimbingan dan Penyuluhan Islam

Istilah bimbingan dan penyuluhan sering kali diidentikkan dengan istilah bimbingan dan konseling karena merupakan terjemahan dari kata “*guidance and counseling*”. Istilah bimbingan relatif tidak diperdebatkan, seperti halnya istilah penyuluhan dan konseling. Ada yang menganggap dua istilah tersebut sama, sebagian yang lain berbeda dengan tugas dan tujuan yang sama.<sup>24</sup>

Bimbingan adalah terjemahan dari kata *guidance* yang secara etimologis berasal dari kata kerja *to guide*, yang berarti menunjukkan, membimbing, menuntun, ataupun membantu. Secara umum bimbingan dapat diartikan sebagai suatu bantuan atau tuntunan. Namun, bukan berarti semua bantuan atau bimbingan itu adalah bimbingan. Bimbingan adalah suatu proses pendampingan yang terus menerus dan sistematis dari pembimbing kepada terbimbing agar tercapai pemahaman diri, penerimaan diri, pengarahan diri dan perwujudan diri untuk mencapai tingkat perkembangan dan adaptasi yang optimal.<sup>25</sup>

Jones (1970) menyatakan bimbingan adalah bantuan yang diberikan oleh seseorang kepada orang lain dalam membuat pilihan dan penyesuaian serta dalam memecahkan masalah. Bimbingan bertujuan membantu penerima untuk tumbuh dalam kemandirian dan kemampuan untuk bertanggung jawab atas dirinya sendiri.<sup>26</sup>

Natawidjaja mengartikan bimbingan adalah suatu proses pemberian bantuan kepada individu yang dilakukan secara terus menerus (*continue*) supaya individu tersebut dapat memahami dirinya, sehingga ia sanggup mengarahkan diri dan dapat bertindak wajar, sesuai dengan tuntutan keadaan lingkungan sekolah, keluarga, masyarakat. Dengan demikian ia dapat mencari kebahagiaan hidupnya serta memberikan sumbangan yang berarti kepada kehidupan masyarakat umumnya. Walgito menyatakan bimbingan sebagai bantuan atau pertolongan yang

---

<sup>24</sup> Ema Hidayanti, Reformulasi Model Bimbingan dan Penyuluhan Agama Bagi Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial (PMKS), *Jurnal Dakwah*, Vol.XV, No.1, 2014, hal.86-87

<sup>25</sup> Hamdi Abdul Karim, “Peran Manajemen Dalam Bimbingan Penyuluhan Islam”, *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam* 1.01, 2019, hal. 118-119.

<sup>26</sup> Agus Riyadi, dan Hendri Hermawan, “The Islamic Counseling Construction in Da’wah Science Structure”, *Jurnal of Advanced Guidance and Counseling*, Vol. 2 No. 1 (2021), 11-38.

diberikan kepada individu atau sekumpulan individu dalam menghadapi atau mengatasi kesulitan-kesulitan di dalam kehidupan, agar individu atau sekumpulan individu itu dapat mencapai kesejahteraan hidup.<sup>27</sup>

Sedangkan Prayitno memaknai bimbingan sebagai pemberian yang dilakukan orang yang ahli kepada seorang atau beberapa orang individu baik anak-anak, remaja, maupun dewasa, agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan sendiri dan mandiri, dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada, serta dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku.<sup>28</sup>

Dengan demikian penulis menyimpulkan bahwa bimbingan merupakan pemberian bantuan yang diberikan kepada individu atau sekumpulan individu baik secara langsung maupun tidak langsung dalam mengatasi permasalahan atau kesulitan dalam hidupnya, agar individu atau sekelompok individu dapat mencapai kesejahteraan hidupnya.

Penyuluhan berasal dari terjemahan bahasa Inggris, yaitu advice artinya memberi nasehat, nasehat dan informasi, yaitu orang yang memberi nasehat kepada orang lain yang membutuhkan nasehat, cara pengobatan untuk memecahkan masalah yang dihadapinya. Penyuluhan pertanian dalam arti umum adalah ilmu sosial yang mempelajari sistem dan proses perubahan individu dan masyarakat sehingga dapat dicapai perubahan. sesuai dengan yang diharapkan.<sup>29</sup>

U. Samsudin (1977) mengartikan penyuluhan sebagai sistem pendidikan non-formal tanpa paksaan dalam rangka menjadikan seseorang sadar dan yakin bahwa sesuatu yang dianjurkan akan membawa ke arah perbaikan dari hal-hal yang dikerjakan atau dilakukan sebelumnya. Berdasarkan arti penyuluhan itu, maka Penyuluhan Agama dapat diartikan sebagai sistem pendidikan non-formal dan tanpa paksaan mengenai ajaran agama dengan tujuan menjadikan seseorang atau umat sadar dan yakin bahwa sesuatu yang dianjurkan akan membawa ke arah perbaikan dari hal-hal yang dikerjakan atau dilakukan sebelumnya. Penyuluhan

---

<sup>27</sup>Abdul Wahid, *Pelaksanaan Bimbingan Penyuluhan Islam Dalam Meningkatkan Kesadaran Beragama Warga Binaan Usia Remaja Di Lembaga Permasyarakatan Klas 1 Kedungpade Semarang*, Skripsi, UIN Walisongo, 2017, hal. 36.

<sup>28</sup>Nurhidayah Panggelo, *Strategi Bimbingan Penyuluhan Islam Dikalangan Minoritas Muslim Kecamatan Rantebua Kabupaten Toraja Utara*, Skripsi, IAIN Palopo, 2018., hal. 27.

<sup>29</sup>Hamdi Abdul Karim, "Peran Manajemen Dalam Bimbingan Penyuluhan Islam", *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, Vol. 1.No. 01, 2019, hal.120.

Agama dapat pula diartikan sebagai suatu sistem pendidikan non-formal bersifat praktis untuk seseorang atau umat, sehingga mereka memiliki kesadaran, keyakinan dan mampu melaksanakan ajaran agama dalam kehidupan sehari-hari (*learning by doing*).<sup>30</sup>

Makna konselor agama dalam Keputusan Menteri Agama Republik Indonesia No. 791 Tahun 1985 No. 791 adalah membimbing umat beragama dalam kerangka spiritual, etika, dan ketakwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa. Sedangkan makna penasehat agama Islam, adalah pedoman bagi umat Islam dalam mengembangkan spiritual, moral dan agama menuju Tuhan Yang Maha Esa, Allah swt serta mengawasi setiap aspek melalui pintu dan bahasa.agama.<sup>31</sup>

Pengertian di atas bisa dipahami bahwa bimbingan penyuluhan Islam adalah upaya membantu individu individu atau kelompok individu untuk mendapatkan pencerahan dalam hidup dan terbebas dari kesulitan fisik maupun psikis untuk mendapatkan kebahagiaan dunia dan akhirat.

Adapun inti dari bimbingan dan penyuluhan Islam tersebut adalah penjiwaan ajaran agama Islam dalam pribadi klien sehubungan dengan usaha pemecahan problem dalam lapangan hidup yang terpilih. Ia dibimbing sesuai dengan perkembangan sikap perasaan keagamaan, sesuai dengan tingkat dan pribadi pembimbing yang sangat berpengaruh terhadap diri pembimbing, oleh karena itu seseorang pada saat kesulitan atau menderita mereka peka terhadap pengaruh pribadi penolong.<sup>32</sup>

Firman Allah dalam Q.S Al-Imran:104

وَلْتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ

“Dan hendaklah ada di antara kamu segolongan umat yang menyeru kepada kabjikan, menyuruh kepada yang ma’ruf dan mencegah kepada yang munkar merekalah orang-orang yang beruntung”.

---

<sup>30</sup>Enjang AS, “Dasar-dasar Penyuluhan Islam”, *Jurnal Ilmu Dakwah*, Vol. 4 No. 14, Juli-Desember 2009, hal. 731.

<sup>31</sup>Aep Kusnawan, “Urgensi Penyuluhan Agama”, *Jurnal Ilmu Dakwah*, Vol. 5 No. 17, Januari-Juni 2011, hal. 276.

<sup>32</sup>Nurhidayah Panggelo, *Strategi Bimbingan Penyuluhan Islam Dikalangan Minoritas Muslim Kecamatan Rantebua Kabupaten Toraja Utara*, Skripsi, IAIN Palopo, 2018, hal. 29-30.

Berdasarkan keterangan dari ayat di atas menunjukkan adanya seruan agar ada satu golongan atau sekelompok dari umat manusia untuk memberikan suatu bimbingan kepada orang atau kelompok lain yakni berupa ajaran agama Islam agar berbakti kepada Allah dan berbuat ma'ruf, artinya segala perbuatan yang mendekatkan kita kepada Allah. Firman Allah SWT juga menjelaskan agar mencegah perbuatan mungkar atau perbuatan yang melanggar atau tidak sesuai dengan agama, dengan menggunakan cara yang bijaksana, nasehat yang baik dan berdebat dengan cara yang baik.<sup>33</sup>Dengan demikian bimbingan penyuluhan Islam dapat dilakukan oleh siapa saja yang sekiranya mampu untuk merubah sikap seseorang dari sikap yang mungkar menuju suatu kebaikan sesuai dengan ajaran Islam.

#### **b) Tujuan Bimbingan dan Penyuluhan Islam**

Tujuan bimbingan dan penyuluhan Islam dibagi menjadi dua, yaitu tujuan umum dan tujuan khusus.

- 1) Tujuan bimbingan penyuluhan Islam secara umum
  - (a) Membantu individu dalam mencapai kebahagiaan pribadi
  - (b) Membantu individu dalam mencapai kehidupan yang efektif dan produktif dalam masyarakat
  - (c) Membantu idividu dalam mencapai gidup bersama dengan individu yang lain
  - (d) Membantu individu dalam mencapai harmoni antara cita-cita dan kemampuan yang dimiliki.
- 2) Tujuan bimbingan dan penyuluhan Islam secara khusus
  - (a) Mengembangkan pengertian dan pemahaman diri dalam kemajuan dirinya
  - (b) Mengembangkan pengetahuan tentang dunia kerja, kesempatan kerja, serta tanggungjawab dalam memilih suatu kesempatan kerja tertentu
  - (c) Mengembangkan kemampuan untuk memilih, mempertemukan diri dan informasi tentang kesempatan yang ada secara bertanggungjawab
  - (d) Mewujudkan penghargaan terhadap kepentingan dan harga diri orang lain.<sup>34</sup>

---

<sup>33</sup>Hamdi Abdul Karim, "Peran Manajemen Dalam Bimbingan Penyuluhan Islam", *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, Vol. 1, No. 01, 2019, hal. 123.

<sup>34</sup>*Ibid.* hal.124.

### c) Fungsi Bimbingan dan Penyuluhan Islam

Menurut Thohari Musnamar (dalam Faqih, 2001) fungsi bimbingan dan penyuluhan Islam meliputi empat fungsi, yaitu:

- 1) Fungsi *preventif*; adalah membantu individu menjaga atau mencegah timbulnya masalah bagi dirinya;
- 2) Fungsi *kuratif* atau *korektif* adalah membantu individu memecahkan masalah yang sedang dihadapi atau dialaminya.
- 3) Fungsi *preservative*, yakni membantu individu menjaga agar situasi dan kondisi yang semula tidak baik (mengandung masalah) menjadi baik (terpecahkan) dan kebaikan itu bertahan lama (*in state of good*).
- 4) Fungsi *developmental* adalah membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik agar tetap baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak memungkinkannya menjadi sebab munculnya masalah bagi dirinya.

Dalam hubungan ini bimbingan dan penyuluhan mempunyai fungsi efektif dan menggali sumber-sumber kekuatan rohaniah dan menggunakan sumber-sumber manusia yang ada untuk mengatasi kebutuhan yang ditimbulkan oleh proses perubahan yang mempunyai dampak negative atau tidak sesuai dengan norma-norma masyarakat yang berlaku.<sup>35</sup>

Selanjutnya ada juga yang mengatakan bahwa bimbingan dan penyuluhan Islam sebagai berikut:

#### 1) Fungsi informasi dan pendidikan

Dalam hal ini pendidikan agama diposisikan sebagai da'i yang memiliki kewajiban untuk mendakwahkan Islam, menyampaikan informasi agama, dan mencerdaskan masyarakat sebaik mungkin sesuai dengan ajaran agama.

#### 2) Fungsi penasehat

Penyuluhan Agama mengusulkan untuk terlibat dalam refleksi dan resolusi masalah yang dihadapi masyarakat, sebagai individu, sebagai keluarga, dan sebagai anggota masyarakat.

#### 3) Fungsi motorik

---

<sup>35</sup>Rizky Suwandini Ahmad, *Strategi Bimbingan Penyuluhan Islam Dalam Pembentukan Akhlak Anak Di Panti Asuhan Wahyu Ilahi Kelurahan Romang Polong Kecamatan Somba OPU*, Skripsi, UIN Alaudin Makassar, 2019, hal. 22.

Pembimbing agama Islam memiliki tanggung jawab moral dan sosial untuk melakukan kegiatan melindungi umat atau masyarakat dari berbagai ancaman, gangguan, hambatan, tantangan yang merusak akhlak.<sup>36</sup>

**d) Metode dan Teknik Bimbingan Penyuluhan Islam**

Metode dalam bahasa berasal dari dua kata yaitu Meta (melalui) dan Hodos (jalan-jalan). Dengan demikian, metode dapat dipahami sebagai jalan yang harus ditempuh untuk mencapai suatu tujuan bimbingan penyuluhan Islam.<sup>37</sup> Secara etimologis, istilah metode berasal dari bahasa Yunani, yaitu dari kata *methodos* yang berarti cara atau jalan. Sedangkan secara semantik, metode berarti cara atau jalan yang ditempuh untuk mencapai suatu tujuan dengan hasil yang efektif dan efisien. Efektif artinya antara biaya, tenaga dan waktu seimbang, dan efisien artinya suatu yang berkenaan dengan suatu hasil.<sup>38</sup>

Kamus besar bahasa Indonesia, metode adalah cara teratur untuk melaksanakan pekerjaan agar tercapai sesuai dengan yang di inginkan, cara kerja yang bersistem agar memudahkan pelaksanaan suatu kegiatan berguna untuk mencapai tujuan yang ditentukan sebelum pelaksanaan bimbingan penyuluhan Islam.<sup>39</sup>

Dari beberapa definisi di atas dapat disimpulkan bahwa metode adalah suatu cara yang digunakan secara teratur dan sistematis untuk mencapai suatu tujuan tertentu secara efektif.

Dengan demikian metode bimbingan dan penyuluhan Islam adalah cara yang teratur dan sistematis yang ditempuh dalam pemberian bantuan atau pertolongan pada orang lain yang mengalami kesulitan-kesulitan rohaniah didalam hidupnya agar mampu mengadakan reaksi agamis yang timbul dengan penuh kesadaran yang dapat mencapai suatu yang diharapkan yaitu mencapai kebahagiaan didunia dan di akhirat.

---

<sup>36</sup>Anggit Saputro, *Fungsi Bimbingan Penyuluhan Islam Dalam Meminimalisir Terjadinya Bunuh Diri di Desa Gulang Terjadinya Bunuh Diri di Desa Gulang Mejobo Kudus Tahun 2017/2018*, Skripsi, IAIN Kudus, 2019, hal. 11-12

<sup>37</sup> Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*. (Jakarta: Amzah, 2010), hal.3

<sup>38</sup> Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Insan Multi Media, 2007), hal.152

<sup>39</sup> <https://www.kbbi.co.id/arti-kata/metode>, diakses 13 November 2021 18.11

Ada beberapa metode yang lazim dipakai dalam bimbingan dan penyuluhan Islam dimana sasarannya adalah mereka yang ada didalam kesulitan mental spiritual disebabkan oleh faktor kejiwaan yang berada didalam dirinya sendiri seperti tekanan batin (depresi mental), gangguan perasaan (emosional disturbance), tidak mampu konsentrasi dalam berpikir, dan juga disebabkan oleh faktor dari luar dirinya, seperti pengaruh lingkungan yang mengguncangkan perasaannya.<sup>40</sup>

Metode bimbingan dan penyuluhan Islam berbeda halnya dengan dakwah. Secara umum metode dakwah meliputi metode ceramah, metode tanya jawab, metode debat, metode percakapan interpersonal, metode demonstrasi, metode dakwah Rasulullah SAW, pendidikan agama dan kunjungan rumah (silaturahmi). Menurut Suriatna menggolongkan metode penyuluhan menjadi tiga golongan berdasarkan jumlah sasaran (audien) :

1. Metode berdasarkan pendekatan individu (perseorangan). dalam metode ini, penyulu berhubungan dengan baik secara langsung maupun tidak langsung dengan sasaran secara perorangan. Metode ini termasuk kedalam metode anjangsana, suat menyurat, kontak informal, undangan, hubungan telepon, magang.
2. Metode berdasarkan pendekatan kelompok. Dalam metode ini, penyuluh berhubungan dengan sekelompok orang untuk menyampaikan pesannya. Metode ini meliputi ceramah dan diskusi, rapat, demonstrasi, lokakarya, konferensi lapangan, sarasehan, kompetisi, pemutaran *slide*, dan penyuluhan kelompok lainnya.
3. Metode berdasarkan pendekatan massal. Metode ini dapat menjangkau sasaran lebih luas (massa). Beberapa metode yang termasuk dalam pendekatan ini antara lain temu publik, siaran media massa, pertunjukkan kesenian rakyat, penerbit visual, dan pemutaran film.

Menurut Suprpto metode penyuluhan terbagi menjadi tiga golongan yaitu:

- a) Metode penyuluhan langsung, artinya para petugas penyuluhan langsung berhadapat secara langsung dengan sasaran, misalnya anjangsana, kontak pribadi, demonstarsi, dll.
- b) Metode penyuluhan tidak langsung. Metode ini dimana kesan yang disampaikan secara tidak langsung dilakukan oleh penyuluh, tetapi lewat

---

<sup>40</sup>Nurhidayah Panggelo, “Strategi Bimbingan Penyuluhan Islam Dikalangan Minoritas Muslim Kecamatan Rantebua Kabupaten Toraja Utara”, Skripsi, IAIN Palopo, 2018, hal.32

perantara atau media. Misalnya pertunjukan film atau *slide*, siaran melalui radio atau televisi dan penyebaran bahan percetakan atau *liftlet*.<sup>41</sup>

Menurut Arifin (1992) bimbingan penyuluhan Islam bila diklasifikasikan berdasarkan segi komunikasi, pengelompokannya menjadi:

#### 1) Metode Langsung

Metode langsung adalah metode dimana konselor berkomunikasi secara langsung (tatap muka) dengan orang yang dibimbingnya. Winkel juga menyatakan bahwa rujukan langsung merujuk pada layanan rujukan yang diberikan oleh manajer klien sendiri, dalam pertemuan tatap muka dengan satu atau lebih klien Metode ini dapat dibagi menjadi: (a) Metode individu Konseling individu adalah konseling yang memungkinkan klien untuk menerima layanan tatap muka, tatap muka untuk membahas dan menyelesaikan masalah pribadi. Konselor dalam hal ini berkomunikasi langsung dengan pihak individu yang bepergian dengannya. Ini dapat dilakukan dengan menggunakan satu teknik atau lebih.<sup>42</sup> Metode ini dapat dirinci lagi menjadi:

##### (a) Metode Individual

Bimbingan individu adalah bimbingan yang memungkinkan klien untuk menerima layanan langsung tatap muka dalam rangka membahas dan menyelesaikan permasalahan yang sifatnya pribadi yang sedang di alaminya. Pembimbing dalam hal ini berkomunikasi langsung secara individu dengan pihak yang dibimbingnya. Ini dapat dilakukan dengan menggunakan teknik.

- (1) Percakapan pribadi, yakni pembimbing melakukan dialog langsung secara tatap muka dengan pihak yang dibimbing
- (2) Kunjungan kerumah (home visit), yaitu pembimbing berinteraksi dengan kliennya tetapi dilaksanakan di rumah klien sekaligus untuk melihat kondisi rumah klien dan lingkungannya
- (3) Kunjungan dan observasi kerja, yaitu pembimbing/konseling jabatan, melakukan percakapan langsung sambil mengamati kerja klien dan lingkungannya.

---

<sup>41</sup> Saerozi, *Pengantar Bimbingan Dan Penyuluhan Islam*, (Semarang: CV. Karya Abadi Jaya), hal.39-40

<sup>42</sup> Ema Hidayanti, Dakwah Pada Setting Rumah Sakit (Studi Deskriptif Terhadap Sistem Pelayanan Bimbingan Konseling Islam Bagi Pasien Rawat Inap di RSI Sultan Agung Semarang), *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Vol. 5 No. 2, 2014, hal. 230

(b) Metode Kelompok

Pembimbing melakukan komunikasi langsung dengan klien dalam kelompok. Hal ini dapat dilakukan dengan teknik-teknik:

- (1) Diskusi kelompok. Diskusi kelompok merupakan suatu cara dimana klien akan mendapatkan kesempatan untuk memecahkan masalah bersama-sama. Setiap klien dapat menyumbangkan pikiran masing-masing dalam memecahkan suatu masalah. Dalam diskusi itu dapat tertanam pula rasa tanggungjawab dan harga diri.
- (2) Remedial teaching, yakni pemberian penyuluhan dengan materi tertentu (ceramah) kepada kelompok binaan yang sudah ditetapkan.<sup>43</sup>

2) Metode tidak langsung

Metode komunikasi tidak langsung merupakan metode penyuluhan melalui media massa. Hal ini dapat dilakukan secara individu dan kelompok.

- (a) Metode pribadi: melalui korespondensi, panggilan telepon video, dan obrolan pribadi.
- (b) Metode kelompok: melalui papan orientasi, surat kabar/majalah, brosur, radio (media audio) dan televisi.

Sedangkan dalam Pedoman Pendidikan Agama Islam, metode dan teknik yang digunakan untuk mengembangkan agama masyarakat adalah:

- (1) Pendekatan partisipatif, penyuluh agama Islam tidak mengajar dan berdakwah dalam melakukan pembinaan, tetapi penyuluh memfasilitasi masyarakat agar masyarakat dapat berperan aktif sebagai tiang pancang dalam masyarakat belajar dan mengajar. Fasilitator menggunakan teknik pendampingan (penilaian pedesaan partisipatif).
- (2) Metode dialog interaktif, penyuluh agamaz tidak hanya menjelaskan materi, tetapi juga memberikan kesempatan kepada hadirin untuk bertanya dan menjawab pertanyaan dengan menggunakan teknik diskusi kelompok (FGD).
- (3) Metode pemberdayaan, penyuluh agama Islam harus mampu melihat dan menyadari potensi dan sumber daya masyarakat, sehingga penyuluh dapat menjadi fasilitator masyarakat dengan memanfaatkan potensi dan sumber daya lainnya untuk meningkatkan kualitas hidup masyarakat.

---

<sup>43</sup>St Nur Fauziyah Ulya, *Islam Dalam Pembinaan Kesehatan Mental Anak Yatim (Studi Kasus di Panti Asuhan Iskandariyah Ngaliyan Semarang)*, Skripsi, UIN Walisongo Semarang, 2014, hal. 29-33

Setelah mengetahui metode yang digunakan oleh para penyuluh agama di atas, berikut adalah teknik-teknik yang digunakan:

- 1) Komunikasi informasi, dilakukan dengan cara menyampaikan pesan yang menginformasikan atau memberikan penjelasan kepada orang lain. Komunikasi ini dapat dilakukan secara lisan maupun tertulis, bersifat informatif dan satu arah (*one-way communication*). Penggunaan metode komunikasi ini adalah untuk menyampaikan sesuatu yang dianggap penting oleh kelompok sasaran.
- 2) Komunikasi persuasif, teknik ini digunakan untuk membujuk, mengajak, dan membujuk subjek untuk mempengaruhi pemikirannya dan mengubah sikap dan perilakunya menjadi lebih baik yang diinginkan instruktur. Teknik komunikasi persuasif dilakukan secara tatap muka, karena penyuluh mengharapkan tanggapan dan tanggapan khusus dari audiens sasaran (klien).
- 3) Komunikasi koersif adalah teknik penyampaian pesan dari penyuluh agama kepada masyarakat dengan cara yang mengandung paksaan untuk melakukan tindakan atau kegiatan tertentu. Teknik ini mengandung sanksi bahwa jika penerima pesan tidak melaksanakannya, ia harus menanggung akibatnya. Teknik komunikasi ini dapat diwujudkan dalam bentuk keputusan dan instruksi yang mengikat, yang memuat kewajiban dan kewajiban untuk ditaati dan dilaksanakan.

Metode dan teknik yang digunakan dalam melaksanakan pembinaan, tergantung pada masalah yang sedang dihadapi/digarap, tujuan penggarapan masalah, keadaan yang dibimbing/klien, kemampuan penyuluh mempergunakan metode/ teknik, sarana dan prasarana yang tersedia, kondisi dan situasi lingkungan sekitar, organisasi dan administrasi layanan bimbingan serta biaya yang tersedia.<sup>44</sup>

## **2. Kecemasan Masyarakat Terdampak Covid-19**

### **a) Pengertian Kecemasan Masyarakat Terdampak Covid-19**

#### **1) Pengertian Kecemasan**

---

<sup>44</sup>Nurhidayah Panggelo, *Strategi Bimbingan Penyuluhan Islam di Kalangan Minoritas Muslim Kecamatan Rantebua Kabupaten Toraja Utara*, Skripsi, IAIN Palapo, 2018, hal. 37-39

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, cemas mengandung arti risau hati, khawatir, takut, dan gelisah.<sup>45</sup> Sedangkan dalam bahasa latin, *angustus* yang berarti, kaku dan *ango-anci* yang berarti mencekik. Dalam Kamus Bahasa Inggris kecemasan yaitu *anxiety* yang berarti suatu keadaan khawatir dan mengeluh bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi.<sup>46</sup> Secara etimologi, anxiety berarti kecemasan atau kegelisahan.<sup>47</sup> Secara terminologi, kecemasan adalah suatu keadaan *aprehensi*, yaitu keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi.<sup>48</sup> Menurut Zakiyah Daradjat kecemasan adalah manifestasi dari berbagai proses emosi yang bercampur baur, yang terjadi ketika seseorang sedang mengalami tekanan perasaan (frustasi) dan pertentangan batin (konflik).<sup>49</sup>

Sigmund Freud dalam Nina Mardiana, menyatakan kecemasan merupakan fungsi ego untuk memperingatkan individu tentang kemungkinan datangnya suatu bahaya sehingga dapat disiapkan reaksi adaptif yang sesuai.<sup>50</sup> Dalam hal ini, kecemasan berfungsi sebagai mekanisme yang melindungi ego karena kecemasan memberikan sinyal kepada seseorang tentang adanya bahaya dan apabila tidak dilakukan tindakan yang tepat maka bahayanya akan meningkat sampai ego dapat dikalahkan.<sup>51</sup>

Menurut Harlock, kecemasan adalah bentuk kekhawatiran, ketakutan dan perasaan lain yang kurang menyenangkan. Kecemasan sering muncul pada individu ketika menghadapi situasi yang tidak menyenangkan. Pada tingkat kecemasan yang sedang, persepsi individu lebih berfokus pada yang penting saat ini dan menghilangkan hal yang lainnya. Individu dapat mengalami gejala kecemasan fisik dan emosional yang lebih kuat seperti ketegangan otot telapak tangan berkeringat, suara gemetar, sakit punggung

---

<sup>45</sup> <https://kbbi.web.id/cemas> di akses pada 29 Juni 2022, pukul: 22.38

<sup>46</sup> Dona Fitri Anisa, Konsep Kecemasan (Anxiety) pada lanjut usia (lansia), *Jurnal Konselor* 2 (2), 2016

<sup>47</sup> J.P. Chaplin, *Dictionary of Psychology*, cet. 7, terj. Kartini Kartono dengan judul *Kamus Lengkap Psikologi*, cet.V, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 1999), hal. 32

<sup>48</sup> Jeffrey S Nevid, Spencer A. Rathus dan Beverly Greene, *Abnormal Psychology in a Changing World*, terj. Tim Fakultas Psikologi Universitas Indonesia dengan judul: *Psikologi Abnormal*, (Jakarta: Erlangga, 2005), hal. 163

<sup>49</sup> Zakiyah Daradjat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: Toko Gunung Agung, 2010), hal.45

<sup>50</sup> Nina Mardiana, "Peran Guru Bimbingan dan Konseling Dalam Upaya Mengurangi Tingkat Kecemasan Siswa Saat Menghadapi Ujian Nasional", *jurnal sosio-E-Kons*, Vol. 9 No. 2 Agustus 2017, hal.6

<sup>51</sup> Nevid Jeffereys, dkk, *Psikologi Abnormal*, (Jakarta: Erlangga, 2003), hal.163

dan perubahan pola tidur. Pada tingkat kecemasan yang berat/tinggi, persepsi individu menjadi turun, hanya memikirkan hal yang kecil saja dan mengabaikan yang lainnya, sehingga individu tidak dapat berfikir dengan tenang.<sup>52</sup>

Berdasarkan uraian di atas, maka kecemasan merupakan suatu keadaan khawatir yang membuat seseorang mengalami tekanan perasaan dan pertentangan batin suatu datangnya bahaya ditandai dengan perasaan takut yang mendalam dan berkelanjutan sehingga membuat perubahan jiwa manusia menjadi tidak tenang.

## 2) Masyarakat terdampak pandemi Covid-19

Pandemi adalah suatu wabah penyakit global. Pandemi merupakan suatu penyebaran dari penyakit antar manusia ke manusia lainnya maupun hewan ke manusia dengan sangat pesat dalam jumlah besar yang terjadi hampir diseluruh dunia dan bersifat internasional. Sebelum pandemi maka dikenal dengan istilah epidemic yaitu penyebaran dalam skala besar dan menyebar yang mencakup area secara geografis.

Covid-19 dapat mempengaruhi kesehatan mental karena penyebaran informasi di masyarakat tentang penyakit dan kebijakannya. Salah satu masalah kesehatan mental yang dapat muncul adalah kecemasan pada orang yang terkena Covid-19, berkurangnya penghasilan dalam keluarga,<sup>53</sup> kecemasan akibat gangguan pernapasan, berkurangnya aktivitas sosial, penolakan masyarakat, ketakutan akan kematian, dan kesepian.<sup>54</sup>

Masa pandemi Covid-19 memberikan dampak pada masyarakat. Dampak dalam psikologis yaitu kecemasan karena virus sangat menular dari orang yang sakit ke orang yang sehat. Dengan penularan virus yang sangat cepat dan jumlah korban jiwa yang meningkat semakin menambah tingkat kecemasan masyarakat. Dengan korban yang semakin bertambah ini berpengaruh besar terhadap kesehatan mental masyarakat.

---

<sup>52</sup>Hanifah Muyasaroh dkk, *Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap dalam menghadapi Pandemi Covid-19*, Karya Tulis Ilmiah LP2M, UNUGHA, 2020, hal. 4.

<sup>53</sup>Wiwiek Natalya, *Gambaran Tingkat Kecemasan Warga Terdampak Covid-19 Di Kecamatan Comal Kabupaten Pemalang*, Skripsi, Universitas Pekajangan Pekalongan, 2020, hal. 1.

<sup>54</sup>Ema Hidayanti, dkk, "Counseling Services in Health Care Untuk Pasien Covid-19", *Jurnal Konseling Religi*, Jil. 12 No. 2, 2021, hal. 264

Kehadiran virus ini membuat masyarakat menjadi mudah panik, was-was, cemas, hingga menimbulkan stress pada mereka. Perasaan yang berlebihan ini, karena masyarakat terlalu banyak menerima informasi sehingga menyebabkan masyarakat menjadi psikosomatik akibat Covid-19. Psikosomatik adalah perwujudan rasa cemas yang berlebihan dengan perasaan tubuh menimbulkan gejala mirip Covid-19. Padahal sebenarnya tubuh tidak terjangkit Covid-19. Hal ini merupakan perwujudan dari kecemasan yang berlebihan.

Faktor kecemasan yang berlebihan ini akan mempengaruhi sikap seseorang dalam menghadapi pandemi Covid-19. Kecemasan yang berlebihan akan menyebabkan seseorang mengalami stress. Stress adalah respon tubuh terhadap setiap kebutuhan tubuh yang terganggu. Stress akan memberikan dampak secara nyata pada individu yaitu pada fisik, psikologis, intelektual, dan fisiologis.<sup>55</sup>

Wabah Covid-19 telah merusak tatanan kehidupan manusia di dunia diantaranya pendidikan, ekonomi, budaya dan keberagaman terdampak akibat Covid-19. Misalnya dari segi pendidikan begitu banyak anak-anak dan guru tidak dapat bersekolah dengan normal akibat pembatasan interaksi sosial. Pada akhirnya, dengan fasilitas seadanya mencoba melaksanakan proses pembelajaran jarak jauh yang belum direncanakan dengan matang tanpa menelaah mendalam. Akibatnya tidak seluruh siswa dapat mengikuti proses pembelajaran dengan baik karena alasan ketiadaan sumber belajar dan akses perangkat teknologi dan internet yang terbatas. Di sisi lain orang tua juga terbebani dengan adanya berbagai tugas dalam proses belajar yang menuntut mereka mampu menguasai berbagai mata pelajaran.

Dari sisi ekonomi akibat kebijakan bekerja dan belajar dirumah serta pembatasan keluar rumah, para wirausahawan mengalami kerugian akibat banyak tempat usaha tutup karena sepi pembeli ditambah kebijakan daerah yang memberlakukan *sosial distancing*. Akibatnya banyak karyawan yang terpaksa diputuskan hubungan kerja. Dari sudut Sosial dan Budaya juga mengalami gangguan dengan pemberlakuan *stay at home* dan *social*

---

<sup>55</sup>Imam Mahfud & Aditya Gumantan, "Survey Tingkat Kecemasan Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19", *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*, Universitas Teknokrat Indonesia Lampung, 2020, Vol. 4, No. 1, hal.87-88.

*distancing* termasuk anjuran tidak mudik dan Pemberlakuan Pembatasan Sosial Berskala Besar membuat interaksi sosial sangat terbatas.

Dari sisi keberagaman, Covid-19 juga telah mengganggu berbagai ritual ibadah, seperti sholat berjamaah, shalat Jumat, pengajian rutin, dan kegiatan keagamaan lainnya. Hal ini dikarenakan akibat banyak masjid yang tutup dan apabila dibuka maka setiap masjid wajib menerapkan standar protokol kesehatan.<sup>56</sup>

Uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan masyarakat terdampak covid-19 adalah bentuk perasaan khawatir akan tertular virus covid-19 sehingga seseorang mudah mengalami ketakutan, kepanikan, waswas, perasaan tidak aman, hingga menimbulkan stress. Kondisi tersebut sangat bisa memicu kecemasan terlebih pada semua orang karena mereka takut bahwa dirinya akan terjangkit dan mengalami hal mengerikan. Kecemasan ini merupakan respons terhadap apa saja yang sedang terjadi. Ketika kecemasannya bersifat tidak wajar tentunya akan memberatkan dirinya dan menyebabkan kelumpuhan dalam memberikan keputusan atau melakukan suatu tindakan.<sup>57</sup>

Sehubungan dengan menghadapi pandemi covid-19 ini kecemasan perlu dikelola dengan baik sehingga tetap memberikan *awareness* namun tidak sampai menimbulkan kepanikan yang berlebihan atau sampai pada gangguan kesehatan kejiwaan yang lebih buruk.

## **b) Jenis-Jenis Kecemasan**

Menurut Sigmund Freud kecemasan ada tiga jenis:

### 1) Kecemasan Neurosis

Kecemasan *neurosis* adalah rasa cemas akibat bahaya yang tidak diketahui. Perasaan itu berada pada ego, tetapi muncul dari dorongan id. Kecemasan neurosis bukanlah ketakutan terhadap insting-insting itu sendiri, namun ketakutan terhadap hukuman yang mungkin terjadi jika suatu insting dipuaskan.

---

<sup>56</sup>Jarwani, "Mengelola Cemas Di Tengah Pandemi Corona", *Jurnal At-Taujih Bimbingan dan Konseling Islam*, Vol.3 No.1, Januari-Juni 2020, hal.64-65.

<sup>57</sup>Wahyu Setyaningrum dan Heylen Amildha Yanuariti, "Pengaruh Covid-19 terhadap Kesehatan Mental Masyarakat Di Kota Malang", *Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan*, Vol.4.No. 4, November 2020, hal. 551.

## 2) Kecemasan Moral

Kecemasan ini berakar dari konflik antara ego dan superego. Kecemasan ini dapat muncul karena kegagalan bersikap konsisten dengan apa yang mereka yakini benar secara moral. Kecemasan moral merupakan rasa takut terhadap suara hati. Kecemasan moral juga memiliki dasar dalam realitas, di masa lampau sang pribadi pernah mengalami beberapa hal atau berbagai kejadian yang individu tersebut mendapat hukuman karena melanggar norma moral dan dapat dihukum kembali.

## 3) Kecemasan Realistik

Kecemasan realistik merupakan perasaan yang tidak menyenangkan, tidak spesifik yang mencakup bahaya itu sendiri. Kecemasan realistik merupakan rasa takut akan adanya bahaya-bahaya nyata yang berasal dari dunia luar.<sup>58</sup>

### c) Tingkat Kecemasan

Menurut Stuart (2007) ada empat tingkat kecemasan yang dialami oleh individu yaitu:

#### 1) Kecemasan Ringan (*mild anxiety*)

Kecemasan ringan adalah kecemasan yang normal, biasanya merupakan bagian dari kehidupan sehari-hari, seseorang menjadi lebih berhati-hati dan lebih waspada, tetapi individu masih bisa menyelesaikan masalahnya. Kecemasan ringan dapat memotivasi belajar, menciptakan pertumbuhan dan kreativitas yang ditandai dengan terlihat tenang, percaya diri, waspada, memperhatikan banyak hal, sedikit tidak sabar, ketegangan otot ringan, dan sedikit gelisah.

#### 2) Kecemasan Sedang (*moderate anxiety*)

Tingkat kecemasan sedang memungkinkan seseorang untuk fokus pada apa yang penting dan mengesampingkan yang tidak penting atau tidak memiliki prioritas yang ditandai dengan perhatian menurun, penyelesaian masalah menurun, tidak sabar, mudah tersinggung, ketegangan otot sedang, mulai berkeringat, sering mondar mandir dan sakit kepala.

---

<sup>58</sup>Wahyu Nur Hidayanti, "Kecemasan Mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir di Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Ponorogo", Skripsi, IAIN Ponorogo, 2020, hal.22.

### 3) Kecemasan Berat (*severe anxiety*)

Tingkat kecemasan yang berat sangat mengurangi persepsi individu, dan individu cenderung fokus pada sesuatu yang terinci dan spesifik, serta tidak dapat memikirkan hal lain. Semua perilaku yang ditunjukkan bertujuan untuk mengurangi ketegangan. Individu membutuhkan banyak bimbingan untuk dapat memusatkan pada suatu area lain ditandai dengan sulit berpikir, kegagalan pemecahan masalah, ketakutan, kebingungan, menarik diri, sangat cemas, kontak mata yang buruk, berkeringat berat, berbicara cepat, rahang menegang, menggertakan gigi, mondar mandir dan gemetar.

### 4) Panik

Tingkat panik berhubungan dengan terperangah, ketakutan dan terror, karena individu mengalami kehilangan kendali. Orang yang mengalami panik tidak mampu melakukan sesuatu walaupun dengan pengarahan. Panik melibatkan disorganisasi kepribadian, terjadi peningkatan aktivitas motorik, menurunnya kemampuan untuk berhubungan dengan oranglain. Persepsi yang menyimpang dan kehilangan pemikiran yang rasional.<sup>59</sup>

## d) Gejala-Gejala Kecemasan

Kecemasan memiliki ciri-ciri berupa perasaan takut dan waspada atau kewaspadaan yang samar dan tidak nyaman, dan munculnya gejala kecemasan bervariasi dari orang ke orang. Gejala kecemasan meliputi:

- 1) Reaksi fisik: telapak tangan berkeringat, ketegangan otot, jantung berdebar-debar, pipi merona, pusing.
- 2) Berpikir: terlalu memikirkan bahaya, menganggap diri tidak mampu menghadapi kesulitan, tidak menghargai bantuan yang tersedia, khawatir dan memikirkan hal-hal buruk.
- 3) Perilaku: gelisah, stres fisik, menarik diri dari hubungan interpersonal, lari dari masalah, ketenangan yang berlebihan.
- 4) Suasana hati: gugup, mudah tersinggung, khawatir, takut.

Menurut para tokoh gejala-gejala yang dirasakan oleh penderita kecemasan antara lain:

- a. Menjadi gelisah ketika sesuatu tidak sesuai dengan harapan.

---

<sup>59</sup> Andy Taufan, *Pengaruh Terapi Doa Terhadap Skala Kecemasan Pasien Pre Operasi Di Ruang Instalasi Bedah Sentral RSUD Dr. M. Ashari Pemalang*, Skripsi, UNIMUS Semarang, 2017, hal. 13-14.

- b. Sering mengalami kesulitan bernafas, sakit perut, keringat berlebihan.
- c. Merasa takut banyak hal.
- d. Sulit tidur pada malam hari, jantung berdebar-bedar, mengalami mimpi buruk, terbangun dari tidur karena ketakutan.
- e. Sulit berkonsentrasi, selalu merasa sendiri, mudah tersinggung dan mudah marah.<sup>60</sup>

Hawari mengatakan bahwa gejala-gejala orang yang mengalami kecemasan adalah khawatir, takut akan pikirannya sendiri, firasat buruk, tegang, gelisah, mudah terkejut, gangguan konsentrasi, sesak nafas, jantung berdebar-debar, sakit kepala, gangguan pencernaan.

Kartono mengemukakan gejala-gejala kecemasan yaitu gemetar, berkeringat dingin mulut menjadi kering, membesarnya pupil, sesak nafas, diare.

Menurut Zakiyah Daradjat kecemasan terdiri dari dua kelompok gejala, yaitu:

1) Gejala fisik

Gejala fisik meliputi ujung-ujung jari merasa dingin, pencernaan tidak teratur, jantung berdebar-debar, meningkatnya denyut nadi, tekanan darah meningkat, keringat berlebihan, tidur tidak nyenyak, nafsu makan hilang, kepala pusing dan nafas sesak.

2) Gejala mental

Gejala mental meliputi perasaan takut, merasa akan ditimpa bahaya atau kecelakaan, tidak bias memusatkan perhatian, tidak berdaya atau rendah diri, hilang kepercayaan pada diri, ingin lari dari kenyataan hidup dan lain sebagainya.<sup>61</sup>

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa gejala kecemasan dapat dibagi menjadi dua, yaitu gejala psikologis dan gejala fisiologis. Gejala psikologis diantaranya perasaan takut, sulit konsentrasi, merasa tidak berdaya, khawatir akan kesendirian, percaya bahwa sesuatu yang menakutkan akan terjadi tanpa adanya sebab yang jelas, bingung dan tegang. Gejala fisiologis antara lain jantung

---

<sup>60</sup>Mitrianto, *Metode Bimbingan Rohani Islam Dalam Memberikan Pendampingan Untuk Menanggulangi Kecemasan Pada Keluarga Pasien di Ruang ICU (Studi Kasus Rumah Sakit Umum Daerah Raden Mattahel Jambi)*, Skripsi, UIN Sukthan Thaha Saifuddin Jambi, 2019, hal.16-17.

<sup>61</sup>Syarif Hidayatullah, *Strategi Bimbingan Penyuluhan Islam dalam Menghilangkan Kecemasan Akan Kematian Pada Lansia di Rumah Perlindungan Lanjut Usia Jelambar*, Skripsi, UIN Syarif Hidayatullah, 2014, hal.28-29.

berdebar-debar, berkeringat dingin, nafas sesak, sering ingin buang air, mual, tidur tidak nyenyak, ujung-ujung jari merasa dingin dan sakit kepala.

**e) Faktor-Faktor Kecemasan**

Faktor yang dapat menjadi pencetus seseorang merasa cemas dapat berasal dari diri sendiri (faktor internal) maupun dari luar dirinya (faktor eksternal). Pencetus *anxiety* menurut Asmadi, pemicu kecemasan dapat dikelompokkan menjadi dua kategori, yaitu:

- 1) Ancaman terhadap integritas diri, meliputi ketidakmampuan fisiologis atau gangguan dalam melakukan aktifitas sehari-hari untuk memenuhi kebutuhan dasar.
- 2) Ancaman terhadap sistem diri yakni adanya sesuatu yang dapat mengancam diri sendiri, harga diri, kehilangan status/peran diri, dan hubungan interpersonal.

Menurut Dadang Hawari, mekanisme kecemasan adalah faktor psiko-neuro-imunologis atau psiko-neuro-endokrinologi yang menyebabkan kecemasan adalah perkawinan, orang tua, hubungan antar pribadi, pekerjaan, lingkungan, keuangan, hukum, perkembangan, penyakit fisik, faktor keluarga, dan trauma. Namun, tidak semua orang yang mengalami stres psikososial akan mengalami gangguan cemas. Hal ini tergantung pada struktur perkembangan kepribadian seseorang, yaitu usia, tingkat pendidikan, pengalaman, jenis kelamin, dukungan sosial dari keluarga, teman, dan masyarakat.<sup>62</sup>

Terdapat dua faktor yang menyebabkan kecemasan:

a) Pengalaman negatif pada masa lalu

Pengalaman ini merupakan hal yang tidak menyenangkan pada masa lalu mengenai peristiwa yang dapat terulang lagi pada masa mendatang, apabila individu tersebut menghadapi situasi atau kejadian yang sama dan juga tidak menyenangkan, misalnya pernah gagal dalam tes. Hal tersebut merupakan pengalaman umum yang menimbulkan kecemasan dalam menghadapinya.

b) Pikiran yang tidak rasional

---

<sup>62</sup>Setiyadi, *Bimbingan Agama Islam Dalam Mengatasi Kecemasan Beradaptasi Santri di Pondok Pesantren Baiturrahmah, Karanganyar, Klaten*, Skripsi, UIN Walisongo Semarang, 2019, hal.35.

Pada psikolog memperdebatkan bahwa kecemasan terjadi bukan karena suatu kejadian, melainkan kepercayaan atau keyakinan tentang kejadian itulah yang menjadi penyebab kecemasan.<sup>63</sup>

### 3. Urgensi Metode Bimbingan dan Penyuluhan Islam Dalam Mengatasi Kecemasan Masyarakat Terdampak Covid-19

Covid-19 adalah sekumpulan virus dari *Subfamili Orthonavirinae* dalam keluarga *Coronaviridae* dan *Ordo Nidovirales*. Kelompok virus ini menyebabkan penyakit pada burung dan mamalia, termasuk manusia. Pada manusia, Covid-19 menyebabkan infeksi saluran pernapasan yang umumnya ringan, seperti pilek dan batuk yang dapat menyebabkan kematian. Virus ini tidak bisa diabaikan begitu saja, karena penularan virus ini sangat begitu cepat.<sup>64</sup> Pandemi COVID-19 telah mengubah seluruh tatanan kehidupan manusia. Hal ini memerlukan adaptasi dalam berbagai hal, termasuk kegiatan di masyarakat yang harus memenuhi protokol kesehatan dan physical distancing yang semula disebut dengan social distancing (Supriyati, 2020:196). Kondisi ini tentunya sangat mempengaruhi kesehatan fisik maupun psikis masyarakat.<sup>65</sup>

Pada masa pandemi Covid-19 yang terjadi sekarang ini mengharuskan individu beradaptasi ulang dengan situasi dan kondisi yang baru. Setiap individu akan mengalami berbagai perubahan dalam kebiasaan sehari-hari, seperti awalnya rutin pergi ke sekolah, tempat kerja, kini tidak bisa dilakukan sebagaimana biasanya namun diganti dengan cara daring. Bukan hanya itu, aktivitas lain pun seperti ibadah, berniaga, berlibur atau kegiatan yang sifatnya tatap muka kini beralih secara virtual.<sup>66</sup>

Pandemi Covid-19 juga menyebabkan dampak kesehatan berupa sakit kepala, sakit tenggorokan, demam, hidung tersumbat, kelelahan, mata memerah,

---

<sup>63</sup>Layliyaton Nadhifah, *Bimbingan dan Konseling Islam Dengan Terapi Kognitif Behavior Dalam Mengatasi Kecemasan Seseorang Mahasiswa di UIN Sunan Ampel Surabaya*, Skripsi, UIN Sunan Ampel Surabaya, 2018, hal. 45.

<sup>64</sup>Nur Rohim Yunus dan A Rezki, "Kebijakan Pemberlakuan Lock Down Sebagai Antisipasi Penyebaran Corona Virus Covid-19", *Jurnal Sosial dan Budaya Syar'I*, Vol. 7, No. 3, 2020, hal. 227-238.

<sup>65</sup>Ema Hidayanti, dkk, "Premarital Guidance During Covid-19 Pandemic", *Jurnal Konseling Religi*, jil 12 No.12, 2021, hal. 78

<sup>66</sup>Ulin Nihayah, dkk, Implementasi Konsep Teori Humanistik Dalam Kesehatan Mental Pada Masa Pandemi, *Jurnal Bimbingan Konseling Islam dan Kemasyarakatan*, 2021, Hal. 62

sesak nafas, kehilangan indra penciuman dan rasa, gangguan pencernaan, was-was, dan menggigil. Sedangkan dampak sosial budaya berupa hilangnya budaya gotong royong dan kebersamaan, saling curiga, tidak merasa aman jika berkumpul, berdekatan dengan orang lain, hilangnya budaya jabat tangan dan menciptakan individualisme. Hal tersebut tentunya meningkatkan rasa tidak aman dan kecemasan dikalangan masyarakat.<sup>67</sup>

Menurut Andrian Kecemasan adalah suatu kondisi psikis dimana disertai gejala tekanan, ketakutan, dan ancaman dari luar. Jadi yang dimaksud dengan kecemasan merupakan kekhawatiran pribadi akan masa mendatang dimana biasanya disertai dengan gejala fisik seperti gugup, tegang, berusaha menghindar, berdebar-debar, berkeringat atas ancaman tertular Covid-19, mengalami kegagalan usaha dan menanggung kerugian baik moril maupun materiil di masa pandemi Covid-19.

Menurut Gail. W Stuart mengelompokkan kecemasan menjadi empat tingkatan yakni pertama, kecemasan ringan berupa ketegangan dalam kehidupansehari-hari dimana hal ini akan meningkatkan kualitas konsentrasi individu dan meningkatkan produktivitas. Kedua, kecemasan sedang berfungsi untuk memicu pemfokusan perhatian. Ketiga, kecemasan berat yakni membantu individu untuk fokus merinci dasukar untuk dialihkan karena tingkat kewaspadaan yang tinggi. Keempat, tingkat panic berupa ketakutan yang mendalam, teror hingga individu kehilangan kendali atas dirinya. Akibatnya, individu tidak mampu mencerminkan kepribadiannya sendiri, peningkatan aktivitas motorik, pikiran yang mengarah kepada hal irrasional dan pemikiran ekstrim. Untuk itu, perlu adanya upaya mengelola kecemasan sehingga kecemasan menjadi proposional dan ideal bagi kelanaran aktivitas keseharian,serta mendukung individu untuk lebih produktif.<sup>68</sup>

Metode untuk mengatasi kecemasan dalam menghadapi Pandemi Covid-19 adalah dengan bantuan melalui bimbingan dan penyuluhan Islam. Bimbingan dan Penyuluhan Islam secara hakikat merupakan layanan kemanusiaan sangat erat

---

<sup>67</sup>Salim Komporot, "Peran Bimbingan dan Konseling dalam Penanganan Pandemi Covid-19", *Jurnal Prosiding Seminar Bimbingan dan Konseling*, 2020, hal. 80-86

<sup>68</sup>Andini Permana Kartika Putri, Ardi Septiawan, "Manajemen kecemasan Masyarakat dalam Menghadapi Pandemi Covid-19", *Jurnal Of Multidisciplinary*, Vol. 4, No. 2, 2020, hal. 204.

kaitannya dengan kebutuhan dan kemaslahatan umat manusia.<sup>69</sup> Adapun metode diklasifikasikan berdasarkan segi komunikasi pengelompokannya menjadi dua yakni metode langsung dan metode tidak langsung, dibuku pedoman penyuluhan agama Islam, metode yang digunakan adalah metode partisipatif, metode dialog interaktif, metode pemberdayaan. Setelah mengetahui metode dalam penyuluhan agama Islam selanjutnya melalui teknik yang berupa komunikasi informative, komunikasi persuasive dan komunikasi koersif.<sup>70</sup>

Dalam hal ini mengatasi kecemasan dapat dilakukan melalui tindakan yang terkendali diantaranya rajin berolahraga, berjemur dibawah sinar matahari tiap pagi, menjaga kebersihan, dan mematuhi protocol kesehatan. Begitu pula dalam Islam dianjurkan mengajak orang yang ada dilingkungan sekitar untuk berbuat baik serta dibimbing agar bertauhid kepada Allah,<sup>71</sup> cara dalam mengajak yakni mauidhah hasanah memberikan nasehat, berdzikir kepada Allah, memperbanyak membaca sholawat, membaca ayat suci Al-Quran dan seseorang dianjurkan untuk selalu beribadah kepada Allah SWT. Secara sederhana yang inti tujuannya adalah menstimulasi pikiran berpikir logis agar perasaan dan pikiran negative dapat di halau.

Bagian dari perjalanan umat Islam adalah ujian dan penderitaan yang pasti dialami sepanjang hidup. Wabah Covid-19 merupakan cobaan yang penuh kesulitan, cobaan tersebut sebenarnya adalah ujian kepada manusia agar manusia meningkatkan ketakwaannya pada Allah, karena Allah akan memberikan kabar gembira kepada orang yang bersabar saat di timpa musibah, namun janji Allah kepada orang yang bersabar bahwa bersama kesulitan akan ada kemudahan. Allah akan memberi coba'an tidak akan melebihi kesanggupan manusia maka bersabarlah agar memperoleh kemuliaan, kemenangan di dunia dan akhirat.<sup>72</sup>

---

<sup>69</sup>Salim Korompot, "Peran Bimbingan dan Konseling dalam Penanganan Pandemi Coivid19," *Jurnal Prosiding Seminar Bimbingan dan Konseling*, 2020, hal.81.

<sup>70</sup>Nurhidayah Panggelo, *Strategi Bimbingan Penyuluhan Islam di Kalangan Minoritas Muslim Kecamatan Rantebua Kabupaten Toraja Utara*, Skripsi, IAIN Palapo, 2018, hal. 37-39.

<sup>71</sup>Muhammad Munir,dkk, "Pesan-Pesan Dakwah Da'I Pada Khalayak (Analisis Konten Pada Ceramah Da'I Tentang Covid-19 di Youtube)",*Jurnal At Tabsyir Komunikasi Penyiaran Islam*, 2020, hal.139.

<sup>72</sup>Jarnawi, "Mengelola Cemas Di Tengah Pandemi Corona",*Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 2020, hal. 70-71.

## BAB III

### GAMBARAN UMUM DESA SUMBEREJO KECAMATAN MRANGGEN KABUPATEN DEMAK

#### A. Keadaan Umum Desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak

##### 1. Sejarah Desa Sumberejo

Desa Sumberejo merupakan desa yang berada di Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak Provinsi Jawa Tengah, secara geografis berada di 110.51615 Koordinator Bujur dan -7.090886 Koordinator Lintang. Menurut para sesepuh, nama desa Sumberejo muncul karena dari kisah wali Allah bernama mbah Sendang atau Eyang Singa. Disebut Eyang Singa karena ia memiliki seekor singa yang *ghoib* atau tidak bisa dilihat oleh mata.

Zaman dahulu kala pada saat musim panas, kekeringan air, dan tanaman mati. Warga kebingungan mencari sumber air. Sungai-sungai tidak ada airnya, sumur-sumur pada kering. Para warga masyarakat kesulitan mencari makan, banyak sawah yang tidak bisa ditanami, sehingga para petani hanya menanam ubi. Pada saat yang sama musim panas juga merupakan musim tikus, semua tanaman ubi yang ditanam dimakan tikus.

Semua warga pada kelaparan, mereka memakai baju seadanya. Pada akhirnya, banyak orang yang melakukan hal-hal tercela, beberapa mengambil barang yang bukan miliknya dan mencurinya. Banyak jenis makanan yang tidak baik, tidak cocok untuk dimakan manusia tetapi mereka tetap memakannya, seperti tikus, kepiting, ular, dan lain-lain.

Dalam situasi seperti ini, tiba-tiba seorang Wali Allah pergi ke desa Sumberejo yang sedang menyebarkan agama Islam. Dikalangan penduduk desa, wali dikenal sebagai mbah Sendang atau Eyang Singa. Mbah sendang datang dari arah timur. Dari perjalanannya, ia bertemu dengan sebuah desa kecil yang penduduknya menjalani

kehidupan yang menyedihkan, pakaiannya jelek, compang camping, tubuh kurus. Eyang singa melihat kondisi yang seperti itu, lalu dia beristirahat di desa itu. Karena ia naru saja beristiahat pada waktu sholat ashar, maka ia bergegas mencari air untuk berwudhu. Dia pergi ke seluruh desa, tetapi tidak dapat menemukan sumber air untuk berwudhu.

Akhirnya Mbah Sendhang menemukan sumur yang airnya sedikit, namun banyak orang yang mengantri untuk mendapatkan air. Mbah Sendhang mendekati dan meminta air untuk orang-orang ini tetapi tidak diberikan, dan Mbah Sendhang diusir dari tempat ini. Setelah meninggalkan Mbah Sendang mengutuk sumur agar airnya mengering. Tiba-tiba, tak lama kemudian, air di sumur itu mengering. Mbah Sendhang mengatakan bahwa "orang kok kayak balung (tulang)". Setelah dipelajari maknanya, balung ternyata adalah nama sebuah desa yang bernama Balong. Desa Balong merupakan salah satu desa yang berada di sebelah timur Desa Sumberejo.

Setelah meninggalkan desa Balong, Mbah Sendhang melanjutkan perjalanannya dan mencari sumber air untuk berwudhu. Setelah perjalanan singkat, ia menemukan sebuah desa dengan keadaan yang sama seperti Desa Balong. Semua yang berada di desa, tetapi tidak ada yang punya air. Jika ada cukup air hanya bisa untuk memasak dan minum.

Mbah Sendang terus berjalan ke perbatasan selatan desa, di mana ia bertemu dengan seorang lelaki tua yang membawa klenting (wadah air). Kemudian, Mbah Sendhang bertanya kepada orang tersebut: "Maaf Mbah, kalau mau ambil air dimana nggih?". Maka orang itu menjawab : "Kalau mau ambil air ini sangat jauh nak, saya ambil dari hutan selatan, kalau jam seperti ini sering habis. Apakah kamu butuh air, ambillah air ini" Mbah Sendhang Jawab "ya saya' saya ingin meminta sedikit air Anda untuk berwudhu".

Dia dengan sabar menunggu Mbah Sendhang sholat, setelah sholat Mbah Sendhang bertanya kepadanya: "sangat sulit mendapatkan air di desa ini nggih Mbah? Terima kasih banyak, Mbah, telah memberi saya air". Sambil mengucapkan terima kasih kepada Mbah Sendhang sambil mencabut ilalang yang berada di dekatnya.

Tiba-tiba tanah yang dicabut ilalang itu berlubang (runtuh), lubang yang dalam, lalu menjadi sendhang (sumber air). Dalam air yang mengalir deras, lelaki tua yang terkejut itu berkata, "Sumber rejo sangat". Oleh karena itu, disebut desa Sumberejo.

Di dalam sendhang, air masih mengalir sampai sekarang meski musim kemarau panjang. Di dekat sendhang, ada balok kayu besar yang dikeramatkan oleh penduduk setempat. Kayu berumur ratusan tahun tetapi tidak rapuh. Menurut sesepuh desa, kayunya berwarna hijau dan percaya itu makam Mbah Sendhang. Tapi sekarang kayu itu hilang dan tidak ada yang tahu kapan itu hilang.

## **2. Keadaan Monografi Desa Sumberejo**

Desa Sumberejo adalah sebuah desa yang terletak di Kecamatan Mranggen, Kabupaten Demak, Provinsi Jawa Tengah, dengan luas 888 hektar. Kondisi umum wilayah adalah dataran sedang, meliputi 35.300 ha sawah irigasi, 20.000 ha irigasi setengah teknis dan 30.000 ha sawah basah, 100.000 ha lahan konstruksi dan ladang, 5.500 ha hutan tanaman, kantor desa, lapangan olahraga, pemakaman umum, 5.215 ha sekolah dan 5.000 ha hutan asli. Sebagian besar sawah ditanami padi, palawija dan tembakau sekali dalam satu musim. Batas-batas wilayah atau wilayah desa Sumberejo adalah sebagai berikut:

- a. Sebelah Utara berbatasan dengan Desa Kangkung, Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak.
- b. Sebelah Selatan berbatasan dengan Desa Kedu, Kecamatan Ungaran, Kabupaten Semarang
- c. Sebelah Barat berbatasan dengan Desa Kebunbatur, Kecamatan Mranggen, Kabupaten Demak
- d. Sebelah Timur berbatasan dengan Desa Margohayu, Kecamatan Mranggen, Kabupaten Demak.

Desa Sumberejo terbagi menjadi lima permukiman dengan jumlah penduduk 9.534 jiwa. Wilayahnya terbagi menjadi:

- a) Karangasem
- b) Dukoh
- c) Dawung
- d) Puro
- e) Delik
- f) Magirsari

Desa Sumberejo merupakan dataran rendah, tanah subur dengan air irigasi untuk seluruh areal pertanian, sehingga padi dapat ditanam tiga kali dalam setahun.

### 3. Keadaan Demografi Desa Sumberejo

Keadaan penduduk Desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak Tahun 2022 adalah sebagai berikut: Menurut data, Desa Sumberejo dikepalai oleh seorang lurah dan mempunyai perangkat sebanyak 18 orang. Desa Sumberejo terbagi menjadi 33 RT dan 8 RT. Jumlah penduduk Desa Sumberejo adalah 9.534 jiwa, terdiri dari 4.720 laki-laki dan 4.814 perempuan. Detailnya dapat dilihat pada Tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 1

Data klasifikasi berdasarkan jumlah penduduk Desa Sumberejo, berdasarkan jenis kelamin

<b>NO</b>	<b>Umur (Th)</b>	<b>Laki-laki</b>	<b>Perempuan</b>	<b>Jumlah</b>
1	0-5	406	336	742
2	6-10	496	565	1.061
3	11-15	432	458	890
4	16-20	361	362	723
5	21-25	352	338	690
6	26-30	350	349	699
7	31-35	357	369	726
8	36-40	358	367	725
9	41-45	350	370	720
10	46-50	359	366	725
11	51-55	349	336	685
12	56-60	261	367	628

13	61 keatas	289	232	521
	<b>Jumlah</b>	<b>4.720</b>	<b>4.814</b>	<b>9.534</b>

Jumlah penduduk Desa Sumberejo, Kecamatan Mranggen, Kabupaten Demak mencapai 9.534 jiwa, terdiri dari 4.720 laki-laki dan 4.814 perempuan. Jumlah ini akan bertambah seiring dengan banyaknya pendatang asing yang tinggal di daerah tersebut.

Penduduk Desa Sumberejo bersifat homogen, kebanyakan warganya merupakan penduduk asli dan 100% beragama Islam dan tidak ada seorangpun yang menganut kepercayaan. Bahkan banyak yang masih terdapat hubungan darah atau sanak saudara. Maka dari itu sistem kekeluargaan di Desa tersebut masih kental.<sup>73</sup>

Dari data diatas terdapat beberapa tempat ibadah dan sarana umum yang ada di desa Sumberejo dengan rincian dapat dilihat pada tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 2

Dara klasifikasi berdasarkan sarana umum di Desa Sumberejo.

<b>NO</b>	<b>Jenis Sarana</b>	<b>Jumlah</b>
1	Masjid	5
2	Mushola	38
3	Balai Desa	1
4	Lapangan Sepak Bola	1
5	Lapangan Volly	3

Kondisi sosial masyarakat desa Sumberejo sangat religius. Hal ini ditandai dengan berbagai aktivitas sosial keagamaan yang ada. Warga masyarakat Sumberejo dikenal sebagai warga religius dan mempunyai banyak kegiatan keagamaan dan organisasi masyarakat seperti NU (Nadhatul Ulama) cabang Sumberejo, Muslimat NU, Fatayat, dan pengajian malam untuk bapak-bapak seperti:

<sup>73</sup>Hasil wawancara dengan Ali mushon selaku salah satu perangkat Desa Sumberejo Rabu, 27 April 2022

- a. *Tahlilan* adalah kegiatan membaca *kalimah toyyibah* yang dilakukan oleh penduduk desa Sumberejo pada hari Kamis dan Senin, oleh bapak-bapak, dan setiap hari Jumat dan Minggu oleh ibu-ibu. Untuk hari minggu khusus untuk ibu-ibu pekerja.
- b. *Yasinan* adalah kegiatan rutin membaca Surat Yasin oleh kalangan Karang Taruna Desa Sumberejo pada setiap hari rabu malam.
- c. *Shalawatan* dan *barzanji* merupakan kegiatan rutin masyarakat Sumberejo pada setiap hari kamis malam dengan membaca sholawat-sholawat nabi.

Masyarakat di Desa Sumbelejo suka gotong royong, membangun rumah bersama, gotong royong menjaga kebersihan desa, gotong royong membangun jembatan, dll.<sup>74</sup>

Di bidang pendidikan yang bertujuan untuk mencerdaskan bangsa, pemerintah selalu memperhatikan lembaga pendidikan, bahkan sampai di desa-desa terpencil, sehingga memungkinkan masyarakat untuk belajar dan memperoleh pengetahuan, baik melalui pendidikan formal maupun pendidikan nonformal. Dapat dilihat dari tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 3

Data klasifikasi berdasarkan sarana pendidikan

<b>NO</b>	<b>Pendidikan</b>	<b>Jumlah</b>
1	PAUD	4
2	TPQ	5
3	Taman Kanak-Kanak (TK)	5
4	Madrasah Ibtidaiyah (MI)	1
5	Sekolah Dasar (SD)	3
6	Madrasah Tsanawiyah (MTs)	1
7	Madrasah Aliyah (MA)	1

<sup>74</sup>Hasil wawancara dengan Kepala Desa Sumberejo Bapak Supriyadi Rabu, 27 April 2022

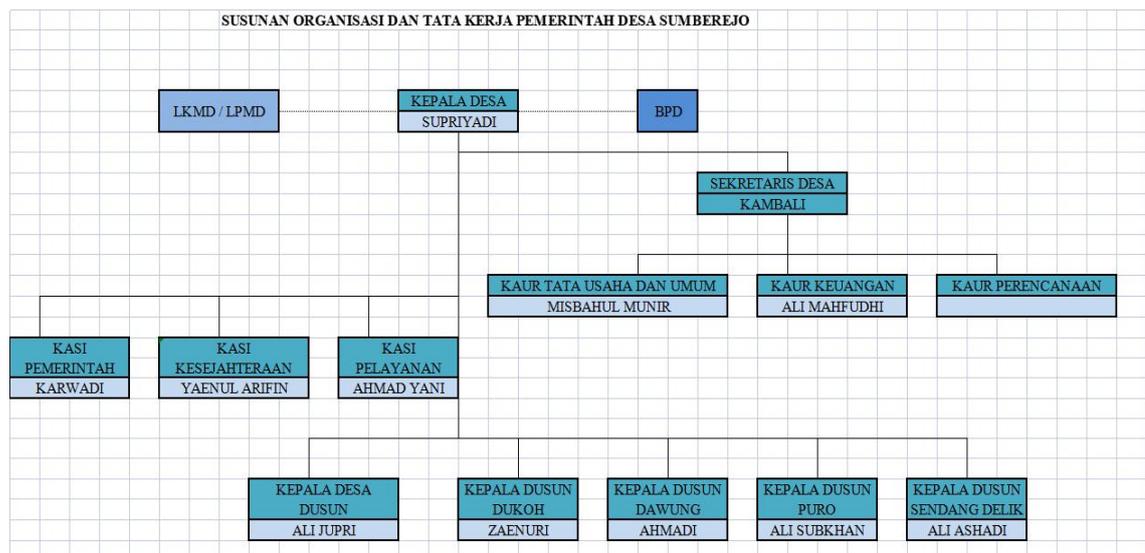
Dari data di atas dapat disimpulkan bahwa kesadaran pendidikan masyarakat desa Sumberejo sudah menyadari pentingnya pendidikan. Baik formal maupun nonformal dengan memberikan pendidikan sedari dini mungkin. Selain pendidikan dasar, masyarakat juga menyadari pentingnya pendidikan lanjutan.<sup>75</sup>

#### 4. Struktur Organisasi Desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak

Struktur organisasi Desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak dipimpin oleh seorang Kepala Desa yang membawahi sejumlah perangkat desa. Setiap perangkat desa memiliki kewenangan dan tugas masing-masing tergantung kedudukannya. Bagan organisasi Pemerintah Desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak ditunjukkan pada Gambar 1 sebagai berikut:

Gambar 1

Struktur Organisasi Dan Tata Kerja Pemerintah Desa Sumberejo



#### B. Kondisi Kecemasan Masyarakat Terdampak Covid-19 di Desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak

Wabah *Coronavirus disease* (Covid-19) semakin meluas setiap harinya, dengan mobilitas masyarakat Indonesia yang tinggi menyebabkan penyebaran semakin cepat hingga sampai ke desa-desa. Mobilitas manusia merupakan salah satu faktor yang dapat

<sup>75</sup> Hasil Wawancara Dengan Kepala Desa Sumberejo Bapak Supriyadi Rabu, 11 Mei 2022

mempercepat penyebaran virus Covid-19. Kondisi pandemi di desa Sumberejo dengan mobilitas masyarakat yang tinggi pada pertengahan tahun 2020 pemerintah desa Sumberejo mengkonfirmasi adanya kasus Covid-19. warga yang terkonfirmasi Covid-19 di desa Sumberejo melakukan isolasi mandiri dirumah, hal ini disebabkan gejala yang timbul tergolong ringan dengan melakukan isolasi mandiri selama 10 hari setelah 10 hari maka pasien dinyatakan selesai isolasi, tetapi ada pula warga yang terkonfirmasi Covid-19 harus dirawat dirumah sakit akibat gejala yang ditimbulkan tergolong berat hingga perlu perawatan intensif dirumah sakit selama 10 hari dan di tambah 3 hari bebas gejala selanjutnya akan dilakukan tes swab dan apabila hasilnya negatif maka pasien dinyatakan sembuh dan dinyatakan selesai isolasi.

Pada masa pandemi Covid-19 ini tidak semua orang mempunyai reaksi dan perilaku yang sama. Berbagai kondisi yang terjadi selama masa pandemi memberikan efek psikologis seperti perubahan sikap dan perilaku masyarakat. Ada yang menganggap ini biasa, dan ada juga yang merasa cemas. Kebijakan penanggulangan penyebaran Covid-19 di Indonesia khususnya di Desa Sumberejo telah mempengaruhi berbagai aspek kehidupan.

Kondisi pandemi yang terjadi saat ini membuat masyarakat mengalami kecemasan, di tambah adanya kasus terkonfirmasi pada beberapa warga membuat kecemasan meningkat pada masyarakat desa Sumberejo. Kecemasan masyarakat muncul dalam beragam misalnya, dampak psikologis kecemasan yang ditimbulkan akibat maraknya berita tentang jumlah kasus terkonfirmasi positif Covid-19 dari media massa, selain itu masyarakat juga cemas apabila tetangga sekitar rumah terkonfirmasi Covid-19, sehingga mengalami sulit tidur, pusing, tidak nafsu makan. Munculnya pandemi Covid-19 banyak memberikan dampak tidak biasa pada kehidupan masyarakat. Dampak psikologi yang timbul adalah stress yang lama kelamaan timbul kecemasan. Kecemasan yang dirasakan yaitu kecemasan pada orang karena mereka takut dirinya akan terjangkit dan mengalami hal yang mengerikan.

Selain dampak psikologis, Covid-19 telah merusak tatanan kehidupan manusia di berbagai aspek. Salah satu dampak dirasakan dalam aspek pendidikan, Covid-19 membuat hampir semua guru dan siswa tidak dapat melakukan kegiatan belajar mengajar dengan normal akibat dari pembatasan interaksi sosial. Pembelajaran jarak jauh ini memiliki kendala yaitu peserta didik tidak ada yang membimbing secara langsung. Hal tersebut bisa membuat siswa tertekan sehingga dapat menimbulkan stress dan kecemasan.

Aspek yang juga terdampak adanya pandemi Covid-19 adalah perekonomian, dimasa pandemi Covid-19 diterapkan sosial distancing dan mengharuskan bekerja dirumah. Semua kantor dan tempat usaha ditutup, sehingga para karyawan dirumahkan. Pemberlakuan *psysical distancing* memicu pengaruh pada kesehatan mental masyarakat. Ketika pabrik ditutup hingga adanya PHK pegawai. Sehingga, rasa bosan dengan terus menerus di rumah memicu timbulnya kecemasan. Kecemasan masyarakat juga terjadi pada kehidupan beragama, untuk pertama kalinya pada tahun 2020 orang Islam tidak merayakan Hari Raya Idul Fitri dan Idul Adha di masjid, tetapi dihimbau untuk melaksanakan dirumah, serta umat Islam telah diinstruksikan untuk menunda pelaksanaan haji dan umrah.

Bentuk kecemasan masyarakat yang dialami adalah tidak dapat berinteraksi atau silaturahmi secara langsung dengan saudara, takut diasingkan dan dikucilkan oleh masyarakat lain karena terjangkit Covid-19, masyarakat harus menjalani isolasi mandiri, serta cemas jika kehilangan keluarga dan terpisah dari keluarga karena aturan karantina.

Deskriptif dari hasil wawancara pada masyarakat yang mengalami kecemasan masyarakat terdampak Covid-19 di Desa Sumberejo pada tanggal 11-16 Mei 2022, peneliti memberikan pertanyaan “bagaimana kondisi perasaan anda saat pandemi Covid-19?”

Klien SW ketika dimintai keterangan mengaku cemas dengan adanya Covid-19 yang menyebar di seluruh Indonesia sehingga masuk ke desa Sumberejo. Kecemasan yang dialami klien SW yaitu merasa cemas sehingga tidak bisa tidur, dan nafsu makan berkurang yang disebabkan karena dirinya merasa kepikiran dengan keadaan ayahnya yang masih di rumah sakit serta ibunya yang sudah meninggal. Faktor lain yang menyebabkan cemas pada klien karena merasa tidak bisa melakukan apa-apa saat ayahnya sedang dirumah sakit dan ibunya meninggal.<sup>76</sup> Seperti yang dijelaskan oleh klien SW selaku warga yang di karantina, sebagai penuturannya:

*“ketika saya mendapatkan kabar dari dinas kesehatan kalau keluarga saya terjangkit Covid-19 dan ibu saya meninggal, saya merasa sangat cemas. Tetapi saya harus bisa menerima kenyataan dan sebisa mungkin mengontrol diri saya agar tidak panik, karena jika saya merasa panik semuanya tidak bisa berjalan dengan baik”*

Hal ini juga dialami klien AN selaku warga yang terdampak Covid-19, saat masa pandemi Covid-19 yang menyebar di seluruh Indonesia sehingga masuk ke desa Sumberejo.

---

<sup>76</sup> Wawancara dengan klien SW pada Jumat, 13 Mei 2022

Kecemasan yang dialami oleh klien AN yaitu cemas dengan merasakan ketegangan otot, gelisah, sehingga tidak bisa tidur. Dirinya mengalami kecemasan tidak bisa tidur sehingga mengganggu konsentrasi karena tidak bisa berkumpul dengan keluarga untuk merayakan hari raya Idul Fitri.<sup>77</sup> berikut perkataannya:

*“saat itu saya merasa sangat cemas dan sedih karena tidak bisa berkumpul dengan keluarga saya untuk merayakan hari raya Idul Fitri karena pada saat itu saya sedang dikarantina, sehingga tidak diperbolehkan untuk keluar rumah sampai masa karantinya selesai.”*

Ketika dimintai keterangan KD mengaku takut dan cemas. Kecemasan yang dialami yaitu cemas yang membuat klien tidak nafsu makan, kepala sakit, hingga sesak nafas. Kecemasan klien juga membuat klien sulit konsentrasi hingga tidak bisa tidur.<sup>78</sup> Sesuai yang disampaikan KD selaku warga positif Covid-19 mengungkapkan sebagai berikut:

*“saat saya di rapid hasilnya positif sehingga membuat saya tidak bisa bekerja dan harus menjalani karantina mandiri dirumah, saya sampe tidak bisa tidur karena kepikiran takut di jauhi oleh orang-orang sekitar saya.”*

Klien VNF mengalami kecemasan pada masa pandemi Covid-19. kecemasan yang dialami oleh klien VNF yakni kecemasan yang disebabkan karena positif covid-19. hal itu dapat menimbulkan kecemasan pada diri klien karena tidak bisa melakukan aktivitas apa-apa.<sup>79</sup> Berikut penuturan klien VNF selaku warga yang terkena Covid-19:

*“pada saat saya terjangkit Covid-19 saya merasa sangat khawatir karena saya jadi tidak bisa melakukan aktivitas apa-apa, saya hanya bisa berdiam diri di dalam kamar sedangkan keluarga saya dirawat dirumah sakit karena positif Covid-19.”*

Klien LF mengalami kecemasan pada masa pandemi covid-19, kecemasan yang dialami klien LF yaitu cemas yang berlebihan sehingga membuat klien tidak bisa tidur, sulit berkonsentrasi, dan membuat kondisi fisiknya melemah. Karena menjalankan karantina klien LF tidak bisa menjalankan aktivitas seperti biasanya.<sup>80</sup> Hal ini dituturkan oleh Klien LF yang terjangkit Covid-19, berikut penuturannya:

*“saat saya dikarantina kala itu saya sangat amat cemas sampai kondisi fisik saya menjadi drop banget, karena saat itu saya takut dikucilkan sama tetangga*

---

<sup>77</sup> Wawancara dengan klien AN pada Jumat, 13 Mei 2022

<sup>78</sup> Wawancara dengan klien KD pada Sabtu, 14 Mei 2022

<sup>79</sup> Wawancara dengan klien VNF pada Sabtu, 14 Mei 2022

<sup>80</sup> Wawancara dengan klien LF pada Minggu, 15 Mei 2022

*sekitar saya. Sedikit cerita ya mba, saat saya sedang berjemur di pagi hari tetangga saya melihat saya langsung lari ketakutan seperti melihat hantu, katanya takut ketularan Covid-19 juga.”*

Kondisi kecemasan yang di alami oleh klien MD diantaranya adalah cemas yang berlebihan sehingga membuat klien merasakan kondisi kepikiran dan perasaan tertekan dimana klien merasakan adanya beban dalam dirinya sehingga menimbulkan tekanan pada diri klien. Hal ini membuat kondisi fisik klien melemah seperti mual, sakit kepala, muntah, tidak bisa tidur, hingga tidak nafsu makan. Klien MD cenderung mengalami perasaan emosi yang cukup tinggi karena sulit menerima kenyataan bahwa dirinya harus dikarantina.<sup>81</sup> berikut penuturan dari klien MD yang berusia 36 tahun:

*“saya takut sehingga perubahan mood saya sangat buruk mba, bingung bagaimana harus menerima kenyataan bahwa saya dan keluarga saya harus dikarantina karena terjangkit Covid-19, sehingga membuat saya tidak nafsu makan, sakit kepala, mual, hingga tidak bisa tidur.”*

Klien MAB juga mengalami kecemasan pada masa pandemi Covid-19. Kecemasan yang dialami klien MAB diantaranya gelisah, jengkel, sulit konsentrasi, hingga merasa tidak berdaya. Hal ini disebabkan karena klien merasa cemas berlebihan.<sup>82</sup> Klien MAB mengungkapkan sebagai berikut:

*“kondisi yang saya alami saya dulu terkena Covid-19 cukup mengkhawatirkan karena dulu saya merasa tidak tenang, takut sama hal-hal yang berhubungan dengan Covid-19, saya juga jengkel karena toko saya terpaksa ditutup dulu saat isolasi mandiri, sampai badan rasanya gemetar dan lemas semua.”*

Klien YO juga mengalami kecemasan pada masa pandemi Covid-19. kecemasan yang di alami klien YO yaitu khawatir hingga takut dengan kondisi pandemi Covid-19. Klien juga memikirkan keluarga yang sedang di isolasi di rumah sakit, karena klien juga di isolasi mandiri di rumah membuat klien merasa sangat tidak tenang karena keluarga yang di isolasi di rumah sakit tidak ada yang menjanganya.<sup>83</sup> Diungkapkan oleh klien YO yang berusia 40 tahun :

*“saya tidak bisa berbuat apa-apa karena saat itu saya juga di isolasi mandiri dirumah, jadi saya tidak bisa keluar untuk mengantarkan kebutuhan keluarga saya yang berada dirumah sakit. Saya juga khawatir dan takut akan kondisi keluarga saya.”*

---

<sup>81</sup> Wawancara dengan klien MD pada Minggu, 15 Mei 2022

<sup>82</sup> Wawancara dengan klien MAB pada Senin, 16 Mei 2022

<sup>83</sup> Wawancara dengan klien YO pada Senin, 16 Mei 2022

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti diatas, maka dapat disimpulkan bahwa kecemasan yang dialami masyarakat terdampak pandemi Covid-19 yaitu kecemasan ringan, sedang, hingga tinggi. Perasaan cemas yang dialami oleh masyarakat membuat masyarakat merasa takut dalam melaksanakan aktivitas di dalam maupun diluar desa. Mereka merasakan kecemasan yang disebabkan oleh tekanan yang eksternal yaitu wabah Covid-19. Kecemasan masyarakat yang lain, dimana ada beberapa masyarakat yang mengalami gejala fisiologis maupun gejala fisiologis yaitu khawatir akan terjadi hal-hal yang buruk, merasa takut, sulit konsentrasi, merasa tidak berdaya, sakit kepala, dan sesak nafas. Masyarakat yang mengalami gejala-gejala tersebut mengaku bahwa sebelumnya tidak pernah mengalami hal sedemikian.

Selain melakukan wawancara dengan masyarakat terdampak Covid-19, peneliti juga melakukan wawancara dengan pemerintah desa dan pemuka agama yaitu bapak Supriyadi sebagai kepala desa Sumberejo dan KH. Ahyadi sebagai pemuka agama di desa Sumberejo dengan menanyakan tentang kondisi kecemasan masyarakat desa Sumberejo terdampak Covid-19: Berikut keterangan dari kepala desa bapak Supriyadi selaku kepala desa di Sumberejo:<sup>84</sup>

*“saya selaku kepala desa disini merasa turut berduka dengan apa yang dirasakan oleh masyarakat desa Sumberejo, apalagi banyak masyarakat saya yang terkena ya, nah ini banyak sekali konflik ketika masa karantina berlangsung, banyak yang tidak terima ketika keluarganya terkena Covid-19 kecemasan masyarakat yang berlebihan membuat kondisi fisik masyarakat yang terkena semakin parah hingga beberapa orang di desa ini meninggal dunia mba, saya tuh sedih mbaa ketika melihat satu persatu warga desa terkena Covid-19, jadi ya menurut kami perangkat desa dan saya mewakili yang lain berpendapat kecemasan ini lah yang membuat kondisi fisik korban pandemi baik yang terkena Covid maupun tidak”.*

Hal ini juga diungkapkan oleh Bapak KH, Ayadi selaku pembimbing penyuluhan Islam, berikut perkataannya:<sup>85</sup>

*“yah begini mba kondisinya, semuanya cemas dan khawatir dengan adanya virus ini, tapi saya selaku pemuka agama disini saya mencoba membuat masyarakat agar lebih tenang mba, karena takutnya jika kondisi melemah ditambah lagi pikiran sedang kacau itu akan menambah beban dan sakit dalam dirinya, saya pun pertama mendengar virus ini sudah menyebar di Indonesia saja sangat khawatir dengan kondisi keluarga saya, apalagi masyarakat yang*

---

<sup>84</sup> Wawancara dengan kepala desa bapak Supriyadi pada Rabu, 11 Mei 2022

<sup>85</sup> Wawancara dengan pemuka agama bapak KH. Ahyadi pada Kamis, 12 Mei 2022

*lain mba, seperti halnya jika keluarga mereka yang bekerja di luar kota yang jauh dari keluarga dan diwajibkan tidak bertemu selama pemberlakuan PKKM dan karantina mba.”*

Kecemasan masyarakat akibat adanya pandemi Covid-19 jelas terlihat, dengan beberapa hasil wawancara diatas membuktikan perasaan cemas yang berbeda-beda disetiap keluarga yang terdampak Covid-19. Masyarakat yang merasakan panik hampir setiap kali pergi ataupun berkegiatan di luar rumah selalu mencuci tangan karena takut dengan perkembangan virus Covid-19 yang sudah menyebar. Adalagi masyarakat yang merasakan perasaan sangat cemas itu melakukan hal-hal yang berlebihan seperti melarang keluarganya bertemu dengan keluarga lain yang sudah pernah terkena Covid-19. Pemberitaan tentang Covid-19 yang membuat semakin meningkatkannya perasaan cemas masyarakat, sehingga membuat kondisi fisik masyarakat ikut menurun. Kepala desa beserta dengan jajarannya ikut memberikan sosialisasi tentang kewaspadaan virus Covid-19 di desa Sumberejo. Sosialisasi tersebut tidak berjalan dengan lancar karena ada beberapa warga yang tidak terima dengan keluarganya yang terkena Covid-19. hal ini terbukti ketika salah satu anggota keluarga yang terkena Covid-19 menolak untuk di karantina mandiri dan bantuan dari perangkat desa yang seadanya dan tidak mencukupi kebutuhan masyarakat yang terkena dampak Covid-19. Konflik seperti ini yang semakin membuat kondisi cemas masyarakat meningkat drastis.

### **C. Metode Bimbingan dan Penyuluhan Islam Dalam Mengatasi Kecemasan Masyarakat Terdampak Covid-19 di Desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak**

Metode bimbingan dan penyuluhan Islam mempunyai beberapa sasaran yaitu, mereka yang ada di dalam kesulitan mental spiritual disebabkan oleh faktor kejiwaan yang berada di dalam dirinya sendiri seperti tekanan batin (depresi mental), gangguan perasaan (emosional disturbance), tidak mampu konsentrasi dalam berfikir, dan juga disebabkan oleh faktor dari luar dirinya, seperti pengaruh lingkungan yang mengguncangkan perasaannya. Metode bimbingan penyuluhan Islam mempunyai dua metode yaitu metode langsung dan metode tidak langsung. Metode langsung berupa sosialisasi penyuluhan Covid-19 dan pengadaan alat kesehatan, sedangkan metode tidak langsung berupa penyuluhan Islam melalui pengajian virtual.

Kecemasan yang dialami masyarakat selama pandemi Covid-19 di desa Sumberejo memerlukan perhatian khusus dari pemerintah desa dan masyarakat luar. Keadaan yang mereka rasakan mengganggu aktivitas mereka baik untuk diri mereka maupun dari oranglain. Peneliti melakukan wawancara dengan perangkat desa dan pemuka agama yang mengetahui keadaan masyarakat dengan mengajukan pertanyaan, “bagaimana pelaksanaan bimbingan penyuluhan Islam dalam mengatasi kecemasan masyarakat terdampak Covid-19?”, kemudian pertanyaan lainnya adalah “bagaimana metode bimbingan penyuluhan Islam dalam mengatasi kecemasan masyarakat terdampak Covid-19?” serta pertanyaan tambahan, khususnya “bagaimana faktor penghambat dan pendukung dalam melaksanakan bimbingan penyuluhan Islam untuk menangani kecemasan Covid-19?”. Berikut penuturan dari bapak supriyadi selaku kepala desa Sumberejo:

*“kegiatan yang kami lakukan untuk masyarakat adalah mengadakan sosialisasi mengenai Covid-19, bahaya dan cara penanganannya. Seperti halnya Covid itu virus yang mematikan karena sebagian besar masyarakat di dunia meninggal akibat Covid-19, solusi yang kita berikan adalah yang mengikuti protokol kesehatan pemerintah seperti rajin mencuci tangan, menjaga jarak antar tetangga, dan mengadakan kegiatan bersih-bersih warga setiap seminggu sekali di sertakan dengan penyemprotan disinfektan guna mencegah penyebaran virus Covid 19, tidak hanya itu mba kami juga bekerja sama dengan pemuka agama untuk memberikan tausiah dan nasihat untuk menenangkan perasaan masyarakat yang terkena Covid-19. Penyuluhan yang kami berikan itu kami lakukan setiap 3 bulan sekali guna meningkatkan dan menjaga kesehatan warga di desa Sumberejo”.*<sup>86</sup>

hal yang serupa juga dituturkan oleh bapak KH. Ahyadi sebagai pembimbing penyuluhan Islam mengungkapkan sebagai berikut:

*“kalau penyuluhan yang saya berikan hanya memberikan nasihat dan tausiah mengenai bersabar dalam hal menghadapi cobaan gitu sih mba, paling didalam tausiah saya menyarankan untuk selalu bersabar, berikhtiar kepada Allah SWT, berdzikir dan berprasangka baik dengan adanya kejadian Covid-19 ini mba, karena setiap manusia kan pasti memiliki cobaan nya masing-masing nah ini salah satunya agar kita sebagai manusia selalu menjaga kebersihan dan kesehatannya , karena jika takabur dengan apa yang kita miliki itu yang membuat petaka sendiri kepada umat manusia tersebut, jadi kita sebagai manusia jika mengalami cobaan harus tetap bersabar dan menunggu balasan yang terbaik untuk kita semua mba, semoga saja penyakit ini bisa segera usai ya mba supaya masyarakat kembali tenang dan kemana-mana bebas tanpa memakai masker lagi”.*<sup>87</sup>

---

<sup>86</sup> Wawancara dengan kepala desa bapak Supriyadi pada Rabu, 11 Mei 2022

<sup>87</sup> Wawancara dengan pemuka agama bapak KH. Ahyadi pada Kamis, 12 Mei 2022

Klien SW mengalami kecemasan saat pandemi Covid-19, informan melakukan cara untuk mengurangi rasa cemasnya dengan berprasangka baik dan bersabar karena pada saat itu ibundanya telah meninggal akibat Covid-19. Tujuan klien berprasangka baik agar tidak terlalu memikirkan dengan apa yang klien alami. Berikut pernyataan yang diberikan oleh klien SW kepada peneliti:

*“Saya lebih ke berprasangka baik aja mba, serta menghilangkan pemikiran buruk saya. agar tidak menambah beban pikiran saya, karena sangat terpukul ketika ibu saya meninggal karena Covid-19. saya lebih menyibukkan diri dengan kegiatan yang bermanfaat seperti membantu bapak saya di sawah.”<sup>88</sup>*

AN mengaku cara untuk menenangkan diri dari kecemasan adalah dengan berikhtiar, berdoa dan bersabar. Informan juga mengatakan bahwa dia sangat menjaga kesehatan dan kebersihan keluarganya agar tidak menambah penyebaran virus Covid-19, serta sering berolahraga setiap paginya. Klien AN mengungkapkan sebagai berikut:

*“berdoa dan berikhtiar aja sih mba yang saya lakukan, karena saya hanya bisa berpasrah kepada Allah dengan apa yang saya hadapi, dengan kondisi keluarga saya yang sudah pernah terkena Covid 19 membuat saya lebih menjaga kesehatan dan kebersihan keluarga saya agar tidak menambah penyebaran virus ini mba , sering-sering olahraga saja juga mba setiap paginya agar tubuh kita tetap terjaga imunnya”<sup>89</sup>*

Menanggapi perasaan cemas dan takut akibat Covid-19, KD mengatakan bahwa dirinya hanya bisa bersabar dan berikhtiar dengan cara berjualan hasil panen, serta berdoa supaya Covid-19 bisa cepat berakhir. Hal ini diungkapkan oleh klien KD selaku warga yang terdampak Covid-19, berikut pengungkapannya:

*“ya Allah mba saya sedih sekali, galau banget mba karena saya tidak bisa bekerja selama pandemi, saya di phk dari tempat kerja saya, saya bingung harus mencari uang dan kebutuhan keluarga saya bagaimana ya, bantuan dari pemerintah pun tidak sanggup mencukupi kebutuhan saya, jadi saya hanya bisa bersabar berikhtiar dengan cara berjualan hasil panen saya mba, dan berdoa supaya Covid ini segera selesai dan saya bisa kembali bekerja”<sup>90</sup>*

Upaya klien VNF menenangkan diri dari kecemasan yang dialami yaitu dengan mendekatkan diri kepada Allah SWT, membantu kedua orang tua dirumah, dan berdzikir serta membaca Al-Qur’an. Klien VNF menuturkan sebagai berikut:

---

<sup>88</sup> Wawancara dengan klien SW pada Jumat, 13 Mei 2022

<sup>89</sup> Wawancara dengan klien AN pada Jumat, 13 Mei 2022

<sup>90</sup> Wawancara dengan klien KD pada Sabtu, 14 Mei 2022

*“cemas sih lumayan ya mba, karena saya tipe orang yang sering berkegiatan di luar rumah, sekrang eh tidak bisa kemana-mana, ya saya hanya bisa mendekatkan diri kepada Allah, dan membantu kedua orang tua saya dirumah saja mba, oh ya mba tiap-tiap hari saya dzikir dan membaca Al Quran mba supaya saya ada kesibukan yang membuat saya lebih tenang dan tidak memikirkan hal-hal yang buruk”<sup>91</sup>*

Klien LF mengaku cara untuk menenangkan diri dari kecemasannya adalah dengan bersabar dan berdoa kepada Allah SWT. Informan juga mengatakan bahwa dia juga sering melakukan aktivitas seperti berjemur, berolahraga setiap pagi, dan bersih-bersih rumah. Berikut penututan dari klien LF:

*“yang saya lakukan ya hanya bisa berdoa dan bersabar saja mba, saya jadi sangat cemas ketika teman-teman dan tetangga saya menjauhi keluarga saya yang terkena Covid 19, padahal kami sekeluarga juga butuh kasih sayang dan perhatian dari orang lain ya mba, jadi kami sekeluarga hanya bisa bersabar dan berdoa saja mba”<sup>92</sup>*

Klien MD menenangkan dirinya agar tidak terlalu cemas dengan mematuhi protokol kesehatan yang dihimbau oleh pemerintah, berdoa, berdzikir, serta menjaga kesehatan dan lingkungan. Seperti yang diungkapkan oleh klien MD sebagai berikut:

*“kan dari perangkat desa kita hanya boleh keluar rumah dengan menggunakan masker yaa mba nah itu buat saya susah mba dan belum terbiasa, jadi saya hanya bisa pasrah dan mengikuti protokol kesehatan yang dihimbau oleh pemerintah, berdoa, berdzikir, menjaga kesehatan dan lingkungan ituu saja sih mba yang saya lakukan mba”<sup>93</sup>*

Menanggapi cemas akibat Covid-19, MAB mengatakan bahwa dirinya melakukan ikhtiar dengan mematuhi protokol kesehatan, olahraga, dan menjaga kebersihan lingkungan sekitar rumah. Klien MAB juga mengungkapkan sebagai berikut:

*“ketika saya ketakutan saat keluar rumah karena keluarga saya pernah terkena Covid 19 yang saya lakukan ya menjaga jarak dengan orang lain dan selalu memakai masker, ketika dirumah saya sering berolahraga untuk menjaga kesehatan saya, kemudian setiap pagi saya dan keluarga membersihkan bagian rumah dari depan hingga belakang”<sup>94</sup>*

Informan YO mengatakan bahwa dirinya melakukan berbagai cara untuk menghilangkan cemas yang dialami dengan cara berdoa, kerikhtiar, dan berdzikir. Klien

---

<sup>91</sup> Wawancara dengan klien VNF pada Sabtu, 14 Mei 2022

<sup>92</sup> Wawancara dengan klien LF pada Minggu, 15 Mei 2022

<sup>93</sup> Wawancara dengan klien MD pada Minggu, 15 Mei 2022

<sup>94</sup> Wawancara dengan klien MAB pada Minggu, 15 Mei 2022

juga mengalami sakit fisik, yang kemudian klien beristirahat dan meminum obat. Seperti yang diungkapkan oleh klien YO sebagai berikut:

*“saya capek sih mba ketika keluarga saya sampai masuk rumah sakit, tapi mau gimana lagi ya mba namanya musibah ya harus di hadapi jadi saya hanya bisa berpasrah kepada Allah SWT dan berdoa agar segera mendapatkan kesembuhan dan Covid 19 hilang dari dunia agar seluruh masyarakat bisa beraktivitas kembali dengan semula, dan saling menyapa untuk menjaga silaturahmi antar warga, oh ya saya juga menaati prokol kesehatan mba karena saya trauma dengana apa yang dialami oleh keluarga saya mba”<sup>95</sup>*

Bimbingan penyuluhan Islam saat pandemi Covid-19 sangat bermanfaat kepada masyarakat guna meringankan kecemasan masyarakat. Masyarakat sering mengeluh terhadap kondisi saat pandemi Covid-19 yang memberi dampak ekonomi dan kesehatan. Materi bimbingan pribadi yang dapat dikembangkan dalam tema-tema layanan bimbingan antara lain: mengenali kelebihan dan kekuarangan diri, meningkatkan kepercayaan diri, pengembangan kelebihan diri, pengentasan kelemahan diri, arti dan tujuan beribadah, nilai-nilai agama sebagai pedoman hidup, mengenal perasaan diri dan cara mengekspresikannya secara efektif, manajemen stress, mengenal peran sosial sebagai laki-laki atau perempuan. Para penyuluh membentuk kelompok majelis *taklim* atau pengajin melalui grup *whatsapp*. Kemudian para penyuluh agama Islam akan membagikan ceramah durasai 3- 7 menit di grup *WhatsApp*, yang sebelumnya mereka rekam. Setelah itu para jemaah akan menonton video tersebut dari ponsel mereka. Meskipun melalui tontonan video, para penyuluh tetap membuka ruang bagi jamaah untuk bertanya atas isi pesan dakwah yang kurang jelas dipahami. Caranya, dengan mengirimkan pesan ke *Chat* pribadi *WhatsApp* penyuluh agama Islam atau langsung melalui kolom *Chat* grup, tempat dibagikannya video ceramah.<sup>96</sup>

Dakwah yang dilakukan oleh para penyuluh agama Islam dapat dipahami melalui teori komunikasi milik Haroll D. Laswell yang menjelaskan bahwa terdapat beberapa unsur komunikasi yang membangun sebuah dakwah, yaitu *who (communicator, source, sender) says what (message); in which channel (channel, media); to whom (communicant, communicate, receiver, recipient); with what effect (effect, impact, influence)*. Merujuk kepada materi ini, maka kondisi pandemi covid-19 merupakan sesuatu yang baru saja terjadi ditengah-tengah kehidupan individu, tentu saja kondisi ini

---

<sup>95</sup> Wawancara dengan klien YO pada Senin, 16 Mei 2022

<sup>96</sup> Ahmad Syarqawi, *Bimbingan Konseling pada Masa Pandemi Covid 19*, Jurnal IKA BKI. UIN Sumatra Utara, 2020, hal 286.

menjadi keadaan yang belum terbiasa dijalani oleh setiap individu. Oleh karena itu, kondisi ini harus secepatnya ditanggapi oleh konselor agar tidak melahirkan masalah baru dalam kehidupan. Merujuk kepada kondisi ini, maka layanan informasi atau orientasi merupakan salah satu jenis layanan yang paling tepat untuk dilaksanakan. Disamping itu, keberadaan layanan bimbingan konseling sangat berperan aktif dalam membantu setiap individu dalam menjalani kehidupan pribadinya pada masa pandemi covid-19 yang belum tentu kapan akan berakhir.<sup>97</sup>

Berdasarkan pendapat di atas maka dapat difahami bahwasanya layanan bimbingan penyuluhan islam dalam konteks bidang pengembangan pribadi sangat dibutuhkan pada masa-masa pandemi covid-19. Salah satu materi yang dapat diberikan dalam pelaksanaan bimbingan pribadi adalah pengentasan kelemahan diri. Merujuk kepada materi ini, maka kondisi pandemic covid-19 merupakan sesuatu yang baru saja terjadi ditengah-tengah kehidupan individu, tentu saja kondisi ini menjadi keadaan yang belum terbiasa dijalani oleh setiap individu. Oleh karena itu, kondisi ini harus secepatnya ditanggapi oleh konselor agar tidak melahirkan masalah baru dalam kehidupan.

---

<sup>97</sup> Sri Muchlis, *Strategi Komunikasi Dakwah Penyuluh Agama Islam dalam Menghadapi Pandemi Covid 19 di Kota Kisaran*, Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi. Kementerian Agama Kabupaten Asahan, 2020, hal 12.

## BAB IV

### ANALISIS METODE BIMBINGAN DAN PENYULUHAN ISLAM DALAM MENGATASI KECEMASAN MASYARAKAT TERDAMPAK PANDEMI COVID-19 DI DESA SUMBEREJO KECAMATAN MRANGGEN KABUPATEN DEMAK

#### A. Analisis Kondisi Kecemasan Masyarakat Terdampak Pandemi Covid-19 di Desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak

Keadaan psikososial masyarakat selama masa pandemi Covid-19 sekitar menyatakan merasa cemas. Hal ini dapat terjadi karena diberlakukannya pembatasan sosial berskala besar. Pelaksanaan pembatasan sosial berskala besar berpotensi memicu terjadinya gangguan kecemasan (*anxiety*), dan stress di masyarakat. Faktor lain yang dapat menyebabkan seseorang mengalami gangguan kecemasan adalah lingkungan, emosional dan faktor fisik. Selain itu penyebaran informasi yang tidak benar juga dapat memperburuk kondisi kesehatan mental masyarakat. Seringnya pemberitaan diberbagai media juga ikut meningkatkan cemas dan stres masyarakat selama masa pandemi. Tidak sedikit informasi yang salah tentang Covid-19 tersebar luas di media sosial, sehingga dapat mempengaruhi kesehatan mental masyarakat termasuk kecemasan. Psikososial masyarakat ditinjau dari konteks kehidupan ekonomi masyarakat merasa cemas selama masa pandemi.<sup>98</sup>

Respon emosi negatif saat Covid 19 tidak hanya terjadi pada orang awam saja, namun kaum pekerja medis pun terkena. Hasil studi di singapura menunjukkan bahwa Covid 19 berdampak terhadap pekerja medis dan non medis yang bekerja di rumah sakit, seperti kecemasan, stres, post traumatic stress disorder (PTSD) dan depresi. Sementara studi huang di china menunjukkan bahwa perawat mengalami emosi negatif (cemas dan takut). Sebagai garda terdepan dalam penanganan Covid 19, pekerja medis (dokter, perawat dan staff) menghadapi situasi yang tidak pasti, penuh resiko, dan tertekan sehingga mudah mengalami gangguan psikologis. Covid 19 memberikan dampak signifikan terhadap kondisi mental pekerja medis. Sebenarnya perubahan emosi, seperti khawatir, cemas dan

---

<sup>98</sup> Ayu Dwi Rusman, dkk, "Kecemasan Masyarakat Selama Masa Pandemi Covid-19", *Jurnal Kesmas (Kesehatan Masyarakat) Khatulistiwa Vol. 8 No. 1 (10-18)*, 2021, hal. 14-15

stres merupakan respon biasa ketika menghadapi situasi pandemi. Hal itu merupakan bentuk mekanisme pertahanan diri atau tanda bahwa ada ancaman yang kita hadapi. Namun, apabila berlebihan, maka akan mengganggu kondisi psikologis individu, seperti mengalami depresi. Menurut penulis, secara umum kondisi psikologis pada masa pandemi, masih dalam tataran normal yang perlu dikhawatirkan adalah dampak pandemi Covid-19 terhadap kecemasan masyarakat.<sup>99</sup>

Dari hasil penyajian data yang telah diuraikan sebelumnya, dapat dianalisis bahwa setiap masyarakat di desa Sumberejo memiliki kecemasan dari ringan hingga berat akibat adanya pandemi Covid 19 di Indonesia. Kecemasan tersebut muncul ketika pandemi Covid 19 sudah sampai ke daerah Semarang dan Demak. Menurut Harlock, kecemasan adalah bentuk kekhawatiran, ketakutan dan perasaan lain yang kurang menyenangkan. Kecemasan sering muncul pada individu ketika menghadapi situasi yang tidak menyenangkan. Pada tingkat kecemasan yang sedang, persepsi individu lebih berfokus pada yang penting saat ini dan menghilangkan hal yang lainnya. Individu dapat mengalami gejala kecemasan fisik dan emosional yang lebih kuat seperti ketegangan otot telapak tangan berkeringat, suara gemetar, sakit punggung dan perubahan pola tidur. Pada tingkat kecemasan yang berat/tinggi, persepsi individu menjadi turun, hanya memikirkan hal yang kecil saja dan mengabaikan yang lainnya, sehingga individu tidak dapat berfikir dengan tenang.

Perubahan perilaku atau *belief* menurut Myers (2012) bentuk konformitas ada tiga, *pertama*, penerimaan (*acceptance*) yaitu ketika individu bertindak dan meyakini sesuai tekanan sosial baik dari individu atau kelompok. *Kedua*, pemenuhan (*compliance*), yaitu konformitas atas permintaan atau tekanan sosial tapi kita tidak menyetujuinya. *Ketiga*, kepatuhan (*obedience*), yaitu bertindak sesuai dengan perintah langsung dari otoritas tertentu (pemerintah, pemimpin). Jadi konformitas adalah cara kita beradaptasi dengan lingkungan sosial. Sangat kompleks ketika kita membahas tentang kenapa sebagian patuh dan sebagian tidak, apalagi di situasi pandemi Covid-19. Secara umum ada tiga hal yang harus diperhatikan yaitu karakteristik personal, lingkungan dan otoritas (pemerintah). *Pertama*, Kepribadian juga berkaitan dengan konformitas. Hasil studi menunjukkan orang dengan tipe kepribadian neurotis (mudah cemas, emosi tidak stabil) lebih rentan terhadap

---

<sup>99</sup> Ivan Muhammad Agung, "Memahami Pandemi Covid-19 Dalam Perspektif Psikologi Sosial", *Jurnal Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologis Vol. 1 No.2*, 2020, hal. 74

pengaruh sosial. Orang yang mudah khawatir tentang Covid-19, cenderung lebih patuh akan himbauan pemerintah, seperti memakai masker, jaga jarak dan mencuci tangan.<sup>100</sup>

*Kedua*, lingkungan atau situasi yang mendukung atau menghambat kepatuhan dalam menghadapi pandemi Covid 19. lingkungan disini berupa norma, aturan, budaya, agama serta dukungan sarana dan prasarana untuk mematuhi himbauan pemerintah. Pengaruh norma sosial yang berkembang di masyarakat, keluarga, teman dan dapat mempengaruhi perilaku individu untuk mengubah perilaku. Penggunaan masker, sangat ditentukan bagaimana lingkungan terdekat dan sekitarnya. *Ketiga*, otoritas dalam hal ini pemerintah dan pihak-pihak yang terkait. Pemimpin berperan penting dalam menanggulangi Covid-19. Pemerintah yang kompeten dalam pengambilan keputusan akan mempengaruhi konformitas (pemenuhan) warga pada situasi pandemi. Keyakinan akan kemampuan mitigasi pemerintah dan mengurangi dampak Covid-19, membuat masyarakat membantu dan terlibat dengan kebijakan yang ditetapkan pemerintah. Ketika di awal pandemi Covid-19, himbauan pemerintah untuk berperilaku sehat (cuci tangan, menggunakan masker) masih kurang efektif untuk mengubah perilaku masyarakat.<sup>101</sup>

Kecemasan yang dialami masyarakat di desa Sumberejo beraneka ragam seperti kecemasan ekonomi, agama dan psikososial. Kecemasan ekonomi adalah masalah yang sangat serius. Seperti disebutkan sebelumnya bahwa kecemasan ekonomi pada masa pandemi bisa terjadi khususnya pada kalangan muda. Pada kalangan muda masih ada yang berstatus mahasiswa dan selama masa pandemi tidak diperbolehkannya aktivitas di kampus, sehingga mereka dirumahkan yang membuat mereka tidak mendapatkan uang saku seperti biasanya. Di sisi lain, orang tua yang anaknya dirumahkan untuk bersekolah, mengharuskan mereka mengeluarkan biaya lebih untuk memenuhi kebutuhan pendidikan anak yang dilakukan secara daring. Konsekuensi kesehatan mental yang berasal dari krisis ekonomi terkait dengan penutupan bisnis dan diberhentikan dari tempat kerja karena pandemi Covid-19 dapat menyebabkan tingginya kasus bunuh diri.

Kecemasan agama yang dialami masyarakat terjadi selama masa pandemi disebabkan karena tidak dapat beribadah rutin di tempat ibadah, tidak mendapatkan ilmu agama secara rutin, tidak dapat bertemu dengan saudara seiman dan dianggap tidak beragama. Untuk pertama kalinya pada tahun 2020, orang Islam tidak merayakan Hari Raya Idul Fitri dan Idul Adha di mesjid ataupun di lapangan, tetapi dihimbau untuk

---

<sup>100</sup> *Ibid.* Hal. 76.

<sup>101</sup> *Ibid.* hal. 77.

dilaksanakan di rumah, serta umat Islam telah diinstruksikan untuk menunda pelaksanaan haji dan umrah. Beberapa bukti menunjukkan hubungan antara bencana alam dan peningkatan religiusitas. Akan tetapi, diketahui dengan baik bahwa doa adalah hal yang biasa dilakukan dalam menghadapi kesulitan. Ketika bencana melanda, orang-orang mencari kedekatan dengan Tuhan. Doa adalah satu strategi untuk melakukannya. Agama dapat memfasilitasi penanganan situasi di luar kendali mereka. Ada bukti intensifikasi aktivitas doa selama pandemi ini. Penelusuran untuk "doa" di Google meningkat pada April 2020 dan telah dua kali lipat dengan setiap 80.000 kasus baru COVID-19 yang terkonfirmasi. Selain itu, aktivitas pencarian istilah Tuhan, Allah dan Muhammad meningkat secara signifikan.

Kecemasan masyarakat secara psikososial pada konteks interaksi sosial juga menyebutkan bahwa terjadi kecemasan selama masa pandemi Covid-19. Bentuk kecemasan yang dialami adalah tidak dapat berinteraksi/silaturahmi secara langsung dengan saudara, tetangga dan handai taulan; merasa kehilangan dalam bersosialisasi; khawatir dengan kondisi keluarga dan/atau orang terdekat dan mengalami kebosanan di rumah. Selama pandemi Covid-19, pemerintah mendesak masyarakat untuk menjaga jarak secara fisik dari orang-orang di luar rumah. Sampai saat ini, langkah tersebut menunjukkan efeknya pada pencegahan dan pengendalian infeksi, menunjukkan penurunan yang jelas dalam kasus Covid-19. Namun, sebagai ukuran tata kelola krisis, *lockdown* yang meluas berdampak psikologis pada emosi sosial, terutama kecemasan. Faktanya, penelitian yang ada telah menunjukkan peningkatan kecemasan sosial di daerah pandemi yang dapat menyebabkan kerusuhan dan kekerasan. Jarak jarak dapat meredakan kecemasan sosial, tetapi kurangnya interaksi juga dapat mempertahankan kecemasan sosial.<sup>102</sup>

Gejala dari kondisi kecemasan masyarakat yang mereka alami adalah seperti gelisah, putus asa, ketakutan berlebihan, tidak nafsu makan, tidak bisa tidur, emosional yang berlebihan, mual, muntah, sakit kepala, keringat dingin, gelsah dan sulit untuk konsentrasi. sehingga peneliti menyimpulkan bahwa jenis kondisi kecemasan masyarakat selama pandemi Covid-19 adalah kecemasan ringan hingga berat. Klien yang mengalami kecemasan ringan adalah SW, AN dan KD dengan gejala keringat dingin, tangan gemetar, gelisah dan sulit konsentrasi. Kecemasan sedang dialami oleh klien VNF, LF dan MD dengan gejala ketakutan, gelisah, sulit tidur dan tidak nafsu makan. Klien yang mengalami

---

<sup>102</sup> Ayu Dwi Rusman, dkk, "Kecemasan Masyarakat Selama Masa Pandemi Covid-19", *Jurnal Kesmas (Kesehatan Masyarakat) Khatulistiwa Vol. 8 No. 1 (10-18)*, 2021, hal. 14-15

kecemasan berat memiliki gejala gelsiah, emosional yang berlebihan, takut berlebihan, mual, munta, sakit kepala, kondisi fisik melemah dan sulit konsentrasi hingga tidak bisa tidur, hal ini dirasakan oleh klien MAB dan YO.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan secara umum masyarakat yang merasakan kecemasan selama masa pandemi Covid-19 adalah merasa cemas dalam konteks ekonomi, cemas dari segi agama dan dari segi interaksi sosial merasakan kecemasan. Oleh karena itu, diharapkan peranan pemerintah dalam menanggulangi Covid-19 serta penelitian lanjutan tentang dampak kecemasan terhadap kualitas kesehatan masyarakat. Perubahan perilaku masyarakat yang mengalami kecemasan saat pandemi Covid 19. *Pertama*, Kepribadian juga berkaitan dengan konformitas. Orang yang mudah khawatir tentang Covid-19, cenderung lebih patuh akan himbauan pemerintah, seperti memakai masker, jaga jarak dan mencuci tangan. *Kedua*, lingkungan atau situasi yang mendukung atau menghambat kepatuhan dalam menghadapi pandemi Covid 19. Pengaruh norma sosial yang berkembang di masyarakat, keluarga, teman dan dapat mempengaruhi perilaku individu untuk mengubah perilaku. Penggunaan masker, sangat ditentukan bagaimana lingkungan terdekat dan sekitarnya. *Ketiga*, otoritas dalam hal ini pemerintah dan pihak-pihak yang terkait. Keyakinan akan kemampuan mitigasi pemerintah dan mengurangi dampak Covid-19, membuat masyarakat membantu dan terlibat dengan kebijakan yang ditetapkan pemerintah. Ketika di awal pandemi Covid-19, himbauan pemerintah untuk berperilaku sehat (cuci tangan, menggunakan masker) masih kurang efektif untuk mengubah perilaku masyarakat.

## **B. Analisis Metode Bimbingan dan Penyuluhan Islam Dalam Mengatasi Kecemasan Masyarakat Terdampak Pandemi Covid-19 di Desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak**

Bimbingan dan penyuluhan Islam adalah upaya membantu individu atau kelompok individu untuk mendapatkan pencerahan dalam hidup dan terbebas dari kesulitan fisik maupun psikis untuk mendapatkan kebahagiaan dunia dan akhirat. Adapun inti dari bimbingan dan penyuluhan Islam tersebut adalah penjiwaan ajaran agama Islam dalam pribadi klien sehubungan dengan usaha pemecahan problem dalam lapangan hidup yang terpilih. Klien dibimbing sesuai dengan perkembangan sikap perasaan keagamaan, sesuai dengan tingkat dan pribadi pembimbing yang sangat berpengaruh terhadap diri

pembimbing, oleh karena itu seseorang pada saat kesulitan atau menderita mereka peka terhadap pengaruh pribadi penolong.<sup>103</sup> Mengingat kecemasan yang dialami oleh masyarakat di desa Sumberejo perangkat desa beserta dengan pemuka agama mengadakan penyuluhan agama di desa Sumberejo. Kegiatan ini dilakukan secara langsung dan tidak langsung melalui sosialisasi tatap dengan protokol kesehatan yang ketat dan melalui chat grup whatsapp.

Dengan demikian, Bimbingan dan penyuluhan Islam harus menjadi pilihan untuk membantu mengurangi kecemasan masyarakat, gelisah dan takut yang dirasakan selama pandemi Covid-19 dengan model bimbingan dan penyuluhan islam yang berbeda. Oleh karena itu, pembahasan selanjutnya adalah kajian Bimbingan dan penyuluhan Islam terhadap kecemasan masyarakat Sumberejo pada masa Pandemi Covid-19, yaitu:

#### 1. Sosialisasi Penyuluhan Covid-19

Sosialisasi penyuluhan Covid-19 di desa Sumberejo di awali dengan kegiatan survei lapangan. Survei lapangan bertujuan untuk mengamati situasi dan keadaan Desa Sumberejo. Menentukan sasaran- sasaran program kegiatan PKM ini adalah semua warga masyarakat Desa Sumberejo yang bersedia datang saat acara kegiatan sosialisasi 4M untuk mencegah dan menekan penyebaran virus Covid-19. Berkoordinasi dengan pihak Desa, yaitu Kepala Desa dan Perangkat Desa, untuk menentukan kesepakatan mufakat antara pelaksanaan kegiatan dengan masyarakat. Sosialisasi kegiatan bertujuan untuk memberikan informasi mengenai rencana serangkaian pelaksanaan kegiatan yang disampaikan kepada Kepala Desa, perangkat desa dan ketua RT setempat. Kegiatan PKM ini dilaksanakan selama 1 minggu di desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak.

Kegiatan ini dilaksanakan secara bertahap dengan mengumpulkan warga tiap RT di rumah Ketua RT setempat. Setiap RT diberikan waktu 2 jam untuk mendapatkan penyuluhan dan sosialisasi pencegahan dan menekan penyebaran virus Covid-19 dengan menerapkan protokol kesehatan 4M. Dalam 1 hari tim penyuluh melakukan kegiatan PKM pada 5-6 RT. Pada kegiatan PKM, masyarakat diberikan penjelasan tentang apa itu Covid-19, faktor penyebab dan cara penularan Covid-19, setelah itu warga di beritahu tentang penerapan protokol kesehatan 4M yaitu mencuci tangan, memakai masker, menjaga jarak dan menghindari kerumunan. Evaluasi kegiatan dilakukan tanya jawab, untuk mengetahui apakah warga mendapatkan penjelasan

---

<sup>103</sup> Nurhidayah Panggelo, *Strategi Bimbingan Penyuluhan Islam Dikalangan Minoritas Muslim Kecamatan Rantebua Kabupaten Toraja*, Skripsi, IAIN Palopo, 2018, hal. 29-30.

mereka sudah dapat memahami ataukah belum tentang virus Covid-19 dan penerapan 4M. Kemudian diakhir acara tim penyuluh membagikan masker kepada semua warga yang hadir pada acara kegiatan PKM ini. Sebelum memulai pelaksanaan kegiatan penyuluhan dan sosialisasi ini, tim melakukan persiapan penyusunan proposal, kemudian menyusun materi, dan berkoordinasi dengan Kepala Desa dan Perangkat Desa serta Ketua RT setempat untuk menyesuaikan jadwal kegiatan.

Tiap warga disemua RT di berikan undangan. Kegiatan ini secara garis besar menunjukkan respon yang positif, karena dari semua warga yang di undang, 80% warga dapat hadir dalam kegiatan penyuluhan dan sosialisasi pencegahan dan menekan penyebaran Covid-19 dengan menerapkan protokol kesehatan 4M. Dalam kegiatan ini, diketahui bahwa sebagian besar warga masyarakat desa Sumberejo yang berjenis kelamin perempuan (ibu-ibu) mayoritas tidak bekerja, mereka hanya berperan sebagai ibu rumah tangga. Mayoritas bapak–bapak yang bekerja, meskipun ada beberapa ibu-ibu juga yang bekerja namun hanya 20% dari jumlah penduduk yang berjenis kelamin perempuan. Dari hal tersebut, ibu-ibu yang tidak bekerja, mereka masih sering berkumpul atau berkerumun disalah satu rumah warga hanya untuk alasan mengasuh anaknya, mengantarkan anaknya bermain bersama temannya, arisan dan acara rukun warga. Kesadaran masyarakat masih sangat rendah akan adanya paparan virus Covid-19, mereka menganggap semua penyakit terjadi karena kehendak Allah SWT, padahal semua juga bisa terjadi jika kita sendiri teledor dalam bersikap, contohnya tidak menerapkan protokol kesehatan dan tidak melaksanakan himbauan Pemerintah maupun tenaga kesehatan. Semua hal memang terjadi karena kehendak Allah SWT, tetapi jika kita sendiri tidak berusaha untuk menjauhinya, tidak menutup kemungkinan kita akan terpapar virus Covid-19.<sup>104</sup>

## 2. Penyediaan Bantuan Kesehatan

Pemerintah desa Sumberejo, melakukan penyediaan bantuan kesehatan sebagai upaya pencegahan penularan Covid-19, penyediaan bantuan kesehatan tersebut diantaranya:

### a. Pembagian masker kain

Pemerintah desa menghimbau masyarakat yang keluar rumah untuk selalu menggunakan masker sebagai bentuk perlindungan dan pencegahan diri

---

<sup>104</sup> Titiek Idayanti, dkk, “Upaya Pencegahan dan Menekan Penyebaran Covid-19 Dengan Sosialisasi Protokol Kesehatan 4M Kepada Masyarakat Desa Gayaman Kec. Mojoanyar Kab. Mojokerto”, *Jurnal of Community Engagement in Health* Vol.4 No. 1, 2021, hal. 129-130

dari penyebaran Covid-19. hal ini sejalan dengan bahwa penggunaan masker merupakan suatu langkah pencegahan dan pengendalian yang dapat mencegah masuknya virus yang menyerang melalui saluran pernapasan. Salah satunya yaitu Covid-19, maka dari itu pemerintah desa membagikan masker kain kepada seluruh masyarakat di desa Sumberejo. Masker kain tersebut dibagikan secara merata oleh masing-masing ketua RW.

b. Mengukur suhu tubuh

Alat ukur suhu/termometer menjadi alat yang penting dan tidak dapat dipisahkan dari pencegahan penyebaran Covid 19. hal ini sejalan dengan bahwa pada saat pandemi Covid 19, pengukuran suhu tubuh manusia sangatlah penting sebagai upaya diri untuk mendeteksi gejala awal Covid 19.

c. Tempat cuci tangan

Penerapan pola hidup sehat dan bersih dimulai dengan penyediaan tempat cuci tangan di setiap perempatan di desa Sumberejo, agar setiap orang baik wargadesa maupun orang lain bisa menggunakannya sebagai salah satu cara menerapkan protokol kesehatan 5M.

d. Penyemprotan disinfektan

Tim relawan gugus tugas Covid 19 desa Sumberejo melakukan penyemprotan satu minggu sekali. Hal ini dimaksudkan agar terjaga lingkungan bersih dan terhindar dari Covid 19. harapannya dengan dilakukan penyemprotan disinfektan dapat mengurangi kecemasan pada masyarakat dan agar lebih tenang dalam menghadapi pandemi saat ini.

e. Pemberian bantuan pandemi Covid 19

Gugus depan Covid 19 memberikan bantuan berupa kebutuhan pokok untuk meringankan beban di masa pandemi. Bantuan ini didonasikan dari dana pembangunan dan perbaikan desa Sumberejo untuk masyarakat desa Sumberejo. Hal ini sejalan dengan bahwa penanggulangan penyebaran Covid 19 serta dampak yang ditimbulkan dari aspek ekonomi, pemerintah pusat mengeluarkan kebijakan seperti pengalihan dana desa, dana desa yang biasa digunakan untuk pembangunan dan pemberdayaan dengan adanya pandemi di alihkan untuk bantuan langsung tunan dan non tunai bagi masyarakat yang terdampak.

Dalam pemanfaatan dana desa untuk pencegahan dan penanganan Covid-19 seharusnya pemerintah desa Sumberejo melakukan sosialisasi atau pemberian edukasi terkait Covid-19 agar masyarakat benar-benar paham dan terhindar dari

Covid-19. Selain itu, meskipun peralatan kesehatan yang dimiliki untuk tindakan pencegahan memanglah sudah lengkap namun dalam pelaksanaannya masih belum diterapkan. Maka dari itu, seharusnya pemerintah desa Sumberejo juga harus mematuhi protokol kesehatan dan melakukan tindakan yang diperlukan jika ada yang melanggar.<sup>105</sup>

#### f. Penyediaan Vaksin Covid-19

Pemberian vaksin Covid-19 dari pemerintah adalah solusi yang dinilai paling jitu untuk mengurangi jumlah kasus infeksi virus Covid-19. Efektivitas dan keamanan vaksin Covid-19 masih terus diteliti oleh pemerintah dan berbagai lembaga terkait. Hal ini merupakan langkah untuk memastikan bahwa vaksin Covid-19 yang disediakan layak digunakan untuk mencegah Covid-19. Namun, perlu diingat juga bahwa upaya pencegahan Covid-19 tersebut tentunya tetap harus disertai protokol kesehatan. Masih banyak pertanyaan yang beredar mengenai efektivitas dan efek samping vaksin Covid-19, baik di Indonesia maupun seluruh dunia. Untuk meminimalkan efek samping yang mungkin terjadi, pemerintah terus memantau semua jenis vaksin Covid-19 yang akan diberikan kepada masyarakat.

Layaknya obat dan vaksin lainnya, pengembangan vaksin Covid-19 harus melalui tiga tahap uji klinis dan dinyatakan efektif serta aman digunakan. Setelah itu, vaksin Covid-19 baru bisa mendapatkan izin edar dari Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM). Saat ini, di Indonesia sudah ada beberapa jenis vaksin Covid-19 dari pemerintah yang tengah gencar diberikan kepada masyarakat, antara lain, Pfizer, AstraZeneca, Moderna, Sinovac, dan Sinopharm. Vaksinasi ini terdiri dari tiga tahap, yakni vaksin pertama, kedua dan vaksin dosis ketiga atau booster. Selain beberapa jenis vaksin di atas, ada juga jenis vaksin lainnya yang diizinkan oleh pemerintah Indonesia, seperti Novavax, Sputnik-V, Janssen, Convidencia, dan Zifivax. Pemerintah desa terus berupaya untuk mengawasi dan memberikan pembinaan, bimbingan, serta fasilitas guna mendukung pengembangan dan percepatan penyediaan vaksin Covid-19 dari pemerintah untuk masyarakat.

### 3. Penyuluhan Islam melalui Pengajian Virtual

---

<sup>105</sup> Kurnia Dayanti, Peran Pemerintah Desa Terhadap Kecemasan Masyarakat Di Masa Pandemi Covid-19, Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2021, hal. 6-7

Dakwah tidak boleh hanya dipandang dalam pengertian sempit saja, yakni sebagai tabligh atau sebatas ceramah yang lebih banyak berorientasi kepada masalah-masalah ibadah mahdhah (ritual). Tetapi dakwah juga mempunyai orientasi pada masalah-masalah ibadah ijtimaiyah (sosial) termasuk dalam pelestarian lingkungan hidup juga harus mulai dikembangkan. Karena dakwah pada hakekatnya adalah suatu upaya untuk mengangkat harkat dan martabat manusia agar memperoleh dunia yang hasanah dan akhirat yang hasanah. Dalam Islam, sebagai dasar berpijak dalam berdakwah adalah AlQuran dan As-Sunnah. Meski demikian, aktivitas dakwah tidak boleh berhenti. Agar dakwah tetap berjalan normal, maka diperlukan arah baru yang mampu menjadi solusi atas persoalan yang sedang dihadapi. Pandemi covid menjadikan dan memaksa manusia selalu berpikir kreatif.

Media sosial dan media online yang berbasis virtual dapat membuat masyarakat lebih mudah dalam mendapatkan informasi tanpa harus mengeluarkan tenaga untuk mendatangi suatu majelis, akan tetapi cukup dengan mengaktifkan media online berbasis virtual, maka kajian keislaman dapat terakses dan dapat diikuti dengan mudah dan lebih efektif. Tabligh akbar, seminar dakwah, pengajian, dilarang. Sementara, pandangan orang tentang dakwah itu adalah tabligh akbar. Dan hal itu saat ini tak bisa dilakukan sebagai bagian dari pencegahan penyebaran virus corona. Karena itulah, di masa pandemi dan penerapan new normal sebagai salah satu upaya pencegahan penyebaran Covid-19. Apalagi, sekarang muncul kebijakan new normal sebagai upaya mempercepat penanganan ekonomi, kesehatan, yang terdampak akibat pandemi Covid-19. Penggunaan teknologi dalam dakwah yang telah dilakukan kedua subjek tersebut merupakan wujud dari modernisasi dalam Islam. Islam sebagai agama dan bagian dari peradaban bersinggungan dengan modernisasi. Salah satu bentuk persinggungan di antara keduanya adalah penggunaan teknologi dalam penyampaian keislaman, selain juga munculnya berbagai pemikiran baru sebagai respons terhadap modernisasi itu sendiri.

Strategi dakwah virtual ini tidak membutuhkan sejumlah hal seperti halnya dakwah tabligh akbar seperti konsumsi ataupun biaya tak terduga lainnya. Dalam strategi dakwah virtual, orang hanya butuh kuota internet dan kemauan. Metode dakwah yang ketujuh adalah dakwah *bil* internet. Karena *platform* teratas untuk media dakwah terbaik di masa pandemi Covid-19 ini adalah melalui youtube, dan

medsos seperti facebook, instagram, dan twitter. Sekarang ada live streaming melalui zoom, google meeting. Seorang dai saat ini perlu dibekali pengetahuan dan keterampilan tentang penguasaan teknologi informasi. Sangat disayangkan, jika seorang dai yang memiliki ilmu tetapi tidak tersampaikan kepada masyarakat di masa pandemi Covid-19 ini. Internet dan budaya di Indonesia memiliki konsekuensi di mana membutuhkan waktu bertahun-tahun untuk diterapkan sepenuhnya. Secara signifikan mempengaruhi cara orang hidup dengan berubah karena teknologinya. Misalnya, individu telah mengubah topik dan cara komunikasi, frekuensi, dan kebiasaan mereka sebagai akibat dari ketersediaan dan aksesibilitas alat komunikasi online. Perkembangan teknologi informasi komunikasi dan efek globalisasi yang luas mengubah cara masyarakat hidup, berinteraksi, belajar, dan mendefinisikan kembali ide identitas budaya.<sup>106</sup>

### Tabel

#### **Metode Bimbingan dan Penyuluhan Islam Dalam Mengatasi Kecemasan Masyarakat Terdampak Pandemi Covid-19 di Desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak**

No.	Nama Klien	Kondisi awal Kecemasan sebelum Bimbingan Penyuluhan Islam	Kondisi Akhir kecemasan setelah Bimbingan Penyuluhan Islam
1	SW	Tidak bisa tidur, tidak tenang dan nafsu makan berkurang	Sudah merasa lebih tenang dan bisa tidur tetapi nafsu makan masih berkurang
2	AN	Otot terasa tegang, gelisah, dan tidak bisa tidur	Kondisi otot membaik, dan sudah bisa tidur dengan tenang
3	KD	Tidak nafsu makan, kepala sakit hingga	Nafsu makan mulai membaik dan kondisi fisik

<sup>106</sup> Sarli Amri Teguh Pribadi, dan Adi Fahrudin, "Strategi Dakwah Pengajian Islam Dalam Suasana Pandemi Covid-19", *Jurnal Tahdzibi*, Vol. 6 No. 1, hal. 42-43

		sesak nafak, dan sulit berkonsentrasi	sehat hingga konsentrasi kembali stabil
4	VNF	Gelisah, takut, dan berkeringat dingin	Sudah berani bertemu orang lain tetapi perasaan masih sedikit gelisah
5	LF	Tidak bisa tidur, sulit berkonsentrasi dan kondisi lemah	Kondisi fisik mulai membaik, dan waktu tidur sudah terkontrol dengan baik sehingga konsentrasi kembali stabil
6	MD	Mual, muntah, sakit kepala, tidak bisa tidur hingga nafsu makan berkurang	Kondisi fisik sudah sehat tetapi tidur masih belum bisa terkontrol
7	MAB	Gelisah, emosi tidak terkontrol, sulit konsentrasi, tidak bisa tidur, sakit kepala, bingung yang berlebihan	Emosi sudah mulai stabil dan sudah tenang, konsentrasi membaik tetapi masih sedikit gelisah, tidur sudah nyenyak, dan kepala sudah tidak terasa sakit
8	YO	Khawatir, takut, tidak tenang,, keringat dingin, mual dan muntah, sakit kepala, gelisah hingga gemetar	Khawatir masih ada, takut sedikit berkurang, dan kondisi fisik sudah mulai stabil

Tabel diatas menunjukkan bahwa, penerapan bimbingan penyuluhan Islam untuk masyarakat terdampak Covid-19 menunjukkan hasil yang baik dalam mengurangi

kecemasan masyarakat di desa Sumberejo. Kecemasan masyarakat sebelum mengikuti bimbingan penyuluhan Islam, cenderung melemah yang dapat dilihat dari gejala-gejala kecemasan. Kondisi tersebut disebabkan oleh pengelolaan pikiran dan emosinya belum maksimal, sehingga motivasi dari diri sendiri saja belum cukup. Maka dari itu perlunya upaya untuk mengikuti kegiatan bimbingan penyuluhan Islam yang sudah di fasilitasi oleh pemerintah. Dalam bimbingan dan penyuluhan Islam di desa Sumberejo terdapat tiga metode yaitu sosialisasi penyuluhan Covid-19, pengadaan alat kesehatan, dan pengajian virtual. Pertama, sosialisasi penyuluhan Covid-19 dengan melakukan sosialisasi agar warga mengenal virus, bahaya, serta gejala yang di timbulkan dan bagaimana mengantisipasinya. Kedua, pengadaan alat kesehatan dengan cara pembagian masker, mengukur suhu tubuh, tempat cuci tangan, penyemprotan disinfektan, dan pemberian bantuan pandemi Covid-19. Ketiga, memberikan penyuluhan Islam melalui pengajian virtual secara tidak langsung melalui grup whatsapp. Pengajian virtual yang dilakukan bertema sabar, ikhtiar, dzikir, dan berprasangka baik. Aktivitas ini dilakukan setiap seminggu sekali disetiap hari senin malam.

Sabar menahan diri dari kesusahan dan menyikapi sesuai syariah dan akal, menjaga lisan dari celaan, dan menahan anggota badan dari perbuatan dosa. Sabar merupakan ajaran yang banyak disinggung dalam Al-Qur'an dan hadis. Manusia senantiasa di arahkan untuk selalu bersabar dalam menjalani kehidupannya. Selanjutnya Ikhtiar adalah salah satu senjata ampuh bagu umat muslim untuk berjuang meraih kesuksesan dunia, ikhtiar merupakan perilaku berusaha sungguh-sungguh dengan cara yang baik dan sesuai dengan peraturan yang berlaku. Usaha tersebut juga diiringi dengan harapan agar usahanya berhasil dengan baik.

Berdzikir merupakan suatu amalan yang mulia dan bernilai tinggi disisi Allah SWT, berdzikir adalah amal yang paling baik, paling bersih disisi raja yang maha mengetahui. Dengan berdzikir seseorang akan memperoleh banyak keutamaan, diantaranya adalah agar mendapatkan ampunan dan pahala yang besar, agar mendapatkan ketenangan hari, agar melebur sifat kemunafikan, agar tergolong sebagai pecinta Allah. Inilah pentingnya individu untuk berdzikir dalam upaya mengatasi masalah yang dihadapi dan membentuk kepribadian individu tersebut. Orang yang selalu berdzikir kepada Allah SWT hatinya akan luluh dan selalu mendapat rezeki. Oleh karena itu, akan menjadikan hati individu sebagai pusat pengendali perilaku yang akan dilakukan oleh individu tersebut. Dzikir akan membuat jiwa seseorang menjadi tentram sehingga ia juga bertindak dalam kehidupan sehari-harinya dengan damai. Individu yang rajin mengamalkan dzikir akan

dapat menerima apa yang terjadi padanya dan mengingani bahwa segala sesuatu yang terjadi padanya adalah kehendak Allah SWT.<sup>107</sup>

Berprasangka baik terhadap Allah dan manusia, ditandai dengan sifat amanah, rasa cinta, dan pengampunan Allah. Hal ini ditandai dengan tidak adanya atau rendahnya kecenderungan manusia untuk berperilaku dalam *tajassus*, *tahassus*, benci, dan iri (*hasad*). Oleh karena itu, dengan prasangka baik hari menjadi lebih tenang, dengan emosi positif, sehingga sulit tertular virus.<sup>108</sup>

Berdasarkan uraian diatas, peneliti simpulkan bahwa metode bimbingan dan penyuluhan Islam untuk masyarakat terdampak Covid-19 di desa Sumberejo memiliki dampak positif terhadap tingkat kematang emosional. Terbentuknya pola pikir baru yang lebih positif pada masyarakat terdampak Covid-19 setelah mengikuti bimbingan penyuluhan Islam. Masyarakat yang terdampak Covid-19 pada awalnya memiliki kecemasan ringan hingga berat seperti gelisah, keringat dingin, ketegangan otot, ketakutan, sulit konsentrasi, tidak bisa tidur, kondisi fisik melemah, dan sulit berkonsentrasi. Setelah mendapatkan edukasi dari kegiatan bimbingan dan penyuluhan Islam, ternyata bisa merubah kearah yang lebih baik. Sehingga masyarakat terdampak Covid-19 dapat terbantu dalam mengontrol emosi, menyesuaikan diri dengan keadaan dan aktivitas sehari-hari mulai normal.

---

<sup>107</sup> Ade Sucipto, "Dzikir as a therapy in sufistic counseling", *Journal of Advanced Guidance and Counseling*, Vol. 1 No.1, 2020:58-67

<sup>108</sup> Ali Murtadho, dkk, "Religious Coping For Covid-19 Patients: Islamic Approaches", *Jurnal of Al-Tamaddun*, Vol.17 (1), 2022, 31-42

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan dari ulasan di atas telah di paparkan oleh penulis dari mulai bab satu sampai empat, maka skripsi dengan judul “Metode Bimbingan dan Penyuluhan Islam Dalam Mengatasi Kecemasan Masyarakat Terdampak Pandemi Covid-19 di Desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak ” dapat di simpulkan sebagai berikut:

1. Kondisi kecemasan masyarakat terdampak Covid-19 di Desa Sumberejo sebelum mendapatkan bimbingan dan penyuluhan Islam yaitu kecemasan ringan, sedang, dan tinggi. Gejala kecemasan ringan berupa gelisah, tangan gemetar, dan ketegangan otot. Gejala kecemasan sedang berupa gelisah, sulit konsentrasi, sulit tidur, bingung, sakit kepala, mual dan muntah. Sedangkan gejala kecemasan tinggi berupa merasa takut dan bingung, gelisah, tidak bisa tidur, sakit kepala, mual, muntah, demam, menarik diri dan merasa sulit berfikir jernih. Kondisi kecemasan masyarakat terdampak Covid-19 membuat masyarakat merasa khawatir jika diasingkan atau dikucilkan oleh masyarakat lain karena dikait-kaitkan dengan virus Covid-19, cemas jika kehilangan keluarga dan terpisah dengan keluarga, serta khawatir jika kehilangan mata pencaharian. Kondisi kecemasan masyarakat di desa Sumberejo setelah mendapatkan bimbingan dan penyuluhan Islam mulai membaik dengan kembalinya aktivitas sehari-hari, tetapi perasaan takut dan khawatir masih sedikit terasa.
2. Metode bimbingan dan penyuluhan Islam dalam mengatasi kecemasan masyarakat terdampak pandemi Covid-19 di Desa Sumberejo adalah pertama, melakukan sosialisasi yang dilakukan oleh tim satgas dengan tujuan agar warga mengenal virus, bahaya, serta gejala yang ditimbulkan dan bagaimana mengantisipasinya. Kedua, pemerintah desa mengadakan penyediaan bantuan kesehatan dengan cara pembagian masker, mengukur suhu tubuh, tempat cuci tangan, penyemprotan disinfektan, pemberian bantuan pandemi Covid-19, dan penyediaan vaksinasi Covid-19. Ketiga, memberikan penyuluhan Islam melalui pengajian virtual secara tidak langsung melalui grup whatsapp yang di bimbing oleh pemuka agama. Pengajian virtual yang dilakukan bertema sabar, ikhtiar, dzikir, dan berprasangka baik. Kegiatan ini dilakukan satu kali dalam seminggu disetiap hari senin malam.

## **B. Saran**

### **1. Bagi Pemerintah Desa dan Pemuka Agama**

Kecemasan masyarakat terdampak Covid-19 yang telah dikaji oleh peneliti dalam penelitian ini adalah dengan memberikan dukungan masyarakat memberikan bimbingan kelompok atau agama dengan tujuan mengurangi kecemasan masyarakat dan lebih meningkatkan peran masyarakat dalam masa pandemi seperti saat ini.

### **2. Bagi Masyarakat**

Memulai pola hidup baru dengan lebih menjaga kesehatan dan kebersihan, lebih peduli dalam menangani dan mengatasi hal-hal kecil atau sepele, tidak meremehkan informasi dan berita yang beredar, tetap waspada, ikuti protokol kesehatan, ikuti saran dan prasarana, di situasi dan kondisi pandemi Covid-19, tetap lakukan kegiatan sehari-hari, dan untuk kedepannya masyarakat semua bisa beradaptasi dengan apa yang terjadi di masa yang akan datang.

### **3. Bagi penulis selanjutnya**

Penelitian ini dapat dijadikan acuan atau masukan terhadap peneliti selanjutnya terkait pencegahan dengan berbagai metode intervensi dalam menangani kecemasan masyarakat terdampak Covid-19.

## **C. Penutup**

Dengan mengucapkan puji dan syukur kami panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahnya kepada penulis, ini merupakan anugerah yang luar biasa dari-Nya melalui terselesaikannya karya tulis ini. Walaupun telah bekerja secara maksimal, penulis berpendapat bahwa karya ini jauh dari kesempurnaan dan belum memenuhi persyaratan. Oleh karena itu, segala kritik dan komentar yang membangun selalu dan terus dibutuhkan bagi penulis.

Pada akhirnya, penulis berharap bahwa karya ini akan berharga dan berguna bagi para peneliti khususnya dan orang lain pada umumnya yang tertarik pada masing-masing bidang penelitian ini. Dengan kerendahan hati, peneliti meminta maaf atas kekurangan dan kesalahannya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, Rizki Suwadani. 2019. *Strategi Bimbingan Penyuluhan Islam Dalam Pembentukan Akhlak Anak Di Panti Asuhan Wahyu Ilahi Kelurahan Romang Polong Kecamatan Somba OPU*. UIN Alaudin Makassar
- Anisa Dona Fitri. 2016. Konsep Kecemasan (Anxiety) pada lanjut usia (lansia). *Jurnal Konselor* 2 (2)
- Arikunto, Suharsimi. 1998. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Chaplin. J.P. 1999. *Dictionary of Psychology*. cet. 7. terj. Kartini Kartono dengan judul *Kamus Lengkap Psikologi*. cet.V. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Chodijah, Medina, dkk. 2020. *SETF Sebagai Terapi mengatasi Kecemasan Menghadapi Covid-19*. Karya Tulis Ilmiah LPPM. UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
- Daradjat, Zakiyah. 2010. *Kesehatan Mental*. Jakarta: Toko Gunung Agung.
- Delvinasari D, Mirta. 2015. *Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian Akhir Sekolah Pada Siswa Kelas VIII Di SMP Muhammadiyah II Malang*. Malang: UIN Maulana Malik Ibrahim.
- Departemen Pendidikan Nasional. 2002. *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*. Jakarta: Insan Multi Media.
- Enjang, AS. 2009. "Dasar-Dasar Penyuluhan Islam", *Jurnal Ilmu Dakwah*, Vol. 4 No.14.
- Fauziyah Ulya, St Nur. 2014. *Islam Dalam Pembinaan Kesehatan Mental Anak Yatim (Studi Kasus di Panti Asuhan Iskandariyah Ngaliyan Semarang)*, Skripsi, UIN Walisongo Semarang.
- Fitrah Muh, dan Luthfiyah. 2017. *Metodelogi Penelitian*. Sukabumi: CV Jejak.
- Harahap, Nurul Arhami. 2018. *Penanggulangan Kenakalan Remaja Menurut Kartini Kartono Ditinjau Dari Aspek Bimbingan Penyuluhan Islam*. UIN Sumatera Utara.
- Hidayanti, Ema, dkk. "Counseling Services in Health Care Untuk Pasien Covid-19". 2021. *Jurnal Konseling Religi*, Jil. 12 No. 2. 263-280
- Hidayanti, Ema, dkk. 2021. "Premarital Guidace During Covid-19 Pandemic". *Jurnal Konseling Religi*, jil 12 No.12, 78
- Hidayanti, Ema. 2014. "Dakwah Pada Setting Rumah Sakit (Studi Deskriptif Terhadap Sistem Pelayanan Bimbingan Konseling Islam Bagi Pasien Rawat

- Inap di RSI Sultan Agung Semarang)”. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Vol. 5 No. 2
- Hidayanti, Ema. 2014. “Reformulasi Model Bimbingan dan Penyuluhan Agama Bagi Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial (PMKS”. *Jurnal Dakwah*, Vol.XV No.1, 62
- Hidayatullah, Syarif. 2014. *Strategi Bimbingan Penyuluhan Islam dalam Menghilangkan Kecemasan Akan Kematian Pada Lansia di Rumah Perlindungan Lanjut Usia Jelambar*. Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah.  
<https://kbbi.web.id/cemas> di akses 29 Juni 2022. 22.38  
<https://www.kbbi.co.id/arti-kata/metode>, diakses 13 November 2021 18.11
- Jarnawi. 2020.“Mengelola Cemas Di Tengah Pandemi Corona”, *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, Vol.3 No.1, 60-73.
- Jeffereys, Nevid, dkk. 2003. *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Erlangga.
- Karim, Hamdi Abdul. 2019.“Peran Manajemen Dalam Bimbingan Penyuluhan Islam”. *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, Vol. 1 No. 01.
- Komporot, Salim. 2020. “Peran Bimbingan dan Konseling dalam Penanganan Pandemi Covid-19”. *Jurnal Prosiding Seminar Bimbingan dan Konseling*, 80-86.
- Kusnawan, Aep. 2011.“Urgensi Penyuluhan Agama”, *Jurnal Ilmu Dakwah* Vol. 5 No. 17.
- Mahfud, Imam dan Aditya Gumantan. 2020.” Survey Tingkat Kecemasan Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19”.*Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*, Universitas Teknokrat Indonesia Lampung, Vol. 4, No. 1, 87-88.
- Mardiana, Nina. 2017. “Peran Guru Bimbingan dan Konseling Dalam Upaya Mengurangi Tingkat Kecemasan Siswa Saat Menghadapi Ujian Nasional”. *Jurnal Sosio-E-Kons*. Vol. 9 No. 2, 139-151.
- Megatsari, Hario, dkk. 2020. “The Community Psychosocial Burden During The COVID-19 Pandemic in Indonesia”, *Jurnal Heliyon*, Vol. 6 No. 10, e05136.
- Mitrianto. 2019. *Metode Bimbingan Rohani Islam Dalam Memberikan Pendampingan Untuk Menanggulangi Kecemasan Pada Keluarga Pasien di Ruang ICU (Studi Kasus Rumah Sakit Umum Daerah Raden Mattahel Jambi)*. Jambi: UIN Sukthan Thaha Saifuddin.
- Moelong, Lexy J. 1993. *Metode Penelitian Kualitatif*,. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

- Muchlis, Sri. 2020. “Strategi Komunikasi Dakwah Penyuluh Agama Islam dalam Menghadapi Pandemi Covid 19 di Kota Kisaran”. *Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi Kementerian Agama Kabupaten Asahan*, Vol. 3 No. 1. 12
- Munir Amin, Samsul. 2010. *Bimbingan dan Konseling Islam*. Jakarta: Amzah.
- Munir, Muhammad, dkk. 2020. “Pesan-Pesan Dakwah Da’I Khalayak (Analisis Konten Pada Ceramah Da’I Tentang Covid-19 di Youtube)”. *Jurnal At Tabsyir Komunikasi Penyiaran Islam*, Vol.7 No.1, 138-159.
- Murtadho, Ali. dkk. 2022. “Religious Coping For Covid-19 Patients: Islamic Approaches”. *Jurnal of Al-Tamaddun*. Vol.17 (1). 31-42.
- Muyasaroh, Hanifah, dkk. 2020. *Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap dalam menghadapi Pandemi Covid-19*. Karya Tulis Ilmiah LP2M. UNUGHA.
- Nadhifah, Layliyatun. 2018. *Bimbingan dan Konseling Islam Dengan Terapi Kognitif Behavior Dalam Mengatasi Kecemasan Seseorang Mahasiswa di UIN Sunan Ampel Surabaya*. Surabaya: UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Narbuko, Cholid & Abu Achmadi. 2005. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Natalya, Wiwiek. 2020. *Gambaran Tingkat Kecemasan Warga Terdampak Covid-19 Di Kecamatan Comal Kabupaten Pematang*. Skripsi, Universitas Pekajangan Pekalongan.
- Nevid, Jeffrey S.dkk. 2005. *Abnormal Psychology in a Changing World*. terj. Tim Fakultas Psikologi Universitas Indonesia dengan judul: *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Erlangga
- Nihayah, Ulin. 2021. “Implementasi Konsep Teori Humanistik Dalam Kesehatan Mental Pada Masa Pandemi”. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam dan Kemasyarakatan*.
- Nur Hidayanti, Wahyu. 2020. *Kecemasan Mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir di Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Ponorogo*. Skripsi.IAIN Ponorogo.
- Nurjanah, Siti. 2020.“Gangguan Mental Emosional pada Klien Pandemi Covid-19 Dirumah Karantina”.*Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, Vol. 3 No 3.
- Panggelo, Nurhidayah. 2018. “*Strategi Bimbingan Penyuluhan Islam Dikalangan Minoritas Muslim Kecamatan Rantebua Kabupaten Toraja Utara*”. IAIN Palopo.

- Putri, Kartika, Permana, Andini, dan Ardi Septiawan. 2020. “Manajemen kecemasan Masyarakat dalam Menghadapi Pandemi Covid-19”. *Jurnal Of Multidisciplinary*, Vol. 4, No. 2.
- Riyadi, Agus dan Hendri Hermawan. 2021. “The Islamic Counseling Construction in Da’wah Science Structure”. *Jurnal of Advanced Guidance and Counseling*. Vol. 2 No. 1 (2021). 11-38.
- Rusman, Ayu Dwi. 2021. “Kecemasan Masyarakat Selama Masa Pandemi Covid-19”. *Jurnal Kesmas (Kesehatan Masyarakat)Khatulistiwa*, Vol. 8 No. 1 (10-18), 14-15
- Sa’adah, Zumrotus. 2015. *Metode Bimbingan dan Penyuluhan Agama Islam Dalam Pemberdayaan Perempuan*, skripsi, UIN Walisongo Semarang.
- Santoso, Haryadi, Didik dan Awan Santosa. 2020. *Covid Dalam Ragam Tinjauan Perspektif*. Yogyakarta: MBrigde Press.
- Saputro, Anggit. 2019. *Fungsi Bimbingan Penyuluhan Islam Dalam Meminimalisir Terjadinya Bunuh Diri di Desa Gulang Terjadinya Bunuh Diri di Desa Gulang Mejobo Kudus Tahun 2017/2018*. Skripsi, IAIN Kudus.
- Sarwono, Jonathan. 2006. *Metode Penelitian Kualitatif dan Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Setiyadi. 2019. *Bimbingan Agama Islam Dalam Mengatasi Kecemasan Beradaptasi Santri di Pondok Pesantren Baiturrahmah, Karanganyar, Klaten*. Semarang: UIN Walisongo.
- Setyaningrum, Wahyu & Heylen Amildha Yanuariti. 2020. “Pengaruh Covid-19 terhadap Kesehatan Mental Masyarakat Di Kota Malang”. *Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan*, Vol.4. No. 4, November 2020.
- Sucipto, Ade. 2020. “Dzikir as a therapy in sufistic counseling”. *Journal of Advanced Guidance and Counseling*, Vol. 1 No.1.58-67
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2020. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Syarqawi, Ahmad. 2020. “Bimbingan Konseling pada Masa Pandemi Covid-19”. *Jurnal IKA BKI*. UIN Sumatra Utara, 286

- Taufan, Andy. 2017. *Pengaruh Terapi Doa Terhadap Skala Kecemasan Pasien Pre Operasi Di Ruang Instalasi Bedah Sentral RSUD Dr. M. Ashari Pemalang*. Skripsi. UNIMUS Semarang.
- Vibriyanti, Deshinta. 2020. "Kesehatan Mental Masyarakat: Mengelola Kecemasan di Tengah Pandemi Covid-19". *Jurnal Kependudukan Indonesia*, 69-74.
- Wahid, Abdul. 2017. *Pelaksanaan Bimbingan Penyuluhan Islam Dalam Meningkatkan Kesadaran Beragama Warga Binaan Usia Remaja Di Lembaga Permasyarakatan Klas I Kedungpade Semarang*. Semarang: UIN Walisongo.
- Widodo.2017. *Metodologi Penelitian Populer & Praktis*. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada.
- Yunus, Nur Rohim &A Rezki. 2020. "Kebijakan Pemberlakuan Lock Down Sebagai Antisipasi Penyebaran Corona Virus Covid-19". *Jurnal Sosial dan Budaya Syar'I* 7 (3), 227-238.

## **Lampiran**

### **A. Pedoman Wawancara**

#### **1. Wawancara oleh tim satgas Covid-19**

- a) Bagaimana tanggapan anda mengenai Covid-19?
- b) Bagaimana menurut anda sebagai penyuluh dalam menghadapi Covid-19?
- c) Bagaimana anda mengetahui masyarakat mengalami kecemasan di masa pandemi Covid-19?
- d) Jelaskan faktor apa yang menyebabkan masyarakat terdampak Covid-19 mengalami kecemasan?
- e) Bagaimana kondisi kecemasan yang dialami masyarakat terdampak Covid-19?
- f) Bagaimana ciri-ciri kecemasan masyarakat yang terdampak Covid-19?
- g) Bagaimana metode bimbingan penyuluhan Islam dalam mengatasi kecemasan masyarakat terdampak Covid-19?
- h) Bagaimana pengaruh metode bimbingan dan penyuluhan Islam bagi masyarakat terdampak Covid-19?
- i) Bagaimana tindakan tim satgas dalam mengatasi kecemasan masyarakat terdampak Covid-19?
- j) Jelaskan kegiatan khusus apa yang dianjurkan oleh tim satgas dalam mengatasi kecemasan masyarakat selama pandemi Covid-19?
- k) Bagaimana faktor pendukung dalam melaksanakan bimbingan dan penyuluhan Islam untuk mengatasi kecemasan masyarakat terdampak Covid-19?
- l) Bagaimana faktor penghambat dalam melaksanakan bimbingan dan penyuluhan Islam untuk mengatasi kecemasan masyarakat terdampak Covid-19?
- m) Jelaskan apa yang menunjukkan keberhasilan tim satgas dalam mengatasi kecemasan masyarakat terdampak Covid-19?
- n) Bagaimana anda bisa menurunkan kecemasan masyarakat terdampak Covid-19?

#### **2. Wawancara oleh pemuka masyarakat**

- a) Bagaimana kondisi kecemasan masyarakat yang terdampak Covid-19?
- b) Bagaimana pelaksanaan bimbingan dan penyuluhan Islam dalam mengatasi kecemasan masyarakat terdampak Covid-19?
- c) Bagaimana metode bimbingan dan penyuluhan Islam dalam mengatasi kecemasan masyarakat terdampak Covid-19?

- d) Bagaimana pengaruh metode bimbingan dan penyuluhan Islam dalam mengatasi kecemasan masyarakat yang terdampak covid-19?
- e) Jelaskan materi-materi apa saja yang disampaikan untuk mengurangi kecemasan masyarakat terdampak Covid-19?
- f) Bagaimana cara mengemas materi tersebut agar masyarakat tidak cemas akan adanya Covid-19?
- g) Bagaimana faktor penghambat dalam melaksanakan bimbingan dan penyuluhan Islam untuk mengatasi kecemasan Covid-19?
- h) Bagaimana faktor pendukung dalam melaksanakan bimbingan dan penyuluhan Islam untuk mengatasi kecemasan masyarakat terdampak Covid-19?

### **3. Wawancara oleh masyarakat terdampak Covid-19**

- a. Bagaimana kondisi anda sekarang semenjak munculnya pandemi Covid-19?
- b. Apa saja yang anda rasakan semenjak munculnya pandemi Covid-19?
- c. Apakah anda merasa cemas, takut, dan khawatir saat munculnya pandemi Covid-19?
- d. Bagaimana anda merasa cemas dimasa pandemi Covid-19 saat ini?
- e. Mengapa anda merasa cemas?
- f. Jelaskan apa yang anda cemas di masa pandemi Covid-19?
- g. Bagaimana anda beradaptasi dengan situasi Covid-19?
- h. Jelaskan kegiatan apa saja yang anda lakukan di masa pandemi Covid-19?
- i. Setelah mengikuti bimbingan dan penyuluhan Islam apakah kecemasan yang anda alami berkurang?
- j. Bagaimana perasaan anda setelah mengikuti bimbingan dan penyuluhan Islam ini?
- k. Bagaimana kesan anda setelah mengikuti bimbingan dan penyuluhan Islam ini?
- l. Jelaskan apakah dengan mengikuti bimbingan dan penyuluhan Islam tingkat kecemasan anda berkurang?
- m. Jelaskan motivasi apa saja yang anda dapatkan ketika mengikuti bimbingan penyuluhan Islam ini?
- n. Bagaimana kepedulian dari tim satgas terhadap keadaan cemas yang sedang anda alami?



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Jl. Prof. Dr. H. Hamka Semarang 50185  
Telepon (024) 7606405, Faksimili (024) 7606405, Website : [www.fakdakom.walisongo.ac.id](http://www.fakdakom.walisongo.ac.id)

Nomor : 1674/Un.10.4/K/KM.05.01/04/2022

Semarang, 25 April 2022

Lamp. : 1 (satu) bendel

Hal : *Permohonan Ijin Riset*

Kepada Yth.  
Kepala Desa Sumberejo  
di Sumberejo

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang menerangkan bahwa dalam rangka penyusunan skripsi, mahasiswa berikut:

N a m a : Nurul Hikmah  
NIM : 1601016127  
Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam  
Lokasi Penelitian : Ds. Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak  
Judul Skripsi : Metode Bimbingan Penyuluhan Islam Dalam Mengatasi Kecemasan Masyarakat Terdampak Pandemi Covid-19 Di Desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak

Bermaksud melakukan riset penggalian data di Ds. Sumberejo Sehubungan dengan itu kami mohonkan ijin bagi yang bersangkutan untuk melakukan kegiatan dimaksud.

Demikian atas perhatian dan bantuannya kami ucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

An. Dekan,  
Kepala Bagian Tata Usaha  
  
SITI BAKARAH

Tembusan Yth. :  
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang

## B. Dokumentasi

Foto wawancara dengan masyarakat terdampak pandemi





Foto wawancara dengan pemerintah desa



Foto wawancara dengan pemuka agama



## BIODATA PENULIS

Nama : Nurul Hikmah

NIM : 1601016127

Tempat dan Tanggal lahir : Semarang, 24 Desember 1997

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Email : nhikmah2412@gmail.com

Alamat : Ds. Sumberejo Rt.03 RW.06 Kec. Mranggen  
Kab. Demak

Riwayat Pendidikan : TK Dharmarini II Tahun 2002-2004

SD N 5 Mranggen Tahun 2004-2010

Mts. Taqwiyyatul Wathon Tahun 2010-2013

MA. Taqwiyyatul Wathon Tahun 2013-2016

UIN Walisongo Semarang Tahun 2016-2022