

**PROBLEMATIKA PSIKOLOGIS JEMAAH BATAL HAJI DI ERA
PANDEMI DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI KOGNITIF**

**(Studi Kasus Calon Jemaah Haji Kecamatan Karanganyar
Kabupaten Demak Tahun 2020)**



SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagai Syarat
Guna Memeroleh Gelar Sarjana Ekonomi (S.E)

Program Studi Manajemen Haji dan Umrah (MHU)

Oleh:

FAUCHANA ZAHROTUL AINUN NAFIS

1701056011

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

2021

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Lamp. : 5 eksemplar
Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Dakwah dan
Komunikasi UIN Walisongo
Di Semarang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, mengadakan koreksi, dan perbaikan sebagaimana mestinya, maka saya menyatakan naskah skripsi atas nama mahasiswa:

Nama : Fauchana Zahrotul Ainun Nafis
NIM : 1701056011
Program Studi : Manajemen Haji dan Umrah
Judul Skripsi : PROBLEMATIKA PSIKOLOGIS JEMAAH BATAL
HAJI DI ERA PANDEMI DALAM PERSPEKTIF
PSIKOLOGI KOGNITIF (Studi Kasus Calon Jemaah
Haji Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak Tahun
2020)

dengan ini saya menyatakan telah menyetujui naskah tersebut dan oleh karenanya mohon untuk segera diujikan.
Atas perhatiannya saya sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Semarang, 9 Desember 2021
Pembimbing,



Dr. H. Abdul Sattar, M. Ag.
NIP. 197308141998031001

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

PENGESAHAN SKRIPSI

PROBLEMATIKA PSIKOLOGIS JEMAAH BATAL HAJI DI ERA PANDEMI DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI KOGNITIF (Studi Kasus Calon Jemaah Haji Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak Tahun 2020)

Disusun Oleh:
Fauchana Zahrotul Ainun Nafis
1701056011

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 28 Desember 2021 dan dinyatakan telah lulus memenuhi syarat
Guna memperoleh gelar Sarjana Ekonomi (S.E)

Susunan Dewan Penguji

Ketua/Penguji I



Dr. H. Abdul Sattar, M.Ag.
NIP. 19730814 199803 1 001

Sekretaris/Penguji II



Dr. Hasyim Hasanah, M.S.I.
NIP. 19820302 200710 2 001

Penguji III



Drs. H. Ahmad Anas, M.Ag.
NIP. 19660513 199303 1 002

Penguji IV



Dra. Hj. Widayat Mintarsih, M. Pd.
NIP. 19690901 200501 2 001

Mengetahui Dosen Pembimbing Skripsi



Dr. H. Abdul Sattar, M.Ag.
NIP. 19730814 199803 1 001

Disahkan oleh
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Semarang, 06 Januari 2022



Ulyas Supena, M. Ag.
NIP. 19700827200410 200112 1 003

HALAMAN PERNYATAAN

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Fauchana Zahrotul Ainun Nafis

NIM : 1701056011

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Program Studi : Haji dan Umrah

Menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil kerja saya sendiri dan tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di salah satu perguruan tinggi di lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum/tidak diterbitkan. Adapun sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka.

Semarang, 30 November 2021



Fauchana Zahrotul Ainun Nafis

1701056011

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta pertolongan-Nya sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi ini. Tidak lupa, shalawat serta salam selalu turunkan kepada nabi Muhammad SAW.

Peneliti menyadari bahwa tersusunnya skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Imam Taufiq, M.Ag, selaku Rektor UIN Walisongo Semarang.
2. Bapak Dr. H. Ilyas Supena, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.
3. Bapak Dr. H. Abdul Sattar, M.Ag., selaku Ketua Prodi MHU sekaligus Dosen Wali Studi yang menjadi pembimbing peneliti, yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan kepada peneliti sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
4. Ibu Dr. Hasyim Hasanah, S.Sos.I., M.S.I. Selaku Sekretaris Prodi MHU UIN Walisongo Semarang.
5. Ibu Hj. Wike Diah Anjaryani, S.Psi., M.Kes. selaku Psikolog sekaligus dosen peneliti yang telah berbagi ilmu dan meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan kepada peneliti sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
6. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang, yang telah mengarahkan, mengkritik, dan mendidik selama menempuh studi pada program S1 di Program Studi Manajemen Haji dan Umrah.
7. Seluruh staf Tata Usaha, Perpustakaan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.

8. Kepala Perpustakaan UIN Walisongo Semarang serta pengelola perpustakaan Fakultas Dakwah dan Komunikasi yang telah memberikan pelayanan ke perpustakaan dengan baik.
9. Seluruh pihak yang terlibat dalam proses penggalan data penelitian, KUA Kecamatan Karanganyar, Kemenag Kabupaten Demak, Puskesmas Kecamatan Karanganyar dan seluruh calon jemaah haji Kecamatan Karanganyar Tahun 2020 yang menjadi narasumber penelitian.
10. Keluarga tercinta peneliti, Bapak Farikin, Ibu Fina Hidayati, dan Adek Fariz Ni'am Aula Ibrahim yang telah memberikan do'a, bimbingan, kasih dan sayang serta dukungan moril maupun materiil sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
11. Para sahabat dan teman diskusi peneliti Kholis Khumairoh, Linawati, Mbak Elsa Ada Nurul Kamal, Wafi Maulina, Fitri Alfiah, Ajidan Paramita, Ahmad Nayyir Mubarak, Rachmat Hidayat, Ryandi Nugrahanto, Karim Setiawan, Muhammad Iqbal Qois, Syahzinda Mujaddidi, Ely Fardana dan Muhammad Islah.
12. Teman-teman Pejuang Muda Kemensos RI Kabupaten Demak 2021 (Dini, Widya, Amel, Bella, Mbak Hana, Sherina, Yoga, Dian dan Gema) yang telah menemani hari-hari peneliti dalam proses mengabdikan sekaligus menyelesaikan penulisan skripsi ini.
13. Semua orang-orang baik di twitter terkhusus teman-teman *Base Collagemenfess* yang telah bersedia menjadi tempat berbagi ilmu dan diskusi sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi ini.
14. Teman-teman seperjuangan dari MHU angkatan 2017 yang telah menjadi keluarga serta sahabat dalam perjalanan penyelesaian studi peneliti.
15. Semua pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu-persatu yang telah memberikan bantuan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
16. Diri saya sendiri yang terus memilih untuk terus berjalan meskipun ada banyak kesempatan untuk berhenti.

Teriring do'a semoga Allah SWT senantiasa membalas semua amal kebaikan dari semuanya dengan sebaik-baiknya balasan. Akhirnya peneliti

menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini jauh dari sempurna maka dengan besar hati penulis menerima masukan yang membangun dari pembaca agar lebih baik. Semoga skripsi ini bermanfaat di kemudian hari bagi generasi berikutnya, terlebih dapat memberikan kontribusi dalam menambah referensi untuk Program Studi Manajemen Haji dan Umrah Fakultas Dakwah dan Komunikasi.

Semarang, 30 November 2021

Peneliti

A handwritten signature in black ink, enclosed in a circular scribble. The signature appears to read 'Fauchana'.

Fauchana Zahrotul Ainun Nafis

1701056011

PERSEMBAHAN

Maha suci Allah yang telah memberi rahmat dan nikmat kepada seluruh manusia di dunia ini dan hanya kepada-Nya segala cinta dan kasih sejati yang selalu tertanam di hati. Izinkan dan ridhoi hamba-Mu ini di setiap langkah dan perbuatan, serta bimbing hamba menebar rahmat di setiap langkah kekasih Muhammad SAW.

Skripsi ini penulis persembahkan untuk : Almamaterku, Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang. Yang tercinta Bapak Farikin dan Ibu Fina Hidayati yang selalu ada di saat suka maupun duka, yang selalu mendampingi saat lemah tak berdaya, yang selalu memanjatkan doa untuk putri tercintanya di setiap sujudnya, serta selalu memberi semangat dan dorongan demi meraih kelancaran dan kesuksesan.

MOTTO

وَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا
وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ

Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi (pula) kamu menyukai sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu; Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui. (QS. Al-Baqarah [2]:216)¹

¹ Al-qur'an, 2: 216.

ABSTRAK

Fauchana Zahrotul Ainun Nafis (1701056011). Judul “Problematika Psikologis Jemaah Batal Haji di Era Pandemi dalam Perspektif Psikologi Kognitif (Studi Kasus Calon Jemaah Haji Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak Tahun 2020)”.

Pengumuman kebijakan pembatalan keberangkatan haji yang tertuang dalam KMA RI Nomor 494 Tahun 2020 dan KMA RI Nomor 660 Tahun 2021 memberikan dampak ke berbagai pihak yang terlibat, baik kepada pemangku kebijakan, pelaksana kebijakan dan terutama kepada objek dari pelaksanaan kebijakan dalam ibadah haji yaitu calon jemaah haji. Fokus salah satunya adalah dampak psikologis yang dialami jemaah karena gagal berangkat di tahun keberangkatan atau ditunda dalam pemberangkatan ibadah haji sampai dua kali, sehingga dengan adanya permasalahan tersebut penelitian ini dirasa perlu untuk dilakukan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menemukan problematika psikologis yang dialami jemaah batal haji dan bagaimana upaya yang bisa dilakukan untuk menghadapinya.

Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif deskriptif dengan menggunakan teknik pengumpulan data berupa wawancara, observasi dan dokumentasi. Metode analisis yang digunakan adalah model Miles dan Huberman, yang terdiri dari empat tahap yaitu: *Data collection*, *Data Reduction*, *Data Display*, dan *Conclusion*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa jemaah batal haji di era pandemi mengalami problematika psikologis berupa kecemasan. Kecemasan yang dialami jemaah batal haji di era pandemi adalah jenis kecemasan sesaat atau *state anxiety*. Kecemasan jenis ini adalah kecemasan yang timbul karena jemaah mengalami kejadian yang tidak diinginkan yaitu jemaah menghadapi kebijakan pembatalan keberangkatan haji selama dua tahun berturut-turut sehingga jemaah terpaksa mengalami penundaan keberangkatan dalam waktu yang tidak dapat dipastikan. Upaya yang dilakukan jemaah haji dalam perspektif psikologi kognitif adalah dengan membangun pola pikir positif yang masuk dalam kategori strategi *coping* dengan jenis *Emotion Focused Coping*. Jenis *coping* ini menekankan pada aspek pengaturan emosi yang dilakukan oleh jemaah melalui pola pikir positif yang dibangun dari individu (jemaah) itu sendiri dan dukungan dari orang terdekat seperti keluarga dan kerabat, kyai atau guru agama, pembimbing dan lainnya, sehingga dari cara tersebut dirasakan dapat mengurangi kecemasan yang dialami.

Kata kunci: Problematika Psikologis, Batal Haji, dan Psikologi kognitif

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SKRIPSI	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	v
PERSEMBAHAN	viii
MOTTO.....	ix
ABSTRAK	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR SINGKATAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian	7
1. Tujuan Penelitian.....	7
2. Manfaat Penelitian.....	8
D. Tinjauan Pustaka	8
E. Metode Penelitian.....	12
1. Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	12
2. Definisi Konseptual	13
3. Sumber dan Jenis Data	13
4. Teknik Pengumpulan Data	14
5. Teknik Analisis Data	16
6. Teknik Keabsahan Data.....	18
BAB II KERANGKA TEORI.....	21
A. Problematika Psikologis.....	21
1. Pengertian Problematika Psikologis.....	21

2.	Perujukan Teori Problematika Psikologis	23
3.	Bentuk-bentuk Problematika Psikologis	24
B.	Psikologi Kognitif	28
1.	Pengertian Psikologi Kognitif	28
2.	Model dalam Psikologi Kognitif	30
3.	Pemecahan Masalah dalam Psikologi Kognitif.....	31
BAB III	GAMBARAN UMUM DAN PAPARAN DATA CALON JEMAAH BATAL HAJI DI ERA PANDEMI.....	35
A.	Gambaran Umum Calon Jemaah Batal Haji di Era Pandemi Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak Tahun 2020.....	35
B.	Paparan Data Narasumber Penelitian.....	37
1.	Data wawancara.....	37
2.	Data Skala Pengukuran Kecemasan STAI.....	50
BAB IV	ANALISIS DATA PROBLEMATIKA PSIKOLOGIS JEMAAH BATAL HAJI DI ERA PANDEMI DAN UPAYA PENANGANANNYA DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI KOGNITIF.....	53
A.	Problematika Psikologis Jemaah Batal Haji di Era Pandemi.....	53
1.	Bentuk Problematika Psikologis Jemaah Batal Haji di Era Pandemi.....	53
2.	Faktor yang mempengaruhi Problematika Psikologis Jemaah Batal Haji di Era Pandemi.....	57
3.	Problematika Psikologis Jemaah Batal Haji di Era Pandemi dalam Perspektif Psikologi Kognitif.....	59
B.	Upaya dalam Menangani Problematika Psikologis Jemaah Batal Haji di Era Pandemi.....	66
1.	Upaya jemaah dalam mengatasi problematika psikologis dalam perspektif psikologi kognitif	66
2.	Rancang Bangun Manajemen Pemerintah dalam Upaya Menghadapi Problematika Psikologis Jemaah Batal Haji di Era Pandemi.....	76
BAB V	PENUTUP	82
A.	Kesimpulan	82
B.	Saran.....	83
C.	Penutup.....	83

DAFTAR PUSTAKA.....	84
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	89
A. Daftar Pertanyaan Wawancara.....	89
B. Transkripsi Wawancara.....	92
C. Foto Wawancara.....	97
D. Kuisisioner Bagian “STATE”.....	98
E. Kuisisioner Bagian “TRAIT”	100
F. Surat Izin Riset.....	104

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Teori Pemecahan Masalah.....	33
Tabel 2 Hasil Pengukuran Skala <i>State Anxiety</i>	51
Tabel 3 Hasil Perhitungan Skala <i>Trait Anxiety</i>	52
tabel 4 Identifikasi strategi coping jemaah batal haji di era pandemi dalam aspek-aspek emotion focused coping	71
Tabel 5 Implementasi Teori Pemecahan Masalah dalam Rancang Bangun Manajemen	79

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Diagram Jumlah Jemaah Perdesa	35
Gambar 2 Diagram Jumlah Jemaah Haji Karanganyar	36
Gambar 3 Diagram Skala "State Anxiety"	51
Gambar 4 Diagram Skala "Trait Anxiety"	52
Gambar 5 Wawancara dan Perizinan Penelitian dengan Kepala KUA.....	97
Gambar 6 Wawancara dengan Pembimbing Haji	97

DAFTAR SINGKATAN

UIN	: Universitas Islam Negeri
WHO	: <i>World Health Organization</i>
Covid-19	: Corona Virus Disease 2019
KMA	: Keputusan Menteri Agama
RI	: Republik Indonesia
KUA	: Kantor Urusan Agama
Karom	: Ketua Rombongan
MHU	: Manajemen Haji dan Umrah
SLTA	: Sekolah Lanjut Tingkat Atas
STAI	: <i>State Trait Anxiety Inventory</i>

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Virus Covid-19 yang resmi diumumkan *World Health Organization* (WHO) menjadi pandemi global menyebabkan berbagai dampak di beberapa aspek bidang diantaranya adalah politik, sosial dan ekonomi, sehingga diberlakukan pembatasan perjalanan dalam pasar dunia sebagai upaya dalam pencegahan peningkatan penyebaran virus corona.² Diantara pembatasan perjalanan yang dilakukan adalah pembatasan perjalanan dalam bidang haji. Ibadah haji merupakan salah satu rukun islam yang menjadi kewajiban sekali seumur hidup bagi seorang muslim yang telah mampu menunaikannya.³ Permasalahan ini menjadi alasan dikeluarkan keputusan pembatalan keberangkatan jemaah haji pada penyelenggaraan ibadah haji Indonesia tahun 1441 H/2020 M yang diumumkan oleh Menteri Agama RI pada Juni 2020.⁴

Keputusan pembatalan keberangkatan jemaah haji tersebut tertuang dalam KMA No. 494 tentang Pembatalan Keberangkatan Jemaah Haji Pada Penyelenggaraan Ibadah Haji Tahun 1441 H/2020 M. Dalam KMA No. 494 Tahun 2020 disebutkan bahwa pertimbangan yang menjadi alasan dikeluarkannya keputusan ini adalah tentang usaha pemerintah dalam menjamin kesehatan, keselamatan, dan keamanan jemaah haji di tanah air maupun di tanah suci yang terancam jiwanya oleh pandemi Corona Virus Disease 2019 (Covid-19) yang melanda seluruh negara di dunia termasuk Indonesia dan Arab Saudi. Prinsip dalam ajaran islam tentang menjaga jiwa yang terdapat dalam lima maqashid syari'ah menjadi dasar

² Parapuan, "*WHO Resmi Sebut Virus Corona Covid-19 sebagai Pandemi Global*", diakses tanggal 2 Maret 2021 pukul 09.37 WIB, dalam Kompas.com

³ Abdul Sattar, dkk. *Implementasi Manasik Haji Alternatif Pembelajaran Manasik Calon Jemaah Haji Kota Semarang*, (Semarang: Fatawa Publishing, 2021), hal. 20

⁴ Fitria Chusna Farisa, "*Pemberangkatan Haji Tahun Ini Batal, Menteri Agama Minta Masyarakat Ikhlash*", diakses tanggal 5 Maret 2021 pukul 17.21 WIB, dalam Kompas.com

pertimbangan utama dalam penetapan kebijakan sebagai wujud kemaslahatan bagi masyarakat.

Realitas bahwa Pemerintah Arab Saudi sampai dengan tanggal 1 Juni 2020 belum membuka akses layanan Penyelenggaraan Ibadah Haji Tahun 2020 menjadikan pemerintah tidak memiliki waktu yang cukup untuk melakukan persiapan dan pelaksanaan pembinaan, pelayanan, dan perlindungan bagi jemaah haji secara aman, nyaman, tertib dan sesuai dengan ketentuan syari'at.⁵

Menyusul pengumuman selanjutnya, pada minggu akhir Juni 2020, pihak Arab Saudi mengumumkan bahwa kuota haji untuk tahun 2020 adalah 1.000 orang (jemaah) dan ini dapat dipastikan sangat jauh dengan kuota yang dimiliki Indonesia yaitu 221.0000 orang (jemaah) dan dapat dipastikan jemaah gagal berangkat di tahun 2020. Kuota ini juga terbatas dalam ruang lingkup persyaratan tertentu yaitu jemaah yang bisa haji berusia dibawah 65 tahun, tidak memiliki riwayat penyakit kronis dan telah berada di wilayah Arab Saudi.⁶

Pengumuman kebijakan pembatalan dan KMA RI Nomor 494 tahun 2020 tentang pembatalan haji ini tentu memberikan dampak ke berbagai aspek baik kepada pemangku kebijakan, pelaksana kebijakan dan terutama kepada objek pelaksanaan kebijakan dalam ibadah haji yaitu kepada calon jemaah. Dan yang menjadi fokus salah satunya adalah dampak psikologis yang dialami jemaah karena gagal berangkat.

Pandemi covid-19 yang menghasilkan keputusan pembatalan keberangkatan haji harus diterima jemaah dengan berat hati dikarenakan harapan yang seharusnya bisa berangkat haji di tahun 2020 harus terpaksa ditangguhkan dan dibatalkan dan harus menunggu dalam waktu yang tidak dapat dipastikan.

⁵ KMA Nomor 494 Tahun 2020 tentang Pembatalan Keberangkatan Jemaah Haji Pada Penyelenggaraan Ibadah Haji Tahun 1441 H/2020 M, hal. 1

⁶ Reza Gunadha dan Fitri Asta Pramesti, "Arab Saudi Batasi Kuota Jemaah Haji 2020, Hanya Sekitar 1000 Orang", diakses tanggal 7 Maret 2021 pukul 15.23 WIB, dalam Suara.com

Problematika psikologis yang dialami jemaah menjadi bertambah ketika untuk pengumuman keberangkatan di tahun 2021 juga mengalami penundaan. Hal ini sesuai dengan keputusan yang dikeluarkan Menteri Agama yaitu KMA 660 Tahun 2021 tentang Pembatalan Keberangkatan Jemaah Haji Pada Penyelenggaraan Ibadah Haji Tahun 1442 H/2021 M.⁷ Adanya keputusan ini mengakibatkan jemaah harus menerima kembali kenyataan pahit tidak dapat berangkat sampai dua kali penundaan.

Melalui wawancara kepada salah seorang calon Karom haji KUA Kecamatan Karanganyar (Bapak Suboko) mengatakan, hampir seluruh calon jemaahnya mengalami kecewa dan sedih karena gagal berangkat, hal ini karena masa menunggu yang sudah lama dan harapan bahagia tahun ini bisa berangkat serta sudah melakukan banyak persiapan ternyata harus batal diberangkatkan.⁸

Thobib Al-Asyhar juga menuliskan 5 kondisi psikologis calon jemaah yang gagal berangkat di tahun 2020 yaitu: 1) denial (penyangkalan) atau tahapan rasa kecewa karena tidak terima gagal berangkat haji, 2) ungkapan kemarahan dengan merasa hidup tidak adil, sudah menunggu lama tapi gagal, 3) penyesalan, penyesalan dengan menyalahkan keadaan dan semua ditunjukkan dengan ekspresi penyesalan yang berbeda-beda untuk setiap orang, 4) depresi, perasaan tertekan jiwa karena tidak terima dengan keadaan, dan terakhir yang ke 5) keikhlasan, adalah psikologis calon jemaah yang memiliki kontrol jiwa yang baik sehingga memiliki emosi keikhlasan dan kepasrahan.⁹

Persoalan psikologis menjadi bagian penting dari pokok kajian dalam keilmuan dakwah terkhusus pada keilmuan manajemen haji dan umrah. Posisi pentingnya tinjauan psikologis jemaah haji dalam keilmuan ini adalah berkaitan dengan posisi jemaah haji sebagai obyek dakwah. Dan

⁷ KMA Nomor 660 Tahun 2021 tentang Pembatalan Keberangkatan Jemaah Haji Pada Penyelenggaraan Ibadah Haji Tahun 1442 H/2021 M, hal. 1

⁸ Wawancara dengan Bapak Suboko pada Selasa, 15 Desember 2020

⁹ Aida Chomsah, "5 Psikologi Calhaj yang Batal Berangkat Th 2020, Tahun Bersejarah yang Pahit, diakses tanggal Selasa, 09 Juni 2020 pukul 9:21 WIB, dalam nt.,kemenag.go.id

jika dikaitkan dengan keilmuan dakwah, keadaan psikologis mad'u menjadi sangat penting karena dalam dakwah, *da'i* perlu bahkan harus mengetahui kondisi psikologis objek yang didakwahi (*mad'u*) agar apa yang disampaikan nantinya dapat tersampaikan dengan baik.¹⁰

Dakwah islam adalah upaya mempengaruhi orang lain agar mereka bersikap dan bertindak laku Islami.¹¹ Dakwah Islam bertujuan untuk mengubah sikap mental dan tingkah laku manusia yang tidak baik menjadi baik, serta untuk meningkatkan kualitas iman dan taqwa seseorang secara sadar dan tanpa merasa dipaksa oleh pihak manapun.

Dakwah islam bertujuan untuk mengubah sikap, menjadi lebih baik dan terarah yaitu menjadikan manusia kembali pada fitrah ajaran Islam. Oleh karenanya ruang lingkup dakwah menyangkut masalah pembentukan sikap mental dan pengembangan motivasi yang bersifat positif dalam segala lapangan hidup manusia.¹²

Berdasarkan perspektif dalam keilmuan dakwah terkhusus dalam keilmuan manajemen haji dan umrah yang telah dijelaskan, persoalan psikologis yang dialami calon jemaah haji menjadi menarik untuk dikaji karena menjadi bagian penting dalam tercapainya pelaksanaan haji yang baik. Hal ini menjadi salah satu aspek dalam tercapainya manajemen haji yang baik sehingga tercapainya tujuan dakwah yang baik pula, sehingga posisi penelitian ini dalam keilmuan MHU adalah memberikan penjelasan terkait problematika haji yang terjadi dan dapat memberikan upaya sistematis yang diharapkan menjadi bagian dari upaya perbaikan penyelenggaraan haji di Indonesia.¹³

Pengkajian problematika psikologis yang kemudian diharapkan dapat menemukan upaya yang tepat dalam penanganan masalah adalah salah

¹⁰ Silvia Riska Febriar, 2019, *Urgensi Psikologi dalam Aktivitas Dakwah*”, Jurnal An-Nida Juli-Desember 2019, hal. 1

¹¹ Achmad Mubarak, *Psikologi Dakwah: Membangun Cara Berfikir dan Merasa*, (Malang: Madani Press. 2014), hal. 27

¹² Arifin, *Psikologi Dakwah: Suatu Pengantar Studi*, (Jakarta: Bumi Aksara2004), hal. 4

¹³ Abdul Jamil, dkk. *Pengembangan Kurikulum Program Studi Haji dan Umroh*, (Semarang: fatawa Publishing, 2020), hal. 20

satu bentuk dari cara atau metode aktivitas dakwah dalam menyejahterakan mad'u yaitu menggunakan cara-cara yang baik disesuaikan dengan kondisi dan situasi yang terjadi dalam memberikan pemahaman kepada objek dakwah itu sendiri dalam hal ini adalah jemaah haji. Hal ini sesuai dengan ayat dakwah dalam Al-Qur'an Surah An-Nahl (16):125 yang berbunyi:

أَدْخِ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَادِلْهُمْ بِلَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ
بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ ۗ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ

Artinya: Serulah (manusia) kepada jalan Tuhanmu dengan hikmah dan pengajaran yang baik, dan berdebatlah dengan mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu, Dialah yang lebih mengetahui siapa yang sesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui siapa yang mendapat petunjuk (Q.S. An-Nahl (16):125).¹⁴

Persoalan problematika psikologis ini menjadi penting untuk dikaji dikarenakan jika seseorang tidak sejahtera secara psikologis maka sistem imun didalam tubuhnya dapat menurun, dan dalam jangka waktu tertentu akan mengalami trauma sebagai akibat dari ketidaksiapan psikis menerima informasi yang sangat mendadak. Hal ini lah yang terjadi pada calon jemaah haji Indonesia yang gagal berangkat.¹⁵

Kesedihan, kekhawatiran dan kegelisahan yang dirasakan oleh calon jemaah merupakan gejala dari kecemasan. Hal ini merupakan bentuk problematika psikologis yang terjadi pada jemaah. Persoalan ini menjadi penting untuk dikaji karena problematika psikologis jemaah berhubungan erat dengan kesehatan mental jemaah yang pada akhirnya akan berdampak pada kesehatan fisik jemaah sehingga mempengaruhi kemampuan atau *istitha'ah* dalam beribadah.

¹⁴ Al-qur'an, 16: 125.

¹⁵ Ratna Yunita Setiyani Subardjo, "Batal Haji, Ini Dampak Psikologisnya", diakses tanggal Rabu, 03 Juni 2020 pukul 21.37 WIB, dalam www.kompastv.com

Berdasarkan penjelasan yang telah dikemukakan, maka masalah yang hendak diteliti dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui problematika psikologis yang dialami jemaah batal haji di era pandemi dan bagaimana problematika psikologis ini bisa terjadi sehingga diharapkan ditemukan upaya penanganan yang bisa dilakukan pemerintah maupun jemaah untuk mengatasi problematika ini.

Hal yang menjadi keunikan dalam penelitian ini adalah pengkajian dalam problematika ibadah haji. Problematika jemaah haji memang sudah banyak dilakukan namun pengkajian terhadap problematika psikologis jemaah belum banyak dilakukan. Sehingga penelitian ini menjadi menarik karena secara khusus dalam penelitian ini lebih menekankan pada aspek psikologis jemaah terkhusus jemaah yang mengalami problematika psikologis, yang dirasa kurang mendapatkan perhatian sehingga diperlukan pengkajian untuk menemukan solusi.

Paradigma psikologi yang digunakan dalam melihat problematika psikologis ini adalah paradigma psikologi kognitif. Alasannya adalah psikologi kognitif memusatkan cara untuk merasakan, mengolah dan menyimpan serta merespon informasi.¹⁶ Sejalan dengan penelitian ini yang ingin mengkaji tentang problematika psikologis yang dialami jemaah akibat penerimaan informasi bahwa haji dibatalkan karena pandemi. Sehingga diharapkan problematika psikologis yang dialami dengan tinjauan psikologi kognitif yang digunakan dalam penelitian ini memiliki korelasi yang menghubungkan keduanya dan tujuan akhirnya dapat memberikan sumbangsih untuk upaya penanganan masalah yang dapat diterapkan dalam persoalan di lapangan. Pengkajian problematika psikologi kognitif diharapkan memberikan penjelasan terkait bagaimana problematika psikologis terjadi pada jemaah terkhusus pada aspek kognitif yang menjadi dasar paradigma psikologi ini sehingga dari hal tersebut dapat ditemukan upaya atau langkah penanganana terkait dengan manajemen

¹⁶ Matt Jarvis, *Teori-teori Psikologi: Pendekatan Modern untuk Memahami Perilaku, Perasaan dan Pikiran Manusia*, (Nusa Media: Bandung, 2010), hal. 107-108.

diri seorang jemaah dan menjadi sumbangsil keilmuan baru dalam manajemen haji dan umrah.

Upaya penanganan psikologi kognitif dalam menjelaskan problematika psikologis kemudian dapat dikaitkan dengan keilmuan dakwah itu sendiri dalam hal memasukkan unsur-unsur spiritual islam dalam penanganan manajemen diri pada jemaah yang dapat digunakan pembimbing ataupun pemerintah untuk mengurangi ataupun meminimalisir risiko problematika psikologis yang dihadapi.

Dengan latar belakang masalah yang dijelaskan diatas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian terkait dengan menetapkan judul penelitian; **“Problematika Psikologis Jemaah Batal Haji di Era Pandemi dalam Perspektif Psikologi Kognitif (Studi Kasus Calon Jemaah Haji Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak Tahun 2020)”**.

B. Rumusan Masalah

1. Apa problematika psikologis yang dialami jemaah batal haji di era pandemi Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak?
2. Bagaimana upaya yang bisa dilakukan pemerintah maupun jemaah dalam menghadapi problematika psikologis jemaah batal haji di era pandemi Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak dalam perspektif psikologi kognitif?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian
 - a. Untuk menemukan problematika psikologis yang dialami jemaah batal haji di era pandemic Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak;
 - b. Untuk menemukan upaya yang bisa dilakukan jemaah maupun pemerintah dalam menghadapi problematika psikologis yang dialami jemaah batal haji di era pandemi Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak dalam perspektif psikologi kognitif.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan khasanah keilmuan dalam bidang keilmuan manajemen haji dan umrah khususnya dalam aspek upaya penanganan terhadap problematika ibadah haji dalam hal problematika psikologis jemaah haji.

b. Manfaat Praktis

- 1) Menjadi solusi bagi jemaah dan pemerintah dalam menghadapi problematika psikologis akibat batal haji di era pandemi;
- 2) Memberikan acuan atau pedoman bagi pembimbing untuk memahami psikologis jemaah dalam proses pembimbingan dan pembinaan;
- 3) Menjadi masukan bagi pemangku kebijakan untuk lebih maksimal dalam memberikan pelayanan kesehatan jemaah tidak hanya dalam aspek kesehatan fisik namun juga kesehatan psikologis.

D. Tinjauan Pustaka

Pertama, karya Nur Istirohah, dengan judul “Frustrasi Sebagai Dampak Psikologis Kegagalan Keberangkatan Para Calon Jemaah Haji Tahun 2013 di Kota Semarang dan Solusinya dalam Perspektif Bimbingan dan Konseling Islam”, tahun 2015 yang bertujuan untuk mengetahui dampak psikologis kegagalan keberangkatan calon jemaah haji di Kota Semarang dan untuk mengetahui solusi yang ditawarkan dalam perspektif Bimbingan Dan Penyuluhan Islam. Metode yang digunakan adalah kualitatif dengan teknik wawancara, observasi dan dokumentasi.

Penelitian ini menjelaskan tentang dampak psikologis yang dialami jemaah haji tahun 2013 akibat gagal berangkat karena kebijakan

pengurangan kuota sebesar 20% dari masing-masing Kabupaten sehingga jemaah mengalami frustrasi. Keadaan jemaah yang mengalami kondisi ini kemudian diteliti dan diberikan solusi dalam perspektif bimbingan dan konseling islam.

Penelitian ini sangat sejalan dengan penelitian yang saya lakukan, yaitu sama-sama mengkaji problematika psikologis yang dialami jemaah akibat gagal berangkat, namun menjadi hal berbeda ketika dilihat dari sebab kegagalan berangkat sehingga berbeda dalam hal menyikapi yaitu gagal berangkat karena pengurangan kuota sebesar 20% tentu dampaknya berbeda dengan gagal berangkat yang diakibatkan pandemi karena ketidakpastian untuk keberangkatan di tahun depan lebih minim kemungkinan. Kemudian ditinjau dari perspektif dalam melihat problematika ini, jika dalam penelitian Nur Istirohah adalah perspektif Bimbingan dan Konseling Islam, sedangkan penelitian yang peneliti lakukan lebih menekankan pada aspek psikologi kognitif, yang diharapkan menghasilkan sumbangsih keilmuan untuk manajemen penanganan dalam problematika penyelenggaraan haji.

Kedua, karya Fajar Darmawan, dengan judul “Bimbingan Konseling dan Pengurangan Kecemasan Terhadap Calon Jemaah Haji”, tahun 2019. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang bimbingan konseling dalam mengurangi kecemasan terhadap calon jemaah haji di KBIH Atttaqwa Ujung Harapan Bahagai Kabupaten Bekasi Jawa Barat. Metode yang dilakukan menggunakan observasi secara langsung dan wawancara. Hasil yang didapatkan dari penelitian ini adalah proses bimbingan konseling dapat menjadikan para calon jemaah haji lebih siap untuk melaksanakan ibadah haji. Dan dengan proses bimbingan konseling dapat menghilangkan kecemasan dan ketakutan pada saat calon jemaah haji melaksanakan ibadah haji di tanah suci.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang akan saya lakukan, yaitu sama dalam hal mengkaji problem psikologis jemaah haji yang dalam penelitian ini dikhususkan dalam bentuk kecemasan. Namun yang

membedakan adalah perspektif keilmuan yang digunakan, jika dalam penelitian ini menggunakan perspektif bimbingan konseling maka penelitian yang akan saya lakukan menggunakan perspektif psikologi kognitif. Selain itu perbedaannya adalah, penelitian ini memberikan solusi dalam upaya penanganan kecemasan jemaah dalam pelaksanaan haji, sedangkan penelitian yang akan saya lakukan memberikan solusi dalam upaya penanganan problem psikologis jemaah yang batal haji akibat pandemi.

Ketiga, karya Tristiadi Ardi Ardani dan kawan-kawan, dengan judul “Psikoreligiusitas dalam Peningkatan Kesehatan Mental Calon Jemaah Haji dan Umroh di Kota Malang”, tahun 2020. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan psikoreligiusitas terhadap peningkatan kesehatan mental calon jemaah haji dan umrah di Kota Malang. Metode yang digunakan adalah metode kuantitatif yaitu mencari hubungan korelasional antar variabel psikoreligiusitas dengan peningkatan kesehatan mental. Hasil dari penelitian ini menunjukkan terdapat korelasi positif antara psikoreligiusitas dengan kesehatan mental, artinya semakin tinggi psikoreligiusitas individu maka semakin baik kesehatan mentalnya.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang akan saya lakukan dalam hal mengkaji psikologis calon jemaah haji. Namun perbedaannya, dalam penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan atau korelasi antar variabel penelitian, sedangkan dalam penelitian yang akan saya lakukan bertujuan mengkaji problematika psikologis yang terjadi kemudian menemukan upaya penanganannya.

Keempat, karya Siti Dede Maesaroh dengan judul “Bimbingan Konseling Sufistik dalam Mengurangi Stres pada Calon Jemaah Umrah yang Gagal Berangkat” (Studi Kasus Calon Jemaah Umrah PT. Hannien Tour Cibinong-Bogor)”, tahun 2019. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan bimbingan konseling sufistik dalam mengurangi stres calon jemaah umrah yang gagal berangkat. Metode yang digunakan adalah kualitatif dengan teknik wawancara, observasi dan studi

kepuustakaan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa calon jemaah yang gagal berangkat mengalami stress, yaitu merasa gelisah, sering sakit kepala, mudah lupa, emosi tidak stabil, dan sering bersalah dan dihasilkan bahwa peran bimbingan konseling sufistik mampu menurunkan tingkat stress yang dialami jemaah umrah yang gagal berangkat.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang akan saya lakukan dalam hal mengkaji problematika psikologis yang dialami jemaah gagal berangkat ibadah ke tanah suci, dalam penelitian ini adalah ibadah umrah dan menggunakan bimbingan konseling sufistik dalam mengurangi kecemasan jemaah. Sedangkan penelitian yang akan saya lakukan lebih mengkaji terhadap problematika psikologis jemaah yang gagal berangkat ibadah ke tanah suci, yaitu ibadah haji sebagai akibat pembatalan haji di era pandemi dalam perspektif psikologi kognitif.

Kelima, karya Farah Zahruna Thirafi dan Siti Nurina Hakim dengan judul “Kecemasan Lanjut Usia dalam Proses Pelaksanaan Ibadah Haji Reguler, tahun 2015”. Tujuan penelitian ini adalah mengidentifikasi kecemasan lansia dalam pelaksanaan ibadah haji reguler dengan menggunakan metode kualitatif. Hasil dari penelitian ini didapatkan subjek penelitian mengalami kecemasan terutama ketika mabit di Muzdalifah, Mina dan lempar jumrah sebagai akibat dari faktor lingkungan, cuaca, dan kondisi fisik maupun emosional subjek.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang akan saya lakukan, yaitu sama dalam hal mengkaji problematika psikologis jemaah haji, yang dalam penelitian ini adalah kecemasan yang dialami jemaah. Namun perbedaannya, problem psikologis yang dikaji penelitian ini dikhususkan kepada jemaah haji lansia, sedangkan penelitian saya adalah kepada seluruh jemaah yang masuk dalam objek penelitian yang mengalami batal haji di era pandemi.

E. Metode Penelitian

1. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif adalah suatu penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati.¹⁷

Penelitian ini masuk dalam penelitian kualitatif deskriptif, yaitu penelitian yang dalam melakukan analisis dengan bentuk deskripsi, yaitu menganalisis dan menyajikan fakta secara sistematis sehingga dapat lebih mudah untuk dipahami dan disimpulkan.¹⁸

Penelitian kualitatif ini masuk dalam jenis penelitian studi kasus, dimana peneliti melakukan eksplorasi secara mendalam terhadap program, kejadian, proses, aktivitas, terhadap satu atau lebih orang. Studi kasus ialah suatu serangkaian kegiatan ilmiah yang dilakukan secara intensif, terinci dan mendalam tentang suatu program, peristiwa, dan aktivitas, baik pada tingkat perorangan, sekelompok orang, lembaga, atau organisasi untuk memperoleh pengetahuan mendalam tentang peristiwa tersebut.¹⁹

Penelitian ini dikatakan penelitian kualitatif karena dalam penelitian ini bertujuan mengetahui dan menemukan problematika psikologis yang dialami oleh jemaah batal haji di era pandemi yang disajikan secara deskriptif berupa tulisan dalam penelitian.

Pendekatan penelitian yang digunakan yaitu menggunakan pendekatan psikologi, yaitu melihat problematika yang dialami jemaah batal haji di era pandemi menggunakan perspektif kajian ilmu psikologi karena berkaitan kondisi psikologis jemaah haji.

¹⁷ Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: remaja Rosdakarya: 2002), hal. 3

¹⁸ M. Iqbal Hasan, *Pokok-pokok Matri Metode Penelitian dan Aplikasinya*, (Jakarta: Ghalia Indonesia), hal. 22

¹⁹ Mudjia Raharjo, *Studi Kasus dalam Penelitian Kualitatif: Konsep dan Prosedurnya*, (Malang: UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2017), hal. 3

2. Definisi Konseptual

Definisi konseptual yang digunakan dalam penelitian ini berfokus pada dua konsep besar penelitian yaitu Problematika Psikologis dan Psikologi kognitif, yang akan didefinisikan berikut ini.

Pertama, problematika psikologis diuraikan sebagai permasalahan yang dirasakan dalam jiwa atau diri manusia yang berdampak pada aktivitas dan tingkah laku yang dilakukan serta mempengaruhi kondisi jiwa manusia tersebut sebagai akibat dari faktor yang membentuknya sehingga menuntut adanya pemecahan masalah.

Dari definisi problematika psikologis yang telah disimpulkan, peneliti merumuskan dengan perujukan teori penggunaan istilah distress psikologis yang digunakan untuk menjelaskan konsep ini. Distress psikologis merupakan penderitaan emosional berupa tekanan psikologis yang dialami oleh individu yang bersifat menghambat dan dapat mengganggu kesehatan, yang pada umumnya ditandai dengan gejala kecemasan dan depresi.

Hal ini sejalan dengan konsep yang dirumuskan peneliti tentang problematika psikologis. Yaitu kesamaan konsep dalam keduanya, yaitu dalam menemukan permasalahan psikologis dalam diri individu yang mengganggu aktivitas seseorang dan memberikan dampak pada tingkah laku orang tersebut.

Kedua, psikologi kognitif diuraikan sebagai adalah pendekatan psikologi yang menekankan pada aspek bagaimana manusia berpikir atas apa yang terjadi, bagaimana manusia memperoleh informasi dan bagaimana meresponnya.

3. Sumber dan Jenis Data

Sumber data adalah asal dari mana data dapat diperoleh. Apabila menggunakan wawancara dalam mengumpulkan datanya maka sumber datanya disebut informan, yaitu orang yang merespon atau menjawab pertanyaan-pertanyaan baik secara tertulis maupun lisan.

Apabila menggunakan observasi maka sumber datanya adalah berupa benda, gerak, atau proses sesuatu. Apabila menggunakan dokumentasi, maka dokumen atau catatan yang menjadi sumber datanya.²⁰

Sumber data dalam penelitian ini terdiri dari sumber data primer dan sekunder. Sumber primer dalam penelitian ini adalah calon jemaah batal haji di era pandemi yang menjadi obyek dalam penelitian ini yaitu calon jemaah haji tahun 2020 Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak sehingga data primernya adalah hasil wawancara, observasi dan dokumentasi dari sumber primer penelitian. Sedangkan sumber sekundernya adalah keluarga jemaah batal haji, *data base jemaah*, buku, dan sumber pendukung lainnya.

4. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah cara-cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data, dan dengan cara tersebut menunjukkan pada suatu yang abstrak, tidak dapat di wujudkan dalam benda yang kasat mata, tetapi dapat dipertontonkan penggunaannya.²¹

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik wawancara, observasi dan dokumentasi.

a. Wawancara

Wawancara adalah suatu proses untuk memperoleh keterangan dari hasil penelitian dengan cara Tanya jawab, sambil bertatap muka antara penanya (yang mengajukan pertanyaan) dengan si penjawab (yang memberikan jawaban).²² Dalam konsepnya wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, dan juga apabila peneliti ingin

²⁰ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta : PT. Rineka Cipta, 2002, Cet.XII), hal. 107.

²¹ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta : PT. Rineka Cipta, 2002, Cet.XII), hal. 134

²² Mohamad Nazir, *Metode Penelitian*, (Bogor: Graha Indonesia, 2005), hal. 194

mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam dan jumlah respondennya sedikit/kecil.²³

Teknik wawancara yang digunakan dalam penelitian ini, peneliti menggunakan wawancara terstruktur, di mana seorang pewawancara menetapkan sendiri masalah dan pertanyaan-pertanyaan yang akan diajukan untuk mencari jawaban atas hipotesis yang disusun dengan ketat. Wawancara terstruktur digunakan sebagai teknik pengumpulan data, karena peneliti atau pengumpul data telah mengetahui dengan pasti tentang informasi apa yang ingin diperoleh. Oleh karena itu dalam melakukan wawancara, peneliti akan menyiapkan instrumen penelitian berupa pertanyaan-pertanyaan tertulis yang alternatif jawabannya pun telah disiapkan.²⁴

Dengan wawancara terstruktur ini setiap responden diberi pertanyaan yang sama, dan peneliti mencatatnya. Peneliti akan mewawancarai langsung objek dari penelitian ini yaitu para jemaah batal haji kemudian fokus bertanya terkait problematika psikologis yang dialami akibat batal haji di era pandemi.

b. Observasi

Observasi adalah panca indra manusia (penglihatan dan pendengaran) diperlukan untuk menangkap gejala yang diamati. Apa yang dicatat dan selanjutnya catatan tersebut dianalisis. Observasi dapat menjawab masalah penelitian. observasi digunakan oleh seorang peneliti ketika hendak mengetahui secara empiris tentang fenomena objek yang diamati.

Sugiyono mengemukakan teknik pengumpulan data dengan observasi digunakan jika penelitian berkenaan dengan perilaku manusia, proses kerja, gejala-gejala alam dan bila responden yang diamati tidak terlalu besar.

²³ Sugiyono, *Metode Penelitian: Kualitatif, Kuantitatif, dan R &D*, (Bandung: Alfabeta, 2015) hal. 127

²⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung:Alfabeta, 2018), hal. 115

Peneliti dalam melakukan teknik observasi yaitu dengan melakukan pengamatan terhadap kegiatan yang dilakukan oleh jemaah yang mengalami problematika psikologis akibat batal haji di era pandemi dengan mengamati perilaku dari jemaah yang mengalami problematika psikologis.

Menyesuaikan dengan teknik wawancara yang digunakan dalam proses pengumpulan data, maka teknik observasi yang dilakukan juga menggunakan teknik observasi terstruktur yaitu observasi yang telah dirancang secara sistematis, tentang apa yang akan diamati, kapan dan di mana tempatnya. Jadi observasi terstruktur dilakukan ketika peneliti telah tahu dengan pasti tentang variabel apa yang akan diamati. Pedoman wawancara terstruktur dapat digunakan sebagai pedoman untuk melakukan observasi.²⁵

c. Dokumentasi

Dokumentasi adalah pencarian dan pengumpulan data mengenai hal-hal yang berupa catatan, buku-buku, majalah, dokumen, dan sebagainya. Dalam dokumentasi penelitian ini, peneliti menggunakan data atau dokumen terkait jemaah batal haji yaitu, *data base* jemaah haji, hasil atau transkrip wawancara dengan jemaah batal haji dan skala kecemasan jemaah dokumenn ataupun arsip lainnya.

5. Teknik Analisis Data

Analisis data yang akan digunakan dalam penelitian ini mengadopsi dari model Miles dan Huberman, yang terdiri dari empat komponen yaitu: *Data collection* (Mengumpulkan Data), *Data Reduction* (Mereduksi Data) , *Data Display* (Menyajikan Data) ,dan *Conclusion Drawing* (Menggambarkan Kesimpulan).²⁶

²⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian: Kualitatif, Kuantitatif, dan R &D*, (Bandung: Alfabeta, 2015), hal.146

²⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung:Alfabeta, 2018), hal. 141-142.

a. *Data Collection* (Mengumpulkan Data)

Kegiatan utama dalam penelitian adalah mengumpulkan data. Dalam penelitian kualitatif pengumpulan data dilakukan dengan wawancara, observasi dan dokumentasi. Pada tahap awal peneliti akan melakukan penjelajahan secara umum terhadap situasi sosial/obyek yang diteliti, semua yang dilihat dan didengar direkam semua. Dengan demikian peneliti akan memperoleh data yang banyak dan bervariasi.

Kegiatan ini dilakukan peneliti dengan mengumpulkan data dari berbagai sumber, baik dari jemaah, KUA, Kemenag Kabupaten serta Puskesmas yang menangani kesehatan jemaah haji.

b. *Data Reduction* (Mereduksi Data)

Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya. Dalam mereduksi data, setiap peneliti akan dipandu oleh tujuan yang akan dicapai. Tujuan utama dari penelitian kualitatif adalah pada temuan.

Kegiatan ini dilakukan dengan memilih data-data yang terkumpul dari proses pengumpulan data untuk dipilih data yang dibutuhkan penuh dalam penelitian dengan analisis kedalam indikator problematika psikologis yang dialami jemaah batal haji di era pandemi yaitu kecemasan.

c. *Data Display* (Menyajikan Data)

Setelah data direduksi, maka langkah selanjutnya adalah mendisplaykan data. Dalam penelitian kualitatif, penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, flowchart dan sejenisnya. Dalam hal ini Miles and Huberman menyatakan:

"The most frequent form of display data for qualitative research data in the past has been narrative text".

Yang paling sering digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif.

Penyajian data yang dilakukan berguna agar data akan lebih terorganisasikan, tersusun dalam pola hubungan, sehingga data kan mudah dipahami untuk disimpulkan.

Kegiatan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah menyajikan data-data yang telah direduksi untuk disajikan secara naratif dalam penelitian terkait problematika psikologis jemaah haji bak dalam bentuk penyajian data berupa hasil wawancara dan skala tabel skor alat ukur kecemasan.

d. Conclusion Drawing (Menggambarkan Kesimpulan)

Langkah terakhir dalam analisis data penelitian kualitatif adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel.

Kegiatan ini dilakukan peneliti dengan menyimpulkan data yang telah disajikan kemudian menyimpulkan dari data tersebut. Dalam hal ini dari data problematika psikologis yang dialami jemaah disimpulkan bentuk problematika psikologis yang dihadapi dan bagaimana upaya penanganannya.

6. Teknik Keabsahan Data

Pemeriksaan keabsahan data dalam penelitian "Problematika Psikologis Jemaah Batal Haji di Era Pandemi dalam Perspektif Psikologi Kognitif (Studi Kasus Calon Jemaah Haji Kecamatan

Karanganyar Kabupaten Demak Tahun 2020)” menggunakan uji keabsahan data uji kredibilitas (validitas interval) yaitu Triangulasi.

Triangulasi adalah pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara, dan berbagai waktu. Penelitian ini menggunakan beberapa triangulasi yang dilakukan untuk menguji kepercayaan data hasil penelitian sebagai berikut:

a. Triangulasi Sumber

Triangulasi sumber untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data yang telah diperoleh melalui beberapa sumber. Untuk menguji kredibilitas data tentang “Problematika Psikologis Jemaah Batal Haji di Era Pandemi dalam Perspektif Psikologi Kognitif (Studi Kasus Calon Jemaah Haji Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak Tahun 2020)”, maka pengumpulan dan pengujian data dilakukan kepada calon jemaah batal haji, teman sesama jemaah, dan keluarga calon jemaah batal haji.

b. Triangulasi Teknik

Triangulasi teknik untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data kepada sumber yang sama dengan teknik yang berbeda, yaitu dengan menguji data bukan hanya dengan satu teknik saja melainkan menggunakan teknik lainnya yaitu wawancara dan observasi serta menggunakan data pendukung lainnya.

BAB II

KERANGKA TEORI

A. Problematika Psikologis

Peneliti menguraikan konsep problematika psikologis dalam tiga pembahasan yaitu, pengertian problematika psikologis, perujukan teori problematika psikologis, dan bentuk-bentuk problematika psikologis.

1. Pengertian Problematika Psikologis

Untuk menjelaskan tentang konsep problematika psikologis, maka peneliti akan terlebih dahulu menguraikan dua kata pembangun konsep ini yaitu problematika dan psikologis, untuk menghasilkan definisi dari konsep problematika psikologis yang dimaksud dalam penelitian ini. Asal kata dari problema atau problematika adalah ‘problematic’ yang berarti masalah atau permasalahan. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, problema diartikan sebagai sesuatu yang belum dapat dipecahkan atau yang menimbulkan permasalahan.²⁷

Sedangkan, masalah adalah kendala atau persoalan yang harus dipecahkan atau dapat didefinisikan masalah adalah kesenjangan antara kenyataan dengan sesuatu yang diharapkan baik, agar tercapai hasil yang maksimal.²⁸

Peneliti dapat mendefinisikan bahwa problematika adalah kesenjangan antara harapan dan kenyataan yang memiliki upaya untuk dapat diselesaikan atau diberikan solusi untuk diperbaiki.

Sedangkan untuk pengertian psikologi sendiri berasal dari kata *psyche* yang berarti jiwa dan *logos* yang berarti ilmu. Artinya secara bahasa psikologi dapat diartikan sebagai ilmu tentang jiwa. Di Indonesia, psikologi cenderung diartikan sebagai ilmu jiwa. Dalam bahasa dimaknai dalam arti yang sama seperti bahasa Arab ilmun-

²⁷ Kemendikbud, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Bulan Bintang, 2002), hal.

²⁸ Ahmad Sabri, *Strategi Belajar Mengajar*, (Jakarta: Quantum Teaching, 2005), hal. 33

nafsi, bahasa Belanda *zielkunde*, dan bahasa Jerman *seelenkunde*, yang dari pemaknaan dalam bahasa-bahasa tersebut dimaknai sebagai ilmu jiwa.

Adnan menjelaskan pengertian psikologi menurut beberapa ahli, diantaranya yaitu:²⁹

Plato dan Aristoteles mendefinisikan psikologi adalah ilmu pengetahuan yang mempelajari tentang hakikat jiwa serta prosesnya sampai akhir. Sedangkan John Broadus Watson memaknai Psikologi sebagai ilmu pengetahuan yang mempelajari tingkah laku tampak (lahiriah) dengan menggunakan metode observasi yang objektif terhadap rangsang dan jawaban (respon). Wilhelm Wundt menggambarkan psikologi sebagai proses-proses elementer dari kesadaran dalam diri manusia. Woodworth dan Marquis menggambarkan bahwa psikologi sebagai proses aktivitas manusia dalam arti yang luas, baik aktivitas motorik, kognitif, maupun emosional. Istilah yang digunakan oleh Wundt adalah kesadaran sedangkan pada Woodworth dan Marquis digunakan aktivitas-aktivitas yang merupakan refleksi dari kehidupan kejiwaan manusia.

Konsep psikologi yang disebutkan menunjukkan terdapat perbedaan pendapat yang beragam. Ragam pendapat ini berasal dari konstruksi berpikir yang dibangun tiap ahli berbeda dalam mempelajari ilmu jiwa yang kompleks. Ini yang menjadi sulit dirumuskan suatu rumusan psikologi yang sama dari semua pihak. Sehingga bagi penulis sendiri merumuskan kesimpulan bahwa psikologi adalah ilmu yang mempelajari jiwa manusia dengan seluruh tingkah lakunya yang terbentuk dari lingkungan dan pengalaman manusia itu sendiri.

Berdasarkan uraian definisi problematika dan psikologi yang telah disebutkan, maka peneliti merumuskan dan mengambil kesimpulan bahwa, problematika psikologis adalah permasalahan yang dirasakan

²⁹ Adnan Achiruddin Saleh, *Pengantar Psikologi*, (Makassar: Aksara Timur, 2018), hal. 6

dalam jiwa atau diri manusia yang berdampak pada aktivitas dan tingkah laku yang dilakukan serta mempengaruhi kondisi jiwa manusia tersebut sebagai akibat dari faktor yang membentuknya sehingga menuntut adanya pemecahan masalah.

2. Perujukan Teori Problematika Psikologis

Berdasarkan definisi problematika psikologis yang telah disimpulkan, peneliti merujuk kesimpulan ini pada sebuah istilah dalam ilmu psikologi yang maknanya dapat dipadankan dengan problematika psikologis yang dimaksud. Istilah ini adalah “Distress psikologis”.

Perujukan istilah ini bertujuan untuk menjadikan konsep distress psikologis sebagai acuan dan kerangka berpikir dalam menguraikan problematika psikologis yang akan dikaji dalam penelitian ini. Istilah ini dipilih untuk mengkhususkan konsep dalam kajian problematika psikologis yang akan memudahkan peneliti dalam menjadikan teori-teori yang ada dalam konsep distress psikologis sebagai pedoman secara teoritis.

Distress psikologis secara umum didefinisikan sebagai kondisi yang dialami akibat interaksi antara sumber daya yang ada dalam diri individu dengan lingkungan yang dipandang berpotensi mengancam atau membahayakan kesejahteraan. Mirowsky dan Ross dalam Ramadhanti juga menjelaskan bahwa mendefinisikan distress psikologis adalah keadaan subjektif yang tidak menyenangkan dari depresi dan kecemasan (menjadi tegang, gelisah, khawatir mudah tersinggung dan takut), yang memiliki manifestasi emosional dan psikologis.³⁰

Hal ini menunjukkan adanya kesesuaian bahwa problematika psikologis adalah permasalahan dalam psikologis, sehingga distress

³⁰ Hertie Febrian Ramadhanti, *Hubungan Antara Strategi Coping dengan Psychological Distress pada Perawat ICU*, (Yogyakarta: Universitas Mercu Buana Yogyakarta, 2017), hal. 22

psikologis masuk dalam cakupan wilayah kajian problematika psikologis ini.

Montgomery dan McCrone merujuk definisi dan konsep yang dikemukakan oleh Potter, yakni bahwa distress psikologis merupakan:

“an affective cognitive and behavioral response to a crisis-precipitating event perceived as threatening, manifested by anxiety and depressive symptoms”.³¹

Berdasar pendefinisian ahli tentang distress psikologis, maka dirumuskan bahwa distress psikologis merupakan penderitaan emosional berupa tekanan psikologis yang dialami oleh individu yang bersifat menghambat dan dapat mengganggu kesehatan, yang pada umumnya ditandai dengan gejala kecemasan dan depresi.

Distres psikologis sejalan dengan konsep yang dirumuskan peneliti tentang problematika psikologis. Yaitu kesamaan konsep dalam keduanya, yaitu dalam menemukan permasalahan psikologis dalam diri individu yang mengganggu aktivitas seseorang dan memberikan dampak pada tingkah laku orang tersebut, dalam hal ini konsep yang ada dalam distress psikologis dampak yang dimunculkan adalah depresi dan kecemasan. Oleh karena itu, pada pembahasan selanjutnya, maka problematika psikologis yang dirujuk dalam penelitian ini adalah “Distres Psikologis”.

3. Bentuk-bentuk Problematika Psikologis

Berdasarkan konsep dan definisi problematika psikologis yang telah dijelaskan, maka bentuk problematika psikologis berpedoman pada istilah distress psikologis yang telah disebutkan dengan dampak yang dilahirkan yaitu kecemasan dan depresi. Dipilihnya dua bentuk ini adalah mengkonstruksi dari konsep yang dikemukakan oleh Potter, dan sejalan dengan hipotesa penelitian tentang bentuk problematika yang dialami jemaah batal haji, berikut ini peneliti akan

³¹ Aloysius Soesilo, *Distress Psikologis dan Strategi Coping*, (Salatiga: Universitas Kristen Satya Wacana), hal. 5-6

menguraikan bentuk-bentuk problematis psikologis yang merujuk pada konsep distress psikologis.

a. Kecemasan

Istilah kecemasan dalam Bahasa Inggris yaitu anxiety yang berasal dari Bahasa Latin angustus yang memiliki arti kaku, dan ango, anci yang berarti mencekik. Steven Schwartz, mengemukakan:

“anxiety is a negative emotional state marked by foreboding and somatic signs of tension, such as racing heart, sweating, and often, difficulty breathing, (anxiety comes from the Latin word anxious, which means constriction or strangulation). Anxiety is similar to fear but with a less specific focus. Whereas fear is usually a response to some immediate threat, anxiety is characterized by apprehension about unpredictable dangers that lie in the future”.³²

Steven Schwartz, mengemukakan kecemasan berasal dari kata Latin anxious, yang berarti penyempitan atau pengecilan. Kecemasan mirip dengan rasa takut tapi dengan fokus kurang spesifik, sedangkan ketakutan biasanya respon terhadap beberapa ancaman langsung, sedangkan kecemasan ditandai oleh kekhawatiran tentang bahaya tidak terduga yang terletak di masa depan. Kecemasan merupakan keadaan emosional negatif yang ditandai dengan adanya firasat dan somatik ketegangan, seperti hati berdetak kencang, berkeringat, kesulitan bernapas.

Dona menjelaskan konsep kecemasan menurut beberapa ahli diantaranya:³³

Jeffrey S. Nevid, dkk mengemukakan bahwa kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak

³² Steven Schwartz, S., *Abnormal Psychology: a discovery approach*, (California: Mayfield Publishing Company, 2000), hal. 139

³³ Dona Fitri Annisa dan Ifdil, *Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia)*, Jurnal Konselor Volume 5 Number 2 June 2016, pp 93-99, hal. 94

menyenangkan, dan perasaan aprehensif bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi”. Senada dengan pendapat sebelumnya, Gail W. Stuart memaparkan “ansietas/ kecemasan adalah kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya”.

Dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah kondisi emosi dengan timbulnya rasa tidak nyaman pada diri seseorang, dan merupakan pengalaman yang samar-samar disertai dengan perasaan yang tidak berdaya serta tidak menentu yang disebabkan oleh suatu hal.

Davison mengemukakan kecemasan memiliki karakteristik berupa munculnya perasaan takut dan kehati-hatian atau kewaspadaan yang tidak jelas dan tidak menyenangkan. Kaplan, Sadock dan Greb menyatakan bahwa, takut dan cemas merupakan dua emosi yang berfungsi sebagai tanda akan adanya bahaya. Rasa takut muncul jika terdapat ancaman yang jelas atau nyata, berasal dari lingkungan, dan tidak menimbulkan konflik bagi individu. Sedangkan kecemasan muncul jika bahaya berasal dari dalam diri, tidak jelas atau menyebabkan konflik bagi individu.³⁴

Kecemasan (anxiety) yang merupakan kondisi umum dari ketakutan atau perasaan tidak nyaman ditandai dengan berbagai simtom, yang mencakup simtom fisik, perilaku dan kognitif:³⁵

1. *Pertama*, ciri fisik, yang meliputi kegelisahan, kecemasan, gemetar, sesak di bagian perut atau dada, berkeringat hebat telapak tangan, kepala pusing atau rasa ingin pingsan, meliputi kegelisahan, kecemasan, dan gemetar.
2. *Kedua*, ciri perilaku, yang meliputi perilaku menghindar, perilaku bergantung, perilaku gelisah.

³⁴ Umniyah Saleh, *Anxiety Disorder: Memahami Gangguan Kecemasan, Jenis-Jenis, Gejala, Perspektif Teoritis dan Penanganan*, (Makasar: Universitas Hasanuddin), hal. 2

³⁵ Jeffrey Nevid, dkk., *Psikologi Abnormal di Dunia yang Terus Berubah: Edisi Kesembilan Jilid 1*, Alih Bahasa: Kartika Yuniarti, (Jakarta: Erlangga, 2014), hal. 183

3. *Ketiga*, ciri kognitif, yang meliputi kekhawatiran, merasa takut atau cemas akan masa depan, terlalu memikirkan atau sangat waspada dengan sensasi yang muncul di tubuh, takut kehilangan kendali, memikirkan pikiran yang mengganggu secara terus menerus, memiliki pemikiran yang membingungkan, sulit berkonsentrasi atau memfokuskan pemikirannya, dan berpikir bahwa segala sesuatunya menjadi tidak terkendali.

Kecemasan adalah tanggapan dari sebuah ancaman, nyata ataupun khayal. Individu mengalami kecemasan karena adanya ketidakpastian tentang sesuatu yang tidak menyenangkan akan terjadi. Robert Priest dalam Namora mengemukakan reaksi fisik yang ditimbulkan kecemasan antara lain: berdebar-debar, gemetar, ketegangan, gelisah atau sulit tidur, keringat, dan lain-lain. Dan kecemasan yang melebihi batas akan melahirkan depresi.³⁶

b. Depresi

Depresi yaitu gangguan suasana hati pada seseorang yang ditandai dengan perasaan yang merosot atau tenggelam akibat kesedihan yang mendalam. Depresi diartikan sebagai suatu bentuk gangguan emosi yang menunjukkan perasaan tertekan, sedih, tidak bahagia, tidak berharga, tidak berarti, serta tidak mempunyai semangat dan pesimis menghadapi masa depan. Hawari menyatakan bahwa depresi adalah satu bentuk gangguan kejiwaan pada alam perasaan (afektif, mood) yang ditandai dengan kemurungan, kelesuan, ketiadaan gairah hidup, perasaan tidak berguna dan putus asa.³⁷

Konsep Matthews yang mengadaptasi dari Rubin memberikan konsep istilah "depresi" meliputi suatu spektrum gangguan. Spektrum ini dimulai dari perasaan "murung" akan sesuatu yang

³⁶ Namora Lumongga, *Depresi: Tinjauan Psikologis*, (Jakarta: Kencana, 2009), hal. 17-16

³⁷ Suardiman, Siti Supartini, *Psikologi Usia Lanjut*, (Yogyakarta : Gajah Mada University Press. 2011), hal. 126

keliru yang terjadi sementara hingga waktu yang panjang dan berat. Depresi memiliki dasar genetik dan biologis dan sering kali membuat individu tidak dapat melakukan pekerjaan ataupun kehidupan sosialnya. Depresi adalah perasaan sedih, kehilangan semangat, kesepian, kehilangan harapan, merasa tidak berharga, merasa ingin mati, memiliki masalah tidur, menangis, merasa sudah melakukan segalanya namun tidak juga mendapatkan hasil.³⁸

Depresi merupakan gangguan emosional atau suasana hati yang buruk yang ditandai dengan kesedihan yang berkepanjangan, putus harapan, perasaan bersalah dan tidak berarti. Sehingga seluruh proses mental (berpikir, berperasaan dan berperilaku) tersebut dapat mempengaruhi motivasi untuk beraktivitas dalam kehidupan sehari-hari maupun pada hubungan interpersonal. Individu yang mengalami depresi pada umumnya menunjukkan gejala fisik, gejala psikis, dan gejala sosial yang khas. Depresi disebabkan oleh kombinasi beberapa faktor, yaitu faktor biologi, faktor psikologis/kepribadian dan faktor sosial. Dimana ketiga faktor tersebut dapat saling mempengaruhi satu dengan yang lainnya.³⁹

B. Psikologi Kognitif

Psikologi kognitif akan diuraikan dalam sub bahasan berikut ini yaitu: pengertian psikologi kognitif, model dalam proses kognitif, dan pemecahan masalah dalam psikologi kognitif.

1. Pengertian Psikologi Kognitif

Psikologi kognitif adalah studi tentang bagaimana orang mempersepsikan, belajar, mengingat dan berfikir tentang suatu

³⁸ Ario Budi Utomo, *Pengaruh Optimisme Terhadap Distres Psikologis pada Korban Bullying di Universitas X*, Universitas Negeri Jakarta, 2019, hal. 11

³⁹ Aries Dirgayunita, *Depresi, Ciri dan Penyebabnya*, Journal An-nafs: Kajian dan Penelitian Psikologi, Vol. 1 No. 1 Juni 2016, hal. 12

informasi. Wilayah cakupan lain yang dicapai psikologi kognitif adalah mempelajari bagaimana seseorang menerima bentuk-bentuk yang bervariasi, mengapa organisme mengingat berbagai fakta tetapi melupakan yang lain.⁴⁰

Terdapat definisi lain yang dapat dipahami dari pengertian psikologi kognitif yaitu berkaitan dengan bagaimana kita memperoleh informasi mengenai dunia, bagaimana informasi tersebut direpresentasikan dan ditransformasikan sebagai pengetahuan, bagaimana informasi disimpan dan bagaimana pula pengetahuan tersebut digunakan untuk mengarahkan perhatian dan perilaku organisme.

Robert, L. Solso, mengemukakan psikologi kognitif membahas persepsi terhadap informasi, membahas alur pikiran, dan membahas formulasi dan produksi jawaban. Psikologi kognitif adalah ilmu yang menyelidiki pola pikir manusia. Psikologi kognitif dipandang sebagai studi terhadap proses-proses yang melandasi dinamika mental, dan sesungguhnya psikologi kognitif meliputi segala hal yang kita lakukan.⁴¹

Sejalan dengan Solso, Matt Jarvis memberikan konsep bahwa psikologi kognitif adalah pendekatan psikologi yang memusatkan perhatian pada cara kita merasakan, mengolah, menyimpan dan merespon informasi.⁴²

Dari beberapa definisi yang telah dijelaskan, maka peneliti merumuskan bahwa psikologi kognitif adalah pendekatan psikologi yang menekankan pada aspek bagaimana manusia berpikir atas apa yang terjadi, bagaimana manusia memperoleh informasi dan bagaimana meresponnya.

⁴⁰ Suharnan, *Psikologi Kognitif*, (Surabaya: Srikandi, 2005), hal. 20

⁴¹ Robert L. Solso, *Psikologi Kognitif*, (Jakarta: Erlangga, 2007), hal. 2

⁴² Matt Jarvis, *Teori-teori Psikologi: Pendekatan Modern untuk Memahami Perilaku, Perasaan, dan Pikiran Manusia*, (Bandung: Nusa Media, 2010), hal. 10

2. Model dalam Psikologi Kognitif

Nevid mengemukakan model yang digunakan dalam psikologi kognitif adalah model pengolahan informasi. Sejalan dengan ini, Matt Jarvis juga mengatakan kunci dari psikologi kognitif adalah pemrosesan informasi.

Psikologi kognitif memanfaatkan konsep dalam ilmu komputer dalam menjelaskan bagaimana manusia memproses informasi dan bagaimana proses ini terganggu. Proses terganggu inilah yang akan menjadi problematika psikologis yang dialami manusia.

Dalam ilmu komputer, informasi adalah input yang dimasukan dalam komputer dengan menekan tombol pada keyboard (dikodekan sehingga dapat diterima oleh komputer sebagai input) dan ditempatkan dalam working memory dimana informasi diproses untuk memecahkan masalah seperti melakukan operasi statistik atau aritmetika. Informasi ini kemudian disimpan dalam media penyimpanan yang kemudian dapat diambil dalam menjadi output dalam bentuk print out dan tampilan di layar komputer.

Pada manusia, informasi tentang dunia luar atau lingkungan sekelilingnya adalah input yang dimasukkan melalui proses sensoris dan persepsi seseorang, ditafsirkan atau diproses, disimpan (ditempatkan dalam memori), diambil (diakses dari memori), dan kemudian menghasilkan output dalam bentuk respons terhadap informasi. Gangguan psikologis yang dalam hal ini adalah problematika psikologis dapat merepresentasikan hambatan atau gangguan pada pemrosesan informasi. Memblokir atau menghambat input atau kesalahan penyimpanan, pengambilan, ataupun manipulasi informasi dapat menyebabkan output terdistorsi (perilaku tidak biasa atau masalah psikologis). Manipulasi informasi dapat terdistrosi oleh

apa yang disebut terapis kognitif sebagai distorsi kognitif atau kesalahan dalam berpikir.⁴³

. Problematika psikologis yang dialami orang depresi cenderung mengembangkan pandangan negatif yang berlebihan terhadap situasi pribadi mereka dengan melebih-lebihkan kemalangan yang mereka alami. Seperti mungkin yang dialami jemaahh ketika mendengar informasi pemberangkatan haji dibatalkan memberikan dampak psikologis atau mengalami problematika psikologis.

3. Pemecahan Masalah dalam Psikologi Kognitif

Secara umum proses-proses kognitif dibagi menjadi lima bagian studi yaitu: persepsi (*perception*), perhatian (*attention*), ingatan (*memory*), bahasa (*language*), dan berpikir (*thinking*).

Persepsi adalah memasukan dan menganalisa informasi dari dunia luar. Perhatian berkonsentrasi pada satu sumber atau lebih dan tetap mempertahankan konsentrasi tersebut. Ingatan adalah simpanan informasi tentang fakta, kejadian, dan keterampilan. Bahasa meliputi penggunaan lambang-lambang sebagai alat komunikasi dan berpikir. Dan yang terakhir bagian studi kognitif yang kelima adalah berpikir, yang dididefinisikan sebagai beragam aktivitas mental seperti memikirkan gagasan, mendapatkan ide-ide baru, membuat teori, memperdebatkan sesuatu, membuat keputusan dan memecahkan masalah.⁴⁴

Poin berpikir dalam memecahkan masalah adalah alur konsep yang dipilih dalam penelitian ini untuk menunjukkan korelasi psikologi kognitif dalam memecahkan masalah. Untuk menjelaskan lebih lanjut, peneliti akan menguraikan bagaimana konsep masalah dalam psikologi kognitif.

⁴³ Jeffrey Nevid, dkk., *Psikologi Abnormol di Dunia yang Terus Berubah: Edisi Kesembilan Jilid 1*, Alih Bahasa: Kartika Yuniarti, (Jakarta: Erlangga, 2014), hal. 69

⁴⁴ Matt Jarvis, *Teori-teori Psikologi: Pendekatan Modern untuk Memahami Perilaku, Perasaan, dan Pikiran Manusia*, (Bandung: Nusa Media, 2010), hal. 108

O'Daffer dalam Vera menggambarkan suatu masalah dengan definisi berikut ini:

“A problem is a situation for which the following conditions exist: It involves a question that represents a challenge for the individual, The question cannot be answered immediately by some routine procedures known to the individual, The individual accepts the challenge.”

Kutipan ini menerangkan bahwa suatu pertanyaan atau informasi yang diberikan kepada seseorang akan menjadi sebuah masalah jika seseorang menerimanya sebagai suatu tantangan atau beban yang tidak dapat diselesaikan. Apabila suatu pertanyaan diberikan pada seorang tersebut langsung mengetahui cara menyelesaikannya dengan benar, maka persoalan tersebut tidak dapat dikatakan sebagai masalah.

Berdasarkan kutipan diatas memberi kesimpulan bahwa, konstruksi dalam berpikir akan berpengaruh besar terhadap seseorang untuk menyelesaikan masalah. Konstruksi berpikir inilah yang disebut dengan aspek psikologi kognitif dalam diri seseorang. Penerimaan permasalahan pada seseorang dapat melatih seseorang dalam berpikir bagaimana menyelesaikan permasalahan tersebut. Dalam menyelesaikan suatu permasalahan setiap orang berbeda-beda tergantung tingkat kemampuan kognitifnya. Kemampuan kognitif disini adalah kemampuan seseorang dalam proses berpikir dan kemampuan seseorang dalam menyelesaikan suatu permasalahan.⁴⁵

Sejalan dengan konsep ini Psikolog Albert Ellis seorang teoritikus terkemuka mengemukakan bahwa peristiwa yang mengganggu dalam diri seseorang tidak menyebabkan kecemasan, depresi atau terganggu perilakunya. Keyakinan irasional yang dimiliki individu tentang kemalangannya yang menumbuhkan emosi negatif yang akhirnya menjadi problematika psikologis.

⁴⁵ Vera Dewi Susanti, *Analisis Kemampuan Kognitif dalam Pemecahan Masalah Berdasarkan Kecerdasan Logis-Matematis*, Jurnal Matematika dan Pendidikan Matematika Vol. 3 No.1 Maret 2018, hal. 73

Aaron Beck teoritikus kognitif terkemuka lainnya sejalan dengan konsep yang dikemukakan Ellis bahwa depresi dapat diakibatkan dari kesalahan berpikir atau “*distorsi kognitif*”, seperti menilai seseorang sepenuhnya atas dasar kelemahan atau kegagalannya dan menginterpretasikan suatu peristiwa dalam sudut pandang negatif.⁴⁶

Pemecahan masalah dalam tindakan kognitif sendiri dikemukakan oleh Hayes dalam Solso dengan alur berikut ini:⁴⁷

Tabel 1 Teori Pemecahan Masalah

No.	Tindakan Kognitif	Sifat Permasalahan
1.	Mengidentifikasi Masalah	Bulan Mei depan saya akan lulus dari perguruan tinggi. Ini adalah akhir dari satu tahapan dalam hidup saya (waktunya untuk berkembang).
2.	Representasi masalah	Saya akan menjadi pengangguran dan tidak mempunyai pendapatan. Saya harus mendapatkan pekerjaan (tidak bisa lagi meminta pada ayah dan ibu)
3.	Merencanakan sebuah solusi	Saya akan membuat lamaran, melihat lowongan pekerjaan yang ada, dan meminta pendapat dari teman dan guru (Melihat apa yang ada di luar sana, mungkin saya dapat pergi keluar dan mendapat pekerjaan)
4.	Merealisasikan	Saya akan membuat janji dengan

⁴⁶ Jeffrey Nevid, dkk., *Psikologi Abnormal di Dunia yang Terus Berubah: Edisi Kesembilan Jilid 1*, Alih Bahasa: Kartika Yuniarti, (Jakarta: Erlangga, 2014), hal. 70

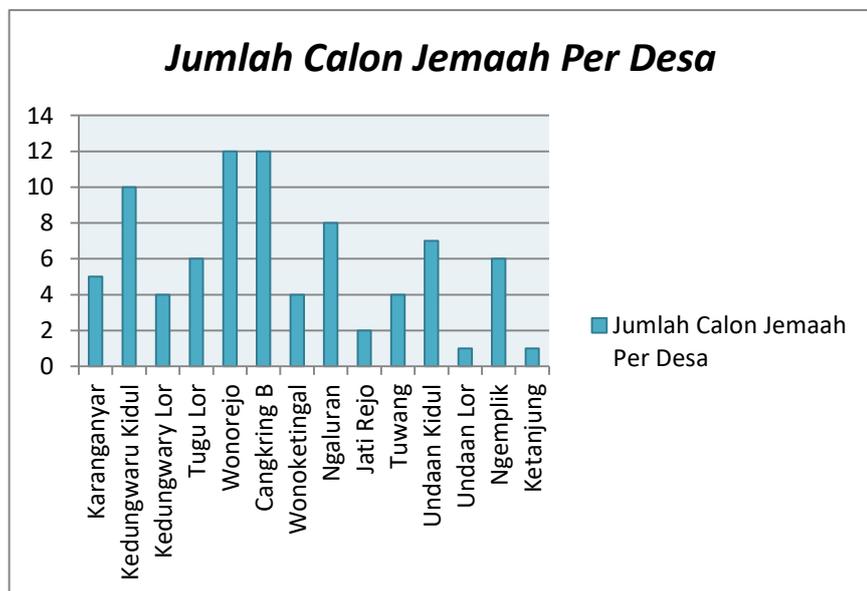
⁴⁷ Robert L. Solso, dkk, *Psikologi Kognitif: Edisi Kedelapan*, Alih Bahasa: Mikael Rahardanto dan Kristianto Batuadji, (Jakarta: Erlangga, 2007), hal 437-438.

	rencana	perusahaan yang menarik. Saya akan diwawancara oleh mereka (berspekulasi)
5.	Mengevaluasi rencana	Saya akan mempertimbangkan setiap penawaran sesuai dengan kebutuhan dan keinginan saya dan kemudian membuat keputusan (siapa yang menawarkan gaji yang besar, liburan yang panjang dan pension awal)
6.	Mengevaluasi Solusi	Saya akan merefleksikan proses pemecahan masalah ini dan menggunakan pengetahuan ini sebagai cara pemecahan masalah di masa depan (menemukan di bagian mana kesalahan saya)

BAB III
GAMBARAN UMUM DAN PAPARAN DATA CALON JEMAAH BATAL
HAJI DI ERA PANDEMI

A. Gambaran Umum Calon Jemaah Batal Haji di Era Pandemi
Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak Tahun 2020

Calon jemaah haji Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak Tahun 2020 adalah calon jemaah haji yang memiliki domisili di Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak dan mendapatkan surat edaran lunas pemberangkatan untuk diberangkatakan di Tahun 2020. Jumlah calon jemaah haji di kecamatan ini untuk tahun 2020 adalah 82 orang dengan jumlah 43 orang laki-laki dan 39 orang perempuan, yang terbagi dari 14 desa di Kecamatan Karanganyar dengan gambaran dalam tabel berikut ini:⁴⁸



Gambar 1 Diagram Jumlah Jemaah Perdesa

Namun, dikonfirmasi dari pihak Ketua Rombongan (Karom Haji) Kecamatan Karanganyar yaitu Bapak Sri Suboko, terdapat 3 orang calon

⁴⁸ Data Kantor Urusan Agama (KUA) Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak tentang data calon jemaah haji tahun 2020

jemaah haji yang sudah meninggal sebelum berangkat sampai sekarang. Sehingga totalnya adalah 79 orang dan menunggu konfirmasi tentang keputusan pengambilan ataupun penggantian kursi dari ahli waris.⁴⁹



Gambar 2 Diagram Jumlah Jemaah Haji Karanganyar

Melalui data yang diperoleh, calon jemaah haji lansia Karanganyar persentasenya adalah 34 persen yaitu 28 orang dari jumlah keseluruhan total 82 orang jemaah. Terdiri dari berbagai profesi, seperti petani, PNS, guru, pensiunan, pedagang, swasta dan lainnya. Untuk kesehatan, rata-rata data jemaah menunjukkan sehat, dan beberapa untuk jemaah lansia didiagnosa menderita penyakit Hipertensi, Diabetus Miletus, Cardio, Dislipidemia, Infark Jantung, dan lain-lain.

⁴⁹ Wawancara dengan Bapak Sri Suboko, Sabtu 13 Agustus 2021, pukul 16.33 WIB

B. Paparan Data Narasumber Penelitian

1. Data wawancara

Berikut adalah data-data narasumber yang menjadi sumber data dalam penelitian ini:

a. Subyek I (Sb)

Nama : Sb
Usia : 51 tahun
Alamat : Karanganyar
Pekerjaan : Wiraswasta
Masa Tunggu Haji : 11 tahun

Sb (51 tahun) adalah salah satu calon jemaah haji Kecamatan Karanganyar kabupaten Demak. Sb berangkat haji bersama istri, dan mendaftar sejak awal tahun 2011. Sb mengatakan biaya untuk berangkat haji ia dapatkan dari menjual sawah miliknya. Sb merupakan lulusan SLTA. Selain wiraswasta Sb aktif juga sebagai seniman di acara-acara di lingkungan tempat tinggalnya.

Ketika dimintai keterangan Sb mengaku sangat terpuakul dengan adanya pembatalan keberangkatan haji.

“Dibilang galau saya sangat galau, dibilang sedih saya sangat sedih, dibilang kecewa saya sangat kecewa, sampai dua kali saya merasakan ini, dan yang kedua ini lebih berat rasanya”.

Sb mengatakan pembatalan sampai dua kali ini dirasa lebih berat, karena merasa jatuh pada lubang yang sama. Problem psikologis yang dialami yaitu beban mental pikiran tentang kapan akan diberangkatkan yang tidak kunung mendapat kepastian, merasa bosan dengan kondisi, bahkan ketika diminta mewakili kecamatan dalam acara sosialisasi pembatalan haji dia mengeluarkan semua keluhan kepada semua pihak pemangku kebijakan.

“Tadi jujur saya benar-benar hampir menangis ketika menyampaikan keresahan saya mbak, saya merasa di php.

Saya merasa bosan dengan apa yang terjadi. Semangat yang diberikan sama persis dengan pembatalan haji di tahun kemarin, dan ketika sekarang saya mendapat semangat saya merasa jenuh, karena takut kecewa seperti apa yang saya alami harus terulang kembali”.

Sb juga mengaku pesimis, pesimis dalam hal ini adalah merasa sudah tidak ada semangat.

“Sekarang sudah pesimis. Mau dikasih program ini program itu memang bagus, tapi teman-teman juga sepertinya sudah rasanya malas karena punya kegiatan tapi tidak tau berangkat kapan”.

Beban mental dari lingkungan sosial juga didapatkan, pertanyaan seputar kapan berangkat, tidak bisa ia jawab.

“Dari lingkungan masyarakat juga, kalau ketemu orang, wah kapan jadi pak haji, ga jadi haji ya? Saya juga tidak bisa menjawab apa kalau sudah ditanya seperti itu”.

Sb mengaku mengalami perasaan tidak nyaman yang ia rasakan kurang lebih satu bulan, namun perasaan tersebut tidak berdampak pada kesehatan.⁵⁰

b. Subyek II (Rh)

Nama : Rh
Usia : 57 tahun
Alamat : Karanganyar
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
Masa Tunggu Haji : 11 tahun

Rh (57 tahun) adalah seorang ibu rumah tangga yang aktivitas kesehariannya adalah mengasuh anak dan cucu. Rh mendaftar haji bersama suami sejak tahun 2011. Keinginan untuk berhaji merupakan cita-cita lama dan impian sejak menikah. Latar belakang kerabat dan keluarga besar yang memang mayoritas sudah berangkat haji memberikan motivasi lebih untu Rh. dan

⁵⁰ Wawancara dengan narasumber Sb pada Senin, 27 September 2021, pukul 16.21 WIB

suami bisa berangkat haji. Dikatakan Rh dan suami, biaya untuk mendaftar haji mereka dapatkan dari hasil penjualan ruko.

Ibu Rh adalah salah seorang jemaah yang mengaku kaget ketika mendengar berita tentang keputusan batal haji di masa pandemi.

“Pertama tahu ya kaget mbak, nonton di tv kok ada keputusan haji batal berangkat, ini bagaimana, hajinya dibatalkan”.

Anak dari ibu Rh juga mengatakan ibu Rh respon spontannya adalah hendak menangis ketika mendengar keputusan dan spontan mengucap:

“Sampai tidak ya umurku”.

Problematika psikologis Rh berupa pikiran terkait khawatir tentang usia yang ditakutkan tidak sampai karena mengingat usianya yang sudah lanjut. Rh juga mengaku dari awal mendengar berita yang ada di tv percaya sepenuhnya

“Dari awal aku ya langsung percaya mbak karena itu yang bilang menteri walaupun belum dikasih surat”

Artinya memang sudah tidak mengharap ada kesalahan informasi yang disampaikan. Rh juga mengatakan awalnya tidak bersemangat akibat penundaan haji yang harus terjadi di masa tahun keberangkatannya, namun seiring berjalannya waktu Rh terus melakukan upaya untuk menenangkan diri.

Rh mengaku cara untuk menenangkan diri sebagai calon jemaah haji yang harus ditunda keberangkatannya adalah dengan jalan berpikir positif dan yakin.

”Aku sudah tak buat pasrah mbak, awalnya ya tak pikirin tapi terus tak kembalikan lagi yang buat keadaan seperti ini atas Kehendak-Nya”

Rh juga mengatakan menurutnya memang sudah benar melakukan keputusan penundaan keberangkatan.

“Kalau tak pikir pemerintah ya sudah benar mbak, kalau aku tetep diberangkatkan itu ga bagus untuk keselamatan”.

Rh mengatakan tetap ada harapan tahun depan akan diberangkatkan, namun jika terpaksa memang harus ditunda kembali R.H. menerima keputusan dengan ikhlas.⁵¹

c. Subyek III (Ll)

Nama : Ll
Usia : 40 tahun
Alamat : Karanganyar
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
Masa Tunggu Haji : 11 tahun

Ll (40 tahun) adalah seorang calon jemaah haji dengan kategori jemaah haji muda di Kecamatan Karanganyar. Berpendidikan terakhir SLTA dan keseharian adalah sebagai ibu rumah tangga. Ll bersama suami mendaftar haji menggunakan sistem dana talangan haji. Keinginan untuk mendaftar haji menggunakan sistem ini dirasa meringankan untuk memudahkan mendapatkan nomor porsi terlebih dahulu dengan harapan mendapatkan waktu tunggu yang relatif singkat.

Sebagai calon jemaah haji dengan kategori jemaah haji muda, Ll tidak terlalu memiliki pikiran yang serius terkait penundaan haji.

“Akunya ya ngerasa mungkin karena masih muda ya mbak, tidak terlalu kepikiran, tapi kalau teman-teman yang udah sepuh itu memang banyak mbak yang kepikiran”

Namun untuk awalnya Ll mengaku ketika ada pemberitaan di televise dan sosial media tidak mempercayainya.

“Aku lihat di tv, di sosmed, tapi dibuat tidak percaya dulu, masih ada harapan itu beritanya tidak benar”

⁵¹ Wawancara dengan narasumber Rh pada Selasa, 28 September 2021, pukul 15.47 WIB

Faktor lingkungan terdekat pun dia alami seperti pertanyaan orang sekitar yang mengatakan dirinya dan suami akan batal berangkat haji.

“Orang-orang ya pada bilang ke aku mbak, eh mbak ga jadi berangkat haji lagi ya, itu beritanya batal berangkat haji. Lha aku jawabnya ya masih bilang tidak tahu gitu mbak”

Ll mengaku merasa yakin dan percaya bahwa berita itu memang dibenarkan ketika dikirmkan surat oleh pihak KUA setempat yang memang benar menyatakan bahwa dirinya dan suaminya ditunda keberangkatannya.

“Aku ya memang percaya ketika sudah dikasih surat mbak dari KUA kalau haji memang harus ditunda”

Dalam menanggapi perasaan tidak nyaman akibat batal haji di tahun keberangkatan, Ll mengatakan mengalihkannya untuk memikirkan hal lain yang lebih membuatnya bahagia.

“Aku batal haji tak piker mbak , tapi terus tak lampiaskan mikirin yang lain mbak biar gak kepikiran. Tak buat bahagia, aku batal haji tapi anakku lolos dan diterima di Pondok Yanbu’ul Qur’an yang enggak tak sangka sebelumnya, Alhamdulillah. Jadi sedihku ketutup dengan itu mbak”

Ll juga mengaku cara memenangkan masalah yang dia lakukan adalah selalu berpikir positif, yakin dan optimis akan bisa segera berangkat.⁵²

d. Subyek IV (Sn)

Nama : Sn
Usia : 60 tahun
Alamat : Karanganyar
Pekerjaan : Pedagang
Masa Tunggu Haji : 11 tahun

⁵² Wawancara dengan narasumber Ll pada Minggu 03 Oktober 2021, pukul 17.05 WIB

Sn (60 tahun) adalah seorang calon jamaah haji Kecamatan Karanganyar yang harus berangkat sendiri tanpa mahram karena suaminya meninggal dunia di akhir tahun 2020. Dalam keseharian Sn bekerja sebagai pedagang di pasar. Kondisi fisiknya diarsakan sudah tidak seperti dahulu karena semenejak suami meninggal Sn. mengaku sakit. Sn. dan almarhum suami mendaftar haji dengan menabung. Namun untuk porsi suami Sn. memutuskan untuk mengambil kembali BPIH yang sudah dibayarkan karena dari ahli waris tidak ada yang menggantikan.

Sn merasa sedih karena harus berangkat haji perseorangan.

“Aku yo sedih mbak karena jadinya berangkat haji sendiri, anakku tak suruh menggantikan belum siap”

Sn mengatakan dirinya sudah melakukan banyak persiapan untuk haji tahun 2020.

“Aku sudah persiapan semua mbak, sampai oleh-oleh sudah tak beli semua untuk keluarga dan tetangga. Persiapan kain ihram, perlengkapan haji juga sudah tak beli sepasang-sepasang dengan suami. Ternyata ga jadi berangkat”

Sn. mengatakan merasa tenang karena suami sering belajar dan sangat bersemangat untuk haji.

“Suami setiap hari sudah belajar membaca, do’a-do’a haji, dihafalkan, dipahami semangat banget bahagia mau berangkat haji”

Sn. mengatakan senang melihat suaminya seperti itu, karena dirinya merasa tidak mampu karena dia tidak bersekolah.

“Aku itu tidak sekolah mbak, menulis juga ga bisa. Aku bilang ke suami, bapak sinau ya nanti ibuk dibimbing. Aku sudah tenang banget mbak udah ada suami nanti yang mengajari”

Namun ternyata, di akhir tahun 2020, yang seharusnya di waktu itu mereka sudah melaksanakan haji, Sn. harus menerima bahwa suaminya sakit dan meninggal dunia.

“Suami itu meninggal sekitar Oktober mbak, kan harusnya sudah haji mbak waktu itu karena haji kan jatahnya Juni 2020. Aku ya sedih banget, dulu itu angan-angannya bagaimanapun kalau udah haji, kok malah udah daftar, tinggal berangkat ternyata harus batal dan suami meninggal”

Semenjak batal haji dan ditinggal suami Sn. mengaku sering sakit dan kesehatannya sudah tidak seperti dulu.

“Aku semenjak itu, sering sakit mbak ga tau kenapa, ini gigiku tiba-tiba pada lepas, sekarang gak punya gigi. Sampai kalau makan gak enak sekarang”.

Sekarang Sn mengatakan sudah mengurangi aktivitas untuk menjaga kesehatannya.

“Sekarang aku sudah gak banyak kegiatan mbak, jualan juga udah tak bikin gak seperti dulu, harus dipikir harus sehat sekarang, bakal haji sendiri tidak dengan suami, nanti yang nemenin siapa”.

Dalam menenangkan diri, Sn mengatakan membawa dirinya untuk selalu sabar dan berserah diri dengan Allah. Sn meyakini penundaan haji adalah keputusan yang sudah tepat dari pemerintah untuk dirinya dan suami, walaupun dengan konsekuensi suaminya tidak jadi berangkat karena meninggal dunia di tahun keberangkatan.⁵³

e. Subyek V (My)

Nama : My
Usia : 76 tahun
Alamat : Karanganyar
Pekerjaan : Petani
Masa Tunggu Haji : 11 tahun

My (76 tahun) adalah calon jemaah haji tertua di Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak. Kegiatan keseharian My adalah seorang petani. My mendaftar haji

⁵³ Wawancara dengan narasumber Sn pada Selasa, 05 Oktober 2021 pukul 16.53 WIB.

bersama istri. My merupakan orang yang disegani di kampungnya, karena latar belakang mantan perangkat desa. My juga aktif dalam kegiatan mengaji kitab bersama kyai di masjid terdekatnya.

My mengatakan mengetahui berita batal haji dari anaknya.

“Semua yang ngurusin anakku mbak, jadi apa-apa kalau ada info, harus ada group WA yang bawa anak, jadi aku ngikut saja mbak”.

Untuk berita batal haji yang resmi My mengatakan menerima surat dari KUA, dan hal itulah yang membuatnya yakin bahwa dirinya dan istri memang harus ditunda keberangkatannya.

My merupakan salah satu tokoh yang dituakan di kampungnya, ia cukup disegani masyarakat. Selain karena My adalah mantan perangkat desa, My juga termasuk tokoh agama. Latar belakang spiritual yang tinggi menjadi faktor pendukung dalam psikologis My. dalam menerima berita keputusan batal haji di tahun keberangkatan.

“Aku ini yang paling usia lanjut di Kecamatan mbak, tapi batal haji ini tidak tak buat gimana-gimana. Aku paham aku dibuat gini karena kehendak Gusti Allah. Mau disampaikan umurnya atau enggak semua udah takdir Allah”.

My mengatakan dirinya dan istri sudah bertawakal kepada Allah atas apa yang terjadi pada dirinya, My menyakini Allah sudah mengetahui niat baiknya untuk berangkat haji.

“Enggak tak buat kepikiran gimana-gimana mbak, yang penting aku sudah daftar. Sudah tak buat yakin begitu, Allah sudah mencatat niatku, aku usahakan kalau memang Gusti Allah belum menghendaki ya harus diterima”.

My mengatakan sering mendapat nasihat kebaikan tentang agama ketika dirinya mengaji, dan hal inilah yang membuat My

menjadi lebih ikhlas dalam menerima keputusan batal haji di tahun keberangkatan ini.

“Aku ya mengaji, ya dikasihtahu Kyai, semua kan di kitab begitu mbak. Aku dicoba begini kearena kehendak Allah. Harus dibuat ikhlas”.

Harapan untuk bisa berangkat haji dengan segera selalu ada, namun My menilai keputusan yang diberikan pemerintah sudah tepat dan dia mentaati semua keputusan yang diambil.

“Pemerintah itu lebih pinter bikin keputusan mbak, jadi aku sudah percaya ini sudah yang paling tepat”.

Sebagai rasa aman untuk memenangkan diri, My juga tidak mau percaya berotab-berita yang hanya memperkeruh suasana.

“Aku sudah nggak tak pikir mbak, ada yang bilang duit haji dibuat ini dibuat itu, sampai ini ga bisa berangkat. Malah menurutku kalau seperti itu bikin kepikiran. Aku sudah tak buat yakin haji itu sudah ada yang mengurus, jadi kalau ada apa-apa ya pasti ada tanggung jawabnya, kan udah ada penyelenggaranya”.⁵⁴

f. Subyek VI (Ac)

Nama : Ac
Usia : 61 tahun
Alamat : Karanganyar
Pekerjaan : Pensiunan
Masa Tunggu Haji : 11 tahun

Ac (61 tahun) adalah seorang pensiunan guru dan pegawai negeri. Berlatar belakang pendidikan sebagai seorang sarjana dan aktif dalam kegiatan keagamaan di Masjid desa tempat dia tinggal. Di keseharian Ac menyibukkan diri dengan mengurus lahan dan bertani. Ac berangkat bersama istri yang juga seorang guru dan pegawai negeri. Ac istri mendaftar haji dengan cara

⁵⁴ Wawancara dengan narasumber My pada Senin 04 Oktober 2021, pukul 08.17 WIB.

menabung secara mandiri dan mengaku enggan menggunakan sistem dana talangan haji.

Ac mengatakan mengetahui berita batal haji dari info dari televisi dan group WA. Ac mengatakan percaya karena yang mengatakan adalah pihak dari kementrian agama. Namun, Ac mengatakan Ac tidak mendapatlan surat untuk pembatalan haji di tahun 2021, berbeda dengan tahun 2020. Ac mengatakan beberapa dari teman-teman sesama jemaah menanggapi keputusan batal haji dengan kecewa, namun untu dia sendiri, ia mengaku menerima.

“Ya namanya orang beda-beda ya mbak, di group gitu ya ada yang responnya kecewa dan lain-lain, tapi aku gak tak pikir gimana-gimana”.

Ac. mengatakan cara pandangya ini dipengaruhi oleh latar belakang pendidikan dan pengalaman.

“Ya namanya juga orang banyak mbak, kebetulan aku Alhamdulillah sedikit banyak sekolah, ya pasti cara pandangya juga beda dengan yang lain mungkin”.

Ac juga mengatakan memhami tema-teman jemaah yang merasa kecewa dan berebeda cara pandangya.

“Ya aku ya memaklumi namanya orang kan pengalamannya beda-beda. Contohnya kita misal saya sebagai guru yang pernah sekolah kan mikirnya beda, melihat permasalahan itu dengan analisis yang begini begitu segala macam, namun kan ada orang yang gak sampai kesana karena memang pendidikan dan pengalaman masing-masing orang berbeda”.

Ac juga mengatakan perasaan kecewa dan sedih dirasakan oleh istrinya.

“Ya kalau istri memang ada mbak kecewa dan sedih begitu”.

Ac juga mengatakan bahwa hal ini dipengaruhi memang laki-laki dan perempuan cara pandangya berbeda.

“Ya aku ya maklum juga mbak, kalau wanita beda dengan laki-laki. Kalau saya jujur, lebih dat santai, kalau istri, namanya wanita kan seneng kalau apa-apa sudah terlaksanakan, ga ada tanggungan lagi, jadi maklum kalau ditunda kan jadi merasa kok gak tunta-tuntass kewajibannya”.

Namun, untuk menenangkan diri dan istrinya ia mengaku saling mendukung satu sama lain.

“Ya kalau istri curhat-curhat kepikiran saya yang menguatkan, memang upayanya saling mendukung dan menenangkan satu sama lain. Apalagi posisi disini saya yang lebih santai menghadapinya”.⁵⁵

g. Subyek VII (Sq)

Nama : Sq
Usia : 66 tahun
Alamat : Karanganyar
Pekerjaan : Petani
Masa Tunggu Haji : 10 tahun

Sq (66 tahun) adalah calon jemaah haji dengan kategori lansia. Sq. berlatar pendidikan lulusan SD dan ia merupakan pensiunan perangkat desa yang sekarang menjalani aktivitas dengan bertani dan berdagang. Sq mendaftar haji bersama istri sejak tahun 2012 dan mendapatkan biaya mendaftar haji melalui sistem dana talangan haji di bank.

Awal mendengar berita batal haji Sq megaku kaget dan kepikiran karena usianya yang semakin bertambah.

“Ya aku yo kaget mbak, kepikiran lha iya umurku kesampaian apa tidak”.

Untuk selanjutnya Sq juga mengatakan dirinya sudah melakukan banyak persiapan bahkan menunda untuk menggarap sawah karena berpikir ketika dia dan istri berangkat haji daripada terlanjur menyebar benih tapi tidak ada yang mengurus.

⁵⁵ Wawancara dengan narasumber Ac pada Rabu, 06 Oktober 2021, pukul 09.23 WIB.

“Aku juga sudah menunda mbak enggak tanam dulu, nanti kalau malah terbengkalai, eh kok ternyata batal berangkat”.

Dengan latar belakang sebagai mantan perangkat desa, Sq cukup menerima keputusan yang diberikan pemerintah. Latar belakang pengalaman dalam urusan pemerintahan membuat Sq cukup memahami bahwa apa yang dilakukan pemerintah itu sudah tepat.

“Ya kalau tak pikir pemerintah sudah tepat melakukan ini, memang kondisinya sedang begini mau gimana lagi, kan tujuannya juga melindungi”.

Dengan apa yang terjadi sekarang, Sq berharap ada evaluasi lebih dan upaya yang bisa dilakukan pemerintah untuk bisa mengusahakan jemaah haji segera dapat diberangkatkan.⁵⁶

h. Subyek VIII (Sy)

Nama : Sy
Usia : 60 tahun
Alamat : Karanganyar Demak
Pekerjaan : Pedagang
Masa Tunggu Haji : 10 tahun

Sy (60 tahun) adalah salah satu narasumber yang memiliki kasus berbeda dengan calon jemaah haji lainnya. Sy adalah seorang ibu rumah tangga yang juga mengisi aktivitas keseharian dengan membuka warung di rumah. Sy tidak bersekolah. Sy mendaftar haji bersama suami melalui sistem dana talangan haji di bank.

Sy memiliki problem psikologis yang cukup berdampak pada kesehatan fisiknya. Sy mengatakan batal haji di tahun

⁵⁶ Wawancara dengan narasumber Sq pada Minggu, 10 Oktober 2021, pukul 15.33 WIB.

keberangkatan membuatnya kepikiran, sedih, kecewa, khawatir, dan takut. Sy sudah benar-benar melakukan persiapan untuk haji.

“Aku sudah persiapan beli ini itu untuk persiapan haji mbak”.

Sy juga sudah mempersiapkan tabungan uang saku untuk berangkat. Melalui wawancara dengan keluarga dan teman sesama jemaah haji di Kecamatan, diketahui Sy memang mengalami problem psikologis. Pengakuan L1 ketika wawancara.

“Kasih mbak, itu ibu Sy kepikiran haji terus-terusan sampai struk”

Hal demikian juga disampaikan Sn.

“Ini mbak, Bu Sy beliau itu pelanggan di pasar, sudah tak bilangin terus-terusan jangan dipikir serius, Sy kepikiran mbak ga bisa berangkat haji sampai sakit-sakitan bahkan kena struk yang sekarang tidak bisa ke pasar”.

Ketika dikonfirmasi wawancara ke rumah, kondisi Sy memang susah untuk berjalan.

“Aku itu kepikiran mbak, terus sakit, terus sekarang begini”.

Sy mengatakan sebelum keberangkatan haji mengaku semangat, bahkan bisa melaksanakan manasik sepenuhnya.

“Aku dulu belum begini keadaannya mbak, masih bisa manasik, masih bisa pergi-pergi”.

Kronologinya Sy mengatakan merasa sedih ketika batal berangkat haji, ia merasa kepikiran dan sedih dengan kebijakan batal haji padahal sudah banyak melakukan persiapan bahkan uang saku untuk berangkat juga sudah disiapkan, namun ternyata uang saku yang harusnya ia gunakan untuk berangkat ke tanah suci, karena haji dibatalkan akhirnya ia gunakan sebagai modal untuk pertanian namun gagal panen.

“Aku ya udah punya persiapan tabungan uang saku untuk berangkat haji, lha kok ga jadi haji, kepikiran jadi

sedih. Terus yasudah uangnya untuk modal tanam di sawah malah gagal panen”.

Hal itu jugalah yang membuat Sy kondisinya menurun. Ia mengatakan memiliki riwayat darah tinggi. Sehingga ketika ia merasa memiliki problem psikologis yang mengganggu pikirannya akan berdampak pada kesehatannya. Hal ini yang menyebabkan tekanan darahnya naik, dan kemudia ketika diperiksakan ia juga didiagnosa memiliki saraf kejepit. Dan mengalami struk ringan. Sekarang kondisi Sy. tidak bisa berpergian jauh.

“Sekarang udah ga bisa pergi-pergi jauh mbak. ke pasar sudah enggak, acara jamiyyahan juga udah enggak. Paling di rumah aja. Lha jalan aja kesulitan”.

Sy mengatakan ia terus melakukan upaya yang diharuskan untuk jemaah haji.

“Kemarin diinfokan katanya semua calon jemaah harus setor surat vaksin, ya aku vaksin mbak, tapi karena kondisiku yang seperti ini akhirnya petugas vaksinnya yang datang ke rumah, karena aku ga bisa kemana-mana mbak”.

Sy megatakan upaya dirinya untuk menenangkan diri adalah semangat untuk sembuh dan dukungan dari orang-orang terdekatnya. Dan harapan kepada pemerintah untuk bisa segera bisa mengupayakan untuk semua calon jemaah yang tertunda keberangkatannya bisa segera berangkat ke tanah suci.⁵⁷

2. Data Skala Pengukuran Kecemasan STAI

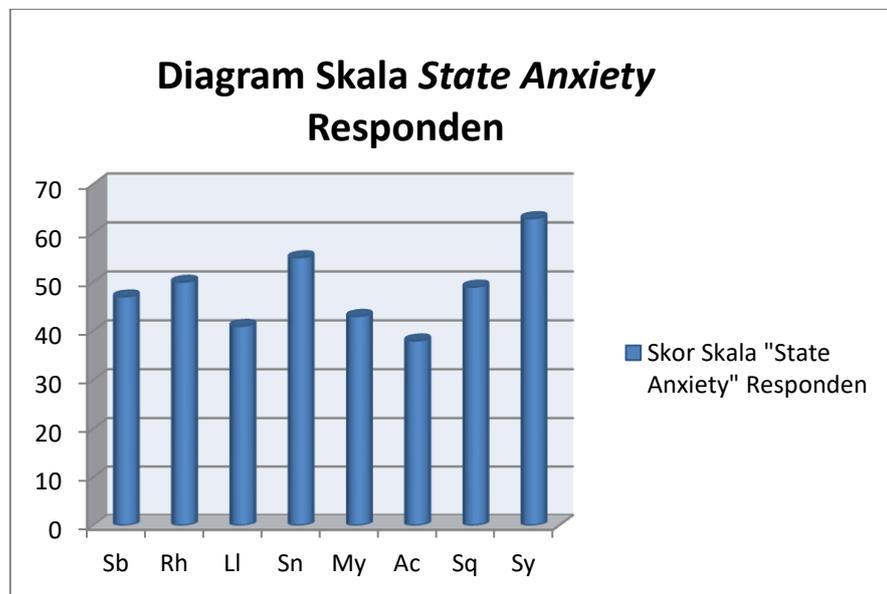
Selain menggunakan wawancara pada data yang sudah djelaskan diatas, maka penelitian ini juga diperkuat dengan data dukung berupa pengukuran kecemasan menggunakan alat ukur kecemasan yaitu STAI. Berikut adalah data-datanya:

a. Skala *State Anxiety*

⁵⁷ Wawancara dengan narasumber Sy pada Rabu, 06 Oktober 2021, pukul 10.47 WIB.

Tabel 2 Hasil Pengukuran Skala *State Anxiety*

No.	Nama	Pertanyaan																				Jumlah	Keterangan
		Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	Q8	Q9	Q10	Q11	Q12	Q13	Q14	Q15	Q16	Q17	Q18	Q19	Q20		
1	S.B.	3	2	2	1	3	3	3	4	2	3	2	2	3	1	2	2	2	1	2	4	47	Sedang
2	R.H.	3	2	2	1	4	1	3	4	2	4	2	2	3	1	2	3	3	2	2	4	50	Sedang
3	L.L.	3	1	3	1	3	1	2	2	2	2	1	1	1	2	3	3	2	1	3	4	41	Sedang
4	S.N.	3	2	2	2	3	1	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	55	Sedang
5	M.Y.	2	2	2	1	3	1	2	4	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	4	43	Sedang
6	A.C.	2	2	1	1	3	1	1	4	1	3	2	1	2	1	2	3	1	1	2	4	38	Ringan
7	S.Q.	3	3	2	2	4	2	3	4	2	4	2	1	2	1	2	2	2	2	2	4	49	Sedang
8	S.Y.	3	3	3	3	3	2	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	63	Berat



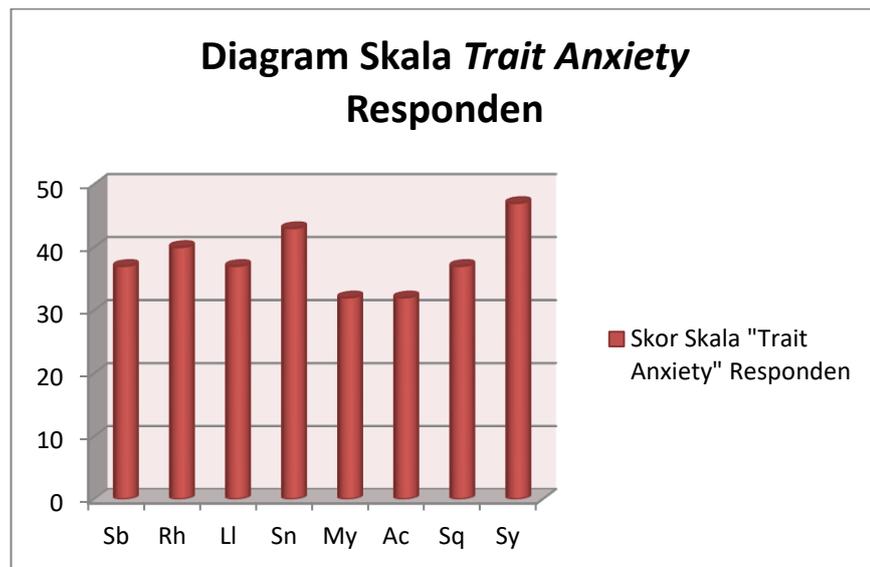
Gambar 3 Diagram Skala "State Anxiety"

Berdasarkan tabel dan gambar yang dilampirkan diatas maka diperoleh data, 1 responden dengan kategori *state anxiety* ringan, 6 responden dengan kategori *state anxiety* sedang dan 1 responden dengan kategori *state anxiety* berat.

b. Skala Trait Anxiety

Tabel 3 Hasil Perhitungan Skala *Trait Anxiety*

No.	Nama	Pertanyaan																				Jumlah	Keterangan
		Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	Q8	Q9	Q10	Q11	Q12	Q13	Q14	Q15	Q16	Q17	Q18	Q19	Q20		
1	S.B.	2	1	2	3	4	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	37	Ringan
2	R.H.	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	40	Sedang
3	LL.	4	2	2	4	1	2	3	2	1	2	1	1	1	2	1	4	1	1	2	1	37	Ringan
4	S.N.	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	43	Sedang
5	M.Y.	2	1	2	4	1	2	1	1	1	2	1	2	2	2	2	1	2	1	1	1	32	Ringan
6	A.C.	2	1	2	3	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	1	32	Ringan
7	S.Q.	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	37	Ringan
8	S.Y.	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	47	Sedang



Gambar 4 Diagram Skala "Trait Anxiety"

Berdasarkan tabel yang dilampirkan diatas maka diperoleh data, 5 responden dengan kategori *trait anxiety* ringan, 3 responden dengan kategori *trait anxiety* sedang dan tidak ada responden dengan kategori *trait anxiety* berat.

BAB IV

**ANALISIS DATA PROBLEMATIKA PSIKOLOGIS JEMAAH BATAL
HAJI DI ERA PANDEMI DAN UPAYA PENANGANANNYA DALAM
PERSPEKTIF PSIKOLOGI KOGNITIF**

A. Problematika Psikologis Jemaah Batal Haji di Era Pandemi

Sesuai dengan kerangka berpikir dengan berlandaskan kajian teori yang dipakai dalam penelitian, maka didapatkan problematika psikologis yang merujuk pada teori distress psikologis dengan bentuknya berupa kecemasan dan depresi didapatkan bahwa problematika psikologis jemaah batal haji di era pandemi adalah kecemasan. Kecemasan disimpulkan menjadi problematika psikologis yang dialami jemaah dengan melihat dan menganalisis yang terjadi pada jemaah ketika proses pengumpulan data, baik wawancara, observasi maupun dokumentasi yang didasarkan pada indikator-indikator kecemasan yang dipakai dalam penelitian. Adapun hasilnya adalah sebagai berikut:

1. Bentuk Problematika Psikologis Jemaah Batal Haji di Era Pandemi

Problematika psikologis yang dialami jemaah batal haji adalah kecemasan, hal ini dianalisis berdasarkan data jemaah yang mengatakan bahwa mereka mengalami kesedihan, kekhawatiran, kegelisahan akibat pembatalan haji di tahun keberangkatan, dan pada jemaah dengan kondisi tertentu juga adanya rasa takut, terutama dalam kaitannya memikirkan usia yang terus bertambah dan ketidakpastian keberangkatan.

Uraian diatas sesuai dengan konsep yang dipakai dalam penelitian ini yaitu konsep yang diambil dari Ghufuran yaitu kecemasan merupakan pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan mengenai kekhawatiran atau ketegangan berupa perasaan cemas, tegang dan emosi yang dialami seseorang.⁵⁸

⁵⁸ Ghufuran, dkk, *Teori-teori Psikologi*, (Yogyakarta: Arruz Media, 2009), hal. 141

Patimah dalam Fauziah memberikan konsep bahwa kecemasan merupakan respon emosional yang tidak menyenangkan terhadap berbagai macam stressor baik yang jelas maupun tidak teridentifikasi yang ditandai dengan adanya sebuah perasaan takut, khawatir, dan perasaan terancam.⁵⁹ Kecemasan adalah kondisi emosi dengan timbulnya rasa tidak nyaman pada diri seseorang, dan merupakan pengalaman yang samar-samar disertai dengan perasaan yang tidak berdaya serta tidak menentu yang disebabkan oleh suatu hal.⁶⁰

Triantoro mengemukakan konsep tentang kecemasan dari beberapa ahli sebagai berikut:⁶¹

Menurut Priest, kecemasan atau perasaan cemas adalah suatu keadaan yang dialami ketika berpikir tentang sesuatu yang tidak menyenangkan terjadi. Calhoun dan Acocella menambahkan, kecemasan adalah perasaan ketakutan (baik realistis maupun tidak realistis) yang disertai dengan keadaan peningkatan kejiwaan. Ahli lain, Atkinson menjelaskan bahwa kecemasan merupakan emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan gejala seperti kekhawatiran dan perasaan takut.

Berdasarkan teori yang telah disebutkan indikator kecemasan meliputi kekhawatiran, kegelisahan, perasaan tidak nyaman dan sebagainya. Dalam penelitian ini, hal ini terjadi pada jemaah yang menjadi responden dalam penelitian Sb mengalami kekecewaan yang cukup dalam karena berpikir harus terjatuh dalam lubang yang sama yaitu gagal berangkat haji sampai dua kali, Sy mengalami

⁵⁹ Namirotu Fauziah, dkk., *Parent's Anxiety Towards Juvenile Delinquency Phenomenon In Bandung Indonesia*, NurseLine Journal Vol. 3 No. 2 Nopember 2018: 52-59, Universitas Padjajaran: Bandung, hal. 53

⁶⁰ Dona Fitri Annisa dan Ifdil, *Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia)*, Jurnal Konselor Volume 5 Number 2 June 2016, pp 93-99, hal. 94

⁶¹ Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi (Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif dalam Hidup Anda)*, Jakarta: Bumi Aksara, 2009, hal. 49

kekhawatiran, kegelisahan yang menjadi beban pikiran dan akhirnya berdampak kepada kesehatan fisiknya dan Rh mengalami perasaan kaget dan khawatir dalam memikirkan akibat dari batal haji yaitu merasa takut akan usia yang semakin bertambah namun tidak ada kepastian keberangkatan.

Kemudian, bentuk kecemasan dirumuskan kembali dengan cara analisis menggunakan teori Spielberger yang merumuskan kecemasan memiliki dua bentuk yaitu *trait anxiety* dan *state anxiety*. Kecemasan sebagai suatu *trait* yaitu kecenderungan pada diri seseorang untuk merasa terancam oleh sejumlah kondisi yang sebenarnya tidak bahaya. Kecemasan dalam kategori ini lebih disebabkan karena kepribadian individu tersebut yang memang memiliki potensi cemas dibandingkan dengan individu lain. Dan kecemasan sebagai suatu keadaan (*state anxiety*) adalah kondisi emosional sementara pada diri seseorang yang ditandai dengan perasaan tegang dan khawatir yang dirasakan dengan sadar serta bersifat subjektif sebagai suatu keadaan yang berhubungan dengan situasi-situasi lingkungan khusus.⁶²

Berdasarkan teori yang telah dijelaskan dan dianalisis kepada kondisi psikologis jemaah batal haji di era pandemi yang merupakan kecemasan, maka disimpulkan kecemasan yang dialami jemaah batal haji di era pandemi adalah *state anxiety*. Hal ini juga didasarkan pada hasil skoring menggunakan alat ukur kecemasan berupa STAI yang menunjukkan skor untuk kecemasan *state* lebih tinggi jumlahnya dibanding *trait*.

Spielberger dalam Ega mendefinisikan *state anxiety* adalah reaksi emosi sementara yang timbul pada situasi tertentu yang dirasakan sebagai ancaman. *State anxiety* atau biasa disebut sebagai *A-state*. *A-State* ini adalah kondisi cemas berdasarkan situasi dan peristiwa yang dihadapi. Artinya situasi dan kondisi lingkunganlah yang menyebabkan tinggi rendahnya kecemasan yang dihadapi. *state*

⁶² Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *ibid* , hal. 50

anxiety merupakan kecemasan yang bersifat sementara dan berubah-ubah tergantung pada besar kecilnya tekanan yang dihadapi seseorang.⁶³

Kecemasan sesaat (*State Anxiety*) dapat diartikan sebagai emosi sesaat yang tidak tetap. Kondisi ini diartikan secara subjektif, dirasakan perasaan tegang dan ketakutan, serta meningkatnya aktivitas syaraf/kelenjar dalam tubuh pada saat menerima situasi eksternal yang membahayakan diri individu.⁶⁴

Dalam penelitian jemaah mengatakan bahwa mereka mengalami kecemasan dalam menghadapi kondisi yang terjadi yaitu batal haji di era pandemi, namun seiring berjalannya waktu ketika mereka melakukan upaya dalam menenangkan diri, kecemasan yang dialami menjadi berkurang. Sehingga hal ini sesuai dengan teori state anxiety yang mengatakan bahwa kecemasan sesaat, yang terjadi ketika seorang individu mengalami kejadian atau hal yang tidak diinginkan dan akan berubah seiring dengan penerimaan keadaan ataupun perubahan keadaan yang dianggap negatif.

Berdasarkan data yang diperoleh melalui wawancara jemaah, peneliti juga melakukan pengumpulan data berdasarkan dokumentasi berupa transkrip skala kecemasan jemaah sebagai data pendukung dengan menggunakan skala STAI (*State Trait Anxiety Inventory*) yang sudah disahkan oleh Psikolog dan menunjukkan perbandingan skor dalam *State Anxiety* dan *Trait Anxiety* sehingga menghasilkan kesimpulan bahwa kecemasan yang dialami jemaah batal haji di masa pandemi lebih masuk pada *state anxiety* atau kecemasan sesaat.

⁶³ Ega Gilang Pratama, *Tingkat Kecemasan Atlet Sepakbola Persib U-21 yang Pernah Mengalami Cedera Pada Saat Menghadapi Kompetisi Isl U-21*, (Universitas Pendidikan Indonesia, 2014), hal. 12

⁶⁴ Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi (Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif dalam Hidup Anda)*, Jakarta: Bumi Aksara, 2009, hal. 54

2. Faktor yang mempengaruhi Problematika Psikologis Jemaah Batal Haji di Era Pandemi

Merujuk pada teori distress psikologis dengan bentuknya dalam penelitian ini adalah kecemasan, Mirowsky dan Ross dalam Ahmad memberikan konsep bahwa ada beberapa pola sosial dasar yang mempengaruhi distress dan yang diuraikan sebagai berikut:⁶⁵

- a. Pola sosial yang pertama adalah gender, di mana perempuan lebih mudah mengalami distress dibandingkan dengan laki-laki.

Berdasarkan observasi dan wawancara kepada responden penelitian, jemaah wanita yang cenderung dominan merasakan kecemasan, terbukti responden Ac yang mengatakan bahwa istrinya lebih merasa khawatir terhadap kebijakan batal haji dibanding dirinya, kemudian pun dengan narasumber Rh yang dikatakan oleh pihak keluarga antara dia dan dirinya lebih memiliki kecemasan dibandingkan suami. Beberapa responden perempuan yang memiliki kecemasan lebih dibanding yang lain juga dialami Sy.

- b. Peristiwa hidup yang tidak diinginkan, yaitu bahwa semakin banyak terjadinya perubahan yang tidak diinginkan dalam sebuah kehidupan seseorang, maka semakin tinggi tingkat distress yang dialami.

Dalam analisis aspek ini dalam penelitian ini juga ditemukan, narasumber Sy yang mengalami kecemasan lebih dan berdampak kepada kesehatan fisiknya menjadi bertambah karena peristiwa berat yang dia alami berupa gagal panen yang modalnya berasal dari uang saku yang seharusnya digunakan untuk perjalanan ibadah haji di tahun keberangkatan.

Ditemukan juga. Kecemasan yang dialami Sn sebagai salah satu jemaah yang dipilih sebagai narasumber yang mengalami

⁶⁵ Ahmad Ahsanul Wafiq, *Hubungan Antara Mindfulness dengan Distress Psikologis Pada Penyandang Diabetes Miletus Tipe III*, Skripsi Universitas Sunan Ampel Surabaya 2019, hal. 20

kecemasan karena kekecewaan dan kesedihan yang ia alami menjadi bertambah dengan meninggalnya suami di waktu yang seharusnya sudah berangkat haji.

- c. Kelas sosial ekonomi, dimana disebutkan bahwa semakin tinggi status sosial ekonomi seseorang (baik dari segi pendidikan, pekerjaan maupun pemasukan) maka semakin rendah tingkat distres yang dialami.

Dalam penelitian ini ditemukan, responden dengan tingkat pendidikan tinggi cenderung lebih rendah kecemasan yang dirasakan, hal ini dibuktikan dalam keterangan wawancara dari Ac yang mengakui dirinya dengan lulusan sarjana dan pensiunan seorang guru yang ia miliki ia lebih merasa bisa menganalisis kenapa dan bagaimana seharusnya dalam menghadapi kebijakan batal haji, dan dia juga mengatakan teman sesama jemaah yang mengalami kegelisahan, kekecewaan ia memahami bahwa mereka punya tingkat pendidikan yang berbeda dan pengalaman hidup yang berbeda yang menjadikan cara berpikir yang berbeda pula.

Hal ini juga dapat dianalisis dengan yang terjadi oleh My. dengan status jemaah haji paling lansia di Kecamatan Karanganyar, namun ia tidak memiliki kecemasan yang berlebih dikarenakan cara pandang dirinya berbeda, berlatar belakang sebagai pensiunan perangkat desa yang telah banyak berpengalaman dalam menyikapi kebijakan dan sering mendapat nasihat serta memahami takdir melalui majlis ilmu yang diikutinya.

Berbeda dengan Sn yang mengaku tidak sekolah, tidak bisa membaca ia lebih mengalami kecemasan karena memiliki cara pandang yang berbeda dengan apa yang terjadi, merasa berat jika nanti harus berangkat tanpa ada suami yang membimbing dan Sy yang juga berpendidikan rendah bersikap berpikir terlalu dalam tentang kekecewaan dalam pembatalan keberangkatan haji yang dilakukan.

3. Problematika Psikologis Jemaah Batal Haji di Era Pandemi dalam Perspektif Psikologi Kognitif

Sebelum jauh menjelaskan kecemasan dalam aspek kognitif, maka akan dijelaskan terkait aspek kognitif yang menjadi bagian dari faktor yang mempengaruhi distress psikologis, karena problematika psikologis dalam penelitian ini yang menggunakan perujukan teori distress psikologis yang akan dijelaskan sebagai berikut:

Matthews mengemukakan bahwa distress merefleksikan baik pengaruh situasional dari lingkungan (termasuk peristiwa yang terjadi dalam hidup, pengaruh fisiologis, kognitif dan sosial yang disebabkan oleh peristiwa tersebut) maupun faktor intrapersonal individu seperti kepribadian. Uraian mengenai faktor-faktor tersebut sebagai berikut:

a. **Pengaruh Fisiologis**

Mengkaji dari beberapa penelitian, ditemukan bahwa terdapat beberapa bagian otak memiliki pengaruh terhadap respon distress yang ditampilkan oleh individu. Jika Amygdala mengalami kerusakan dapat menimbulkan respon-respon emosional yang ekstrem. Atau kerusakan *lobus frontalis* individu yang dapat menyebabkan gangguan respon emosional yang disertai dengan hilangnya kontrol perilaku

b. **Pengaruh Kognitif**

Model kognitif dari stres mengemukakan bahwa dampak fisiologis dan psikologis dari rangsangan lingkungan ditentukan juga oleh keyakinan serta harapan individu. Pada momen tertentu, distress akan muncul saat individu menilai dirinya tidak memiliki kontrol dalam menghadapi peristiwa-peristiwa yang dianggap penting pada kehidupannya.

c. **Pengaruh Sosial**

Terdapat hambatan dalam menjalin hubungan sosial yang dimiliki individu, misalnya seperti situasi berduka, perselisihan keluarga, dan pengangguran, adalah faktor-faktor paling potensial yang dapat memunculkan distress. Dalam hal ini, keberadaan social support seringkali berfungsi untuk membantu menurunkan distress yang dialami individu.

d. **Kepribadian**

Beberapa penelitian menunjukkan ada beberapa trait kepribadian yang memiliki hubungan dengan kecenderungan individu untuk mengalami emosi negatif. Pada sebuah penelitian, trait neuroticism terbukti menjadi prediktor bagi suasana hati yang negatif seperti depresi dan kecemasan. Hal ini berlawanan dengan distress yang mendekati kondisi klinis, individu dapat sangat terbantu dengan pemberian latihan coping skill yang memungkinkan individu tersebut mengelola situasi spesifik yang menimbulkan distress.

Berdasarkan teori tentang faktor yang mempengaruhi distress ternyata kognitif berperan di dalamnya, maka selanjutnya akan dijelaskan tentang proses kecemasan yang juga melibatkan aspek kognitif di dalamnya. Penjelasan konsep aspek kognitif dan distress dan aspek kognitif dalam kecemasan ditujukan sebagai landasan bahwa adanya hubungan diantara keduanya dalam membuktikan bahwa aspek kognitif menempati posisi penting dalam problematika psikologis seseorang termasuk hal dalam penelitian ini adalah problem psikologis jemaah batal haji.

Aspek kognitif dalam kecemasan berhubungan dengan sumber kecemasan itu sendiri. Sumber penyebab kecemasan bisa berasal dari kekhawatiran dan emosional. Kekhawatiran merupakan aspek kognitif berupa pikiran negatif tentang diri dan lingkungan serta perasaan negatif terhadap kemungkinan kegagalan, seperti tidak mendapat

sesuatu yang tidak diharapkan. Sedangkan emosi sendiri adalah respon atau reaksi terhadap sesuatu yang tidak diinginkan seperti tanda-tanda fisik yang terjadi ketika mengalami cemas.⁶⁶

Spielberger dalam Fitria membagi proses kecemasan menjadi lima komponen, sebagai berikut:⁶⁷

a. *Evaluative Situation*

Situasi yang mengancam dianggap sebagai suatu rangsang yang berbahaya (stressor) yang menyebabkan cemas

b. *Perception of situation*

Situasi yang mengancam tersebut diberi penilaian oleh individu. Penilaian ini dipengaruhi oleh sikap, kemampuan dan pengalaman di masa lalu.

c. *Anxiety state reaction*

Jika situasi dianggap berbahaya maka reaksi kecemasan akan timbul. Kompleksitas respon dikenal sebagai reaksi kecemasan sesaat yang melibatkan respon fisiologis misalnya: denyut jantung, tekanan darah dan sebagainya.

d. *Cognitive reappraisal*

Individu menilai kembali situasi yang mengancam tersebut dan biasanya akan melakukan usaha untuk mengatasinya, mengurangi atau menghilangkan perasaan terancam tersebut. Untuk itu seseorang dapat menggunakan *defence mechanism* atau pertahanan dirinya atau dengan meningkatkan aktivitas kognisi atau motoriknya.

e. *Coping*

⁶⁶ Widayat Mintarsih, *Pendampingan Kelas Ibu Hamil Melalui Layanan Bimbingan dan Konseling Islam untuk Mengurangi Kecemasan Proses Persalinan*, UIN Walisongo Semarang, Jurnal Sawwa- Volume 12 Nomor 2, April 2017.

⁶⁷ Fitria Yuliana, *Pengaruh Kombinasi Terapi Musik dengan Deep Breathing Exercise terhadap Kecemasandan Parameter Fisiologys Pada Klien Dengan Ventilasi Mekanik*, Tesis Universitas Airlangga, Surabaya, 2018, hal. 10

Dalam hal ini individu menemukan solusi dengan pertahanan diri yang dipergunakannya sebagai proyeksi, rasionalisasi.

Berdasarkan teori yang disebutkan diatas, mulai dari penjelasan faktor yang mempengaruhi distress dan proses dalam kecemasan, aspek kognitif menempati posisi penting dalam hal tersebut. Aspek kognitif berperan dalam bagaimana problematika psikologis terjadi dan bagaimana menghadapinya. Kecemasan sebagai proses mengacu kepada rangkaian dari kognitif, afektif, fisiologi, dan sikap yang mungkin disebabkan oleh stimulasi stres eksternal atau internal yang dipersepsikan sebagai sesuatu yang berbahaya atau mengancam. Penilaian kognitif dari bahaya biasanya diikuti dengan tingkat reaksi kecemasan sementara atau kenaikan level intensitas state anxiety.⁶⁸

Spielberger dan Freud menjelaskan bahwa kecemasan merupakan bagian atau unsur dari emosi, yang timbul berdasarkan pemikiran individu akan situasi yang akan membahayakan dirinya. Emosi tersebut muncul sebagai perasaan tidak menyenangkan atau ketakutan akan adanya bahaya.⁶⁹

Sependapat dengan penjelasan tersebut, Atkinson lebih rinci menjelaskan tentang bentuk emosi yang timbul ketika seorang mengalami kecemasan. Menurut Atkinson kecemasan dapat ditandai dengan bentuk-bentuk emosi seperti kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut yang dialami dalam tingkat yang berbeda-beda.⁷⁰

Selaras dengan hal tersebut tentang penjelasan Atkinson dalam perincian emosi dari kecemasan, American Psychiatri association

⁶⁸ Namirotu Fauziah, dkk., *Parent's Anxiety Towards Juvenile Delinquency Phenomenon In Bandung Indonesia*, NurseLine Journal Vol. 3 No. 2 Nopember 2018: 52-59, Universitas Padjajaran: Bandung, hal. 55

⁶⁹ Spielberger, *Anxiety current trends in theory and research*, vol. 1, New York: Harper and Row Publisher, 1972, hal. 12

⁷⁰ Atkinson, *Pengantar Psikologi Edisi Kedelapan Jilid 2*, Alih Bahasa: Nurdjaman Tufic, (Jakarta: Erlangga, 1993), hal. 212

mendefinisikan kecemasan sebagai ketakutan, tekanan atau kegelisahan yang berakar dari antisipasi akan bahaya.⁷¹

Proses kecemasan terjadi berkaitan dengan aspek-aspek pembentuk kecemasan yaitu, stimulus eksternal, internal dan kecenderungan kepribadian (Anxiety Trait) yang akan memberikan penilaian kognitif sehingga menghasilkan respon sesuai dengan penilaian seseorang apakah seseorang tersebut dapat mengalami cemas atau tidak cemas.

Kecemasan diawali dengan penilaian kognitif (cognitive appraisal) terhadap situasi eksternal yang dianggap mengancam. Penilaian kognitif (cognitive appraisal) dalam psikologi termasuk pada aspek psikologis yaitu persepsi yang merupakan bagian dari cakupan psikologi kognitif.⁷²

Menurut Gould pembentukan persepsi terdiri dari proses seleksi, organisasi, dan interpretasi terhadap stimulus eksternal yang merupakan penilaian kognitif individu terhadap situasi eksternal.⁷³ Proses penilaian kognitif merupakan proses seseorang melakukan dua penilaian yaitu menilai situasi sebagai bahaya yang mengancam atau sebaliknya dan menilai situasi tersebut bukan sebagai situasi yang berbahaya.⁷⁴

Ketika situasi eksternal dipersepsikan secara kognitif sebagai bahaya yang mengancam, maka situasi eksternal tersebut menjadi sumber stress (stressor). Stressor sendiri merupakan proses yang dimulai dari situasi atau rangsangan yang berpotensi merugikan atau membahayakan. Stressor merupakan sumber ancaman dari

⁷¹Kutash dan Sclesinger, *Handbook on Stress and Anxiety*, (San Fransisco: California, 1981), hal. 429

⁷²Spielberger, *Anxiety current trends in theory and research*, vol. 1, New York: Harper and Row Publisher, 1972, hal. 43

⁷³Gould, *What is Perceptions*, diakses dari <http://uwf.edu/jgoud/perception.pdf>, hal. 1

⁷⁴Sarafino, *Health Psychologi Biopsyo sosial interaction*, (USA: Jhon Wiley and Sour, 1988), hal. 74

lingkungan eksternal yang pada akhirnya mempengaruhi penilaian kognitif seseorang.⁷⁵

Sejalan dengan konsep ini Psikolog Albert Ellis seorang teoritikus terkemuka mengemukakan bahwa peristiwa yang mengganggu dalam diri seseorang tidak menyebabkan kecemasan, depresi atau terganggu perilakunya. Keyakinan irasional yang dimiliki individu tentang kemalangannya adalah yang menumbuhkan emosi negatif yang akhirnya menjadi problematika psikologis.⁷⁶

Dalam penelitian ini yang merupakan rangsangan eksternal (stressor) adalah kebijakan pembatalan pemberangkatan haji di tahun keberangkatan. Berpaa jemaah menganggap bahwa batal haji merupakan ancaman/sumber bahaya. Hal ini dikarenakan pembatalan haji dipersepsikan sebagai situasi yang tidak diharapkan, perpanjangan waktu menunggu, kekhawatiran terhadap usia yang terus bertambah serta kegelisahan terkait waktu keberangkatan yang tidak kunjung mendapat kepastian.

Sebenarnya, selain persepsi terhadap rangsangan eksternal terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi penilaian individu terhadap situasi eksternal. Faktor tersebut adalah kecenderungan kepribadian (*Anxiety Trait*). Perbedaan seseorang dalam menghadapi kecemasan itulah yang disebut *A-Trait*. Individu yang memiliki *A-Trait* cenderung merasakan lebih banyak situasi yang membahayakan atau mengancam dibandingkan individu yang rendah dalam *A-Trait*. *A-Trait* diartikan sebagai disposisi untuk menjadi cemas dalam menghadapi berbagai macam situasi. *A-Trait* bersifat bawaan dan berhubungan dengan ciri-ciri kepribadian individu dalam menghadapi cemas.⁷⁷

⁷⁵ Spielberger, *Understanding Stress and Anxiety*, (New York: Harper and Row Publisher, 1997), hal. 83

⁷⁶ Jeffrey Nevid, dkk., *Psikologi Abnormal di Dunia yang Terus Berubah: Edisi Kesembilan Jilid 1*, Alih Bahasa: Kartika Yuniarti, (Jakarta: Erlangga, 2014), hal. 70

⁷⁷ Spielberger, *Anxiety current trends in theory and research*, vol. 1, New York: Harper and Row Publisher, 1972, hal. 39

Dalam penelitian ini dalam proses pengumpulan data peneliti melakukan wawancara dan menggunakan aspek pengukuran *state* dan *trait anxiety* karya Spielberger menunjukkan bahwa jemaah dengan *trait* yang lebih rendah menghasilkan kecemasan yang lebih rendah pula pada *state anxiety*-nya begitupun sebaliknya. Sehingga pada proses ini kecemasan yang dialami jemaah lebih dipengaruhi persepsi terhadap stressor yaitu batal haji di era pandemi yang dalam hal ini psikologi kognitif sebagai kaca mata dalam melihat bagaimana problematika psikologis terjadi pada jemaah, namun juga dapat dilihat potensi kecemasan yang terjadi melalui *trait anxiety* nya.

B. Upaya dalam Menangani Problematika Psikologis Jemaah Batal Haji di Era Pandemi

Secara teoritis, usaha yang dilakukan individu untuk mencari jalan keluar dari masalah agar dapat menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi disebut *coping strategy* atau strategi koping. Lazarus mengkonsepkan koping merupakan strategi untuk manajemen tingkah laku kepada pemecahan masalah yang paling sederhana dan realistis, berfungsi untuk membebaskan diri dari masalah yang nyata maupun tidak nyata, dan koping merupakan semua usaha secara kognitif dan perilaku untuk mengatasi, mengurangi, dan tahan terhadap tuntutan-tuntutan (*distress demands*).

Masalah yang dihadapi dalam penelitian ini adalah kebijakan pembatalan keberangkatan haji yang memberikan dampak psikologis kepada jemaah yang mengalami, sehingga dapat dianalisis upaya-upaya yang bisa dilakukan jemaah maupun pemerintah dan salah satu analisisnya adalah menggunakan teori strategi koping yang kemudian dikorelasikan dengan psikologi kognitif.

1. Upaya jemaah dalam mengatasi problematika psikologis dalam perspektif psikologi kognitif

Respon manusia terhadap stress, selalu berhubungan dengan respon *coping* dan reaksi emosi negatif. Banyak penelitian yang mengemukakan proses manusia bereaksi terhadap kondisi yang stress, tentang apa yang mereka lakukan dalam merespon situasi tersebut, dan berapa banyak respon yang mereka lakukan untuk dapat menghadapi situasi stress tersebut.

Ada tiga komponen umum dalam proses stress dan *coping*, yaitu penilaian, emosi, dan *coping*. Pada konteks memberikan reaksi terhadap situasi penuh tekanan, penilaian (*appraisal*) akan

menghasilkan emosi dan segera memberikan reaksi-reaksi emosi dalam berbagai bentuk.⁷⁸

Lazarus dan Folkman membedakan dua tipe penilaian, yaitu penilaian primer dan penilaian sekunder. Penilaian primer dipengaruhi oleh tujuan, nilai, dan kepercayaan yang berhubungan dengan evaluasi yang dimiliki oleh individu. Penilaian primer (*primary appraisal*) diasumsikan sebagai pertanyaan oleh individu dihadapi untuk menentukan arti dari kejadian tersebut. Kejadian tersebut dapat diartikan sebagai hal yang positif, netral, atau negatif dan disesuaikan dengan tujuan, nilai dan kepercayaan yang dimiliki individu tersebut. Penilaian sekunder mengindikasikan tentang apa, serta semua yang berhubungan untuk merespon situasi yang dihadapi. Selanjutnya Lazarus dan Folkman membedakan lima tipe penilaian primer, yaitu penilaian yang tidak relevan (*irrelevant*), penilaian yang positif (*benign/positive*), penilaian yang penuh kekalahan (*harm/loss*), penilaian yang penuh ancaman (*threat*), dan penilaian yang penuh kemenangan.

Ketika individu memberikan penilaian yang tidak relevan (*irrelevant*) terhadap suatu situasi, biasanya penilaian ini tidak berhubungan dengan bentuk emosi yang khusus karena situasi tersebut harus disesuaikan dengan nilai, kepercayaan, dan tujuan oleh individu itu sendiri. Menilai situasi yang positif (*benign/positive*) akan membangun emosi positif, seperti rasa bahagia, rasa senang, atau yang lainnya dan hal tersebut akan membentuk berbagai respon coping. Menilai situasi sebagai bahaya/kekalahan biasanya akan berhubungan dengan emosi negatif, seperti rasa bosa, rasa marah, dan menilai situasi dengan penuh ancaman, biasanya akan berhubungan dengan emosi negatif seperti kecemasan. Penilaian yang penuh kemenangan sebagai hasil evaluasi terhadap suatu situasi, akan sangat berpotensi untuk

⁷⁸ Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi (Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif dalam Hidup Anda)*, Jakarta: Bumi Aksara, 2009, hal. 100

menghasilkan berbagai bentuk emosi positif maupun emosi negatif, sebagai contohnya adalah rasa antusias maupun rasa cemas, takut, namun tergantung hasil penilaian yang diinginkan.⁷⁹

Ketika Individu berhadapan dengan lingkungan yang baru atau perubahan lingkungan (situasi yang tidak diinginkan), maka akan melakukan penilaian awal (primary appraisal) untuk menentukan arti dari kejadian tersebut. Kejadian tersebut dapat diartikan sebagai hal yang positif, netral, atau negatif. Setelah penilaian awal terhadap hal-hal yang mempunyai potensi untuk terjadinya tekanan, maka penilaian sekunder (secondary appraisal) akan muncul. Penilaian sekunder adalah pengukuran terhadap kemampuan individu dalam mengatasi tekanan yang ada.⁸⁰

Penelitian ini data yang dihasilkan juga berbeda-beda sesuai dari teori penilaian individu terhadap situasi seperti yang dijelaskan diatas. Untuk subjek Sb dianalisis melakukan penilaian harm/loss karena ketika dimintai keterangan, responden merasakan emosi negatif seperti kesal, khawatir, dan adanya rasa bosan karena tak kunjung ada kepastian. Sedangkan beberapa responden seperti Ac dan My lebih kepada penilaian positif karena ketika dimintai keterangan responden merasakan penerimaan keadaan, rasa ikhlas dan merasa apa yang diputuskan pemerintah adalah yang terbaik. Serta untuk beberapa responden seperti Sn, Ll, Sq, memiliki penilaian yang penuh kemenangan yaitu menghasilkan bentuk negatif maupun positif karena ketika dimintai keterangan responden mengaku kesal sekaligus menerima atas apa yang telah terjadi.

⁷⁹ Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi (Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif dalam Hidup Anda)*, Jakarta: Bumi Aksara, 2009, hal. 101

⁸⁰ Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi (Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif dalam Hidup Anda)*, Jakarta: Bumi Aksara, 2009, hal. 101

Keputusan pemilihan strategi *coping* dan respon yang dipakai individu untuk menghadapi situasi yang tidak diinginkan tergantung dari dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah gaya coping yang biasa dipakai seseorang dalam kehidupan sehari-hari dan kepribadian dari orang tersebut. Sedangkan faktor eksternal adalah ingatan pengalaman dari berbagai situasi dan dukungan sosial serta seluruh tekanan dari berbagai situasi yang penting dalam kehidupan.

Setelah Keputusan dibuat untuk menentukan strategi coping yang dipakai, dengan mempertimbangkan dari faktor internal maupun eksternal, individu akan melakukan pemilihan strategi coping yang sesuai dengan situasi tekanan yang dihadapinya untuk penyelesaian masalah, ada dua strategi coping yang dapat dipakai yaitu *Problem Focused Coping* yaitu strategi coping yang berfokus pada permasalahan dan *Emotion Focused Coping* yaitu pemilihan strategi coping untuk mengatur emosi.

Kedua strategi coping tersebut dapat bertujuan untuk mereduksi ketegangan yang disebabkan oleh situasi tekanan dari lingkungan maupun dapat mengatur hal-hal negatif, sehingga hasil dari proses coping tersebut dapat menciptakan berfungsinya kembali kativitas yang biasa dilakukan oleh individu.⁸¹

Dalam penelitian ini, responden melakukan strategi coping dengan jenis kedua yaitu *Emotion Focused Coping*. Hal ini dikarenakan jemaah lebih mengatasi problematika yang dihadapi dengan mengatur emosi mereka, karena penggunaan strategi coping jenis pertama tidak bisa dilakukan. Pada penggunaan jenis strategi coping yang pertama fokusnya adalah memepelajari maslaah dan mengubahnya, yang ini tidak dapat dilakukan karena kebijakan

⁸¹ Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi (Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif dalam Hidup Anda)*, Jakarta: Bumi Aksara, 2009, hal. 103

pembatalan pemberangkatan haji tidak menjadi kewenangan jemaah, dan jemaah harus menerima keadaan apapun yang terjadi. Oleh karenanya, strategi coping yang bisa dilakukan adalah strategi coping jenis kedua yaitu usaha dalam mengontrol respon emosional terhadap situasi yang sangat menekan. Hal ini sangat sesuai, karena dalam teorinya strategi coping ini cenderung dilakukan apabila individu tidak mampu atau merasa tidak mampu mengubah kondisi yang stressfull dan yang dapat dilakukan individu adalah mengatur emosinya. Inilah yang dilakukan oleh jemaah yang mengalami batal haji di era pandemi.

Menurut Sarafino, *emotion focused coping* merupakan pengaturan respon emosional dari situasi yang penuh stres. Individu dapat mengatur respon emosinya dengan berbagai cara, antara lain dengan mencari dukungan emosi dari sahabat atau keluarga, melakukan aktivitas yang disukai serta hal-hal lain untuk mengalihkan perhatian dari masalah. Hal ini yang dilakukan juga oleh jemaah haji seperti Rh yang mengatakan mendapat dukungan berupa kekuatan dari keluarga untuk menghadapi keputusan batal haji.

Folkman dan Lazarus mengidentifikasi beberapa aspek *emotional focused coping* yang didapat dari penelitian-penelitiannya, aspek-aspek tersebut adalah sebagai berikut:⁸²

- a. *Seeking social emotional support*, yaitu mencoba untuk memperoleh dukungan secara emosional maupun sosial dari orang lain.
- b. *Distancing*, yaitu mengeluarkan upaya kognitif untuk melepaskan diri dari masalah atau membuat sebuah harapan positif.
- c. *Escape avoidance*, yaitu menkhayal mengenai situasi atau melakukan tindakan atau menghindar dari situasi yang tidak menyenangkan.

⁸² Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi (Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif dalam Hidup Anda)*, Jakarta: Bumi Aksara, 2009, hal. 108

- d. *Self control*, yaitu mencoba untuk mengatur perasaan diri sendiri atau tindakan dalam hubungannya menyelesaikan masalah.
- e. *Accepting responsibility*, yaitu menerima untuk menjalankan masalah yang dihadapinya sementara mencoba untuk memikirkan jalan keluarnya.
- f. *Positive reappraisal*, yaitu mencoba untuk membuat suatu arti positif dari situasi dalam masa perkembangan kepribadian, kadang-kadang dengan sifar religious.

Berdasarkan aspek-aspek yang dijelaskan dalam teori, maka dapat dianalisis bahwa jemaah juga melakukan-melakukan aspek aspek *emotional focused coping* sebagai berikut:

tabel 4 Identifikasi strategi coping jemaah batal haji di era pandemi dalam aspek-aspek emotion focused coping

Subjek	Problematika Psikologis (Kecemasan)	Upaya penanangan dalam aspek <i>Emotion Focused Coping</i>	Perubahan setelah melakukan upaya <i>Emotion Focused Coping</i>
Sb	<i>State Anxiety</i> kategori sedang	<i>Distancing</i> Jemaah melakukan pelepasan diri dari masalah dengan membuat sebuah harapan positif yaitu dengan meyakini pemerintah telah melakukan kebijakan yang dirasa terbaik dan memiliki harapan permasalahan agar dapat terselesaikan untuk dapat segera diberangkatkan.	Jemaah merasa tenang karena merasa optimis untuk terus selalu berfikir positif bahwa jemaah dapat segera bisa diberangkatkan haji.
Rh	<i>State Anxiety</i> kategori sedang	<i>Seeking Social Emotional Support</i> Jemaah mendapatkan dukungan emosi positif dari orang-orang terdekat yaitu suami, anak-anak dan keluarga.	Jemaah merasa kuat dalam menghadapi batal haji dan menyadari tentang jemaah tidak menghadapinya sendirian karena

			banyak teman-teman sesama jemaah yang juga mengalami.
L1	<i>State Anxiety</i> kategori sedang	<i>Escape Avoidance</i> Jemaah melakukan peralihan berpikir dari hal yang tidak menyenangkan kepada hal yang lebih menyenangkan yaitu mengalihkan kesedihan karena batal haji di era pandemi dengan memfokuskan kebahagiaan atas penerimaan putrinya di pondok Al-Qur'an ternama.	Jemaah merasakan ketentraman karena menyadari mendapatkan hikmah dibalik ujian. Ujian batal haji yang dihadapi dialihkan dengan kebahagiaan lain yang didapatkan.
Sn	<i>State Anxiety</i> kategori sedang	<i>Positive reappraisal</i> Jemaah mencoba menjadikan kenyataan batal haji yang dihadapi kearah yang lebih positif seperti fokus dalam memperbaiki diri agar lebih siap dalam menjalankan ibadah haji.	Jemaah mengalami perubahan mental yang lebih baik karena dengan terus memperbaiki dan mempersiapkan diri untuk berhaji jemaah menjadi lebih bisa mandiri.
My	<i>State Anxiety</i> kategori sedang	<i>Self Control</i> Jemaah mencoba mengatur perasaan diri sendiri dengan cara manajemen emosi dan manajemen hati dalam menghadapi masalah batal haji di era pandemi.	Jemaah merasakan ketentraman ketika hati jemaah telah dipasrahkan sepenuhnya dan memiliki keyakinan penuh bahwa Allah sudah mencatat niatnya dan menjadi lebih tenang atas ujian batal haji yang dihadapi.
Ac	<i>State Anxiety</i> kategori ringan	<i>Distancing</i> Jemaah melakukan upaya kognitif dengan menganalisa masalah, dan melihat dari berbagai sudut pandang dalam permasalahan	Jemaah merasa lebih santai dalam menghadapi keputusan batal haji karena melihat dari banyak sudut

		sehingga memberikan penerimaan atas keputusan batal haji di era pandemi	pandang yang dirasakan memang menjadi jalan terbaik untuk menjaga keamanan dan kesehatan jemaah dari pandemi atau wabah.
Sq	<i>State Anxiety</i> kategori sedang	<i>Accepting responsibility</i> Jemaah melakukan penerimaan terhadap kenyataan dengan menyadari bahwa apa saja yang terjadi termasuk batal haji adalah takdir, kemudian fokus pada memperbaiki diri agar lebih siap menghadapi haji yang akan datang.	Jemaah merasakan ketenangan batin, berangsur-angsur dapat melakukan penerimaan atas masalah yang dihadapi.
Sy	<i>State Anxiety</i> kategori berat	<i>Seeking Social Emotional</i> Jemaah mencoba untuk memperoleh dukungan secara emosional maupun sosial dari orang terdekat yaitu jemaah mendapatkan motivasi dan semangat dari teman sesama jemaah untuk tetap kuat dalam menghadapi batal haji dan fokus pada kesehatan agar siap menjalankan haji yang akan datang.	Jemaah merasa lebih kuat dalam menghadapi permasalahan batal haji di era pandemi, kekhawatiran dan kegelisahan yang dialami berangsur mengalami penurunan sehingga kesehatan fisik juga mengalami pemulihan.

Dari beberapa aspek yang disebutkan, dapat difokuskan bahwa aspek kognitif sangat mempengaruhi penurunan kecemasan pada jemaah. Kognitif lebih memfokuskan pada aspek berpikir seseorang ketika menghadapi suatu masalah sehingga mempengaruhi psikisnya dalam merespon keadaan.

Proses pelatihan berpikir positif terbukti mendukung kemampuan dalam mengelola pemikiran. Beck dan Russel dalam Maya

mengemukakan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara emosi, pikiran, dan perilaku. Emosi dan perilaku terbentuk oleh suatu peristiwa yang disebabkan oleh pemikiran individu yang mengalami. Hal ini menegaskan bahwa kunci utama dari emosi dan perilaku adalah bagaimana pemikiran individu terhadap peristiwa yang dialami. Selanjutnya dijelaskan juga bahwa kecemasan dapat diturunkan dengan proses berpikir positif. Hal ini sesuai dengan teori bahwa berpikir secara umum adalah suatu cara penyesuaian individu terhadap lingkungannya. Dan Gazali mengemukakan bahwa kecemasan merupakan suatu masalah, salah satu penyelesaiannya adalah berpikir. Perasaan cemas terbukti merupakan manifestasi apa yang dipikirkan seseorang. Perasaan menentukan perilaku yang muncul sesuai dengan apa yang diperintahkan oleh pikiran.⁸³

Upaya *coping* juga diajarkan dalam Islam. Al-Qur'an memberikan landasan pedoman bagi pemeluknya untuk menemukan berbagai usaha menyelesaikan masalahnya dengan baik melalui bantuan orang lain, pemberian dukungan, pemberian dukungan ataupun pemahaman dan penanaman nilai-nilai keagamaan atau dalam istilah disebut dengan coping spiritual. Coping spiritual yang diajarkan Islam dilakukan melalui do'a, shalat, puasa, wisata religi dan pemerian bimbingan dan pendampingan sehingga membantu menanggapi masalah. Alur dalam coping spiritual yaitu melalui pemikiran positif, beraktivitas dengan baik, dan tawakal. Rammohan dalam Hasyim menyebutkan terdapat tiga bentuk coping spiritual yaitu *positive thinking*, *positive acting*, dan *positive hoping*, yang akan dijelaskan dalam uraian berikut.⁸⁴

Positive thinking merupakan usaha untuk selalu menghadirkan pikiran positif dalam menghadapi persoalan. Usaha yang dapat

⁸³ Maya Pangastuti, *Efektifitas Pelatihan Berpikir Positif untuk Menurunkan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Nasional Pada Siswa SMA*, Persona Jurnal Psikologi Indonesia, Januari 2014, Vol.3, No. 01, hal 38.

⁸⁴ Hasyim Hasanah dan Ainun Fadhillah, *Problem Religiusitas dan Coping Spiritual Pada Anak Berhadapan Hukum*. Sawwa: Jurnal Studi Gender-Vol 13 No1 (2018), p-ISSN 1978-5623 E- ISSN 2581-1215. Hal. 75

dilakukan untuk membuktikan seseorang memiliki pikiran positif adalah dengan mengarahkan kerja otak untuk selalu dapat menilai secara positif setiap hal yang terjadi pada dirinya.

Aspek *coping* spiritual dalam islam dalam hal ini adalah pemikiran positif yang dibangun oleh Ac dan My dapat menurunkan kecemasan yang mereka hadapi dalam menerima batak haji di era pandemi. Keyakinan positif bahwa semua takdir adalah ketentuan Allah dan apa yang diberikan Allah adalah yang terbaik.

Positive acting merupakan usaha coping yang dilakukan dengan aksi atau perilaku nyata. Mengerjakan amalan-amalan baik, dan ada usaha dalam menyelesaikan masalah yang dihadapinya secara mandiri. Perilaku positif didalam ajaran Islam diwujudkan dalam pembentukan karakter muslim melalui akhlak al karimah.

Aspek *coping* spiritual dalam islam, yang berkaitan dengan hal ini adalah pembiasaan kegiatan positif seperti rutinitas jemaah dan mengaji majlis yang dilakukan oleh Ac dan My. Kemudian Sn juga menuturkan bahwa mengurangi kegiatan yang sifatnya duniawi juga menjadi upaya lebih untuk mendekatkan diri kepada Allah sehingga kecemasan yang dihadapi menjadi berkurang.

Positive hoping merupakan usaha menangani masalah dengan mencari bantuan atau pertolongan kepada orang lain. Dalam hal ini berkaitan dengan adanya dukungan dan arahan dari orang yang berada di sekitar masyarakat yang nantinya berperan sebagai motivator, mediator, atau fasilitator.

Aspek *coping* spiritual dalam islam, yang berkaitan dengan hal ini adalah dukungan penuh dari keluarga seperti yang diterima Sy dalam menghadapi kecemasan, dukungan penuh dari suami yang selalu menenangkan diri kepada Rh, serta My yang mendapat banyak nasihat dari kyai dalam majlis ilmunya.

Bentuk-bentuk coping spiritual yang telah dijelaskan diatas jika dikaitkan dengan landasan islam sendiri adalah merujuk pada ayat

yang dapat menguatkan psikologis jemaah melalui pemikiran positif dan keyakinan kuat bahwa Allah Maha Pemberi Yang terbaik yaitu Al-Baqarah ayat 216.

وَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُهُوَ شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا
وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ

Artinya:

“Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi (pula) kamu menyukai sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu; Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui.” (QS. Al-Baqarah [2]:216)⁸⁵

Sesuai dengan penelitian ini yang membuktikan bahwa aspek kognitif dalam hal ini adalah berpikir positif yang dilakukan oleh jemaah batal haji di era pandemi terbukti dapat menurunkan kecemasan dan menjadi salah satu upaya yang dilakukan jemaah dalam menghadapi permasalahan, yaitu masuk oada strategi coping yang dilakukan jemaah yaitu emotion focused coping.

2. Rancang Bangun Manajemen Pemerintah dalam Upaya Menghadapi Problematika Psikologis Jemaah Batal Haji di Era Pandemi.

Upaya pemerintah dalam menghadapi problem psikologis yang dialami jemaah batal haji adalah melalui bimbingan dalam manasik. Dalam hal ini dikatakan pihak pegawai KUA sekaligus pembimbing dalam manasik jemaah haji Karanganyar bahwa dalam penyampaian materi manasik juga diselipkan bimbingan rohani untuk psikologis jemaah terkait penerimaan agar bersifat sabar dan ikhlas menerima kebijakan. Namun dikonfirmasi petugas pelayanan kesehatan haji kecamatan yang dipegangoleh Puskesmas setempat belum ada untuk pelayanan kesehatan psikologis jemaah dan pelayanan kesehatan hanya untuk kesehatan fisik saja.

⁸⁵ Al-Qur'an, 2: 216

Kenyataan yang disebutkan memberikan harapan untuk pemerintah untuk membuat rancang bangun manajemen kebijakan pemerintah dalam upaya menghadapi problematika psikologis jemaah batal haji di era pandemi. Peneliti menguraikan dan menganalisis melalui dua teori pembangun dalam menjelaskan ini yaitu mengkorelasikan antara dimensi dalam fungsi manajemen dengan teori pemecahan masalah dalam tindakan kognitif untuk menghadapi problem psikologis.

Dimensi dalam fungsi-fungsi manajemen, dikemukakan oleh Terry diistilahkan dengan POAC, yang merupakan singkatan dari *Planning*, *Organizing*, *Actuating*, dan *Controlling*.⁸⁶

a. *Planning*

Planning atau perencanaan adalah kegiatan yang menentukan sasaran yang hendak dicapai, dan memikirkan cara serta penentuan penggunaan sarana dalam pencapaian sarana tersebut. Alokasi sumberdaya yang amat terbatas, merupakan prinsip dan landasan dasar dalam merumuskan perencanaan dan pengorganisasian. Dalam menyusun perencanaan harus ditentukan terlebih dahulu apa yang harus dilakukan, bagaimana cara melakukannya dan siapa yang akan melakukan kegiatan dalam suatu organisasi.

Dalam suatu perencanaan tersebut harus dipertimbangkan dari segi-segi teknis, ekonomis, sosial dan pelayanan yang diberikan organisasi. Jadi, perencanaan sebagai penghubung status sekarang dengan sasaran yang ingin dicapai itu menjadi ukuran perbandingan bagi setiap pemimpin, dalam penentuan sejumlah aktivitas yang harus dilakukan anggota dalam organisasi. Dalam suatu perencanaan yang jelas akan memudahkan setiap anggota organisasi menjalankan kegiatannya, sehingga dapat memberikan kontribusi secara maksimal dan positif terhadap organisasi.

b. *Organizing*

⁸⁶ Abbas Syahrizal, *Manajemen Perguruan Tinggi: Beberapa Catatan*, (Jakarta: Kencana, 2008), hal. 16

Organizing atau pengorganisasian merupakan pengurusan dan penataan semua sumberdaya yang tersedia dalam organisasi tersebut, baik sumberdaya manusia maupun sumberdaya material. Penataan sumberdaya organisasi didasarkan atas konsep yang tepat melalui masing-masing fungsi seperti persyaratan tugas, tata kerja, penanggung jawab, dan relasi antar fungsi. Fungsi-fungsi ini membentuk suatu hubungan dalam sistem, di mana bagian yang satu menunjang bagian yang lain dan lini yang satu bergantung pada lini yang lain. Dengan demikian, pengorganisasian merupakan kegiatan menjalin hubungan antar semua aktivitas kerja, penggunaan tenaga kerja, dan pemanfaatan semua sumberdaya, melalui struktur formal dengan kewenangan masingmasing.

c. *Actuating*

Actuating atau penggerakan merupakan kegiatan menggerakkan dan mengendalikan semua sumberdaya organisasi dalam usaha pencapaian sasaran. Dalam penggerakan (*actuating*) dilakukan penyatuan semua kegiatan dan penciptaan kerjasama dari seluruh lini, sehingga tujuan organisasi dapat dicapai dengan lancar dan efisien.

d. *Controlling*

Controlling atau pengawasan, merupakan sesuatu yang perlu dilaksanakan agar para anggota organisasi dapat bekerjasama dengan baik, dan pergerakan yang sama ke arah pencapaian sasaran dan tujuan umum organisasi.

Pengawasan dilakukan untuk mengukur hasil pekerjaan, guna menghindari penyimpanganpenyimpangan, dan jika diperlukan segera melakukan tindakan yang tegas terhadap berbagai penyimpangan yang terjadi.

Selanjutnya, pemecahan masalah dalam tindakan kognitif dikemukakan oleh Hayes dalam Solso dengan alur yang telah terlampir

dalam bab kerangka teori sehingga dapat dianalisis implementasi teori pemecahan masalah dalam tindakan kognitif dapat disimpulkan dalam tabel rancang bangun manajemen dalam menghadapi probelmatika psikologis jemaah haji sebaga berikut ini:

Tabel 5 Implementasi Teori Pemecahan Masalah dalam Rancang Bangun Manajemen

No	Tindakan Kognitif	Dimensi Manajemen	Implementasi permasalahan
1.	Mengidentifikasi Masalah	Planning dan Organizing	Kebijakan pembatalan pemberangkatan haji di era pandemi menimbulkan permasalahan pada jemaah, salah satunya adalah problematika psikologis
2.	Representasi masalah	Planning	Problematika Psikologis yang dialami jemaah batal haji di era pandemi akan mengakibatkan masalah dalam kesehatan psikis atau mental yang kemudian akan berpeluang berdampak juga pada kesehatan fisik jemaah yang akan mempengaruhi istitha'ah jemaah
3.	Merencanakan	Planning	Dibutuhkan penanganan

	sebuah solusi		untuk menghadapi problematika psikologis jemaah batal haji di era pandemi dalam aspek kognitif seperti: adanya pelayanan kesehatan dan monitoring psikologis untuk jemaah, konseling untuk jemaah, pembinaan bagi pembimbing dalam memahami psikologis untuk jemaah
4.	Merealisasikan rencana	Organizing dan Actuating	Mengajukan rancang bangun penanganan problematika psikologis dengan kerjasama seluruh pihak pemangku kebijakan
5.	Mengevaluasi rencana	Controlling	Mempertimbangan perencanaan yang akan diusulkan dan melihat kemampuan dan urgensi perencanaan kebijakan
6.	Mengevaluasi Solusi	Controlling	merefleksikan proses pemecahan masalah ini dan menggunakan pengetahuan ini sebagai cara pemecahan masalah di masa depan

			(menemukan di bagian mana kesalahan saya)
--	--	--	---

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Kesimpulan yang dihasilkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Problematika psikologis yang dialami jemaah batal haji di era pandemi adalah kecemasan. Kecemasan yang dialami jemaah batal haji di era pandemi adalah jenis kecemasan sesaat atau *state anxiety*. Kecemasan jenis ini adalah kecemasan yang timbul karena jemaah mengalami kejadian yang tidak diinginkan yaitu jemaah menghadapi kebijakan pembatalan keberangkatan haji di tahun keberangkatan selama dua tahun berturut-turut sehingga jemaah terpaksa mengalami penundaan keberangkatan dalam waktu yang tidak dapat dipastikan.
2. Upaya yang dilakukan jemaah haji dalam perspektif psikologi kognitif adalah dengan membangun pola pikir positif yang masuk dalam kategori strategi *coping* individu dengan jenis *Emotion Focused Coping*. Jenis Strategi *coping* ini lebih menekankan pada aspek pengaturan emosi yang dilakukan oleh jemaah yang diperoleh dari beberapa cara diantaranya membangun pola pikir positif yang dibangun dari individu (jemaah) itu sendiri, dan dukungan dari orang-orang terdekat seperti keluarga dan kerabat, kyai atau guru, pembimbing dan lain-lain, sehingga dari cara-cara ini dirasakan dapat mengurangi kecemasan yang dialami.

Dari pihak pemerintah sendiri upaya yang dilakukan adalah berupa pemberian bimbingan keagamaan untuk penguatan mental yang disampaikan pembimbing dalam proses manasik, namun untuk pelayanan khusus dalam kesehatan psikologis jemaah belum ada karena pelayanan kesehatan hanya fokus pada pelayanan fisik sehingga diharapkan dengan adanya permasalahan ini dapat menjadi rekomendasi kebijakan terkait perhatian untuk pelayanan psikologis jemaah.

B. Saran

Realita problematika psikologis yang dialami jemaah batal haji di era pandemi memberikan pertimbangan dan saran:

1. Dilakukan bimbingan dan arahan oleh pembimbing dalam aspek kognitif dengan jalan membangun pikiran yang positif dalam menghadapi kebijakan batal haji di era pandemi.
2. Pertimbangan kebijakan pemerintah dalam perhatian terhadap aspek kesehatan psikologis jemaah, misalnya dengan cara *monitoring* untuk kesehatan psikologis jemaah, konseling untuk jemaah, serta pembinaan bagi pembimbing dalam memahami psikologis untuk jemaah.

C. Penutup

Dengan mengucapkan puji syukur kehadiran Allah SWT atas Rahmat dan Ridha-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan tugas penulisan skripsi ini dengan baik dan lancar. Peneliti menyadari masih banyak kekurangan dan kesalahan dalam penulisan sehingga masih belum sempurna. Dengan menyadari keterbatasan tersebut, maka dari itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun supaya menjadi bekal untuk perbaikan dalam penulisan skripsi ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Annisa, Dona Fitri dan Ifdil. 2016. *Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia)*, Jurnal Konselor Volume 5 Number 2 June 2016, pp 93-99.
- Arifin. 2004. *Psikologi Dakwah: Suatu Pengantar Studi*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Atkinson. 1993. *Pengantar Psikologi Edisi Kedelapan Jilid 2, Alih Bahasa: Nurdjaman Tufic*. Jakarta: Erlangga.
- Dirgayunita, Aries. 2016. *Depresi, Ciri dan Penyebabnya*, Journal An-nafs: Kajian dan Penelitian Psikologi, Vol. 1 No. 1 Juni, hal. 12
- Fauziah, Namirotu dkk. 2018. *Parent's Anxiety Towards Juvenile Delinquency Phenomenon In Bandung Indonesia*, NurseLine Journal Vol. 3 No. 2 Nopember 2018: 52-59, Universitas Padjajaran: Bandung
- Febriar, Silvia Riska. 2019. *Urgensi Psikologi dalam Aktivitas Dakwah*. Jurnal An-Nida Juli-Desember 2019.
- Ghufron, dkk. 2009. *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Arruz Media.
- Gould. *What is Perceptions*. Diakses dari <http://uwf.edu/jgoud/perception.pdf>
- Hasan, M. Iqbal. *Pokok-pokok Mater Metode Penelitian dan Aplikasinya*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Hasanah, Hasyim dan Ainun Fadhillah. 2018. *Problem Religiusitas dan Coping Spiritual Pada Anak Berhadapan Hukum*. Sawwa: Jurnal Studi Gender-Vol 13 No1 (2018), p-ISSN 1978-5623 E- ISSN 2581-1215.
- Jamil, Abdul, dkk. 2020. *Pengembangan Kurikulum Program Studi Haji dan Umroh*. Semarang: fatawa Publishing,
- Jarvis, Matt. 2010. *Teori-teori Psikologi: Pendekatan Modern untuk Memahami Perilaku, Perasaan dan Pikiran Manusia*. Nusa Media: Bandung.
- Kemendikbud. 2002. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Kutash dan Sclesinger. 1981. *Handbook on Stress and Anxiety*. San Fransisco: California.
- Lumongga, Namora. 2009. *Depresi: Tinjauan Psikologis*. Jakarta: Kencana.
- Mintarsih, Widayat 2017. *Pendampingan Kelas Ibu Hamil Melalui Layanan Bimbingan dan Konseling Islam untuk Mengurangi Kecemasan Proses*

- Persalinan*. UIN Walisongo Semarang: Jurnal Sawwa- Volume 12 Nomor 2, April 2017.
- Moleong, Lexy J.. 2002. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Mubarok, Achmad. 2014. *Psikologi Dakwah: Membangun Cara Berfikir dan Merasa*. Malang: Madani Press.
- Nazir, Mohamad. 2005. *Metode Penelitian*. Bogor: Graha Indonesia.
- Nevid, Jeffrey dkk. 2014. *Psikologi Abnormol di Dunia yang Terus Berubah: Edisi Kesembilan Jilid 1*, Alih Bahasa: Kartika Yuniarti. Jakarta: Erlangga.
- Pangastuti, Maya. 2014. *Efektifitas Pelatihan Berpikir Positif untuk Menurunkan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Nasional Pada Siswa SMA*, *Persona Jurnal Psikologi Indonesia*, Januari, Vol.3, No. 01, hal 38.
- Pratama, Ega Gilang. 2014. *Tingkat Kecemasan Atlet Sepakbola Persib U-21 yang Pernah Mengalami Cedera Pada Saat Menghadapi Kompetisi Isl U-21*. Universitas Pendidikan Indonesia..
- Ramadhanti, Hertie Febrian. 2017. *Hubungan Antara Strategi Coping dengan Psychological Distress pada Perawat ICU*. Yogyakarta: Universitas Mercu Buana.
- Sabri, Ahmad. 2005. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Quantum Teaching.
- Saleh, Adnan Achiruddin. 2018. *Pengantar Psikologi*. Makassar: Aksara Timur.
- Sarafino. 1988. *Health Psikologi Biopsycho sosial interaction*. USA: Jhon Wlley and Sour.
- Sattar, Abdul dkk. 2021. *Implementasi Manasik Haji Alternatif Pembelajaran Manasik Calon Jamaah Haji Kota Semarang*. Semarang: Fatawa Publishing.
- Schwartz, Steven. 2000. *Abnormal Psychology: a discovery approach*. California: Mayfield Publishing Company.
- Soesilo, Aloysius. *Distress Psikologis dan Strategi Coping*. Salatiga: Universitas Kristen Satya Wacana.
- Solso, Robert L. dkk. 2007. *Psikologi Kognitif: Edisi Kedelapan, Alih Bahasa: Mikael Rahardanto dan Kristianto Batuadji*. Jakarta: Erlangga.

- Spielberger. 1972. *Anxiety current trends in theory and research*, vol. 1. New York: Harper and Row Publisher.
- Spielberger. 1997. *Understanding Stress and Anxiety*, (New York: Harper and Row Publisher.
- Suardiman dan Siti Supartini. 2011. *Psikologi Usia Lanjut*. Yogyakarta : Gajah Mada University Press.
- Sugiyono,. 2018. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian: Kualitatif, Kuantitatif, dan R &D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharnan. 2005. *Psikologi Kognitif*. Surabaya: Srikandi.
- Suharsimi Arikunto. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : PT. Rineka Cipta Cet.XII
- Syahrizal, Abbas. 2008. *Manajemen Perguruan Tinggi: Beberapa Catatan*. Jakarta: Kencana
- Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra. 2009. *Manajemen Emosi (Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif dalam Hidup Anda)*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Umniyah Saleh. *Anxiety Disorder: Memahami Gangguan Kecemasan, Jenis-Jenis, Gejala, Perspektif Teoritis dan Penanganan*. Makasar: Unversitas Hasanuddin.
- Utomo, Ario Budi. 2019. *Pengaruh Optimisme Terhadap Distres Psikologis pada Korban Bullying di Universitas X*. Universitas Negeri Jakarta.
- Vera Dewi Susanti. 2018. *Analisis Kemampuan Kognitif dalam Pemecahan Masalah Berdasarkan Kecerdasan Logis-Matematis*, Jurnal Matematika dan Pendidikan Matematika Vol. 3 No.1 Maret.
- Wafiq, Ahmad Ahsanul. 2019. *Hubungan Antara Mindfulness dengan Distress Psikologis Pada Penyandang Diabetes Miletus Tipe III*, Skripsi Universitas Sunan Ampel Surabaya.
- Yuliana, Fitria 2018. *Pengaruh Kombinasi Terapi Musik dengan Deep Breathing Exercise terhadap Kecemasandan Parameter Fisiologys Pada Klien Dengan Ventilasi Mekanik*, Tesis Unversitas Airlangga: Surabaya.

Data Kantor Urusan Agama (KUA) Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak tentang data calon jemaah haji tahun 2020.

KMA Nomor 494 Tahun 2020 tentang Pembatalan Keberangkatan Jemaah Haji Pada Penyelenggaraan Ibadah Haji Tahun 1441 H/2020 M.

KMA Nomor 660 Tahun 2021 tentang Pembatalan Keberangkatan Jemaah Haji Pada Penyelenggaraan Ibadah Haji Tahun 1442 H/2021 M.

Chomsah, Aida. *5 Psikologi Calhaj yang Batal Berangkat Th 2020, Tahun Bersejarah yang Pahit*. Diakses tanggal Selasa, 09 Juni 2020 pukul 9:21 WIB, dalam ntt.kemenag.go.id

Farisa, Fitria Chusna. *Pemberangkatan Haji Tahun Ini Batal, Menteri Agama Minta Masyarakat Ikhlas*. Diakses tanggal 5 Maret 2021 pukul 17.21 WIB, dalam Kompas.com

Gunadha, Reza dan Fitri Asta Pramesti. *Arab Saudi Batasi Kuota Jemaah Haji 2020, Hanya Sekitar 1000 Orang*. Diakses tanggal 7 Maret 2021 pukul 15.23 WIB, dalam Suara.com

Parapuan. *WHO Resmi Sebut Virus Corona Covid-19 sebagai Pandemi Global*". Diakses tanggal 2 Maret 2021 pukul 09.37 WIB, dalam Kompas.com

Subardjo, Ratna Yunita Setiyani. *Batal Haji, Ini Dampak Psikologisnya*. Diakses tanggal Rabu, 03 Juni 2020 pukul 21.37 WIB, dalam www.kompastv.com

Wawancara dengan Bapak Sri Suboko, Sabtu 13 Agustus 2021, pukul 16.33 WIB

Wawancara dengan Bapak Sri Suboko pada Selasa, 15 Desember 2020 WIB

Wawancara dengan narasumber Rh pada Selasa, 28 September 2021, pukul 15.47 WIB

Wawancara dengan narasumber Sh pada Senin, 27 September 2021, pukul 16.21 WIB

Wawancara dengan narasumber Ac pada Rabu, 06 Oktober 2021, pukul 09.23 WIB.

Wawancara dengan narasumber Ll pada Minggu 03 Oktober 2021, pukul 17.05 WIB

Wawancara dengan narasumber My pada Senin 04 Oktober 2021, pukul 08.17 WIB.

Wawancara dengan narasumber Sq pada Minggu, 10 Oktober 2021, pukul 15.33

WIB.

Wawancara dengan narasumber Sy pada Rabu, 06 Oktober 2021, pukul 10.47

WIB.

Wawancara dengan narasumber Sn pada Selasa, 05 Oktober 2021 pukul 16.53

WIB.

LAMPIRAN-LAMPIRAN

A. Daftar Pertanyaan Wawancara

Data Umum

- a. Sejak kapan Bapak/Ibu mendaftar haji?
- b. Berapa lama masa tunggu apabila dihitung sampai sekarang?
- c. Apa alasan (motivasi) bapak/ibu mendaftar haji?
- d. Darimana bapak/ibu mendapatkan biaya untuk naik haji?
- e. Bagaimana pendapat bapak/ibu tentang cita-cita bisa naik haji?

Pengkajian indikator gambaran aspek kecemasan yang dirasakan

1. Bagaimana reaksi pertama bapak/ibu ketika mendengar berita batal haji?
2. Adakah perasaan bapak/ibu yang sampai menangis?
3. Bagaimana perbedaan reaksinya ketika berita batal haji di tahun 2020 dan 2021?
4. Bagaimana kesedihan yang bapak/ibu rasakan?
5. Apa yang membuat bapak/ibu sedih?
6. Apakah Bapak/ibu merasakan perasaan gelisah, kerisauan hati memikirkan keputusan pembatalan haji di masa pandemi?
7. Apakah Bapak/ibu merasakan rasa kesal tentang kenapa harus terjadi ketika tahun keberangkatan saya? Bagaimana bapak/ibu menjelaskannya?
8. Adakah bapak/ibu merasa takut dan khawatir terkait kepastian keberangkatan haji?
9. Terkait kesedihan, kekhawatiran dan kegelisahan serta perasaan lain yang dirasa tidak nyaman yang ibu rasakan, berapa lama ibu mengalaminya?
10. Menurut bapak/ibu keputusan batal haji di masa pandemi sangat mempengaruhi perasaan bapak/ibu?
11. Apakah perasaan tersebut masih ada sampai sekarang?

12. Untuk perasaan-perasaan yang dirasakan tersebut, apakah mempengaruhi kesehatan bapak/ibu?

Faktor penyebab Kecemasan

1. Menurut bapak/ibu, perasaan-perasaan yang bapak/ibu alami diakibatkan karena apa?
2. Apakah dengan karena pikiran bapak/ibu sendiri memikirkan keputusan batal haji?
3. Adakah penyebab lain selain memikirkan keputusan batal haji di era pandemi? Misal faktor dari lingkungan sekitar adanya kerabat atau tetangga yang bertanya terkait kepastian berangkat haji?
4. Apakah pertanyaan-pertanyaan tersebut membuat bapak/ibu merasa tidak nyaman?

Upaya yang dilakukan dalam menghadapi kecemasan

1. Bagaimana cara bapak/ibu menanggapi perasaan-perasaan tidak nyaman yang dirasakan akibat batal haji seperti ini?
2. Bagaimana cara bapak/ibu supaya tetap bisa tenang dan merasa aman dengan keadaan yang terjadi?
3. Bagaimana cara bapak/ibu supaya bisa mampu dan kuat dalam menghadapi kenyataan yang terjadi saat ini?
4. Apakah ada upaya berpikir optimis segera bisa naik haji yang membuat bapak/ibu merasa lebih tenang?
5. Bagaimana cara bapak/ibu membuat hati bapak/ibu yakin dan percaya diri?
6. Bagaimana bapak/ibu dapat membangun pikiran positif (baik) dalam menghadapi kenyataan seperti ini?
7. Bagaimana cara bapak/ibu menenangkan diri dalam menanggapi perasaan tersebut?
8. Selain cara yang telah disebutkan adakah cara lain yang bapak/ibu lakukan?

9. Selain perasaan tidak nyaman yang dirasakan akibat batal haji, apakah bapak/ibu juga sering mengalami perasaan sedih sehari-harinya?

Evaluasi

1. Dengan keadaan yang telah terjadi sekarang, Bagaimana harapan bapak/ibu untuk teman-teman sesama jamaah?
2. Bagaimana harapan bapak/ibu untuk Pemerintah dalam menyelesaikan permasalahan perasaan tidak nyaman yang bapak/ibu rasakan? Misal adanya pembinaan, kegiatan penguatan batin dan lain lain.
3. Apa harapan bapak/ibu untuk kebijakan haji yang akan datang?
4. Menurut bapak/ibu apa yang seharusnya dilakukan Pemerintah dalam hal ini?
5. Bagaimana kesan dan pesan bapak/ibu saat dimintai keterangan atas apa yang saya lakukan?
6. Bagaimana saran bapak/ibu kepada saya sebagai mahasiswa manajemen haji dan umrah untuk pertimbangan kebijakan haji dan umrah di masa yang akan datang?

B. Transkripsi Wawancara

TRANSKIP WAWANCARA

Data Umum

- a. Sejak kapan Bapak/Ibu mendaftar haji?
“Sejak 2011”
- b. Berapa lama masa tunggu apabila dihitung sampai sekarang?
Sekitar 11 tahun
- c. Apa alasan (motivasi) bapak/ibu mendaftar haji?
“Ya tentu karena haji itu kan bagian dari menyempurnakan agama ya mbak. Masuk dalam rukun islam, dan sekiranya kami diberi kemampuan ya berusaha menunaikan”.
- d. Darimana bapak/ibu mendapatkan biaya untuk naik haji?
Dari nabung mbak.
- e. Bagaimana pendapat bapak/ibu tentang cita-cita bisa naik haji?
“Ini cita-cita lama. Jadi karena bagian dari ibadah juga ya ditunaikan”.

Pengkajian indikator gambaran aspek kecemasan yang dirasakan

1. Bagaimana reaksi pertama bapak/ibu ketika mendengar berita batal haji?
“ Yang pasti kaget, sedih, kecewa sekali”.
2. Adakah perasaan bapak/ibu yang sampai menangis?
“Kalau nangis, ya ada semacam hanyut gitu dalam perasaan. Kok sampai gagal berangkat lagi.”
3. Bagaimana perbedaan reaksinya ketika berita batal haji di tahun 2020 dan 2021?
“ Lebih kaget yang 2020 karena tanpa aba-aba udah benar-benar banyak persiapan ternyata dibatalkan. Tapi kalau 2021 mungkin tetap kecewa lagi. Lha iya kok sampai gagal yang kedua kalinya..”
4. Bagaimana kesedihan yang bapak/ibu rasakan?
“ Ya sedih gitu dipikir, mau naik haji kok gagal terus. Aku sudah persiapan beli ini itu untuk persiapan haji mbak”

5. Apa yang membuat bapak/ibu sedih?
“Ya sedihnya karena udah menunggu bertahun-tahun ditunggu lama ketika sudah mau berangkat ternyata harus ditunda.”
6. Adakah perasaan gelisah, kerisauan hati memikirkan keputusan pembatalan haji di masa pandemi?
” Kalau gelisah ya mikirin nanti umurnya sampai tidak. Karena kan namanya fisik ga sehat terus.”
7. Adakah rasa kesal tentang kenapa harus terjadi ketika tahun keberangkatan saya? Bagaiman bapak/ibu menjelaskannya?
” Ada, kayak ada pikiran. Kenapa ya harus terjadi kok pas keberangkatan saya tapi ya sudah itu kan spontan setelah itu dibawa ikhlas.”
8. Adakah bapak/ibu merasa takut dan khawatir terkait kepastian keberangkatan haji?
” Takutnya kayak dulu pas 2020 juga dikasih harapan 2021 berangkat. Benar-benar sudah optimis terus gagal juga jadi kayak rasanya takut kecewa lagi.
9. Terkait kesedihan, kekhawatiran dan kegelisahan serta perasaan lain yang dirasa tidak nyaman yang ibu rasakan, berapa lama ibu mengalaminya?
”Ya perasaannya rata-rata memang itu mbak.”
10. Menurut bapak/ibu keputusan batal haji di masa pandemi sangat mempengaruhi perasaan bapak/ibu?
” Pengaruh mbak, kan namanya juga udah punya cita-cita batal kan manusiawi kalau mempengaruhi perasaan.”
11. Apakah perasaan tersebut masih ada sampai sekarang?
” Kalau sekarang udh mulai ditata hatinya, dibuat ikhlas.”
12. Untuk perasaan-perasaan yang dirasakan tersebut, apakah mempengaruhi kesehatan bapak/ibu?
” “ Ya...Aku itu kepikiran mbak, terus sakit, terus sekarang begini. Aku dulu belum begini keadaannya mbak, masih bisa manasik, masih bisa pergi-pergi. Memang ada riwayat darah tingi juga. Sekarang udah ga

bisa pergi-pergi jauh mbak. ke pasar sudah enggak, acara jamiyyahan juga udah enggak. Paling di rumah aja. Lha jalan aja kesulitan. Kemarin diinfokan katanya semua calon jemaah harus setor surat vaksin, ya aku vaksin mbak, tapi karena kondisiku yang sseperti ini akhirnya petugas vaksinnya yang datang ke rumah, karena aku ga bisa kemana-mana mbak”

Faktor penyebab Kecemasan

1. Menurut bapak/ibu, perasaan-perasaan yang bapak/alami diakibatkan karena apa?

” Ya sedihnya karena kecewa sudah bahagia mau berangkat harus batal/ditunda hajinya.”

2. Apakah dengan karena pikiran bapak ibu sendiri memikirkan keputusan batal haji?

” Iya karena dari pikiran aja, sudah banyak persiapan ternyata gagal berangkat. Aku ya udah punya persiapan tabungan uang saku untuk berangkat haji, lha kok ga jadi haji, kepikiran. Terus yasudah uangnya untuk modal tanam di sawah malah gagal panen”

3. Adakah penyebab lain selain meikirkan keputusan batal haji di era pandemi? Misal faktor dari lingkungan sekitar adanya kerabat atau tetangga yang bertanya terkait kepastian berangkat haji?

” Ada kerabat yang tanya kapan berangkat dan lain lain. Juga bingung jawabnya.”

4. Apakah pertanyaan-pertanyaan tersebut membuat bapak/ibu merasa tidak nyaman?

” Enggak. Tidak terlalu saya pikirkan yang orang lain katakan. Karena ini sudah keputusan.

Upaya yang dilakukan dalam menghadapi kecemasan

1. Bagaimana cara bapak/ibu menanggapi perasaan-perasaan tidak nyaman yang dirasakan akibat batal haji seperti ini?

” Ya dibuat istighfar, perbanyak menata hati, juga mendapat dukungan juga dari keluarga.”

2. Bagaimana cara bapak/ibu supaya tetap bisa tenang dan merasa aman dengan keadaan yang terjadi?

”Ya dibuat sabar. Menyadari ini ujian dari Allah. Dibuat berpikir yang positif terus.”

3. Bagaimana cara bapak/ibu supaya bisa mampu dan kuat dalam menghadapi kenyataan yang terjadi saat ini?

” Ya sama tadi, pokoknya ini sudah ketetapan.”

4. Apakah ada upaya berpikir optimis segera bisa naik haji yang membuat bapak/ibu merasa lebih tenang?

”Iya. Kalau Allah menakdirkan InsyaAllah akan diridhoi bisa berangkat.”

5. Bagaimana cara bapak/ibu membuat hati bapak/ibu yakin dan percaya diri?

” Yakin saja. Kan nanti dibuat sabar. Semoga pelan-pelan haji sudah bisa diperbolehkan. Itu umrah juga kan udah mulai ada yang berangkat katanya”

6. Bagaimana bapak/ibu dapat membangun pikiran positif (baik) dalam menghadapi kenyataan seperti ini?

” Ya tadi, lama-lama dibua sabar dan sadar mbak, dapat dukungan dari keluarga, dibuat pikiran positif yakin sama Allah”

7. Bagaimana cara bapak/ibu menenangkan diri dalam menanggapi perasaan tersebut?

”Ya dibuat mikir yang seneng-seneng. Dilampiaskan memikirkan hal lain yang membuat bahagia.”

8. Selain cara yang telah disebutkan adakah cara lain yang bapak/ibu lakukan?

”Ya memang rata-rata kan dari pikiran. Nanti kalau dipikir terus gak dibuat yang positif saya jadi malah tambah jadi sakit”

9. Selain perasaan tidak nyaman yang dirasakan akibat batal haji, apakah bapak/ibu juga sering mengalami perasaan sedih sehari-harinya?

"Alhamdulillah tidak. Jadi mengalami cemas, sedih pas memang ngalamin batal haji ditambah ujian yang saya jelaskan tadi."

Evaluasi

1. Dengan keadaan yang telah terjadi sekarang, Bagaimana harapan bapak/ibu untuk teman-teman sesama jamaah?

"Harapannya semoga keadaannya segera membaik. Diberi kesehatan. Bisa berangkat ke tanah suci dengan segera."

2. Bagaimana harapan bapak/ibu untuk Pemerintah dalam menyelesaikan permasalahan perasaan tidak nyaman yang bapak/ibu rasakan? Misal adanya pembinaan, kegiatan penguatan batin dan lain lain.

"Iya bisa kita dikumpulin, saling menguatkan. Sama-sama biar bisa ikhlas dan berdo'a semoga bisa segera berangkat."

3. Apa harapan bapak/ibu untuk kebijakan haji yang akan datang?

"Kebijakan sudah saya serahkan pemerintah. Saya percaya haji ini sudah diatur baik oleh yang menyelenggarakan."

4. Menurut bapak/ibu apa yang seharusnya dilakukan Pemerintah dalam hal ini?

"Bisa segera diberi kabar kapan untuk bisa berangkat haji."

5. Bagaimana kesan dan pesan bapak/ibu saat dimintai keterangan atas apa yang saya lakukan?

"Ya senang, jadi kita bisa saling berbagi, bicara. Dan Terimakasih sudah mau silaturahmi kesini ya."

6. Bagaimana saran bapak/ibu kepada saya sebagai mahasiswa manajemen haji dan umrah untuk pertimbangan kebijakan haji dan umrah di masa yang akan datang?

"Semoga ilmunya manfaat, dan bisa berguna untuk haji Indonesia."

C. Foto Wawancara



Gambar 5 Wawancara dan Perizinan Penelitian dengan Kepala KUA



Gambar 6 Wawancara dengan Pembimbing Haji

D. Kuisisioner Bagian “STATE”

KUISISIONER BAGIAN “STATE”

Nama: _____ Tanggal: _____

Umur: _____ Jenis Kelamin (lingkari): L / P

Dibawah ini adalah sejumlah pernyataan yang digunakan untuk menggambarkan diri mereka sendiri. Bacalah setiap pernyataan dan centangi nomor yang sesuai yang terletak di kanan pernyataan untuk meunjukkan bagaimana perasaan anda *“Saat ini dengan kondisi anda sebagai calon jemaah yang mengalami batal haji di tahu 2020/2021”*. Tidak ada jawaban benar dan salah. Jangan menghabiskan waktu terlalu lama pada setiap pernyataan, berikan jawaban yang paling baik dalam menggambarkan perasaan anda saat ini (sekarang).⁸⁷

No.	Perasaan	Sama sekali tidak merasakan	Sedikit merasakan	Cukup merasakan	Sangat merasakan
1.	Saya merasa tenang				
2.	Saya merasa aman				
3.	Saya merasa tegang				
4.	Saya merasa tertekan				
5.	Saya merasa tentram				
6.	Saya merasa kesal				
7.	Saya merasa khawatir akan mengalami kemalangan				

⁸⁷ Sudah diperiksa dan disahkan oleh Psikolog

8.	Saya merasa puas				
9.	Saya merasa takut				
10.	Saya merasa nyaman				
11.	Saya merasa percaya diri				
12.	Saya merasa gugup				
13.	Saya merasa gelisah				
14.	Saya merasa tidak dapat memutuskan sesuatu				
15.	Saya merasa santai				
16.	Saya sudah merasa cukup dengan kondisi saya saat ini				
17.	Saya merasa khawatir				
18.	Saya merasa bingung				
19.	Saya merasa kuat dalam menghadapi kondisi saya saat ini				
20.	Saya merasa senang				

E. Kuisisioner Bagian “TRAIT”

KUISISIONER BAGIAN “TRAIT”

Nama: _____ Tanggal: _____

Umur: _____ Jenis Kelamin (lingkari): L / P

Dibawah ini adalah sejumlah pernyataan yang digunakan untuk menggambarkan diri mereka sendiri. Bacalah setiap pernyataan dan centangi nomor yang sesuai yang terletak di kanan pernyataan untuk meunjukkan bagaimana perasaan anda *“Pada Umumnya/biasanya”*. Tidak ada jawaban benar dan salah. Jangan menghabiskan waktu terlalu lama pada setiap pernyataan, Berikan jawaban yang paling baik dalam menggambarkan perasaan anda saat ini (sekarang).⁸⁸

No.	Perasaan	Sama sekali tidak merasakan	Sedikit merasakan	Cukup merasakan	Sangat merasakan
1.	Saya merasa senang				
2.	Saya merasa gugup dan gelisah				
3.	Saya merasa puas dengan diri saya sendiri				
4.	Saya berharap saya bisa bahagia seperti halnya orang lain				
5.	Saya merasa				

⁸⁸ Sudah diperiksa dan disahkan oleh Psikolog

	gagal				
6.	Saya merasa lega				
7.	Saya merasa dapat mengendalikan diri				
8.	Saya merasa kesulitan yang saya alami banyak sehingga saya tidak dapat mengatasinya				
9.	Saya terlalu khawatir terhadap sesuatu yang sebenarnya begitu tidak penting				
10.	Saya merasa bahagia				
11.	Saya mempunyai pikiran yang mengganggu/yang menggelisahkan				
12.	Saya merasa kurang percaya diri				
13.	Saya merasa				

	aman				
14.	Saya mudah dalam mengambil keputusan				
15.	Saya merasa kurang mampu				
16.	Saya sudah merasa cukup dengan kondisi saya				
17.	Saya memikirkan hal-hal yang tidak penting dan hal tersebut mengganggu saya				
18.	Saya menanggapi kekecewaan yang saya alami terlalu dalam sehingga sulit untuk melupakannya				
19.	Saya orang yang kuat dalam menghadapi masalah				
20.	Saya merasa tegang dan kacau jika saya				

	memikirkan masalah yang saya alami				
--	--	--	--	--	--

F. Surat Izin Riset



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

Nomor: B-2249/Un.10.4/K/PP.00.9/08/2021

Semarang, 3 Agustus 2021

Lamp. : 1 (satu) bendel

Hal : **Permohonan Izin Riset**

Kepada Yth.
Kepala UPTD Puskesmas Karanganyar 2 Kabupaten Demak
di Demak

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

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

Nama : Fauchana Zahrotul Ainun Nafis
NIM : 1701056011
Jurusan : Manajemen Haji dan Umrah
Lokasi Penelitian : Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak
Judul Skripsi : "Problematika Psikologis Jemaah Batal Haji di Era Pandemi dalam Perspektif Psikologi Kognitif (Studi Kasus Calon Jemaah Haji Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak Tahun 2020)"

bermaksud melakukan riset penggalan data di Puskesmas Karanganyar 2 Kabupaten Demak. Sehubungan dengan itu kami mohonkan izin bagi yang bersangkutan untuk melakukan kegiatan dimaksud.

Demikian atas perhatian dan bantuannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

An. Dekan
Kabag. TU,

SEH BARARAH

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



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

Nomor : B-1743/Un.10.4/K/PP.00.9/06/2021

Semarang, 17 Juni 2021

Lamp. : 1 (satu) bendel

Hal : **Permohonan Izin Riset**

Kepada Yth.
Kepala Kantor Kementerian Agama Kabupaten Demak
di Demak

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

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

Nama : Fauchana Zahrotul Ainun Nafis
NIM : 1701056011
Jurusan : Manajemen Haji dan Umrah
Lokasi Penelitian : Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak
Judul Skripsi : Problematika Psikologis Jemaah Batal Haji di Era Pandemi dalam Perspektif Psikologi Kognitif (Studi Kasus Calon Jemaah Haji Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak Tahun 2020)

bermaksud melakukan riset penggalan data di Kantor Kementerian Agama Kabupaten Demak. Sehubungan dengan itu kami mohonkan izin bagi yang bersangkutan untuk melakukan kegiatan dimaksud.

Demikian atas perhatian dan bantuannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

An. Dekan
Kabag. TU,

SETI BARARAH

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



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

Nomor : B-1744/Un.10.4/K/PP.00.9/06/2021

Semarang, 17 Juni 2021

Lamp. : 1 (satu) bendel

Hal : **Permohonan Izin Riset**

Kepada Yth.
Kepala Kantor Urusan Agama (KUA) Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak
di Demak

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

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

Nama : Fauchana Zahrotul Ainun Nafis
NIM : 1701056011
Jurusan : Manajemen Haji dan Umrah
Lokasi Penelitian : Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak
Judul Skripsi : Problematika Psikologis Jemaah Batal Haji di Era Pandemi
dalam Perspektif Psikologi Kognitif (Studi Kasus Calon Jemaah
Haji Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak Tahun 2020)

bermaksud melakukan riset penggalan data di Kantor Urusan Agama (KUA)
Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak. Sehubungan dengan itu kami mohonkan
izin bagi yang bersangkutan untuk melakukan kegiatan dimaksud.

Demikian atas perhatian dan bantuannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

An. Dekan
Kabag. TU,

SITI BARARAH

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



KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KABUPATEN DEMAK
KANTOR URUSAN AGAMA KECAMATAN KARANGANYAR
Alamat: Jl. Raya Demak - Kudus Km. 17 telp. (0291) 6904987
KARANGANYAR - DEMAK

Nomor : 538/KUA.U.D.I.B/PW.01/10/2021
Hal : Balasan Izin Riset

Kepada
Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Walisongo Semarang
di tempat

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Berdasarkan surat saudara nomor: B-2123/Un.10.4/K/PP.00.9/07/2021 tentang permohonan izin riset di Kantor Urusan Agama Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak, maka dengan ini kami sampaikan bahwa permohonan saudara pada prinsipnya kami setuju untuk mahasiswa atas nama berikut:

Nama : Fauchana Zahrotul Ainun Nafis
NIM : 1701056011
Jurusan : Manajemen Haji dan Umrah

Untuk bisa melakukan riset dengan judul "*Problematika Psikologis Jemaah Batal Haji di Era Pandemi dalam Perspektif Psikologi Kognitif (Studi Kasus Calon Jemaah Haji Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak Tahun 2020)*"

Demikian surat ini kami buat, untuk digunakan sebagaimana mestinya

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Karanganyar, 06 Oktober 2021

Kepala



SUGIHARTO S.Ag.

NIP. 19761225 200501 1004

BIODATA



Nama : Fauchana Zahrotul Ainun Nafis
NIM : 1701056011
Program Studi : S1/Manajemen Haji dan Umrah
TTL : Demak, 01 September 1999
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Ds. Cangkring B RT.05/RW01 Kec. Karanganyar,
Kab. Demak

Jenjang Pendidikan Formal :

1. SDN Cangkring B 2 (Lulus tahun 2011)
2. MTS. Mazro'atul Huda Karanganyar (Lulus tahun 2014)
3. MAN 2 Kudus (Lulus tahun 2017)

Pengalaman Organisasi dan Pengabdian :

1. Himpunan Mahasiswa Manajemen Haji dan Umrah (2018 - 2019)
2. Pengurus Pusat BMC Walisongo (2019 - 2020)
3. Permadani Diksi Semarang Raya (2020)
4. Pejuang Muda Kemensos RI (2021)

Semarang, 30 November 2021

Penulis

Fauchana Zahrotul Ainun Nafis
1701056011