

## **Penyesuaian Diri pada Jamaah Mualaf Etnis Tionghoa di Masjid**

### **Al-Islam Muhammad Cheng Hoo Kota Palembang**

**Faniza Syafitri<sup>1</sup>, Anisa Aulia Nita<sup>2</sup>, Helen Agnesya<sup>3</sup>, Sirria Kholisoh<sup>4</sup>, Nabilla Arselia<sup>5</sup>**

<sup>1-4</sup> Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang

<sup>5</sup> Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Jambi

Corresponding Email: [fanizasyafitri@gmail.com](mailto:fanizasyafitri@gmail.com)<sup>1</sup>, [anisaaulianita@gmail.com](mailto:anisaaulianita@gmail.com)<sup>2</sup>, [helenagnesya0821@gmail.com](mailto:helenagnesya0821@gmail.com)<sup>3</sup>, [sirriakholisoh@gmail.com](mailto:sirriakholisoh@gmail.com)<sup>4</sup>, [nabillaarselia@gmail.com](mailto:nabillaarselia@gmail.com)<sup>5</sup>

Number Whatsapp: 0821 7825 4430

#### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan proses penyesuaian diri mualaf etnis Tionghoa setelah memeluk agama Islam, khususnya dalam aspek psikologis, sosial, dan keagamaan. Latar belakang penelitian ini berangkat dari berbagai tantangan yang dihadapi mualaf Tionghoa, seperti perubahan identitas agama, dinamika hubungan keluarga, persepsi masyarakat, serta kebutuhan akan dukungan komunitas dalam menjalani kehidupan sebagai muslim baru. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan melibatkan dua partisipan yang merupakan mualaf Tionghoa aktif dalam kegiatan pembinaan di Masjid Al-Islam Muhammad Cheng Hoo Kota Palembang. Fokus penelitian diarahkan pada lima aspek penyesuaian diri, yakni penyesuaian pribadi, harmoni pribadi, kemampuan menghadapi guncangan, frustrasi dan konflik tanpa tekanan emosional yang berlebihan, penyesuaian sosial, serta harmoni dengan lingkungan. Data dikumpulkan melalui metode triangulasi berupa wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mualaf Tionghoa mampu beradaptasi secara bertahap dengan dukungan signifikan dari keluarga, pengurus masjid dan jamaah, yang berperan dalam meningkatkan rasa aman, kepercayaan diri, dan penerimaan diri. Meski demikian, mereka tetap menghadapi hambatan seperti tekanan keluarga non-muslim, stereotip budaya, serta kesulitan awal dalam memahami ajaran Islam. Proses penyesuaian diri mualaf Tionghoa berlangsung positif apabila didukung oleh lingkungan sosial dan komunitas yang inklusif, meskipun tantangan internal maupun eksternal tetap ada.

**Kata Kunci:** Masjid, Mualaf, Penyesuaian Diri, Tionghoa

#### **Abstract**

*This study aims to describe the adjustment process of ethnic Chinese converts after embracing Islam, particularly in psychological, social, and religious aspects. The background of this study stems from the various challenges faced by Chinese converts, such as changes in religious identity, family dynamics, public perception, and the need for community support in living as new Muslims. This study uses a descriptive qualitative method involving two participants who are Chinese converts active in coaching activities at the Al-Islam Muhammad Cheng Hoo Mosque in Palembang. The research focuses on five aspects of adjustment, namely personal adjustment, personal harmony, the ability to cope with shocks, frustration and conflict without excessive emotional pressure, social adjustment, and harmony with the environment. Data was collected through triangulation methods in the form of in-depth interviews, observation, and documentation. The results of the study show that Chinese converts are able to adapt gradually with significant support from family, mosque administrators and congregations, who play a role in increasing their sense of security, self-confidence, and self-acceptance. However, they still face obstacles such as pressure from non-Muslim families, cultural stereotypes, and initial difficulties in understanding Islamic teachings. The adjustment process of Chinese converts is positive when supported by an inclusive social environment and community, even though internal and external challenges remain.*

**Keywords:** Mosque, Convert, Adjustment, Chinese

## **Pendahuluan**

Palembang merupakan salah satu kota tertua di Indonesia yang diperkirakan berdiri sekitar masa 682 M berdasar pada prasasti Kedukan Bukit yang dimulai dari masa kerajaan Sriwijaya. Palembang juga menjadi pusat studi agama Buddha pada saat itu di masa kerajaan Sriwijaya, yang kemudian mulai tergantikan dengan munculnya kesultanan sehingga menjadi pusat pembelajaran agama islam. Sehingga di Kota Palembang terdapat wisata religi yang didirikan dan sangat terkenal karena gabungan nuansa melayu dan Tiongkok, yaitu Masjid Al-Islam Muhammad Cheng Hoo (Ali & Yanto, 2020).

Masjid berakar dari Bahasa Arab yaitu sajada-yasjudu-sujudan yang artinya rasa hormat melalui tindakan tunduk, patuh, dan taat. Kata masjid masuk ke dalam isim makan, yaitu menunjukkan tempat, sehingga masjid diartikan sebagai tempat untuk bersujud dengan penuh kepatuhan dan ketaatan. Al-Qur'an menyebut kata Masjid didalamnya sebanyak 28 kali (Eliyawati et al., 2023). Menurut Aryati et al. (2025) masjid juga dapat menjadi pusat pembinaan agama untuk membimbing para mualaf yang sedang berusaha memahami agama islam, salah satunya Masjid Al-Islam Muhammad Cheng Hoo di Kota Palembang sebagai tempat pembinaan para mualaf yang berasal dari etnis Tionghoa.

Merujuk dari bahasa arab yang mengartikan mualaf sebagai bentuk menundukkan diri, menyerah serta pasrah, sedangkan secara istilah mualaf merupakan seseorang yang memutuskan untuk pindah ke agama islam serta pemahamannya mengenai agama islam masih awam (Zakirman et al., 2023). Menjadi mualaf bagi seorang mualaf adalah proses transisi yang penting, yang tidak hanya melibatkan perubahan keyakinan tetapi juga penyesuaian diri dalam aspek sosial, budaya, dan psikologis. Dalam beberapa hal, agama merupakan kebutuhan yang tidak dapat dipisahkan dari aspek material maupun nonmaterial kehidupan. Agama memberikan kenyamanan dan kehangatan bagi jiwa manusia yang haus dan lapar akan kesejahteraan, kemakmuran, dan kedamaian. Pada dasarnya, hati manusia cenderung menuju kebaikan dan selalu berusaha untuk memperbaiki diri, terutama dalam aspek agama yang berkaitan dengan jiwa dan hati (Noviza et al., 2015).

Begitu pula dengan mualaf etnis Tionghoa, bagi mereka proses penyesuaian diri ini dapat lebih kompleks karena mereka berada di persimpangan dua identitas, identitas etnis yang telah tertanam sejak lahir dan identitas agama baru yang harus mereka internalisasikan. Tantangan ini sering kali muncul dalam bentuk perubahan pola ibadah, gaya hidup, hubungan keluarga, dan penerimaan sosial dari lingkungan sekitar. Namun, proses penyesuaian bagi para mualaf tidak selalu mulus. Banyak di antara mereka menghadapi hambatan, seperti penolakan atau jarak emosional dari keluarga, tekanan sosial, kurangnya pemahaman tentang ajaran Islam, dan kecemasan dalam mengekspresikan identitas baru mereka. Dukungan komunitas masjid dan efektivitas program bimbingan merupakan faktor penting yang dapat membantu mereka menghadapi perubahan ini. Mengingat fenomena ini, penting untuk mengkaji

bagaimana proses penyesuaian diri etnis Tionghoa di Masjid Al-Islam Muhammad Cheng Hoo berlangsung, faktor-faktor apa yang mempengaruhinya, dan peran masjid dalam memfasilitasi proses adaptasi ini (Noviza et al., 2015). Penyesuaian diri merupakan proses individu dalam berusaha untuk mengatasi ketegangan, perasaan frustrasi dan konflik untuk mencapai harmoni serta kesesuaian diri individu tersebut. Penyesuaian diri dapat membantu dalam mengatasi dan menghadapi setiap perubahan yang terjadi baik berupa tuntutan maupun masalah yang dihadapi (Setiawan et al., 2025).

Dalam kehidupan, terdapat berbagai masalah yang datang dan pergi, termasuk masalah yang berkaitan dengan keragaman. Bagi seorang mualaf, proses perubahan keyakinan tidak hanya merupakan perubahan identitas agama, tetapi juga membawa konsekuensi psikologis, sosial, dan budaya yang kompleks. Seorang mualaf perlu menyesuaikan diri dalam berbagai aspek, mulai dari penyesuaian kepribadian, penyesuaian sosial, hingga penyesuaian dengan lingkungan barunya. Penyesuaian diri bagi mereka yang baru memeluk islam adalah sebuah perjalanan yang memakan waktu dan tidak hanya selesai dengan pengucapan syahadat. Proses ini terus berlangsung melalui usaha untuk memahami prinsip-prinsip islam, menciptakan identitas keagamaan yang baru, serta menjalin relasi sosial yang dapat mendukung perjalanan tersebut (Rohmana, 2019).

Penolakan dari anggota keluarga, perubahan dalam hubungan sosial, dan tekanan untuk memahami prinsip agama seringkali menjadi tantangan awal bagi mereka yang baru memeluk agama, khususnya ketika identitas keagamaan baru tersebut tidak sepenuhnya diakui oleh orang-orang disekitarnya (Sari & Kurniawan, 2021). Dalam konteks mualaf Tionghoa di Masjid Al-Islam Muhammad Cheng Hoo Kota Palembang, tantangan-tantangan ini dapat lebih spesifik dan berlapis. Latar belakang budaya Tionghoa yang kuat, dinamika keluarga, dan lingkungan sosial yang beragam dapat mempengaruhi proses internalisasi nilai-nilai Islam pada mualaf. Mereka mungkin menghadapi resistensi keluarga, perubahan hubungan sosial, pemahaman agama yang terbatas, dan penyesuaian terhadap identitas baru mereka. Selain itu, stereotip sosial terhadap etnis Tionghoa atau mualaf secara umum dapat menciptakan hambatan emosional dan psikologis yang perlu diatasi.

Hambatan yang dihadapi oleh mualaf Tionghoa di Masjid Al-Islam Muhammad Cheng Hoo tentu memerlukan solusi yang tepat agar proses konversi dapat berjalan lancar. Salah satu solusi utama yang telah diterapkan adalah penyediaan dukungan sosial dari pemimpin agama di Masjid Al-Islam Muhammad Cheng Hoo Kota Palembang. Para pemimpin agama ini secara aktif membimbing mualaf melalui pendekatan pribadi dan kegiatan keagamaan, sehingga mualaf dapat memperoleh bimbingan, penguatan spiritual, dan rasa aman dalam menjalani identitas Islam baru mereka.

Selain itu, Masjid Al-Islam Muhammad Cheng Hoo juga secara rutin mengadakan sesi kajian, pengajian maupun majlis ta'lim untuk para mualaf setiap bulannya, yang mencakup topik-topik seperti iman, ibadah, dan pembahasan terkait masalah sosial dan psikologis yang

sering dihadapi para mualaf. Penguatan komunitas mualaf juga memainkan peran besar dalam membantu mereka beradaptasi. Dengan komunitas internal, para mualaf Tionghoa dapat berinteraksi dengan sesama mualaf, berbagi pengalaman, dan memberikan dukungan emosional satu sama lain. Rasa kebersamaan yang terbentuk sangat penting dalam membangun identitas baru sebagai Muslim tanpa harus menghapus identitas budaya Tionghoa mereka.

Sehingga pada penelitian ini bertujuan untuk memahami dan mengetahui penyesuaian diri pada mualaf yang berasal dari etnis Tionghoa sekaligus menjadi jamaah di masjid Al-Islam Muhammad Cheng Hoo Kota Palembang.

Secara manfaat, penelitian ini memiliki manfaat teoritis dan manfaat praktis yang dapat dihasilkan, yaitu:

#### 1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengembangan pada ilmu psikologi terutama dalam kajian psikologi agama melalui proses pemahaman penyesuaian diri pada mualaf etnis Tionghoa di Masjid Al-Islam Muhammad Cheng Hoo yang mencakup aspek spiritual, psikologis, sosial maupun budaya. Temuan penelitian diharapkan dapat menambah literatur bagaimana dukungan sosial, ketahanan psikologis, identitas budaya dapat berperan dalam proses penyesuaian atau adaptasi mualaf sehingga dapat menjadi referensi maupun dasar penelitian selanjutnya mengenai penyesuaian diri dan perpindahan agama (konversi agama).

#### 2. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi:

- a. Peneliti, diharapkan dapat memahami lebih dalam hasil penelitian mengenai penyesuaian diri pada mualaf etnis Tionghoa di Masjid Al-Islam Muhammad Cheng Hoo Kota Palembang.
- b. Masjid Al-Islam Muhammad Cheng Hoo Kota Palembang, dapat lebih mengembangkan program pembinaan mualaf agar lebih efektif serta responsif terhadap kebutuhan psikologis maupun sosial mualaf sehingga dapat meningkatkan kualitas pendampingan secara spiritual bagi mualaf.
- c. Yayasan pembinaan mualaf, diharapkan penelitian ini dapat memberikan masukan mengenai pendekatan yang tepat untuk para mualaf.
- d. Masyarakat umum, agar dapat memahami pentingnya untuk bersikap saling menghormati serta saling menghargai kepada mualaf.
- e. Peneliti selanjutnya, diharapkan dapat menjadi bahan rujukan mengenai penyesuaian diri, mualaf etnis tionghoa, dinamika identitas agama maupun studi pada kelompok minoritas sehingga dapat mengembangkan penelitian pada konteks yang lebih luas.

## **Metode**

Jenis metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif. Penelitian yang berusaha untuk mengangkat fenomena dan realitas sosial melalui pengembangan teori sosial melalui berbagai fenomena dan kasus yang diteliti (Somantri, 2005). Selain itu metode penelitian kualitatif sering disebut sebagai penelitian naturalistik karena dilakukan pada kondisi yang alamiah dan yang menjadi instrumen penelitian yaitu peneliti itu sendiri (Sugiyono, 2013). Metode penelitian ini digunakan untuk memahami secara mendalam bagaimana penyesuaian diri yang dilakukan oleh mualaf di Masjid Al-Islam Muhammad Cheng Hoo yang mana tidak bisa hanya dijelaskan dengan angka saja, namun perlu pemahaman makna pengalaman hidup mereka.

Metode penelitian kualitatif yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan kualitatif deskriptif. Suatu bentuk penelitian untuk mendeskripsikan fenomena-fenomena yang ada dimana peneliti menyelidiki kejadian, fenomena kehidupan individu dan meminta untuk menceritakan kehidupan mereka (Rusandi & Rusli, 2021). Penelitian ini bertujuan untuk memahami dan mengetahui penyesuaian diri pada mualaf yang berasal dari etnis Tionghoa sekaligus menjadi jamaah di masjid Al-Islam Muhammad Cheng Hoo Kota Palembang setelah memeluk agama islam, baik dalam bentuk penyesuaian psikologis, sosial, maupun spiritual. Mereka menceritakan proses-proses serta pengalaman mereka dalam melakukan penyesuaian diri. Bagaimana proses menghadapi hambatan, tantangan, serta usaha untuk menyesuaikan diri terhadap konflik internal setelah individu itu memutuskan untuk menjadi mualaf (Ardhini et al., 2012).

Subjek yang berpartisipasi pada penelitian ini berjumlah 2 orang yang terdiri dari satu orang laki-laki dan satu orang perempuan. Kedua subjek memiliki karakteristik sesuai dengan yang peneliti inginkan yaitu melakukan konversi ke agama islam (mualaf), berasal dari etnis tionghoa, telah menjadi mualaf selama 30 tahun lebih, menjadi jamaah di Masjid Al-Islam Muhammad Cheng Hoo dan bersedia untuk menjadi partisipan penelitian ini. Kedua partisipan ini juga sekaligus menjadi pengurus di Masjid Al-Islam Muhammad Cheng Hoo.

Penelitian dilaksanakan terhitung dimulai dari 2 Oktober – 17 November 2025. Bertempat di Masjid Al-Islam Muhammad Cheng Hoo dan Kantor Kesekretariatan Persatuan Islam Tionghoa Indonesia Sumsel yang beralamat di Jakabaring, Palembang.

Pada penelitian ini variabel yang digunakan adalah penyesuaian diri. Variabel penyesuaian diri ini digunakan kepada mualaf dikarenakan proses konversi agama yang terjadi menyebabkan perubahan-perubahan dalam aspek pribadi, sosial, maupun psikologis. Scheineders menetapkan lima aspek pada penyesuaian diri yaitu aspek penyesuaian pribadi, penyesuaian sosial, harmoni pribadi, keterampilan menyerap guncangan, frustrasi, dan konflik tanpa tekanan emosional yang signifikan serta harmoni dengan lingkungan.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling* yang dibantu langsung oleh seorang sekretaris Masjid Al-Islam Muhammad Cheng Hoo dimana menurut Sugiyono (2013) *purposive sampling* merupakan teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu yang mana dianggap paling tahu tentang apa yang kita harapkan sehingga akan memudahkan peneliti. Teknik dalam penelitian ini menggunakan teknik triangulasi/gabungan untuk pengumpulan data. Teknik triangulasi yang menggabungkan berbagai teknik pengumpulan data yakni observasi, wawancara dan dokumentasi.

Observasi menurut Romdona et al. (2025) adalah metode pengumpulan data melalui pengamatan langsung, fenomena, atau perilaku yang ada di lapangan. Pada penelitian ini, teknik observasi yang digunakan adalah observasi non-partisipan, yang mana dalam hal ini peneliti tidak turut mengambil bagian dalam kehidupan orang-orang yang di observasi (Hasanah, 2016). Menurut Williams (2008) menjelaskan pengamatan ini relatif tidak mencolok dalam strategi penelitian kualitatif dalam pengumpulan data tanpa berinteraksi langsung dengan para partisipan namun secara fisik hadir bersama dengan partisipan penelitian dalam lingkungan naturalistik. Penelitian ini tidak terlibat secara langsung dalam aktivitas yang dilakukan jamaah mualaf tionghoa seperti kajian yang rutin setiap bulannya diadakan dan hanya mengamati tindakan maupun perilaku informan dari jauh terhadap jamaah yang lain ketika aktivitas ibadah dilaksanakan.

Wawancara menurut Huberman dan Miles dalam Romdona et al. (2025) adalah teknik pengumpulan data yang melibatkan interaksi secara langsung antara peneliti dan responden yang mana peneliti mengajukan pertanyaan untuk menggali informasi mendalam mengenai topik yang diteliti. Pada penelitian ini, teknik wawancara yang digunakan adalah teknik wawancara secara mendalam berupa semi terstruktur. Pertanyaan yang ditanyakan pada penelitian ini mencakup pertanyaan umum, pertanyaan mengenai aspek-aspek dari penyesuaian diri, dan pertanyaan mendalam. Dalam mengajukan pertanyaan selama wawancara berlangsung, peneliti menggunakan guide wawancara atau pedoman wawancara agar memudahkan serta memfokuskan pertanyaan-pertanyaan yang akan ditanyakan. Selain itu untuk menunjang wawancara ini, peneliti menggunakan alat bantu rekam suara untuk memudahkan dalam proses pengolahan data.

Dokumentasi merupakan salah satu sumber data untuk melengkapi penelitian berupa sumber tertulis, film, foto maupun karya-karya monumental yang semuanya dapat memberikan informasi bagi proses penelitian (Nilamsari, 2014). Dalam penelitian ini dokumentasi digunakan untuk menunjang pengumpulan data dokumentasi dengan menggunakan alat bantu berupa kamera *handphone* agar memudahkan peneliti dalam mengumpulkan beberapa dokumentasi.

Analisis data merupakan mencari serta menyusun data secara sistematis yang diperoleh dari wawancara, observasi dan dokumentasi. Menurut Baba (2017) analisis data pada penelitian

kualitatif bersifat induktif yakni analisis dilakukan berdasarkan data yang telah diperoleh kemudian dikembangkan. Teknik analisis data yang peneliti gunakan ini menggunakan metode analisis tematik. Menurut Heriyanto (2018) analisis tematik merupakan bentuk penganalisaan data dengan tujuan mengidentifikasi secara rinci pola-pola yang ada pada penelitian kemudian mengaitkan antar satu pola dengan pola yang lain sehingga menemukan tema melalui data yang dikumpulkan. Proses analisis data merujuk pada Noon (2018) yang menranskrip hasil wawancara menjadi verbatim kemudian melakukan analisis data. Hal pertama yang dilakukan oleh peneliti adalah menulis transkrip hasil dari wawancara yang telah dilakukan. Kedua, peneliti membaca berulang kali secara mendalam hasil transkrip wawancara sambil mendengarkan rekaman audio wawancara agar lebih bisa memahami, menghayati, dan mencoba merasakan apa yang dirasakan partisipan ketika mengutarakan pernyataannya. Setelah dibaca secara berulang transkrip hasil wawancara, peneliti memberikan coding (kode) pada sebelah kanan untuk menentukan tema-tema serupa yang akan muncul. Kemudian diberikan nama dan menghubungkan tema-tema yang muncul sehingga menghasilkan subtema. Selanjutnya, peneliti menuliskan hasil analisis penelitian sehingga menghasilkan laporan penelitian.

### **Hasil**

Subjek dalam penelitian ini terdiri dari dua subjek yang berusia 60 dan 67 tahun. Subjek terdiri dari satu pria dan satu wanita. Subjek adalah mualaf yang telah memeluk islam lebih dari 30 tahun. Berdasarkan hasil wawancara terhadap subjek, para peneliti menemukan beberapa temuan yang kemudian dirangkum sebagai berikut:

#### **Subjek ME**

Subjek merupakan seorang perempuan berusia 60 tahun dan merupakan anak bungsu dari delapan bersaudara. Sebelum memeluk islam, subjek menganut agama Kristen Protestan, yang hingga saat ini masih dianut oleh kedua orang tuanya. setelah berpindah keyakinan, subjek aktif berkontribusi dalam kegiatan keagamaan dan sosial di lingkungannya. Saat ini, subjek menjabat sebagai Sekretaris di Masjid Al-Islam Muhammad Cheng Hoo, yang menunjukkan tingkat keterlibatan religius dan komitmen spiritual yang tinggi dalam kehidupan sehari-harinya.

#### **Subjek R**

Subjek merupakan seorang laki-laki berusia 67 tahun dan merupakan anak ke-11 dari dua belas bersaudara. Subjek telah memiliki seorang anak yang saat ini menempuh pendidikan di jenjang perguruan tinggi di Kota Palembang. Sebelum memeluk islam, subjek menganut agama Buddha. Pada tahap kehidupan saat ini, subjek bekerja sebagai penjaga Masjid Al-Islam Muhammad Cheng Hoo, yang sekaligus mencerminkan keterlibatannya dalam lingkungan keagamaan Islam.

Penelitian ini memiliki lima aspek. Aspek yang pertama adalah penyesuaian pribadi yang terdiri dari tiga tema yaitu perasaan awal menjadi mualaf, tantangan dalam memahami ibadah, dan upaya memperkuat keyakinan. Aspek kedua adalah harmoni pribadi, terdiri dari dua tema yaitu mempertahankan tradisi budaya dan menghargai perbedaan keyakinan dalam keluarga. Aspek ketiga adalah keterampilan menyerap guncangan, frustrasi, dan konflik tanpa tekanan emosional yang signifikan, terdiri dari tema mengatasi penolakan atau salah paham dan sikap berpikir positif dalam menerima keadaan. Aspek keempat yaitu penyesuaian sosial, terdiri dari dua tema yaitu peran kajian sebagai bentuk bimbingan mualaf dan penguatan iman melalui kajian. Aspek yang terakhir adalah harmoni dengan lingkungan, terdiri dari dua tema yaitu menjaga hubungan baik dengan keluarga non-muslim dan saling menghargai antar anggota keluarga.

### **Aspek Pertama: Penyesuaian Pribadi**

Penyesuaian pribadi muncul sebagai fondasi awal, di mana individu berupaya menata kembali emosi, keyakinan, dan pemahaman diri untuk mencapai stabilitas internal. Proses ini sejalan dengan Self-Regulation Theory Carver dan Scheier (1998) yang menekankan pemantauan dan pengendalian diri sebagai dasar keseimbangan psikologis.

Tema: Perasaan Awal menjadi Mualaf

Partisipan merasakan senang saat masuk ke dalam agama islam. Namun, partisipan mendapatkan pertanyaan mengenai keputusannya memilih agama islam dari keluarganya. Hal ini yang membuat partisipan untuk menyesuaikan diri dengan banyak pertanyaan.

*“Yo perasaan, pertama senang yo, kedua yo karna kito masuk islam inikan banyak yang misalno kayak keluarga meraso kito tuh apo kayak di ini terus ditanyo, ngapo ini? Ngapo pilih ini? Cak itu kan, cuma lamo-lamo seiring dengan waktu ya sudah kita terbiasakan”. (M)*

Tema: Tantangan dalam Memahami Ibadah

Memahami ibadah merupakan proses yang tidak sederhana, terutama bagi partisipan yang baru memeluk agama atau sedang mendalami ajaran agama secara lebih mendalam. Salah satu tantangan utama adalah perbedaan latar belakang pengetahuan agama. Partisipan sebelumnya tidak pernah mendapatkan pendidikan atau paparan langsung tentang ajaran islam.

*[...] banyak-banyak belajar bertanya sama ustadz karena kito ado satu perkumpulan dan nah jadi ado pengajian disitu kito tempat bertanya ya kan ya alhamdulillah yo dari situlah istilahnya memperkuat akidah kitokan he'eh jadi menambah keyakinanlah kayak gitu. (M)*

Tema: Upaya Memperkuat Keyakinan



Dalam memperkuat keyakinan, partisipan meneguhkan kepercayaan melalui pemahaman dan keyakinan penuh kepada Allah. Salah satu upaya utama adalah pendalaman ilmu agama.

*[...] belajar tadi bertanya samo ustadz ye, ado hadir majelis ta'lim jadi ee pada saat yo namonyo kito manusia pasti ado cobaan-cobaan. [...] yakin gitukan bahwa semua itu ya allah galo yang ngatur, emm cak itu cuma kalo dari diri kayak gitu bae. (ME)*

### **Aspek Kedua: Harmoni Pribadi**

Menurut Taylor dan Osborne (2010), harmoni pribadi sangat dipengaruhi oleh kejelasan identitas budaya (*cultural identity clarity*). Individu akan merasa lebih stabil, tenang, dan sejahtera secara psikologis ketika ia memahami serta menerima nilai budaya yang membentuk dirinya. Mempertahankan tradisi budaya membantu individu memiliki identitas diri yang jelas dan stabil. Ketika seseorang tetap terhubung dengan nilai, kebiasaan, dan tradisi keluarganya, ia cenderung merasa lebih aman, memiliki pegangan hidup, dan mencapai keseimbangan emosional. Identitas budaya yang kuat membuat individu lebih mampu menghargai perbedaan, termasuk perbedaan keyakinan dalam keluarga. Karena tidak merasa terancam oleh perbedaan tersebut, individu dapat membangun hubungan yang damai, saling menghormati, dan harmonis.

Tema: Mempertahankan Tradisi Budaya

Mempertahankan tradisi budaya tionghoa bagi partisipan yang mengalami perubahan signifikan dalam hidup termasuk perubahan keyakinan menjadi sebuah tantangan. Salah satu Upaya dalam mempertahankan tradisi dari mualaf adalah tetap menjalankan kegiatan budaya yang tidak bertentangan dengan keyakinan baru.

*[...] karna budaya jadi masih sih kami eee ngikutin. [...] raya imlek kami masih merakayan hari raya imlek itu karna apolagi masi ado wongtuo, jadi kito eee imlek itu identic dengan angpao kan, nahh kito masih bagi-bagi angpao, jadi kito tetap namonyo budaya dak biso kito hilangke terus kito yo dalam akidah yo tetap akidah kan tetap kita jalani jugo kan itu idak merubah akidah kito. (ME)*

Tema: Menghargai Perbedaan Keyakinan dengan Keluarga

Perbedaan keyakinan seringkali menimbulkan tantangan emosional karena setiap anggota keluarga memiliki nilai, kebiasaan, dan pandangan spiritual yang berbeda. Sikap saling menghargai merupakan kunci agar perbedaan tersebut tidak menimbulkan konflik berkepanjangan.

*[...] kerumah ayuk apo dio masak apo yang kito larang makan yo kito dak makan, terus kedua saudara itu paham ye kalau ado kito yo idaklah dio buat makanan nyo yang idak boleh kito makan tu idak. (ME)*

### **Aspek Ketiga: Keterampilan Menyerap Guncangan, Frustrasi, dan Konflik tanpa Tekanan Emosional yang Signifikan**

Ketahanan psikologis yang berkaitan erat dengan Resilience Theory (Masten, 2001). Stress and Coping Theory (Lazarus & Folkman, 1984). Individu yang mampu melakukan reappraisal positif dan mengelola tekanan akan lebih mudah mempertahankan emosi yang stabil.

Tema: Mengatasi Penolakan atau Salah Paham

Penolakan atau salah paham seringkali muncul ketika orang lain merasa tidak memahami perubahan yang terjadi, baik terkait dengan keyakinan, pilihan hidup, maupun identitas baru. Dalam mengatasi penolakan atau kesalahpahaman tersebut, partisipan hanya bersabar tetap menjaga ketenangannya dan berserah diri kepada Allah.

*[...] saya di fitnah, yaa di caci orang diapain, saya terima. Saya diapain pun saya terima, asal jangan dibunuh be. Kalau dibunuh, kalau mati, ya memang tuhan panggilannya, itu sih. (R)*

Tema: Sikap Berpikir Positif dalam Menerima Keadaan

Sikap berpikir positif dalam menerima keadaan, partisipan melihat situasi secara lebih jernih dan optimis. Bersikap lembut terhadap diri sendiri dan menyadari bahwa kesulitan merupakan bagian alami dari perjalanan hidup.

*[...] sekarang karna ada allah salamo ini kito berpikir positif. [...] pikiran negative itu sudah pasti itu sudah pasti sebagai manusia tidak luput dari kesalahan dan dosa ya jadi kito maklumi yasudahlah kito dak pulolah uji wong Palembang dak dimasuki dalam hati. (ME)*

### **Aspek Keempat: Penyesuaian Sosial**

Penyesuaian sosial kemudian muncul ketika individu mulai berinteraksi dan menegosiasikan perannya dalam lingkungan sosial. Temuan ini selaras dengan Social Adjustment Theory Furnham & Heaven dan Social Support Theory Cohen & Wills, yang menekankan bahwa dukungan sosial berkontribusi besar terhadap keberhasilan adaptasi interpersonal (Furnham & Heaven, 1999; Cohen & Will, 1985).

Tema: Peran Kajian sebagai Bentuk Bimbingan Muallaf

Kajian agama memiliki peran yang sangat penting sebagai bentuk bimbingan bagi partisipan dalam proses memahami dan menginternalisasi ajaran agama islam. Melalui kajian, partisipan memperoleh pengetahuan dasar mengenai akidah, ibadah, akhlak, dan nilai-nilai keislaman.

*[...] karno kitokan ado majlis ta'lim tadi.[...] Kalau bukukan yang manonyo buku paling kito baco kito kadang idak pahamkan kadang itu tuh aposih, kalau kajiankan langsung kalau dak tau langsung tanyo.*

Tema: Penguatan Iman melalui Kajian

Kajian memberi ruang bagi partisipan untuk meneguhkan hati, memahami ajaran agama islam secara bertahap, serta membangun hubungan yang lebih dekat dengan Allah. Melalui penjelasan ustadz, partisipan dapat menguatkan keyakinannya, mengatasi keraguan, dan lebih mantap menjalankan kehidupan beragama.

*[...] pengajian disitu kito tempat bertanya ya kan ya alhamdulillah yo dari situlah istilahnyo memperkuat akidah kitokan he'eh jadi menambah keyakinanlah kayak gitu.*

### **Aspek Kelima: Harmoni dengan Lingkungan**

Harmoni dengan lingkungan ditandai dengan tercapainya kecocokan antara individu dan konteks kehidupan yang dihadapi. Aspek ini sesuai dengan konsep *Person Environment Fit* Kristof (1996) yang menekankan bahwa harmoni ekologis tercapai ketika nilai, kebutuhan, dan perilaku individu selaras dengan lingkungan fisik maupun sosial. Secara keseluruhan, kelima aspek ini membentuk pola adaptasi psikososial yang saling bertautan berawal dari keseimbangan diri, integrasi nilai, ketahanan emosional, kompetensi sosial, hingga akhirnya mencapai keselarasan ekologis yang stabil.

Tema: Menjaga Hubungan Baik dengan Keluarga Non-Muslim

Menjaga hubungan baik dengan keluarga non-muslim merupakan langkah penting bagi partisipan agar tetap terjalin silaturahmi yang baik dan harmonis dengan keluarga tanpa kehilangan identitas keagamaannya. Upaya ini dilakukan dengan tetap menunjukkan sikap hormat, sopan, dan penuh kasih kepada keluarga.

*[...] kepada orangtua yo lebih baik, dulu kito yang tadinyo mungkin tidak paham kito harus hormat kepada orangtua ye dengan agama islam ni yo kito harus lebih hormat yok an, apalagi dengan keluarga, dengan saudara gitukan ngapo kito nunjuki bahwa kito masuk islam ini idak jahat.*

Tema: Saling Menghargai antar Anggota Keluarga

Hal ini sangat berarti bagi subjek dalam keluarga menerima perbedaan yang ada. Sikap saling menghargai membantu menciptakan suasana rumah yang damai dan mendukung.

*[...] Karna keluarga kan masih ado agama beda ya terus masih mengikuti tradisi kayak contoh kami raya imlek kami masih merakayan hari raya imlek itu karna apolagi masi ado wongtuo, jadi kito eee imlek itu identik dengan angpao kan, nahh kito masih bagi-bagi angpao, jadi kito tetap namonyo budaya dak biso kito hilangke terus kito yo dalam akidah.*

Hasil dari analisis data partisipan penelitian menggunakan analisis tematik mendapatkan hasil mengenai pengalaman penyesuaian diri partisipan saat menjadi mualaf. Mulai dari proses penyesuaian diri dengan agama yang baru, perubahan dengan lingkungan sosial, menangani konflik batin, dan menjaga hubungan baik dengan keluarga non muslim.

Penyesuaian diri menurut Pangesti dan Affandi (2024) adalah proses pada individu untuk memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungannya, sehingga tercapainya keseimbangan dalam dirinya dengan lingkungan. Dalam hal ini mualaf membutuhkan penyesuaian diri pada lingkungan yang baru atau agama yang baru. Hal ini juga terjadi pada subjek ME yang dimana ia merasakan lingkungannya mendukung atas keputusan yang dia pilih. Sedangkan pada subjek R merasakan bahwa lingkungannya tidak menerima keputusan yang dia pilih.

Mualaf yaitu orang yang masuk ke dalam Islam, yang pada awalnya dia beragama lain karena suatu hidayah atau petunjuk atau alasan lainnya dia memutuskan untuk meyakini Islam dan berpindah keyakinan (Marjuki & Irfan, 2022). Pada subjek ME dan R mereka telah menjadi mualaf lebih dari 30 tahun. Sampai saat ini mereka masih mempertahankan dan mempelajari agama yang telah mereka pilih yakni agama islam.

Tionghoa adalah sebutan bagi kelompok masyarakat keturunan etnis Cina yang tinggal di Indonesia, yang memiliki identitas budaya, tradisi, dan nilai sosial tersendiri, serta menjadi bagian dari keanekaragaman etnis di Indonesia meskipun berstatus sebagai kelompok minoritas (Juditha, 2015). Kedua subjek ME dan R memiliki latar belakang etnis tionghoa.

Masjid sebagai pusat Pendidikan islam merupakan cerminan dari fungsi-fungsi masjid selain sebagai sarana sholat berjama'ah lima waktu (Suryawati, 2021). Menurut kedua subjek masjid menjadi tempat atau wadah untuk mereka melaksanakan ibadah seperti sholat lima waktu, kajian dan pembinaan untuk mualaf. Dari kegiatan tersebut, membuat subjek menambah ilmu agama dan memperkuat keyakinan dalam akidah.

Penelitian yang dilakukan oleh Noviza (2015), mualaf etnis tionghoa di Masjid Al-Islam Muhammad Cheng Hoo mengalami proses konversi bertahap dan menghadapi kendala penyesuaian diri, terutama penolakan keluarga dan kesulitan ibadah. Namun dukungan sosial masjid serta pembelajaran agama secara konsisten membantu mereka mencapai ketenangan batin dan penyesuaian diri yang lebih baik.

Awalnya kedua subjek mendapatkan respon yang kurang baik dari lingkungan keluarga atas keputusannya dalam memilih agama islam. Pada subjek ME ia mendapatkan penolakan dari saudara atas keputusan yang ia pilih dan mengalami kesulitan dalam beribadah saat awal masuk agama islam. Namun seiring berjalannya waktu, lingkungan keluarga mulai menerima keputusan yang dipilih oleh ME. Kemudian, pada subjek R juga dapat penolakan dari lingkungan keluarga terutama pada saudara dan keponakan. R mengalami kesulitan saat awal masuk agama islam, ia mendapat cacian, makian, fitnah, dan kehilangan harta benda yang ia miliki. Dan R di iming-imingi oleh keponakannya untuk masuk ke agama Kristen. Dari segala penolakan yang dihadapi, hal tersebut merupakan ujian dari Allah, sebab jangan mengatakan bahwa diri beriman jika belum diuji oleh Allah. Seperti firman Allah dalam Al-Qur'an yang artinya:

*"Apakah manusia mengira bahwa mereka akan dibiarkan hanya dengan mengatakan, "kami telah beriman" dan mereka tidak diuji?" (QS. Al - 'Ankabut : 2).*

Sebagai mualaf etnis tionghoa, mereka tetap melaksanakan tradisi tionghoa seperti biasanya tanpa menggoyahkan akidah mereka. Seperti perayaan imlek di setiap tahunnya, mereka tetap ikut melaksanakan perayaan tersebut. Dengan begitu, mereka tetap menjaga keseimbangan tradisi tionghoa dengan tetap mempertahankan akidah yang mereka yakini saat ini.

Problematika mengenai keputusan mereka menjadi seorang mualaf tentunya bukan hanya dari lingkungan keluarga dan sosial saja. Mualaf sering menerima berbagai respons dari keluarga dan kerabat, mulai dari intimidasi, pengucilan, hingga pemutusan hubungan kekeluargaan. Kondisi ini memicu konflik karena adanya prasangka negatif dari lingkungan agama asal terhadap keputusan mereka memeluk Islam (Abdillah, 2020). Dalam memahami dan mempelajari nilai-nilai agama islam, mualaf tentunya memiliki tantangan yang berkaitan dengan proses adaptasi dengan ajaran pada agama yang baru, kemampuan menginternalisasi nilai baru, serta kebutuhan akan pendampingan keagamaan yang memadai. Keimanan mereka masih belum kokoh, pelaksanaan ibadah seperti shalat lima waktu sering belum konsisten, dan tidak jarang mereka mengalami penolakan dari lingkungan sebelumnya. Kurangnya dukungan dari orang terdekat juga dapat melemahkan motivasi mereka untuk terus belajar dan memahami ajaran Islam (Paramita et al., 2021).

Dalam keyakinan terhadap agama yang baru yakni agama islam kedua subjek memiliki keyakinan yang berbeda. Pada subjek ME ia menyatakan bahwa keyakinannya terhadap agama islam mencapai 1000% yang dimana dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa ME sudah tidak memiliki keraguan terhadap agama yang ia pilih. Berbeda dengan R, beliau menyatakan bahwa keyakinannya terhadap agama islam yakni 80% dan masih memiliki keraguan didalam hatinya. Selaras dengan teori yang disampaikan oleh Marcia (1980) perbedaan dalam tingkat keyakinan kedua individu membuktikan bahwa mereka berada di tahap identitas keagamaan yang

berbeda. ME terlihat berada pada status pencapaian identitas, dimana individu tersebut telah menjalani eksplorasi yang mendalam mencapai komitmen sepenuhnya terhadap identitas agama yang diyakininya. Sebaliknya, R berada dalam status moratorium, yang ditandai oleh adanya keraguan dan pencarian makna sebelum mencapai tingkat komitmen yang lebih stabil.

Sehingga disinilah peran Masjid Al-Islam Muhammad Cheng Hoo sebagai tempat atau wadah bagi mualaf untuk menekuni atau mempelajari lebih dalam mengenai ajaran agama islam. Seperti kajian dan pembinaan yang difasilitasi oleh Masjid Al-Islam Muhammad Cheng Hoo. Kegiatan inilah yang membantu para mualaf seperti ME dan R dalam mempelajari agama islam.

### **Diskusi**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwasannya subjek memiliki berbagai pengalaman mulai dari sebelum mereka berpindah ke agama islam maupun setelah subjek masuk ke agama islam. Hasil mengenai pengalaman penyesuaian diri kedua subjek saat menjadi mualaf juga memiliki perbedaan. Mulai dari proses penyesuaian diri dengan agama yang baru, perubahan dengan lingkungan sosial, menangani konflik batin, dan menjaga hubungan baik dengan keluarga yang masih non-muslim. Kehidupan setelah berpindah agama yang dilakukan oleh mualaf adalah perubahan pandangan dan proses perubahan dalam kehidupannya. Mereka melakukan penyesuaian diri dengan agama islam.

#### **1. Mualaf 1 (ME)**

Pada subjek pertama (ME), proses perpindahan agama tidak dapat dilepaskan dari latar belakang keluarga yang harmonis dan memiliki tingkat religiusitas yang tinggi. Sebelum memeluk islam, ME dan keluarganya menganut agama kristen protestan. Ketertarikan ME terhadap islam bermula ketika ia mendengarkan lantunan takbir pada perayaan hari raya idul fitri saat berada di teras rumah. Pengalaman emosional tersebut menimbulkan rasa haru dan ketertarikan mendalam, sehingga mendorongnya untuk mencari informasi lebih lanjut mengenai ajaran islam.

Sejak berada di tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP), ME mulai melakukan eksplorasi terhadap islam, salah satunya dengan mengunjungi rumah teman setelah pulang sekolah untuk memperoleh pengetahuan tentang agama islam. Pada bulan ramadhan, ME bahkan melaksanakan ibadah puasa secara diam-diam dengan alasan pergi bermain kerumah teman pada waktu subuh, sehingga tidak diketahui oleh keluarganya bahwasannya ia mencoba untuk melakukan ibadah puasa. Rangkaian pengalaman emosional dan pencarian spiritual tersebut menjadi faktor penting yang mempengaruhi keputusan ME untuk memeluk islam.

Ketika ME resmi menjadi mualaf, ia mengalami penolakan dari saudaranya. Namun, respons tersebut tidak dialami dari kedua orang tuanya. Sebaliknya, orang tua ME menerima

keputusan tersebut dengan terbuka. Mereka berpendapat bahwa setiap agama pada dasarnya mengajarkan kebaikan, sehingga pilihan ME dianggap sebagai bagian dari kebebasan individu dalam menentukan keyakinan.

Pada tahap awal setelah memeluk islam, ME menghadapi beberapa bentuk kesulitan dalam proses adaptasi religius. ME merasa kurang percaya diri ketika berinteraksi dengan teman-temannya karena ia baru mulai mempelajari ajaran-ajaran dasar dalam islam, seperti membaca Al-Qur'an dan memahami praktik ibadah. Selain itu, sebagai mualaf berlatar belakang etnis Tionghoa, ME juga menerima sejumlah pandangan atau penilaian sosial dari lingkungan sekitar, yang berpotensi menimbulkan tekanan psikologis.

Meskipun demikian, ME menunjukkan kapasitas resiliensi yang baik. Ia berusaha menerima pengalaman tersebut dengan sikap sabar dan ikhlas. ME juga berupaya menghindari situasi atau perilaku yang berpotensi mendorongnya melakukan pelanggaran religius, sebagai bentuk komitmen terhadap keyakinan barunya.

## **2. Mualaf 2 (R)**

Pada subjek kedua R, latar belakang keluarga menunjukkan dinamika yang kurang harmonis. R dibesarkan dalam lingkungan keluarga yang menganut agama yang beragam, sehingga pola pengasuh yang diterimanya tidak sepenuhnya berada dalam satu kerangka nilai keagamaan yang konsisten. Sejak masa kanak-kanak, R juga menghadapi tantangan emosional akibat kehilangan salah satu orang tuanya, yang berpotensi mempengaruhi perkembangan psikologis dan pembentukan identitas dirinya.

Sebelum memeluk islam, R terlebih dahulu menganut agama budha. Perjalanan R menuju keyakinan baru mulai terbentuk ketika ia mengalami pengalaman subjektif yang ditafsirkan sebagai bentuk hidayah. Pengalaman tersebut terjadi saat ia sedang berada diluar rumah pada waktu magrib, di mana R merasa memperoleh dorongan batin yang kuat untuk mendalami dan akhirnya memilih agama islam sebagai keyakinannya.

Pada tahap awal perjalanan religiusnya sebagai seorang mualaf, R sempat mengalami krisis identitas keagamaan. Hal tersebut tercermin dari perilakunya yang masih mengonsumsi makanan yang diharamkan dalam ajaran islam. Namun, setelah melakukan tindakan tersebut, R merasakan penyesalan yang mendalam dan mulai melakukan refleksi diri. Pengalaman emosional tersebut mendorongnya untuk bertaubat dan berkomitmen memperbaiki perilakunya hingga saat ini.

Selain itu, R juga mengalami fase kehilangan sebagian konsekuensi dari keyakinannya bahwa sebagian sumber harta tersebut tidak sesuai dengan prinsip kehalalan dalam islam. Meskipun menghadapi tekanan psikologis dan perubahan signifikan dalam aspek material kehidupannya, R menilai bahwa dirinya masih mampu mempertahankan kestabilan emosi

dan bersyukur karena tidak mengalami gangguan psikologis yang lebih berat akibat peristiwa tersebut.

Penyesuaian pribadi yang ditunjukkan oleh kedua mualaf yaitu dengan membiasakan menjawab berbagai pertanyaan-pertanyaan yang diajukan oleh pihak keluarga mengenai keputusan mereka yang memilih untuk masuk ke agama islam. Mereka tetap menjelaskan dan berusaha untuk meyakini keluarga bahwa keputusan mereka memilih masuk ke agama islam sudah hal yang benar mereka lakukan. Selain itu, mualaf berusaha untuk beradaptasi memahami dan menerapkan proses ibadah yang sesuai dengan ajaran islam. Pada hal ini menurut Hidayat dan Sherina (2020) tata cara ibadah yang baru bagi mualaf etnis Tionghoa bukanlah hal yang mudah untuk langsung memahaminya karena ini merupakan suatu tantangan yang memerlukan bantuan dari pemimpin agama sehingga mereka dapat mendalami agama serta mampu meningkatkan keimanan dan ketaqwaan mereka. Maka, dalam penelitian ini, kedua mualaf telah menyesuaikan pribadi mereka dengan cara ibadah yang baru menggunakan bantuan dari orang lain yakni pemimpin agama atau ustadz yang ada di Masjid Al-Islam Muhammad Cheng Hoo dalam membantu para mualaf Tionghoa. Disini mereka diajarkan mengenai segala hal mengenai agama islam dan apabila mereka merasa kurang yakin, maka mualaf akan bertanya kepada ustadz yang bersangkutan.

Menurut Taylor dan Usborne (2010) harmoni pribadi muncul ketika individu itu memiliki pemahaman yang jelas serta konsisten mengetahui siapa dirinya sendiri. Namun, untuk mencapai itu individu perlu mengetahui identitas budaya dari mana ia berasal mengenai norma dan karakteristik dari budaya asalnya sehingga dapat mengembangkan identitas pribadi secara jelas dan terarah. Sehingga harmoni pribadi secara emosional dan psikologis adalah hasil dari kejelasan diri mengenai pemahaman secara mendalam tentang identitas diri dan budaya yang membentuk dirinya. Identitas budaya yang kuat membuat individu dapat lebih mampu menghargai perbedaan, termasuk perbedaan keyakinan dalam keluarga. Pada penelitian ini mualaf masih mempertahankan tradisi budaya Tionghoa walaupun telah berpindah agama, salah satunya tetap merayakan hari raya imlek. Menurut mereka tradisi ini tidak dapat dilepas dari kebiasaan keluarganya yang setiap tahun merayakan karena menganggap hal ini tidak bertentangan dengan akidah.

Kemampuan individu dalam menghadapi tekanan secara psikologis merupakan salah satu bentuk ketahanan mental. Bentuk ketahanan mental itu dapat ditunjukkan individu dengan tetap menghadapi segala tekanan yang ada dan tetap bangkit dengan cara apapun. Penolakan sosial dan kesalahpahaman dialami oleh salah satu mualaf ketika ia memilih masuk ke agama islam. Respon negatif dari lingkungan sosial seperti cacian, makian bahkan fitnah dialami oleh subjek R. Pengalaman itu tapi tidak menimbulkan reaksi emosional yang meledak-ledak dari subjek R, ia tetap memilih diam dan menerima itu semua terjadi tanpa perlawanan atau balasan serupa. Bentuk sikap penerimaan tersebut menunjukkan tingkat emosional yang baik serta matang dimana subjek R tidak melawan atau menghindar, melainkan ia melakukan konsep



berserah diri kepada Allah SWT. R meyakini segala sesuatu sudah ditetapkan takdirnya sehingga konsep ini menjadi salah satu sumber ketenangan diri R sehingga tidak membuatnya terlalu terguncang secara emosional. Pada subjek lain yaitu ME, menerapkan untuk tetap berpikir positif dalam setiap keadaan yang ia alami. Ia menganggap setiap manusia tidak luput dari kesalahan maupun dosa sehingga ia tidak memupuk emosi negatif dan tidak membiarkan hal itu menjadi beban psikologis bagi dirinya. Ia memilih tetap selalu berpikir positif dalam memaklumi sikap orang lain kepada dirinya dan tidak memendamnya di dalam hati. Bentuk sikap ini menunjukkan kemampuan dalam mengubah cara pandang yang lebih adaptif sehingga tidak mengganggu ketentraman hati serta batin dan tetap menjalankan kehidupan sebagai mualaf dengan damai.

Berdasarkan hasil penelitian dalam penyesuaian sosial yang dilakukan oleh mualaf setelah masuk ke agama islam, mereka mampu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Kedua subjek bergabung di dalam program pembinaan mualaf yang diadakan oleh Masjid Al-Islam Muhammad Cheng Hoo yang setiap bulannya rutin melakukan kajian, pengajian, dan majlis ta'lim. Dari rutinitas ini kedua mualaf memperoleh pengetahuan dasar mengenai akidah, ibadah, akhlak, dan nilai-nilai keislaman yang tidak ia ketahui sebelumnya. Ustadz atau pemimpin agama disana sudah menjadi tempat membantu serta menolong untuk para jama'ah mualaf yang bertanya karena belum memahami secara kompleks mengenai ajaran-ajaran islam. Dari sanalah mereka mendapatkan kembali keyakinan dan keimanan yang semakin kuat dalam berusaha melawan keraguan yang ada dan semakin memantapkan diri dalam menjalankan kehidupan dengan agama yang baru. Para jama'ah disana yang sama-sama mualaf juga turut serta saling membantu dalam proses mencapai pemahaman bersama dalam hal keberagamaan ini.

Para mualaf tentu memiliki orangtua dan keluarga yang membesarkan mereka sejak kecil. Agama mereka sebelumnya merupakan agama yang sejak lahir mereka anut dari kedua orangtua mereka. Maka, tentunya perbedaan agama setelah mereka memilih masuk ke agama islam mendapatkan beberapa tantangan dari orangtua maupun keluarga. Otomatis keluarga mereka termasuk non-muslim yang menganut ajaran-ajaran yang berbeda dengan agama islam, karena hal inilah mereka menentang keputusan yang dipilih oleh kedua mualaf. Pada penelitian ini, tentu diawal keislaman kedua mualaf dicecar oleh banyak pertanyaan serta menentang keputusan mereka yang memilih masuk ke agama islam. Salah satunya keluarga subjek R yang mengetahui hal itu berusaha untuk membujuk melalui iming-iming uang maupun harta agar R kembali lagi kepada agama mereka. Segala cara mereka lakukan namun R mengatakan ia sudah mantap dan yakin akan pilihannya dengan memeluk agama islam. Ia tidak ingin miskin secara hati apabila ia menerima uang itu walaupun ia tahu dirinya sudah miskin secara harta di dunia ini. Ia merasa setelah masuk ke agama islam, hatinya terasa tenang dan damai. Berbeda dengan subjek ME yang keluarganya tidak menggunakan iming-iming melainkan dicecar oleh berbagai pertanyaan saja yang berkaitan dengan alasan ME masuk ke agama islam. Hingga pada akhirnya orangtua maupun keluarga menghargai serta menerima keputusan mereka

karena telah menunjukkan keyakinan yang sangat kuat serta benar-benar serius dalam menjalankan ibadah di agama kedua mualaf yang baru. Keluarga berusaha menghormati dengan tidak memasak-masakan yang dilarang oleh agama islam ketika subjek datang kerumah mereka saat kumpul bersama. Silaturahmi yang terjalin tetap berjalan hingga saat ini secara rukun dan harmonis dengan saling saling menghormati serta saling menghargai.

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian kualitatif terhadap dua mualaf etnis Tionghoa yang telah memeluk Islam lebih dari 30 tahun, diketahui bahwa proses penyesuaian diri mereka berlangsung melalui lima aspek utama, yaitu penyesuaian pribadi, harmoni pribadi, keterampilan menyerap guncangan, frustrasi, dan konflik tanpa tekanan emosional yang signifikan, penyesuaian sosial, serta harmoni dengan lingkungan. kedua subjek menghadapi berbagai tantangan pada awal masuk Islam, seperti tekanan keluarga, pertanyaan mengenai keputusan berpindah agama, kesulitan memahami ibadah, serta proses memperkuat keyakinan.

Subjek ME melalui proses perpindahan agama secara emosional dan terarah sejak remaja, didukung oleh keluarga yang harmonis dan terbuka, sehingga penyesuaiannya pada ajaran Islam berjalan stabil. Sementara itu, subjek R menghadapi dinamika keluarga yang kurang harmonis, krisis identitas, serta tekanan sosial lebih berat, namun tetap menunjukan ketahanan emosional yang kuat melalui sikap sabar dan berserah diri. Dukungan komunitas masjid Al-Islam Muhammad Cheng Hoo, pembinaan rutin, menjadi faktor penting yang memperkuat keyakinan dan membantu mereka mengatasi tantangan dalam proses adaptasi sebagai muslim baru.

### **Ucapan Terima Kasih**

Alhamdulillahrabbi'l'alam, segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, kekuatan, dan kemudahan-Nya sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik dari awal hingga akhir. Shalawat dan salam semoga tercurah kepada Nabi Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat, dan para pengikutnya yang istiqamah di jalan kebenaran hingga hari kiamat. Ucapan terima kasih khusus peneliti sampaikan rasa hormat dan terima kasih yang mendalam kepada Buya Iredho Fani Reza, S.Psi.I., MA, selaku Dosen Mata Kuliah Psikologi Agama, atas ilmu, arahan, serta bimbingan yang menjadi bagian penting dalam penyelesaian penelitian ini.

Dengan penuh rasa syukur pula, peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak Masjid Al-Islam Muhammad Cheng Hoo Kota Palembang yang telah memberikan izin serta akses kepada peneliti untuk melakukan penelitian. Rasa terimakasih juga kami berikan kepada Ibu ME dan Bapak R, yang telah dengan lapang hati berbagi kisah, pengalaman, serta perjalanan spiritual yang sangat berharga dalam proses penelitian ini sebagai subjek penelitian. Semoga Allah membalas segala kebaikan dan ketulusan yang telah diberikan. Apresiasi dan penghargaan yang tulus juga peneliti sampaikan kepada pengurus Masjid Al-Islam Muhammad Cheng Hoo Palembang, terutama kepada Pak Pepen, atas

penerimaan yang hangat serta bantuan yang diberikan selama kegiatan penelitian ini berlangsung dari awal hingga akhir.

Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada saudari Nabilla Arselia dari Universitas Jambi atas kerjasamanya selama proses penulisan artikel penelitian. Tidak lupa, Peneliti juga menyampaikan terima kasih kepada seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu atas doa dan dukungan yang diberikan. Semoga Allah SWT memberikan ganjaran terbaik dan menjadikan penelitian ini sebagai amal yang bermanfaat bagi pengembangan ilmu dan masyarakat. Aamiin ya Allah ya Rabbal 'alamin.

### **Referensi**

- Abdillah, A. N. (2020). Perubahan kelekatan emosional pasca konversi di kalangan mualaf. *Jurnal Penelitian Agama*, 21(1), 36–48.
- Ali, N. H. & Yanto. (2020). Orang-orang cina dan perkembangan islam di Palembang, 1803-2000. *Khazanah: Jurnal Sejarah dan Kebudayaan Islam*, 10(1), 69-89.
- Ardhini, R., Abidin, Z., & Desiningrum, D. R. (2012). Adjusment of Mualaf Adolescence. *Jurnal Psikologi*, 1(1), 154-167.
- Aryati, A., Jemain, Z., Diana., Firmansyah, & Rosad, A. (2025). Model of education transformation for converts based on religious moderation. *Scaffolding: Jurnal Pendidikan Islam dan Multikulturalisme*, 7(3), 174-187.
- Baba, M. A. (2017). *Analisis data penelitian kualitatif*. Aksara Timur.
- Burke, P. J., & Stets, J. E. (2009). *Identity theory*. Oxford University Press.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1998). *On the self-regulation of behavior*. Cambridge University Press.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357.
- Desiningrum, D. R. & Rahmawati, I. (2018). Pengalaman menjadi mualaf: Sebuah interpretative phenomenological analysis. *Jurnal Empati*, 7(1), 92-105.
- Eliyawati, R., Muti, R., 7 Rochim, A. (2023). Potensi pengembangan masjid dalam islam untuk pemberdayaan ekonomi masyarakat (Penelitian Masjid Darussalam Kota Wisata). *Journal of Student Development Informatics Management (JoSDIM)*, 3(2), 132-139.
- Fadhilatunnisa., Reza, I. F., & Zaharuddin. (2022). Religious conversion to converts at the Indonesian Chinese Islamic Association Palembang, Indonesia. *TAZKIYA (Jurnal of Psychology)*, 10(1), 2022.

- Furnham, A., & Heaven, P. (1999). *Personality and social behaviour*. Arnold.
- Hasanah, H. (2016). Teknik-teknik observasi (Sebuah alternatif metode pengumpulan data kualitatif ilmu-ilmu sosial). *Jurnal at-Taqaddun*, 8(1), 21-46.
- Hawi, A. (2014). *Seluk beluk ilmu jiwa agama*. PT Rajagrafindo Persada.
- Heriyanto. (2018). *Thematic analysis* sebagai metode menganalisis data untuk penelitian kualitatif. *ANUVA*, 2(3), 317-324.
- Hidayat, R. & Sherina, D. P. (2020). Konversi agama di kalangan etnis tionghoa: Motivasi, adaptasi dan konsekuensi. *HAYULA: Indonesian Journal of Multidisciplinary Islamic Studies*, 4(1), 1-22.
- Juditha, C. (2015). Stereotip dan prasangka dalam konflik etnis Tionghoa dan Bugis Makassar. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 12(1), 87–104.
- Kristof, A. L. (1996). Person–organization fit: An integrative review of its conceptualizations, measurement, and implications. *Personnel Psychology*, 49(1), 1–49.
- Kurniawan, A., & Setiawan, H. (2020). The construction of Chinese Muslim identities in Surabaya. *Walisongo: Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan*, 28(1), 65-86.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Lecky, P. (1945). *Self-consistency: A theory of personality*. Island Press.
- Marcia, J. E. (1980). Identity in adolescence. In J. Adelson (Ed.), *Handbook of adolescent psychology*. New York: Wiley.
- Marjuki, & Irfan, A. (2022). Pendidikan agama islam bagi muallaf (Studi kasus Himpunan Bina Muallaf Indonesia). *Maslahah: Journal of Islamic Studies*, 1(2), 95–102.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227–238.
- Mohammad, K. U. & Syafiq, M. (2014). Pengalaman konversi agama pada muallaf tionghoa. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(3), 1-9.
- Nilamsari, (2014). Memahami studi dokumen dalam penelitian kualitatif. *Wacana*, 13(2), 177-181.
- Noon, M. (2018). Pointless Diversity Training: Unconscious Bias, New Racism and Agency. *Work, Employment and Society*, 32, 198-209.

- Noviza, N. (2013). Bimbingan konseling holistik untuk membantu penyesuaian diri mualaf tionghoa Mesjid Muhammad Chengho Palembang. *Wardah*, 27(14), 199-215.
- Noviza, N. (2015). Penggunaan bibliotherapy dalam membantu penyesuaian diri pada mualaf Tionghoa Masjid Al-Islam Muhammad Cheng Ho Palembang. *Intizar*, 21(2), 185-200.
- Nurdiana., Susanti, E., Roswati., Fiprinita, R., & Afrizal. (2022). Penguatan ukhwh Islamiyah dikalangan masyarakat tionghoa di Masjid Cheng Ho Sumatera selatan. *Sosial Budaya*, 19(1), 22-29.
- Paramita, C., Aliffiati, A., & Ketut Kaler, I. (2021). Potret adaptasi lima mualaf di Denpasar Barat (Studi kasus mualaf dalam mempelajari Islam). *Jurnal Syntax Admiration*, 2(4), 581-591.
- Pangesti, W. P., & Affandi, G. R. (2024). Pengaruh regulasi diri terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru. *Pubmedia Journal of Islamic Psychology*, 1(2), 1-15.
- Putri, P. S. (2018). Penyesuaian diri remaja panti asuhan (Studi kasus pada seorang remaja laki-laki yang tinggal di panti asuhan X Bandung). *In search - Informatic, Science, Entrepreneur, Applied Art, Research, Humanism*, 17(2), 83-95.
- Rohmana, J. (2019). Proses konversi dan pembentukan identitas keagamaan pada mualaf dewasa. *Jurnal Sosiologi Agama*, 11(1), 67-78.
- Romdona, S., Junista, S. S., & Gunawan, A. (2025). Teknik pengumpulan data: Observasi, wawancara dan kuisioner. *JISOSEPOL: Jurnal ilmu sosial ekonomi dan politik*, 3(1), 39-47.
- Rusandi & Rusli, M. (2021). Merancang Penelitian Kualitatif Dasar/Deskriptif dan Studi Kasus. *Al-Ubudiyah Jurnal Pendidikan dan Studi Islam*, 2(1), 48-60.
- Sari, L. N., & Kurniawan, A. (2021). Penyesuaian diri mualaf dalam lingkungan keluarga non-Muslim. *Jurnal Psikologi Islam*, 8(2), 145-156.
- Setiawan, A. A., Handayani, R., Hapsari, A. W., & Khairunisa, D. F. (2024). Reliability and construct validity of the self-adjustment scale. *INSPIRE 2024*, 1(1), 1-7.
- Somantri, G. R. (2005). Memahami metode kualitatif. *Makara Human Behavior Studies in Asia*, 9(2), 57-65.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Alfabeta Bandung.
- Suryawati, E. (2021). Pemberdayaan masjid sebagai pusat pendidikan islam. *Al-Rabwah: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 15(2), 60-69.

Taylor, D. M., & Osborne, E. (2010). When one's group is not one's own: The roles of identity clarity and positive negative affect in predicting psychological well-being. *Journal of Applied Social Psychology*, 40(7), 1656–1675.

Williams, J. P. (2008). *Non-participant observation*. In L. M. Given (Ed.), *The Sage encyclopedia of qualitative research methods*. Los Angeles: Sage Publications.

Zakirman, A. F., Musa., & Marsudi, M. S. (2023). Problem muallaf tionghoa Bangka pasca konversi agama. *Ri'ayah: Jurnal Sosial dan Keagamaan*, 8(1), 63-74

### **Lampiran-lampiran**

[https://drive.google.com/drive/folders/1nHG\\_Qc8-4CmsJXHAwauo9WPg-uYw4En4?usp=drive\\_link](https://drive.google.com/drive/folders/1nHG_Qc8-4CmsJXHAwauo9WPg-uYw4En4?usp=drive_link)