

Peran Majelis Ta'lim Dalam Membentuk Kesejahteraan Psikologis Dan Religiusitas Masyarakat Palembang

Syakilah Rahma Helya Putri^{1*}, Risman², Najwa Ramdhani³, Miranda⁴, Indri Natala⁵

¹⁻⁴ Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang

⁵ Universitas Sriwijaya

*Corresponding Email: rahmaaasyakilah@gmail.com, rismanrizman99@gmail.com, najwa.ramadhaniii2006@gmail.com, yasmanmiranda5@gmail.com, indrinataliaa12@gmail.com

Number Whatsapp: 082280510229

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk memahami peran majelis ta'lim dalam membentuk kesejahteraan psikologis dan religiusitas masyarakat Palembang. Melalui pendekatan kualitatif fenomenologis, penelitian ini melibatkan tiga partisipan yang dipilih melalui purposive sampling, terdiri dari jamaah aktif dan pengurus majelis ta'lim. Data diperoleh melalui wawancara semi-terstruktur, observasi, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan analisis tematik Braun & Clarke. Hasil penelitian menunjukkan bahwa majelis ta'lim memberikan kontribusi signifikan terhadap terbentuknya psychological well-being jamaah melalui empat aspek utama: hubungan sosial positif, makna hidup, pertumbuhan pribadi, dan penerimaan diri. Majelis ta'lim berperan sebagai ruang yang memperkuat relasi sosial, memberikan dukungan emosional, serta menciptakan suasana keagamaan yang kondusif bagi ketenangan batin. Selain itu, kegiatan majelis ta'lim meneguhkan makna hidup dan tujuan hidup jamaah, terutama melalui penguatan nilai ibadah, kesadaran spiritual, serta motivasi religius yang semakin matang. Pertumbuhan pribadi jamaah juga meningkat melalui perubahan perilaku positif, pemahaman agama yang lebih mendalam, dan peningkatan kematangan emosional. Aspek penerimaan diri tampak dari meningkatnya kemampuan jamaah dalam mengelola emosi, menerima kekurangan, dan memandang diri secara lebih positif. Secara keseluruhan, penelitian ini menyimpulkan bahwa majelis ta'lim tidak hanya menjadi sarana pembelajaran agama, tetapi juga merupakan wadah yang efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis dan religiusitas masyarakat Palembang.

Kata Kunci: Majelis Ta'lim, Kesejahteraan Psikologis, Religiusitas

Abstract

This study aims to understand the role of Islamic study groups (majelis ta'lim) in shaping the psychological well-being and religiosity of the Palembang community. Using a phenomenological qualitative approach, three participants were selected through purposive sampling, consisting of active members and administrators of the study group. Data were collected through semi-structured interviews, observations, and documentation, and analyzed using Braun and Clarke's thematic analysis. The findings indicate that majelis ta'lim significantly contribute to the psychological well-being of participants through four main aspects: positive social relations, meaning and purpose in life, personal growth, and self-acceptance. Majelis ta'lim function as supportive social spaces that strengthen interpersonal bonds, provide emotional support, and create a spiritual environment conducive to inner peace. The activities also reinforce participants' sense of meaning and purpose, particularly by strengthening religious commitment, spiritual awareness, and intrinsic motivation

for worship. Personal growth is reflected through positive behavioral changes, deeper religious understanding, and enhanced emotional maturity. Self-acceptance emerges as participants develop better emotional regulation, acceptance of personal limitations, and a more positive self-view. Overall, this study concludes that majelis ta'lim serve not only as informal religious education institutions but also as effective spaces for enhancing psychological well-being and religiosity within the Palembang community.

Keywords: Islamic Study Groups, Psychological Well-Being, Religiosity

PENDAHULUAN

Majelis ta'lim memiliki peran penting sebagai ruang pembelajaran agama yang mudah diakses masyarakat. Pembelajaran yang berlangsung secara rutin memungkinkan jamaah memperdalam pemahaman mengenai nilai-nilai keislaman seperti akhlak, fiqh, dan adab melalui penjelasan yang sederhana dan suasana yang bersifat kekeluargaan. Aktivitas pengajian yang partisipatif ini terbukti meningkatkan literasi keagamaan serta rasa percaya diri jamaah dalam memahami dan mengamalkan ajaran Islam dalam kehidupan sehari-hari (Sari & Munandar, 2024).

Di tengah tekanan sosial, kecemasan hidup, dan perubahan nilai akibat perkembangan zaman, keberadaan komunitas keagamaan berperan sebagai ruang aman bagi masyarakat untuk memperoleh ketenangan emosional. Kegiatan ibadah bersama dan interaksi positif antarjamaah menciptakan suasana yang menenangkan, menghadirkan rasa diterima, serta membangun dukungan emosional yang kuat. Lingkungan religius yang stabil membantu jamaah dalam mengelola stres, menenangkan pikiran, serta memperkuat kesejahteraan psikologis (Al-Kandari & Al-Qallaf, 2022).

Majelis ta'lim juga menjadi sarana pembentukan perilaku keberagamaan yang konsisten. Pembiasaan ibadah, diskusi keagamaan, serta teladan dari sesama jamaah mendorong perubahan positif seperti meningkatnya kesantunan, kehati-hatian dalam bertindak, dan berkembangnya etika berpakaian yang lebih sesuai dengan nilai Islam. Ritme kegiatan yang teratur, ditambah suasana sosial yang saling menguatkan, membuat jamaah lebih mudah mempertahankan perilaku religius dalam kehidupan sehari-hari (Hidayat & Rohmana, 2023).

Kegiatan rohani dalam kelompok keagamaan kecil seperti majelis ta'lim turut memperkuat makna hidup dan kedewasaan spiritual. Rutinitas refleksi, diskusi nilai-nilai kehidupan, serta keterlibatan dalam aktivitas ibadah kolektif mendukung perkembangan cara berpikir yang lebih matang. Proses ini membantu individu memahami diri dengan lebih baik, menata tujuan hidup, serta membangun keseimbangan emosional. Keterlibatan aktif dalam komunitas religius memberi ruang bagi terbentuknya kestabilan spiritual dan penguatan identitas diri (Lazarus & Sands, 2023).

METODE

Pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologis digunakan untuk memahami pengalaman jamaah dalam mengikuti kegiatan majelis ta'lim. Pendekatan ini memungkinkan eksplorasi yang mendalam terhadap makna spiritual dan psikologis yang dirasakan peserta dalam aktivitas keagamaan. Pemilihan informan dilakukan melalui *purposive sampling* dengan mempertimbangkan relevansi pengalaman yang dimiliki. Tiga orang dilibatkan sebagai informan utama, terdiri dari satu pengurus majelis dan dua jamaah aktif yang rutin mengikuti pengajian (Hamzah, 2020).

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur yang memberikan keleluasaan bagi informan untuk bercerita secara terbuka mengenai pengalaman mereka. Observasi dan dokumentasi berupa foto serta catatan kegiatan turut memperkuat informasi yang diperoleh (Herdiansyah, 2019).

Analisis data dilakukan menggunakan teknik analisis tematik melalui proses membaca ulang seluruh data dan menyusun tema-tema utama berdasarkan pengalaman informan. Keabsahan data diperkuat melalui triangulasi sumber, pengecekan ulang kepada informan melalui *member checking*, serta keterlibatan peneliti yang konsisten dalam proses pengumpulan dan analisis data sehingga hasil penelitian (Hamzah, 2020; Herdiansyah, 2019).

HASIL

A. Hubungan Sosial Positif (Positive Relations with Others)

Majelis taklim menunjukkan perannya sebagai ruang sosial-keagamaan yang secara alami memperluas jangkauan pergaulan masyarakat. Pertemuan rutin yang berlangsung secara terbuka memungkinkan jamaah dari berbagai latar belakang saling mengenal dan membangun jejaring sosial baru. Interaksi personal ini menjadi medium efektif untuk membina kedekatan dan menciptakan relasi yang hangat antara pengurus dan jamaah (Hasibuan & Rubino, 2025). Pendekatan dakwah yang bersifat personal, percakapan santai sebelum dan sesudah kajian, serta ajakan dari teman sebaya, menciptakan suasana yang inklusif sehingga jamaah baru merasa diterima (Kasim, 2021). Hal ini sesuai dengan pernyataan narasumber: "Hubungan baik, bisa bertemu teman" dan "Nambah relasi," yang menunjukkan bahwa kehadiran di majelis taklim tidak hanya meningkatkan pengetahuan agama, tetapi juga memperluas jaringan sosial. Dalam perspektif Psychological Well-Being, kondisi ini mencerminkan dimensi *positive relations with others*, yaitu kemampuan individu menjalin hubungan hangat, suportif, dan saling percaya dalam komunitas (Hartati & Arisandi, 2025).

Selain memperluas relasi, majelis taklim menciptakan iklim dukungan sosial dan rasa kekeluargaan yang kuat. Kegiatan keagamaan yang dilakukan secara rutin seperti pengajian, dzikir

bersama, peringatan hari besar Islam, hingga diskusi informal mendorong terbentuknya keterikatan emosional antarpeserta (Raihan & Lailani, 2025). Keterlibatan aktif jamaah, terutama dari kelompok ibu-ibu, lansia, dan remaja, menciptakan suasana pembelajaran yang hidup dan penuh keakraban (Muharridha et al., 2025). Jamaah tidak hanya hadir untuk mendengarkan ceramah, tetapi juga merasa nyaman untuk berbagi pengalaman hidup, bertanya, berdiskusi, bahkan saling menguatkan secara emosional. Hal ini sejalan dengan pernyataan narasumber yang menekankan pentingnya hubungan baik karena “suka minta bantuan,” menandakan adanya rasa saling percaya dan dukungan emosional. Temuan ini diperkuat teori kesejahteraan psikologis yang menunjukkan bahwa relasi suportif berperan signifikan dalam meningkatkan ketahanan emosional individu (Nasution et al., 2025).

Majelis taklim juga berfungsi sebagai tempat saling membantu dan bertukar informasi, baik dalam konteks spiritual maupun sosial. Aktivitas seperti santunan sosial, pendampingan ibadah, gotong royong, hingga kegiatan peringatan hari besar Islam memperlihatkan bagaimana majelis taklim menumbuhkan solidaritas dan kepedulian antarsesama (Sofyan et al., 2025). Keberadaan media digital seperti WhatsApp, Instagram, atau streaming kajian memudahkan penyebaran informasi dan meningkatkan partisipasi jamaah. Studi menunjukkan bahwa penyebaran konten dakwah melalui media digital menarik banyak jamaah baru karena informasi mudah diakses dan terasa lebih dekat dengan kebutuhan masyarakat (Hasibuan & Rubino, 2025). Interaksi yang terjalin, baik langsung maupun melalui media digital, menciptakan alur informasi yang dinamis dan memudahkan jamaah untuk mengetahui kegiatan, mendapatkan motivasi, serta saling memberi dukungan dalam berbagai kebutuhan sehari-hari.

Secara keseluruhan, dinamika sosial dalam majelis taklim melalui pertemuan rutin, dukungan emosional, serta kegiatan saling membantu menggambarkan bagaimana komunitas keagamaan ini berperan penting dalam menumbuhkan hubungan sosial positif. Tiga aspek utama tersebut mencerminkan dimensi *positive relations with others* dalam model kesejahteraan psikologis, di mana hubungan hangat, dukungan sosial, dan kerja sama menjadi bagian dari kehidupan beragama yang harmonis (Hanafi & Yasin, 2023).

B. Makna Hidup & Tujuan Hidup (Purpose in Life)

Hasil wawancara dengan peserta majelis ta'lim di Palembang memperlihatkan bahwa keterlibatan yang konsisten dalam kegiatan keagamaan berpengaruh kuat dalam membentuk makna serta arah hidup mereka. Para peserta menuturkan adanya perubahan besar pada orientasi hidup, meningkatnya kedekatan spiritual, serta timbulnya dorongan religius yang salah satunya muncul dari

meningkatnya kesadaran akan kematian. Gambaran tersebut sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa arah hidup dan nilai spiritual berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis seseorang (Trisnawati et al., 2025).

1. Majelis Ta'lim Meneguhkan Tujuan Hidup Berbasis Ibadah

Pernyataan seperti “tujuan utama hidup memperbanyak ibadah kepada Allah” menunjukkan bahwa aktivitas keagamaan menjadi landasan utama dalam menentukan tujuan hidup para peserta. Temuan tersebut diperkuat oleh berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa partisipasi dalam kegiatan keagamaan mampu memperjelas orientasi hidup, meningkatkan kejelasan tujuan pribadi, serta memperkuat kesejahteraan psikologis masyarakat beragama (Nuruddaroini et al., 2024; Asrin, 2024; Mulyani et al., 2025). Penelitian lain bahkan menegaskan bahwa tujuan hidup yang berlandaskan nilai spiritual berkontribusi pada meningkatnya penerimaan diri, perkembangan pribadi, dan kejelasan arah hidup seseorang (Trisnawati et al., 2025). Lebih jauh, sikap religius terbukti berkaitan dengan penurunan kecemasan eksistensial, sehingga semakin religius seseorang, semakin mantap pula arah hidup yang ia tetapkan (Yıldırım Üşenmez & Dikmen, 2024).

2. Memberi Arah Hidup yang Lebih Jelas

Pernyataan peserta seperti “dulu hidup ya hidup... sekarang sudah tahu agama” menggambarkan pergeseran cara pandang dari hidup tanpa arah menjadi hidup yang memiliki pedoman jelas. Proses internalisasi nilai melalui pembelajaran agama di majelis taklim berperan dalam memperkokoh arah hidup tersebut, sebagaimana dikemukakan dalam penelitian yang menunjukkan bahwa kegiatan psikoreligius dapat membentuk karakter serta pola pikir keagamaan yang lebih matang (Zufika et al., 2024). Penelitian psikologi modern juga menunjukkan bahwa individu dengan nilai hidup yang terstruktur memiliki kemampuan lebih baik dalam mengatur hidup dan mengambil keputusan (Trisnawati et al., 2025). Selain itu, pembinaan berkelanjutan di majelis taklim memberikan kontribusi bagi transformasi cara seseorang memahami hidup dan identitas spiritualnya (Mahamuse, 2023; Sutarjo, 2021).

3. Meningkatkan Kesadaran Spiritual dan Ketakutan terhadap Kematian sebagai Motivasi

Pernyataan informan “takut akan kematian, jadi semangat” memperlihatkan bahwa kesadaran terhadap kematian justru menjadi pemicu bagi mereka untuk memperbaiki diri dan meningkatkan ibadah. Penelitian menunjukkan bahwa religiusitas mampu mengubah kecemasan akan kematian

menjadi dorongan positif untuk memperkuat praktik keagamaan dan memperbaiki kualitas diri (Pandya & Carod-Artal, 2021; Rybarski, 2023). Hal serupa ditemukan pada kegiatan majelis taklim, khususnya karena proses pembelajaran di dalamnya mendorong refleksi diri dan peningkatan kesadaran akhirat (Fallah, 2024). Secara empiris, religiusitas terbukti memiliki hubungan negatif dengan kecemasan kematian, sehingga individu yang religius cenderung lebih termotivasi untuk menjalani hidup secara lebih bermakna (Yıldırım Üşenmez & Dikmen, 2024). Temuan ini sejalan dengan pengalaman peserta yang merasa terdorong untuk memperbanyak ibadah dan lebih berhati-hati dalam menjalani kehidupan.

C. Pertumbuhan Pribadi & Perubahan Perilaku (Personal Growth)

1. Pemahaman Keagamaan Meningkat (Fiqih & Ibadah)

Majelis ta'lim berperan penting dalam meningkatkan pemahaman jamaah mengenai fiqih, akhlak, dan praktik ibadah melalui kajian terstruktur dan pembiasaan ibadah bersama. Peningkatan pemahaman ini tidak hanya terjadi karena ceramah, tetapi juga karena diskusi, tanya jawab, serta pembiasaan membaca Al-Qur'an. Keterlibatan rutin dalam pembelajaran agama mampu meningkatkan literasi keagamaan dan kemampuan jamaah dalam menerapkan syariat secara lebih benar dalam kehidupan sehari-hari (Wahyuni, 2023). Pemahaman agama yang mendalam berhubungan langsung dengan penguatan identitas spiritual dan arah hidup seseorang (Bryant & Wong, 2022).

2. Perubahan Perilaku Positif

Peningkatan pemahaman agama kemudian mendorong perubahan nyata dalam perilaku sehari-hari. Para jamaah melaporkan bahwa mereka menjadi lebih sopan, lebih berhati-hati dalam berbicara, dan lebih tenang dalam menghadapi masalah. O'Brien & King (2023) menunjukkan bahwa komunitas keagamaan berfungsi sebagai mekanisme kontrol sosial yang menanamkan nilai moral dan perilaku prososial pada anggotanya. Dalam konteks majelis ta'lim, hal ini terlihat dari meningkatnya kedisiplinan beribadah serta perubahan cara berpakaian yang lebih sesuai dengan nilai Islam karena adanya pembiasaan, contoh nyata dari sesama jamaah, dan dorongan normatif dari lingkungan religius. Dukungan sosial di komunitas religius berkontribusi pada pembentukan perilaku positif secara berkelanjutan (Halim & Fitriyani, 2025).

3. Meningkatkan Kematangan Emosional dan Kedewasaan Spiritual

Selain perubahan perilaku lahiriah, majelis ta'lim turut memperkuat kematangan emosional jamaah. Kegiatan seperti dzikir, doa, kajian akhlak, dan refleksi spiritual membantu jamaah menenangkan diri, menahan amarah, serta lebih stabil secara emosional. Ritual keagamaan memiliki korelasi yang kuat dengan meningkatnya kemampuan regulasi emosi adaptif dan menurunnya distress psikologis (Rodrigues et al., 2024). Jamaah menjadi lebih sabar, tidak reaktif, dan lebih mampu menerima ujian hidup dengan sikap tawakkal. Mindfulness spiritual Islam (muraqabah) meningkatkan pengendalian diri, kesadaran moral, serta kedewasaan spiritual sebuah perubahan yang sangat identik dengan pengalaman jamaah majelis ta'lim (Masruroh et al., 2025).

D. Penerimaan Diri (Self-Acceptance)

Berdasarkan hasil wawancara dengan peserta majlis ta'lim Al Barokah di Palembang, ditemukan bahwa kegiatan keagamaan yang rutin diikuti memberikan pengaruh signifikan terhadap terbentuknya penerimaan diri. Informan menggambarkan adanya perubahan positif pada diri mereka mengenai cara mereka memahami, menilai, dan merespons diri sendiri.

1. Kemampuan untuk lebih menerima kekurangan diri

Sebagian besar peserta menyatakan bahwa mereka kini mampu memahami dan menerima kekurangan diri dengan lebih lapang, sebagaimana dinyatakan dalam ungkapan “lebih baik dari sebelumnya”. Penerimaan diri merupakan sikap positif individu terhadap dirinya, termasuk pemahaman dan penerimaan atas keterbatasan yang dimiliki (Rahmawati, 2018).

Hal tersebut diperkuat oleh Tiara (2024) yang menjelaskan bahwa religiusitas membantu individu menerima kondisi dirinya karena nilai-nilai spiritual memberikan makna terhadap kekurangan serta pengalaman hidup yang dialami. Semakin sering seseorang mengikuti kegiatan keagamaan, semakin kuat pula kecenderungan mereka untuk menerima diri karena merasa didukung secara spiritual dan emosional oleh lingkungan ibadah (Beti, 2021). Ketiga temuan dalam literatur tersebut terlihat konsisten dengan pengalaman para peserta majlis ta'lim yang merasa lebih bisa menerima kekurangan diri setelah mengikuti pengajian secara rutin.

2. Perasaan menjadi pribadi yang lebih baik dibanding sebelumnya

Narasumber memberikan ungkapan seperti “sekarang lebih paham... dulu awam” yang mana hal ini mencerminkan persepsi peserta mengenai adanya perubahan diri ke arah yang lebih baik. Mereka merasa lebih mengerti ajaran agama, lebih matang dalam bersikap, dan lebih positif dalam

memandang dirinya sendiri setelah mengikuti kegiatan majlis ta'lim. Peningkatan pemahaman agama dan penguatan hubungan spiritual mendorong individu untuk menilai dirinya secara lebih positif (Febrianty dkk., 2025).

Selain itu, religiusitas memiliki hubungan positif dengan self-esteem dan self-acceptance, sehingga individu lebih mudah memandang dirinya sebagai pribadi yang lebih baik dibanding masa lalu (Mecca, 2024). Narasi jamaah majlis ta'lim sangat sejalan dengan temuan-temuan tersebut, menunjukkan bahwa keterlibatan dalam kegiatan keagamaan berkontribusi pada terbentuknya persepsi diri yang lebih positif.

3. Meningkatnya ketenangan dan kemampuan mengendalikan diri

Jamaah juga mengatakan bahwa mereka kini lebih tenang dan tidak lagi tergesa-gesa dalam menghadapi masalah hidup, sebagaimana tercermin dari kutipan “sekarang lebih tenang, dulu tergesa-gesa”. Temuan ini sangat berkesesuaian dengan penelitian Ikhwansifa yang menunjukkan bahwa nilai-nilai religius seperti tawakkal memberi pengaruh langsung pada ketenangan emosional individu dan membantu mereka merespons tekanan hidup dengan lebih stabil (Ikhwanisifa, 2022).

Religiusitas meningkatkan self-compassion, dan pada akhirnya membuat individu lebih tenang dalam menghadapi situasi sulit (Nailulzhawaidar & Takwin, 2022). Pengalaman para jamaah majlis ta'lim Al Barokah di Palembang menunjukkan pola yang sama, yakni bahwa rutinitas keagamaan memperkuat ketenangan batin dan mengurangi reaktivitas emosional.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keberadaan majelis ta'lim sangat membantu jamaah dalam membangun hubungan sosial yang positif. Pertemuan rutin membuat jamaah saling mengenal, saling mendukung, dan merasa menjadi bagian dari komunitas yang aman secara emosional. Komunitas keagamaan dapat menjadi sumber dukungan sosial yang kuat sehingga mengurangi rasa kesepian dan meningkatkan kesejahteraan (Rahman, 2021). Dukungan sosial berbasis agama dapat memperkuat hubungan antara religiusitas dan kesehatan mental (Purnamasari & Indrawati, 2022). Karena itu, tidak mengherankan bila jamaah merasa lebih tenang dan nyaman berada di lingkungan majelis ta'lim.

Majelis ta'lim juga membantu jamaah menemukan makna dan tujuan hidup. Kajian keagamaan yang rutin memberikan arah dan panduan untuk memahami kehidupan secara lebih mendalam. Pemahaman agama yang baik membuat seseorang lebih mudah merasakan arti dan tujuan

hidup (Hasnidar dan Widyastuti (2023). Dalam psikologi positif, makna hidup merupakan faktor penting yang membuat seseorang lebih kuat menghadapi tekanan hidup (Snyder & Lopez, 2021). Dengan demikian, aktivitas di majelis ta'lim tidak hanya menambah wawasan keagamaan tetapi juga membantu jamaah menata ulang orientasi hidup mereka.

Perubahan perilaku positif yang terjadi pada jamaah seperti menjadi lebih hati-hati, lebih sabar, dan lebih tenang dapat dipahami sebagai hasil dari internalisasi nilai-nilai agama yang mereka dapatkan selama mengikuti kegiatan majelis ta'lim. Perubahan perilaku religius biasanya terbentuk melalui pembelajaran berulang, teladan dari lingkungan sosial, dan pengalaman langsung yang memberikan efek emosional positif (Foster (2022). Hal ini diperkuat oleh Fitriani dan Sulastri (2020), yang menemukan bahwa kegiatan keagamaan di komunitas dapat membentuk kebiasaan moral seperti cara berbicara, berpakaian, dan berperilaku dengan lebih santun. Sehingga, perubahan yang terjadi pada jamaah merupakan hasil dari pembelajaran dan pembiasaan yang dilakukan secara konsisten.

Dari sisi pertumbuhan pribadi, jamaah menunjukkan peningkatan dalam hal kedewasaan emosional dan spiritual. Kegiatan seperti zikir, refleksi, dan pembelajaran agama membuat mereka lebih mampu mengatur emosi, memahami diri, dan menanggapi masalah dengan sikap yang lebih bijak. Aktivitas spiritual rutin membantu meningkatkan kesadaran diri dan pengelolaan emosi (Wirawan, 2021). Zikir dapat menurunkan reaktivitas emosi dan membuat seseorang lebih stabil secara psikologis. Karena itu, majelis ta'lim dapat dipahami sebagai ruang yang membantu jamaah mengembangkan diri secara emosional dan spiritual (Putra dan Zulaiha, 2024).

Peningkatan penerimaan diri di antara jamaah juga terlihat jelas. Mereka menjadi lebih mampu memahami kekurangan diri, lebih mudah memaafkan diri, dan lebih optimis memandang hidup. Yusuf (2022) menyatakan bahwa nilai-nilai agama dapat membantu seseorang menerima dirinya secara utuh karena agama memberikan perspektif yang lebih luas tentang makna hidup, ujian, dan tujuan penciptaan manusia. Majelis ta'lim menyediakan lingkungan yang mendukung proses ini melalui nasihat spiritual, pembinaan akhlak, dan interaksi yang hangat.

Secara keseluruhan, majelis ta'lim berperan sebagai ruang pembelajaran agama yang juga memberi manfaat sosial, emosional, spiritual, dan moral. Temuan ini sejalan dengan berbagai teori dan penelitian terbaru yang menegaskan pentingnya komunitas religius dalam membangun kesejahteraan psikologis dan pertumbuhan pribadi. Di tengah tekanan hidup masyarakat modern, majelis ta'lim menjadi tempat untuk memperoleh ketenangan, meningkatkan pemahaman agama, dan membentuk karakter yang lebih matang.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa majelis ta'lim memiliki peran signifikan dalam membentuk kesejahteraan psikologis dan religiusitas masyarakat Palembang. Melalui berbagai aktivitas keagamaan yang dilakukan secara rutin seperti pengajian, pembinaan ibadah, diskusi keagamaan, dan interaksi sosial majelis ta'lim menjadi ruang yang memungkinkan jamaah mengalami perkembangan spiritual dan psikologis secara menyeluruh.

Pertama, majelis ta'lim terbukti memperkuat hubungan sosial positif, di mana jamaah merasakan dukungan emosional, kedekatan sosial, serta rasa kebersamaan yang berkontribusi pada meningkatnya psychological well-being. Kedua, kegiatan keagamaan di majelis ta'lim meneguhkan makna hidup dan tujuan hidup, yaitu orientasi hidup yang lebih jelas, berbasis ibadah, dan disertai motivasi spiritual yang matang. Ketiga, majelis ta'lim berperan sebagai wadah pertumbuhan pribadi, mendorong pemahaman agama yang lebih dalam, perubahan perilaku positif, serta kematangan emosional jamaah. Keempat, majelis ta'lim turut memperkuat penerimaan diri, termasuk kemampuan mengelola emosi, menerima kekurangan diri, dan menilai diri secara lebih positif.

Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa majelis ta'lim tidak hanya berfungsi sebagai lembaga pembelajaran agama, tetapi juga sebagai lingkungan pengembangan kesejahteraan psikologis yang mencakup aspek sosial, emosional, kognitif, dan spiritual jamaah.

ACKNOWLEDGEMENT

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah terlibat dan memberikan dukungan dalam pelaksanaan penelitian ini serta penyusunan prosiding. Apresiasi khusus disampaikan kepada para partisipan dan narasumber majelis ta'lim yang telah meluangkan waktu, berbagi pengalaman, serta memberikan informasi yang sangat berharga bagi kelancaran proses penelitian.

Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada seluruh peneliti dalam tim yang telah bekerja sama, berkontribusi, dan berkomitmen dalam setiap tahapan penelitian, mulai dari pengumpulan data, analisis, hingga penyusunan laporan akhir. Kerja sama dan dedikasi para peneliti menjadi bagian penting dalam keberhasilan penelitian ini.

Ucapan terima kasih juga diberikan kepada civitas akademika Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang dan Universitas Sriwijaya atas dukungan, arahan, dan fasilitas yang diberikan selama proses penelitian berlangsung.

Tidak lupa, penulis menghaturkan apresiasi kepada berbagai pihak lain yang telah membantu, mendukung, dan memberikan kontribusi namun tidak dapat disebutkan satu per satu. Peran dan bantuan mereka tetap sangat berarti dalam kelancaran penelitian ini.

Akhirnya, penulis juga mengucapkan terima kasih kepada panitia *Conference on Dawah* yang telah memberikan kesempatan dan wadah untuk mempublikasikan hasil penelitian ini. Tanpa dukungan dari seluruh pihak tersebut, penelitian dan penyusunan prosiding ini tidak akan terlaksana dengan baik.

REFERENCES

- Alkaf, I., & Handiki, Y. R. P. (2025). Menumbuhkan Self Acceptance Melalui Konsep Mahabbah. *Refleksi Jurnal Filsafat dan Pemikiran Islam*, 25(1), 1-17.
<https://ejournal.uin-suka.ac.id/ushuluddin/ref/article/view/6150>
- Al-Kandari, Y., & Al-Qallaf, H. (2022). *Religious participation and emotional well-being among adult communities in Kuwait*. *Journal of Religion and Health*, 61(3), 245–260.
<https://www.springer.com/journal/10943>
- Asrin, A. (2024). Islamic education in non-formal institutions: The role of Majelis Taklim based on Indonesian local wisdom. *Fitrah: Journal of Islamic Education*, 5(2), 185–200.
<https://jurnal.staisumatera-medan.ac.id/index.php/fitrah/article/download/1081/126>
- Bryant, C., & Wong, P. (2022). *Spiritual identity formation and its role in well-being across religious communities*. *Journal of Spiritual Development*, 14(2), 112–129.
<https://scholar.google.com/scholar?q=Spiritual+identity+formation+and+its+role+in+well-being+across+religious+communities>
- Fallah, N. (2024). Pengaruh majelis taklim terhadap religiusitas lansia: Pendekatan psikologi agama. *Tribakti: Jurnal Pemikiran Keislaman*, 35(1), 112–126.
<https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/heutagogia/article/view/9609>
- Halim, M., & Fitriyani, A. (2025). *Peran dukungan sosial religius terhadap pembentukan perilaku keberagamaan masyarakat*. *Jurnal Psikologi Islam Indonesia*, 9(1), 45–58.
<https://journal.uii.ac.id/JPII>
- Hamzah, A. (2020). *Metode penelitian kualitatif: Pendekatan fenomenologi dan aplikasinya*. Jakarta: Rajawali Pers.
<https://inlislite.perpusnas.go.id/opac/detail-opac?id=1130489>
- Hanafi, A., & Yasin, M. (2023). Upaya Memperkuat Hubungan Sosial dalam Kehidupan Bermasyarakat. *Jurnal Ilmu Pendidikan & Sosial (SINOVA)*, 1(2), 51–62.
<https://miftahul-ulum.or.id/ojs/index.php/jps/article/view/19>
- Hartati, S., & Arisandi, D. (2025). Studi Pendahuluan: Psychological Well-Being dan Positive Education pada Mahasiswa Generasi Z di Era Teknologi. *Journal of Sustainable Education*, 2(1), 9–18.
<https://el-emir.com/index.php/jose/article/download/141/127/1256>

- Hasibuan, M. Y., & Rubino, R. (2025). Strategi Rekrutmen Majelis Taklim Darusshofa dalam Meningkatkan Jumlah Jamaah. *Ulu-muddin: Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman*, 15(2), 583–600. https://jurnal.uci.ac.id/index.php/agama_islam/article/download/3093/2935/14484
- Herdiansyah, H. (2019). *Metodologi penelitian kualitatif untuk ilmu sosial*. Jakarta: Salemba Humanika. <https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=1187153>
- Hidayat, A., & Rohmana, J. (2023). *Praktik keberagamaan masyarakat dalam pengajian*. *Jurnal Sosial Keagamaan Indonesia*, 8(2), 144–159. <https://scholar.google.com/scholar?q=Praktik+keberagamaan+masyarakat+dalam+pengajian+Hidayat+Rohmana+2023>
- Hidayati, B. M. R., & Fadhilah, T. N. (2021). Religiusitas dan kesejahteraan psikologis mahasiswa Fakultas Dakwah. *Indonesian Journal of Humanities and Social Sciences*, 2(3), 197-210. <https://ejournal.uit-lirboyo.ac.id/index.php/IJHSS/article/view/2276>
- Ikhwanisifa, I., & Raudatussalamah, R. (2022). Peran religious coping dan tawakal untuk meningkatkan subjective wellbeing pada masyarakat Melayu. *Jurnal Psikologi*, 18(1), 44-50. <https://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/psikologi/article/view/15265>
- Kasim, R. D. (2021). Majelis taklim dan masyarakat multikultural (tinjauan fungsi dan bentuk kegiatan majelis taklim pada masyarakat multikultural di Kota Manado). *Jurnal Syntax Transformation*, 2(3), 398–408. <https://doi.org/10.46799/jst.v2i3.249>
- Lazarus, M., & Sands, R. (2023). *Small religious groups and meaning in life: A cross-cultural analysis*. *Journal of Spirituality in Mental Health*, 25(1), 33–49. <https://www.tandfonline.com/loi/wspi20>
- Mahamuse, H. (2023). Penguatan spiritual melalui majelis taklim: Studi fenomenologis pada jamaah pengajian perempuan. *Jurnal Pendidikan Agama Islam Nusantara*, 5(1), 44–57. <https://journal.unisma.ac.id/index.php/jpai/article/download/22379/10822>
- Masruroh, N., Hanifah, A., & Rahmadi, L. (2025). *Islamic spiritual mindfulness (muraqabah) and its influence on emotional regulation among adolescents*. *Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 7(1), 23–37. <https://journal.uii.ac.id/IJIP>
- Mecca, F. A., Pratiwi, R. A., & Novitasya, S. (2024). Hubungan Religiusitas dengan Psychological Well-Being. *Jurnal Ilmiah Psikologi dan Kesehatan Masyarakat*, 2(2), 136-155. <https://jipkm.com/index.php/jipkm/article/download/157/137/464>
- Muharridha, A., Mulia, K. M., Hasibuan, N. H., & Selvira, S. (2025). Peran Kegiatan Keagamaan Rutin Majelis Ta'lim Amaliyah dalam Membangun Kehidupan Sosial yang Harmonis di Masjid Amal Kel. Jati Negara, Kec. Binjai Utara. *Mesada: Journal of Innovative Research*, 2(2), 752–757. <https://ziaresearch.or.id/index.php/mesada/article/download/172/169>
- Mulia, T. I., & Sundari, A. R. (2024). Pengaruh Religiusitas dan Regulasi Emosi Terhadap Kesejahteraan Psikologis Guru. *Psikologi Kreatif Inovatif*, 4(1), 47-57. <https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/PsikologiKreatifInovatif/article/download/3272/2432>

- Mulyani, I., Wulandari, S., & Hidayat, R. (2025). Spiritual meaning and emotional well-being of adult learners in Indonesian Islamic study groups. *Journal of Islamic Psychology*, 7(1), 55–70.
<https://journal.uinjkt.ac.id/index.php/jip/article/download/38515/17672>
- Nailulzahwaidar, E., & Takwin, B. (2022). Pengaruh Religiusitas dan Kecemasan terhadap Self-Compassion pada Dewasa Awal. *Jurnal Ilmiah Psikologi MIND SET*, 13(02), 128-141.
<https://journal.univpancasila.ac.id/index.php/mindset/article/view/3519>
- Nasution, R., Masri, D., & Miswar, M. (2025). Peran Majelis Taklim Sebagai Sarana Pendidikan Islam Untuk Membina Karakter Peduli Sosial Jamaah Masjid Al-Ihsan di Kelurahan Kenangan Baru, Kabupaten Deli Serdang. *Jurnal Miftahul Ilmi: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2(3), 292–327.
<https://doi.org/10.59841/miftahulilmi.v2i3.195>
- Nuruddaroini, N., Yusra, R., & Kurniawati, H. (2024). Hubungan religiusitas, intensitas mengikuti majelis taklim, dan psychological well-being pada masyarakat urban. *Tribakti: Jurnal Pemikiran Keislaman*, 35(2), 233–245.
<https://doi.org/10.33367/tribakti.v35i2.5495>
- O'Brien, K., & King, S. (2023). *Community religious engagement and prosocial behavior in adult populations*. *Journal of Community Psychology*, 51(4), 1550–1564.
<https://onlinelibrary.wiley.com/journal/15206629>
- Pandya, S. K., & Carod-Artal, F. (2021). Religion and death anxiety among adults: The mediating role of meaning in life. *Journal of Religion and Health*, 60(3), 1895–1910.
<https://doi.org/10.3390/rel12010061>
- Rahmawati, S. (2018). Pengaruh religiusitas terhadap penerimaan diri orangtua anak autisme di sekolah luar biasa xyz. *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora*, 4(1), 17-24.
<https://jurnal.uai.ac.id/index.php/SH/article/download/248/233>
- Raihan, R., & Lailani, L. (2025). Peran Strategis Majelis Ta'lim Al-Hidayat dalam Memperkuat Pemahaman Agama di Gampong Pelanggahan, Kota Banda Aceh. *Tamaddun*, 26(2), 095–107.
<https://journal.umg.ac.id/index.php/tamaddun/article/view/9678>
- Rodrigues, L., Martin, G., & Silva, A. (2024). *Religious rituals and adaptive emotional regulation: A cross-cultural examination*. *Psychology of Religion and Spirituality*, 16(1), 74–88.
<https://www.apa.org/pubs/journals/rel>
- Rybarski, R. (2023). The relationship between meaning in life, religiosity, and death anxiety: A cross-sectional study. *Psychology of Religion and Spirituality*, 15(1), 80–92.
<https://www.mdpi.com/2077-1444/12/1/61/pdf>
- Sari, Y., & Munandar, D. (2024). *Literasi keagamaan di komunitas pengajian*. *Jurnal Pendidikan Islam Nusantara*, 12(1), 55–68.
<https://scholar.google.com/scholar?q=Literasi+keagamaan+di+komunitas+pengajian+Sari+Munandar+2024>
- Sofyan, A., Hasan, M., & Mahrus, E. (2025). Peran Majelis Taklim dalam Membangun Harmoni Masyarakat Multikultural di Desa Sungai Kunyit. *Kartika: Jurnal Studi Keislaman*, 5(1), 453–464.

<https://lptnunganjuk.com/ojs/index.php/kartika/article/view/131>

Trisnawati, T., Rahmawati, R. T., Arshanty, I. R., & Adira, N. (2025). Psychological well-being of individuals living a minimalist lifestyle: A phenomenological study. *Psychological Research and Intervention*, 8(1), 1–13.

<https://doi.org/10.21831/pri.v8i1.81799>

Wahyuni, S. (2023). *Penguatan literasi keagamaan melalui pembelajaran rutin di komunitas pengajian perempuan*. *Jurnal Studi Islam Indonesia*, 15(3), 201–214.

<https://scholar.google.com/scholar?q=Penguatan+literasi+keagamaan+melalui+pembelajaran+rutin>

Yıldırım Üşenmez, T., & Demir Dikmen, R. (2024). The effect of religious attitude on death anxiety among patients undergoing hemodialysis treatment: A sample from Turkey. *Journal of Religion and Health*, 63, 2794–2805.

<https://doi.org/10.1007/s10943-024-02042-3>

Zufika, A. E., Ifadah, L., & Mu'anayah, N. A. (2024). Psychoreligious education's role in shaping the thinking paradigm of Muslim women in Majelis Taklim Khodijah. *Amorti: Jurnal Studi Islam Interdisipliner*, 3(3), 111–116.

<https://journal.amorfati.id/index.php/amorti/article/view/297>

DOKUMENTASI



Gambar 1.1 wawancara pertama bersama mba d dan mba s



Gambar 1.2 Foto bersama mba d dan mba s



Gambar 1.3 wawancara kedua bersama mba r

LAMPIRAN

<https://docs.google.com/document/d/1Ei3Tik6M7nuxozGBg-IdGh1SZP5U51pu/edit?usp=sharing&ouid=105861046843501815755&rtpof=true&sd=true>