

Yasinan Malam Jumat sebagai Sarana Penguatan Kepercayaan dan Harapan Spiritual Pada Jamaah Masjid Sultan Mahmud Badaruddin Jayo Wikramo Palembang

Tery Elpira¹, Zahrika Salsabila², Inayatul Ilmi ZK³, Jenny Loudia Syntia⁴, Aisyah Nurul Latifah⁵

^{1,2,3,4}Psikologi Islam, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang

⁵Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya

Corresponding Email: teryelpira1228@gmail.com¹, zahrikasalsabila0707@gmail.com², inayailmizk@gmail.com³, jennyloudia80@gmail.com⁴, aisyahnurullatifah820@gmail.com⁵

Number Whatsapp: 082177661293

Abstract

The Thursday Night Yasinan tradition is a collective religious practice that has long been a part of Indonesian Muslim communities. This activity is not merely a routine act of worship but also serves as a source of spiritual reinforcement and psychological resilience for the congregation. This study aims to examine how the Yasinan activities at the Sultan Mahmud Badaruddin Jayo Wikramo Mosque contribute to the strengthening of religious faith, spiritual hope, religious coping strategies, as well as the internalization of Islamic values. The research employs a descriptive qualitative approach, with data collected through in-depth interviews with informants selected purposively based on their regular attendance at Yasinan activities. Thematic analysis indicates that Yasinan provides emotional calmness, deepens trust in divine assistance, and enhances optimism in facing life's challenges. This activity also serves as a form of religious coping that aids in emotional regulation, positive interpretation of difficulties, and spiritual reliance on God. Furthermore, repeated rituals and social interactions strengthen the internalization of religious values.

Keywords: Yasinan, spiritual hope, religious coping, religious values, psychospiritual well-being.

Abstrak

Tradisi Yasinan Malam Jumat merupakan praktik keagamaan kolektif yang telah lama hidup dalam komunitas Muslim Indonesia. Aktivitas ini tidak sekadar menjadi rutinitas ibadah, tetapi juga menjadi sumber penguatan spiritual dan ketahanan psikologis bagi jamaah. Penelitian ini bertujuan menelaah bagaimana kegiatan Yasinan di Masjid Sultan Mahmud Badaruddin Jayo Wikramo berkontribusi terhadap penguatan kepercayaan religius, harapan spiritual, strategi *coping religius*, serta internalisasi nilai-nilai Islam. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan pengumpulan data melalui wawancara mendalam terhadap informan yang dipilih secara purposive berdasarkan kehadiran rutin dalam kegiatan Yasinan. Analisis tematik

menunjukkan bahwa Yasinan memberikan ketenangan emosional, memperdalam rasa percaya kepada pertolongan Ilahi, dan meningkatkan optimisme dalam menghadapi tantangan hidup. Kegiatan ini juga menjadi sarana coping religius yang membantu regulasi emosi, penafsiran positif terhadap kesulitan, serta ketergantungan spiritual pada Tuhan. Selain itu, ritual berulang dan interaksi sosial memperkuat internalisasi nilai keagamaan.

Kata kunci: Yasinan, harapan spiritual, *coping religius*, nilai agama, kesejahteraan psikospiritual.

Pendahuluan

Ritual keagamaan merupakan elemen fundamental dalam kehidupan masyarakat Muslim Indonesia dan tidak hanya berfungsi sebagai praktik ibadah, tetapi juga sebagai sarana pembentukan stabilitas emosional, ketahanan spiritual, serta identitas keagamaan. Salah satu tradisi yang masih dijalankan hingga kini adalah Yasinan Malam Jumat, yakni pembacaan Surah Yasin secara kolektif di lingkungan masjid maupun komunitas. Aktivitas ini diyakini membawa ketenteraman batin, menjadi wadah doa bersama, serta membuka ruang refleksi spiritual bagi jamaah yang mengikutinya (Gumiandari et al., 2022). Dalam pandangan psikologi agama modern, ibadah yang dilakukan secara rutin memiliki peran strategis dalam membentuk belief system, mengembangkan harapan spiritual, dan menjaga keseimbangan afektif. Hope Theory Snyder menekankan bahwa harapan merupakan kombinasi aspek kognitif dan spiritual. Sejumlah penelitian mutakhir menyatakan bahwa kegiatan religius dapat menciptakan optimisme, rasa kontrol spiritual, dan kemampuan menghadapi tekanan hidup dengan lebih adaptif (IkhwaniSifa & Raudatussalamah, 2022; Gumiandari et al., 2022; Heliyon, 2024). Selain itu, Yasinan juga berfungsi sebagai bentuk religious coping. Pargament menegaskan bahwa coping berbasis agama mampu membantu individu meregulasi emosi, menafsirkan situasi sulit secara positif, dan memperoleh dukungan spiritual maupun sosial. Pada komunitas masjid, ibadah kolektif turut memperkuat jalinan sosial, solidaritas, dan modal spiritual masyarakat (Shalihin et al., 2023). Selain aspek emosional dan coping, Yasinan juga memperkuat praktik beragama melalui keteladanan, pembiasaan ritual, dan penguatan identitas religius. Nilai disiplin, kesabaran, syukur, dan tawakal tumbuh seiring konsistensi jamaah dalam mengikuti kegiatan ini.

Kurangnya kajian mendalam mengenai dampak psikologis dan spiritual Yasinan pada komunitas masjid besar seperti Masjid Sultan Mahmud Badaruddin Jayo Wikramo menjadi dasar dilakukannya penelitian ini. Penelitian ini bertujuan menggambarkan kontribusi Yasinan terhadap kepercayaan, harapan spiritual, religiusitas, dan nilai keagamaan jamaah (Heliyon, 2024).

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, yang bertujuan menggambarkan secara mendalam pengalaman religius dan psikologis jamaah terkait pelaksanaan Yasinan Malam Jumat di Masjid Sultan Mahmud Badaruddin Jayo Wikramo. Pendekatan ini dipilih karena memberikan keleluasaan bagi peneliti untuk mengeksplorasi makna, dinamika batin, serta persepsi subjektif jamaah tanpa harus mengelompokkan jawaban dalam kategori-kategori kaku sebagaimana pada penelitian kuantitatif. Fokus utama pendekatan ini adalah melihat pengalaman spiritual jamaah secara natural, kontekstual, dan sesuai dengan realitas yang mereka alami.

Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah jamaah yang aktif mengikuti kegiatan Yasinan secara rutin minimal enam bulan dan memiliki kemampuan untuk menjelaskan pengalaman spiritual serta psikologis yang mereka rasakan. Kriteria ini diperlukan agar informan benar-benar memahami dinamika religius yang terjadi dalam kegiatan Yasinan.

Teknik Sampling

Pemilihan informan dilakukan melalui teknik *purposive sampling*, yaitu pemilihan partisipan secara sengaja berdasarkan kesesuaian dengan tujuan penelitian. Kriteria *purposive* yang digunakan meliputi:

1. Jamaah mengikuti Yasinan secara konsisten,
2. Terlibat dalam aktivitas masjid, dan
3. Bersedia menjelaskan pengalaman religiusnya secara mendalam.

Teknik ini memungkinkan peneliti memperoleh data yang kaya, relevan, dan representatif terhadap fenomena yang diteliti.

Teknik Pengumpulan Data

Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam (*in-depth interview*) dengan format semi-terstruktur. Bentuk wawancara ini memberi peneliti ruang untuk menjaga alur sesuai fokus penelitian, namun tetap memberi fleksibilitas bagi informan untuk mengekspresikan pengalaman spiritual mereka secara bebas. Seluruh wawancara direkam menggunakan perangkat audio untuk memastikan kelengkapan data, kemudian ditranskripsi secara menyeluruh. Proses observasi nonpartisipatif juga dilakukan untuk memahami konteks kegiatan Yasinan secara langsung.

Teknik Analisis Data

Data dianalisis menggunakan analisis tematik, yang meliputi:

- a. Proses membaca dan memahami data secara keseluruhan,
- b. Pengodean awal untuk menandai informasi penting,
- c. Pengelompokan kode menjadi pola dan subtema,

- d. Pembentukan tema utama, serta
- e. Interpretasi hasil berdasarkan fokus penelitian.

Analisis tematik dipilih karena mampu mengorganisasi data kualitatif secara sistematis dan menonjolkan tema-tema penting terkait penguatan kepercayaan, harapan spiritual, coping religius, dan nilai-nilai keagamaan jamaah. Pendekatan metodologis ini diharapkan mampu menghasilkan gambaran komprehensif mengenai bagaimana Yasinan Malam Jumat berfungsi sebagai sarana pembentukan ketenangan emosional, keseimbangan psikologis, serta kematangan spiritual bagi jamaah yang mengikutinya.

Hasil Penelitian

3.1 Penguatan Kepercayaan dan Harapan Spiritual

Yasinan, sebagai ritual pembacaan Surah Yasin secara berjamaah, terbukti memperkuat kepercayaan dan harapan spiritual jamaah melalui penguatan regulasi emosi dan ketenangan batin. Praktik religius sebagaimana dijelaskan dalam tinjauan sistematis terbaru mampu meningkatkan kemampuan individu dalam mengelola emosi dan menurunkan tekanan psikologis, sehingga suasana batin lebih stabil saat menghadapi masalah (Brandão et al., 2025). Dukungan ini sejalan dengan hasil meta-analisis yang menunjukkan bahwa religiusitas dan spiritualitas berperan protektif terhadap kecemasan dan depresi, terutama ketika seseorang terlibat aktif dalam ritual atau kegiatan ibadah yang bermakna (Aggarwal et al., 2023). Pada konteks komunitas Muslim Indonesia, nilai-nilai religius seperti doa, dzikir, dan pembiasaan ibadah terbukti berkontribusi pada penurunan stres serta penguatan ketahanan psikologis individu (Fatimah & Hasanah, 2024). Mekanisme tersebut mendukung agency spiritual keyakinan bahwa seseorang mampu melewati tantangan dengan pertolongan Allah dan *pathways* spiritual, yaitu keyakinan bahwa Allah selalu menyediakan jalan keluar. Di sisi lain, temuan mengenai *religious coping* menegaskan bahwa pengalaman keagamaan yang positif, seperti Yasinan, dapat meningkatkan kesejahteraan emosional, sedangkan coping religius negatif justru berpotensi menurunkan kualitas psikologis individu (Graça et al., 2024). Dengan demikian, Yasinan tidak hanya berfungsi sebagai ritual keagamaan, tetapi juga sebagai ruang pemaknaan hidup (*meaning-making*) yang memperkuat harapan, ketahanan batin, dan persepsi kontrol Ilahi secara lebih mendalam.

3.2 Yasinan sebagai Mekanisme Coping Religius

Yasinan bisa berfungsi sebagai mekanisme coping religius yang efektif ketika jamaah menghadapi tekanan hidup, karena melalui doa dan bacaan bersama, jamaah memperoleh kedamaian batin dan stabilitas emosional coping religius positif seperti ini terbukti berkorelasi dengan peningkatan kesejahteraan mental di kalangan komunitas Muslim (Raiya et al., 2019). Pada aspek kognitif,

Yasinan memungkinkan individu untuk melakukan positive religious reappraisal, yaitu menilai ulang masalah atau kesulitan sebagai bagian dari rencana Ilahi, sehingga beban psikologis terasa lebih ringan. Selain itu, kehadiran unsur spiritual keyakinan akan pertolongan dan perlindungan Allah memberi dukungan internal yang memperkuat daya tahan mental dan harapan hidup, layaknya ketergantungan spiritual (Hasanah et al., 2025).

Dan ketika dilakukan secara berjamaah, Yasinan juga menyatukan komunitas memberi dukungan sosial melalui ikatan emosional dan kebersamaan yang penting dalam membentuk ketangguhan psikologis kolektif serta memperkuat *subjective well-being* pada anggota komunitas (Ikhwanisifa dan Raudatussalamah, 2022). Dengan demikian, Yasinan berpotensi menjadi coping religius komprehensif: meredakan kecemasan, membingkai ulang makna hidup, memperkuat ikatan spiritual, dan memupuk dukungan sosial.

3.3 Penguatan Nilai-Nilai Keagamaan

Ritual keagamaan seperti Yasinan bisa berperan signifikan dalam menanamkan nilai-nilai keagamaan lewat pembiasaan dan interaksi rutin ketika jamaah secara konsisten melakukan doa, dzikir, dan bacaan Al-Qur'an dalam komunitas, nilai seperti disiplin ibadah, kesabaran, syukur, dan tanggung jawab spiritual menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari (Amin et al., 2024). Lebih dari itu, kehadiran figur atau anggota komunitas yang konsisten menjalankan ibadah dan berperilaku baik menjadi teladan nyata; jamaah baru dapat mempelajari dan meniru perilaku tersebut melalui proses observasi dan interaksi sosial, sehingga akhlak dan karakter religius tertanam secara lebih alami (Munir et al., 2024). Partisipasi dalam kegiatan keagamaan kolektif juga membuka ruang solidaritas dan kepedulian sosial saling berbagi, berbagi nasihat, membantu sesama yang makin memperkuat empati serta rasa kebersamaan di antara anggota komunitas, menjadikan agama bukan hanya soal ritual tetapi gaya hidup bersama (Budiarti et al., 2024). Dengan demikian, proses pembiasaan, keteladanan, dan interaksi sosial dalam komunitas yang konsisten memfasilitasi internalisasi nilai-nilai keagamaan agama menjadi bagian identitas diri, mempengaruhi cara pandang, keputusan, dan tindakan sehari-hari, membuat individu tidak hanya menjalankan ritual, tetapi menjalani agama sebagai bagian integral dari hidup mereka (Gunawan et al., 2025).

Diskusi

Penelitian ini menegaskan bahwa Yasinan Malam Jumat memiliki peran besar dalam memperkuat keyakinan dan harapan spiritual jamaah. Dampak ini sejalan dengan temuan bahwa praktik keagamaan yang dilakukan secara rutin dapat meningkatkan ketenangan emosional dan ketahanan psikologis individu dalam menghadapi stres (Bano et al., 2025). Yasinan juga menjadi mekanisme coping religius, membantu jamaah meregulasi emosi

dan menafsirkan pengalaman sulit secara lebih bermakna, konsisten dengan penelitian tentang coping religius yang menunjukkan hubungan positif antara praktik keagamaan dan resiliensi psikologis (Azizah & Aisah, 2022). Di samping itu, kegiatan Yasinan turut memperkokoh nilai-nilai keagamaan seperti sabar, tawakal, kedisiplinan, dan solidaritas melalui proses pembiasaan dan keteladanan sosial, sebagaimana dijelaskan dalam telaah praktik keagamaan komunitas Muslim yang berkontribusi pada penguatan karakter religius (Anli, 2025). Temuan ini juga diperkuat oleh studi yang menunjukkan bahwa coping religius merupakan strategi umum Muslim dalam menghadapi tekanan kehidupan sehari-hari (Purwacaraka, 2014). Dengan demikian, Yasinan bukan hanya ritual membaca Al-Qur'an, tetapi juga praktik psikospiritual yang memiliki dimensi emosional, kognitif, sosial, dan moral.

Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa Yasinan Malam Jumat di Masjid Sultan Mahmud Badaruddin Jayo Wikramo berkontribusi secara signifikan terhadap penguatan kepercayaan religius, pembentukan harapan spiritual, peningkatan coping religius, serta internalisasi nilai-nilai Islam. Ritual ini tidak hanya menstabilkan emosi dan meningkatkan resiliensi psikologis, tetapi juga memperkuat solidaritas sosial dan karakter religius jamaah. Dengan berbagai manfaat tersebut, Yasinan dapat dipandang sebagai praktik keagamaan yang memiliki nilai strategis dalam mengembangkan kesehatan spiritual dan psikologis komunitas Muslim.

Ucapan Terima Kasih

Penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada jamaah dan pengurus Masjid Sultan Mahmud Badaruddin Jayo Wikramo Palembang atas dukungan, kesempatan, dan bantuan yang diberikan selama proses penelitian berlangsung.

Referensi

- Bano, S., Akram, W., Habiba, U. E., & Arshad, H. (2025). The Role of Faith-Based Coping Mechanisms in Enhancing Mental Resilience: A Study Among Muslim Students. *Research Journal of Psychology*, 3(1), 64–80. Link: <https://www.ctrjournal.com/index.php/19/article/view/46>
- Anli, G. (2025). Positive Psychology Practices in Muslim Communities: A Systematic Review. *Journal of Religion and Health*, 64, 3448–3470. Link: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10943-025-02357-9>
- Azizah, R. N., & Aisah, A. (2022). The influence of positive religious coping on academic burnout among Islamic education students of private university in Yogyakarta. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 24(1), 21–34. Link: <https://ejurnal.mercubuana->

yogya.ac.id/index.php/psikologi/article/view/1786

Angganantyo, W. (2014). Coping religius pada karyawan muslim ditinjau dari tipe kepribadian. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 2(1), 50-61. Link: <https://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/article/view/1769>

Gumiandari, S., Abd. Madjid, I. N., Safii, & Hidayat, A. (2022). Islamic Resilience as Spiritual and Psychological Coping Strategies for Muslims during COVID-19 Pandemic. *Afkar: Jurnal Akidah dan Pemikiran Islam*. Link: <https://ejournal.um.edu.my/index.php/afkar/article/view/40641>

Ikhwanisifa, I., & Raudatussalamah, R. (2022). Peran religious coping dan tawakal untuk meningkatkan subjective wellbeing pada masyarakat Melayu. *Jurnal Psikologi*, 18(1), 44-50. Link: <https://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/psikologi/article/view/15265>

Heliyon. (2024). Impact of the COVID-19 pandemic on communal religious worshippers' mental health and the benefits of positive religious coping. *Heliyon*, 10(21), e39093. Link: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2405844024151249>

Shalihin, N., Yusuf, M., & Hulwati, H. (2023). Social Cohesivity of The Indonesian Muslim Community During the Ramadan. *Islam Realitas: Journal of Islamic and Social Studies*, 9(1), 12-25. Link: https://ejournal.uinbukittinggi.ac.id/index.php/Islam_realitas/article/view/6169

Aggarwal, S., Bartle, S., Howard, A., & Collishaw, S. (2023). Religiosity and spirituality in the prevention and management of depression and anxiety in young people: A systematic review and meta-analysis. *BMC Psychiatry*, 23(1), 1–15. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-05091-2>

Brandão, T., Schulz, M. S., Matos, P. M., & Brown, A. (2025). Religion and emotion regulation: A systematic review of quantitative studies. *Journal of Religion and Health*, 64(1), 1–23. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12134000/>

Fatimah, N., & Hasanah, U. (2024). Self-awareness berbasis nilai-nilai religius dalam mengatasi stres akademik mahasiswa aktivis. *Tarlim: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 7(1), 45–57. <https://ejurnal.unmuhsember.ac.id/index.php/TARLIM/article/download/2376/702/8902>

Graça, L., Ribeiro, F., & Ferreira, M. (2024). Religious/spiritual coping, emotion regulation, and well-

being. *Journal of Psychology & Theology*, 52(2), 133–147. DOI: 10.1177/00916471231223920

Hasanah, dkk. (2025). Pendekatan Spiritual Islami Dalam Mendukung Kesehatan Mental Pasiendi Rumah Sakit. *Jikes: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), 95-100. Link: <https://doi.org/10.71456/jik.v4i1.1516>

Raiya H. A., Ayten. A., Tekke. M., dan Agbaria. Q. (2019). Mengenai Hubungan Antara Penanganan Keagamaan Yang Positif, Kepuasan Hidup Dan Gejala Depresi Pada Sampel Muslim Multinasional. *Jurnal Psikologi Internasional*, 54(5), 678-686. DOI: <https://doi.org/10.1002/ijop.12521>

Amin, Moh Nasrul; Nashihin, Muhammad; Nursikin, Mukh. (2024). Peningkatan Karakter Religius Siswa melalui Internalisasi Nilai dalam Kegiatan Keagamaan dan Sosial. *Madinah: Jurnal Studi Islam*, 11(2), 295–312. <https://ejournal.iai-tabah.ac.id/index.php/madinah/article/view/2950>

Munir, Misbah & Saepuloh Jamal, Moh Yusup. (2024). Analisis Internalisasi Nilai-Nilai Keislaman melalui Kegiatan Ekstrakurikuler Keagamaan. *Thoriqotuna: Jurnal Pendidikan Islam*, 6(2), artikel 815. <https://ejurnal.iailm.ac.id/index.php/thoriqotuna/article/view/815>

Budiarti, Maharani & Ilahiyah, Iva Inayatul. (2024). Internalisasi Nilai-Nilai PAI dalam Pembentukan Sikap Sosial melalui Ekstrakurikuler di MAN 4 Jombang. *Millatuna: Jurnal Studi Islam*, 1(03), 331–352. <https://ejournal.unhasy.ac.id/index.php/millatuna/article/view/6534>

Gunawan, Rifai Muhammad; Masyitoh, Maulida; Asni Sari, K.; Maulidya, Ade. (2025). Sociological Approach to the Role of the Family in Religious Values Internalisation. *BELIEF: Sociology of Religion Journal*, 3(1), 13–24. <https://ejournal.uinbukittinggi.ac.id/index.php/belief/article/view/9251>