

ABSTRAK

Riana Nurjanah (1211040107) 2025: “Peran Selawat *Thibbil Qulūb* dalam Menjaga Kesehatan Mental Ibu (Studi Kasus pada Ibu-ibu Pengajian Marmah Rentang Usia 25-40 Tahun dalam Mendidik Anak Usia *Toddler* Di Desa Sumbon Kabupaten Indramayu)”

Mendidik anak usia *toddler* kerap kali menjadi tekanan psikologis bagi ibu, terutama bagi ibu yang berada pada fase dewasa awal. Tekanan ini dapat memengaruhi kesehatan mental ibu dan pola asuh terhadap anaknya. Oleh karena itu, seorang ibu perlu menjaga kesehatan mentalnya dengan menumbuhkan emosi positif dan ketenangan hati, sehingga dapat menghadirkan kebahagiaan, cinta, dan rasa senang dalam dirinya. Hal tersebut dapat diperoleh dengan rutin membaca Selawat *Thibbil Qulūb* yang diyakini dapat memberikan ketenangan hati dan keseimbangan emosional pada ibu.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi kesehatan mental ibu-ibu Pengajian Marmah dalam mendidik anak usia *toddler* di Desa Sumbon Kabupaten Indramayu, proses Selawat *Thibbil Qulūb* yang dibaca oleh ibu-ibu Pengajian Marmah di Desa Sumbon Kabupaten Indramayu, serta untuk mengetahui peran Selawat *Thibbil Qulūb* dalam menjaga kesehatan mental ibu-ibu Pengajian Marmah dalam mendidik anak usia *toddler* di Desa Sumbon Kabupaten Indramayu.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Sumber data diperoleh dari Kepala Desa, Ketua Pengajian Ibu-ibu Marmah, serta ibu-ibu Pengajian Marmah yang berusia 25-40 tahun yang memiliki anak usia *toddler* dan rutinitas membaca Selawat *Thibbil Qulūb* serta bertempat tinggal di Desa Sumbon Kabupaten Indramayu. Teknik pengumpulan data mencakup observasi, wawancara, dan dokumentasi. Teknik analisis data dilakukan melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Kesehatan mental penting bagi ibu yang sedang mendidik anak usia *toddler* karena kondisi psikologis ibu dapat memengaruhi perkembangan dan pola asuh terhadap anak. Maka dari itu ibu-ibu Pengajian Marmah memiliki rutinitas membaca Selawat *Thibbil Qulūb* untuk menjaga kesehatan mentalnya. Secara teoritis, penelitian ini mengacu pada pemikiran Al-Ghazali mengenai selawat, serta teori kesehatan mental yang mengacu pada teori Zakiah Daradjat.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa, ibu-ibu Pengajian Marmah memiliki kondisi kesehatan mental yang sehat. Ditandai dengan stabilnya kondisi psikologis, mampu menyesuaikan diri dengan dirinya dan lingkungannya, iman dan takwa menjadi dasar setiap prosesnya, serta memiliki tujuan akhir meraih kehidupan yang penuh makna dan bahagia di dunia maupun di akhirat. Selawat *Thibbil Qulūb* rutin dibacakan ibu-ibu Pengajian Marmah baik secara berkelompok dan mandiri. Dari hasil penelitian, Selawat *Thibbil Qulūb* berperan positif dalam menjaga kesehatan mental ibu. Ibu-ibu Pengajian Marmah yang rutin membaca Selawat *Thibbil Qulūb* merasa lebih tenang, sabar, tegar, bahagia, dan mampu mengendalikan emosi dengan lebih baik. Rutinitas ini terbukti dapat menjaga kesehatan mental ibu, sehingga hal tersebut dapat mendukung pola asuh yang lebih positif bagi ibu dalam mendidik anak usia *toddler*.

Kata Kunci: Ibu, Kesehatan Mental, Selawat *Thibbil Qulūb*