

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pelaksanaan ibadah haji di Indonesia menghadapi tantangan, adanya kuota keberangkatan yang terbatas sehingga para calon jemaah harus menunggu cukup lama bahkan bisa mencapai puluhan tahun, sistem pendaftaran melalui Siskohat membuat antrian hingga 22 sampai 46 tahun (Mulyadi, 2025). KPK (Sundari, 2025) juga mengungkapkan adanya kasus dugaan korupsi kuota haji per-tahun 2023-2024 menciptakan ketidakpercayaan sistematis yang berlanjut sampai dengan penyelenggaraan haji tahun 2026. Ditambah lagi adanya eskalasi konflik Timur Tengah dapat menambah kecemasan keamanan menjelang pelaksanaan ibadah haji 2026. Walaupun pemerintah Arab Saudi melalui Duta Besar di Jakarta telah menyatakan berulang kali memberikan garansi bahwa Kerajaan tetap aman dan stabil. Otoritas Saudi menegaskan bahwa seluruh persiapan fasilitas di Makkah dan Madinah berjalan sesuai dengan rencana. Jauh dari jangkauan konflik bersenjata antara poros Amerika-Israel dan Iran (Dariyanto, 2026).

Sistem Komputerisasi Haji Terpadu (Siskohat) menyatakan bahwa mayoritas jemaah yang wafat karena mengalami komplikasi penyakit jantung. Dari total 175 kasus mempunyai riwayat penyakit jantung. Kasus meninggal lainnya, 15 orang akibat kegagalan organ karena adanya infeksi berat, 11 orang karena gangguan pernapasan akut, dan 11 orang lainnya dikarenakan dehidrasi (Hanif, 2025). Penyebab ini memperkuat fakta bahwa suhu yang ekstrem, aktivitas fisik yang berlebihan, dan kondisi komorbid akan tetap menjadi tantangan terbesar dalam ibadah haji. Data dari Sistem Komputerisasi Haji Terpadu (Siskohat) yang dikelola oleh Kementerian Agama mencatat ada 461 jemaah haji yang dinyatakan meninggal dunia pada tahun 2024. Sebagian besar jemaah yang wafat merupakan orang lanjut usia, dengan rata-rata usia mencapai 71 tahun atau lebih (Ningsih, 2024). Sedangkan yang meninggal di tahun 2023 yaitu 338 jemaah dan sebanyak 229 jemaah meninggal dunia karena penyakit kardiovaskular (Rahman, 2024).

Di era modern saat ini, kecemasan merupakan suatu gangguan emosional yang ditandai oleh rasa takut atau kekhawatiran yang mendalam dan terus-menerus. Kecemasan sering kali mencerminkan situasi yang diungkapkan dengan kata-kata seperti kekhawatiran dan kegelisahan terhadap masa depan. Kecemasan muncul sebagai akibat perubahan emosional yang disertai dengan tanda-tanda seperti ketegangan, kekhawatiran, serta perubahan fisik seperti meningkatnya tekanan darah dan detak jantung. Individu yang mengalami gangguan kecemasan cenderung memiliki pikiran atau kekhawatiran yang berlebihan. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan bahwa kecemasan merupakan salah satu masalah kesehatan mental yang telah menjadi isu serius bagi individu di seluruh dunia. Berdasarkan data statistik WHO, sekitar 4% dari populasi global saat ini sedang mengalami kecemasan. Di tahun 2019, sebanyak 301 juta orang di seluruh dunia mengalami gangguan kecemasan yang menjadi gangguan mental yang paling umum (Nurasih, 2024:1).

Di Indonesia pada tahun 2024, prevalensi gangguan kecemasan pada remaja hingga orang dewasa mencapai 68,7% (Aisyah, 2025). Kondisi ini terjadi di berbagai lembaga, baik di bidang pendidikan, kesehatan, maupun pada lembaga penyelenggara perjalanan haji dan umrah. Kecemasan yang muncul di lingkungan travel haji dan umrah umumnya disebabkan oleh masa tunggu keberangkatan yang sangat panjang. Situasi ini berdampak pada menurunnya minat masyarakat untuk mendaftar haji, karena ketidakpastian waktu keberangkatan menimbulkan tekanan psikologis tersendiri bagi calon jemaah.

Persiapan untuk pergi haji seringkali membawa berbagai tekanan, baik dari segi fisik, administrasi, maupun emosional. Proses yang panjang dan melelahkan untuk memenuhi semua persyaratan administrasi, mengatur logistik, dan memastikan kondisi kesehatan fisik menjadi penyebab utama stres. Rasa khawatir tentang kemampuan untuk menjalankan semua ibadah haji dengan sempurna, serta bayangan akan padatnya kegiatan saat berada di tanah suci, dapat meningkatkan risiko munculnya kecemasan, bahkan pada para jemaah yang sebelumnya tampak santai dan bersedia (Ikwan, 2024:1625).

Kecemasan yang dirasakan oleh jemaah calon haji tidak hanya bersifat sementara, tetapi seringkali mengakar dalam pikiran bawah sadar mereka. Dalam keadaan seperti ini, calon jemaah memerlukan tidak hanya persiapan fisik dan administrasi, namun juga penguatan mental dan spiritual yang mendalam untuk menjaga kestabilan emosi selama menjalankan ibadah. Dengan demikian, sangat penting bagi lembaga bimbingan haji untuk tidak hanya memperhatikan aspek teknis manasik, tetapi juga menawarkan program yang dapat membantu jemaah dalam mengelola kecemasan serta membangun ketenangan jiwa menjelang keberangkatan.

Kecemasan yang dialami jemaah calon haji merupakan isu penting dalam ranah psikologi dan kesehatan mental, khususnya dalam konteks psikologi agama dan spiritualitas. Penelitian ini menunjukkan bahwa dimensi spiritual, seperti *maḥabbah* (cinta kepada Allah), dapat berperan sebagai faktor protektif yang menumbuhkan ketenangan dan daya tahan psikologis. Integrasi antara psikologi dan tasawuf membuka peluang untuk mengembangkan pendekatan spiritual sebagai solusi atas permasalahan kecemasan yang dialami jemaah calon haji.

Meskipun berbagai upaya telah dilakukan untuk mengurangi kecemasan jemaah calon haji, seperti bimbingan manasik dan dukungan sosial, aspek spiritual khususnya *maḥabbah* belum banyak dieksplorasi secara ilmiah sebagai intervensi psikologis. Padahal, *maḥabbah* diyakini mampu membangun ketenangan batin dan penerimaan diri yang lebih baik dalam menghadapi tantangan ibadah haji. Dengan demikian, penelitian mengenai hubungan *maḥabbah* terhadap kecemasan pada jemaah calon haji reguler menjadi sangat relevan untuk mengisi kekosongan kajian dan memberikan kontribusi nyata dalam pengembangan layanan bimbingan haji yang holistik.

Pemerintah Arab Saudi telah mengumumkan alokasi haji untuk tahun 1446 H/2025 M bagi negara-negara pengirim jemaah, dan Indonesia kembali menerima alokasi sebanyak 221.000 jemaah haji. Total alokasi haji Indonesia untuk tahun ini adalah 221.000 jemaah. Angka ini terdiri dari 203.320 kuota untuk jemaah reguler dan 17.680 kuota untuk jemaah haji khusus. Kuota untuk jemaah haji reguler mencakup: 190.897 jemaah haji reguler yang berhak mendaftar sesuai urutan porsi,

10.166 jemaah haji reguler prioritas bagi lansia, 685 pendamping ibadah dalam Kelompok Bimbingan Ibadah Haji dan Umrah (KBIHU), dan 1.572 petugas haji daerah (PHD) (Mustarini, 2025).

Waktu menunggu untuk haji di Indonesia berbeda-beda berdasarkan wilayah dan tahun keberangkatan. Saat ini, rata-rata waktu tunggu untuk haji reguler di Indonesia berkisar antara 10 hingga 39 tahun. Sedangkan untuk haji khusus, waktu tunggu lebih cepat, yaitu sekitar 5 hingga 9 tahun. Di Kabupaten Karawang, tersedia kuota untuk 2.055 orang dengan waktu tunggu selama 21 tahun (Raka, 2025). Faktor-faktor yang menyebabkan waktu tunggu haji yang cukup lama meliputi kuota haji yang ditetapkan oleh pemerintah Arab Saudi, banyaknya pendaftar, dan usia pendaftar haji.

Waktu tunggu keberangkatan haji di Jawa Barat, terlihat bahwa setiap kabupaten dan kota memiliki durasi tunggu yang bervariasi. Beberapa wilayah yang memiliki waktu tunggu cukup lama antara lain Kabupaten Bekasi dengan periode mencapai sekitar 29 tahun, diikuti oleh Kota Depok yang menunggu selama 28 tahun, Kota Bekasi dan Kota Cimahi dengan masing-masing sekitar 25 tahun, serta Kabupaten Garut dengan waktu tunggu 25 tahun. Sementara itu, Kota Bandung memiliki masa tunggu yang berkisar antara 24 hingga 26 tahun, Kabupaten Bogor dan Kota Cirebon sekitar 24 tahun, serta Kabupaten Cirebon yang menunggu sekitar 23 tahun (Filana, 2024).

Kabupaten Karawang yang menjadi fokus penelitian ini, memiliki durasi tunggu sekitar 21 tahun, menempatkannya di urutan keenam untuk waktu tunggu terpanjang di kawasan Jawa Barat. Daerah lain dengan waktu tunggu menengah termasuk Kabupaten Purwakarta dan Kabupaten Indramayu dengan masa tunggu 22 tahun, Kabupaten Bandung selama 21 tahun, serta Kabupaten Subang, Kabupaten Tasikmalaya, dan Kabupaten Kuningan yang berkisar antara 18 hingga 19 tahun. Sementara itu, daerah-daerah yang memiliki waktu tunggu paling singkat di Jawa Barat adalah Kabupaten Sumedang, Kabupaten Cianjur, dan Kota Banjar dengan waktu tunggu sekitar 17 tahun (Filana, 2024).

Jumlah jemaah Provinsi Jawa Barat yang diberangkatkan setiap tahunnya berbeda-beda di setiap kabupaten dan kota. Kabupaten dengan kuota tertinggi

adalah Bogor dengan 3.538 jemaah, diikuti oleh Kabupaten Bandung yang memiliki 2.805 jemaah, Kota Bekasi dengan 2.668 jemaah, Kabupaten Cirebon yang mencapai 2.499 jemaah, serta Kota Bandung yang mencatat 2.493 jemaah. Di sisi lain, Kabupaten Bekasi memiliki kuota sebesar 2.218 jemaah, disusul oleh Kabupaten Karawang dengan 2.073 jemaah, dan Kabupaten Garut yang tercatat 2.062 jemaah. Beberapa daerah dengan kuota menengah antara lain Kabupaten Indramayu (1.825), Kabupaten Sukabumi (1.782), Kota Depok (1.709), Kabupaten Tasikmalaya (1.523), Kabupaten Cianjur (1.530), serta Kabupaten Majalengka, Subang, dan Bandung Barat yang masing-masing kuotanya berkisar 1.100 hingga 1.200 jemaah. Sedangkan, daerah dengan kuota yang lebih kecil adalah Kabupaten Purwakarta (777), Kota Cimahi (586), Kota Tasikmalaya (693), Kota Cirebon (392), dan Kota Banjar (230). Secara keseluruhan, jumlah kuota haji di Provinsi Jawa Barat mencapai kurang lebih 39.753 jemaah (Sitorus, 2025).

Masa tunggu haji di Jawa Barat mencapai 17-28 tahun dengan Karawang sekitar 21 tahun, penelitian ini berfokus pada jemaah calon haji reguler yang akan berangkat di tahun 2026 KBIHU Annihayah. Karakteristik masyarakat Karawang yang heterogen secara kondisi sosial ekonomi yang tidak merata serta tingkat pendidikan yang bervariasi. Kondisi tersebut menjadi penyebab jemaah calon haji reguler Karawang rentan mengalami kecemasan menjelang keberangkatan seperti kesehatan, tersesat dan tertinggal rombongan, serta meninggal di tanah suci. Dengan demikian, Karawang yang tepatnya di KBIHU Annihayah dipilih sebagai lokasi penelitian karena dianggap mewakili fenomena kecemasan jemaah calon haji yang kompleks baik secara spiritual maupun secara psikologi menjelang keberangkatan.

Jumlah jemaah calon haji pada tahun 2025 mencapai 2.087 orang, menurut data Kementerian Agama Karawang. Mereka dibagi menjadi enam kelompok terbang (kloter) dan diberangkatkan dalam dua gelombang. Dengan Karawang Islamic Center dan Masjid Al-Jihad sebagai tempat pemberangkatan utama, pemberangkatan dimulai pada awal Mei dan berlanjut hingga akhir Mei 2025. Sopyan selaku Kepala Kementerian Agama Karawang (Subagyo, 2024) menyatakan bahwa jemaah haji asal Karawang yang berangkat di tahun 2024

berjumlah 2.055 orang yang terbagi menjadi tujuh kloter pemberangkatan. Kemudian di tahun 2023 jemaah haji yang berangkat ke tanah suci Mekkah berada pada angka 2.080. Setelah usai wabah Covid-19, jemaah haji asal Karawang yang berhasil berangkat menjalankan ibadah haji sebanyak 986 orang.

Kementerian Agama dan pemerintah daerah juga telah merencanakan sejumlah fasilitas pendukung, seperti kegiatan manasik haji tingkat kecamatan dan kelurahan serta pengamanan yang disediakan oleh Dinas Perhubungan, Polri, TNI, dan Satpol PP. Namun, 46 jemaah calon haji, beberapa di antaranya adalah lansia dan memiliki kondisi kesehatan seperti diabetes dan penyakit jantung. Mereka juga berisiko mengalami pembatalan perjalanan karena belum membayar Biaya Perjalanan Ibadah Haji (BPIH). Usia para jemaah haji di wilayah Karawang pada tahun 2025 sangat bervariasi (Gultrom, 2025), mulai dari yang termuda sekitar 19 tahun, hingga yang tertua berusia 86 tahun. Kondisi kesehatan pada lansia, kesulitan administrasi sebelum keberangkatan, dan keterbatasan biaya untuk membayar umumnya menjadi kendala terbesar yang dihadapi jemaah calon haji Karawang.

Penduduk Kabupaten Karawang berjumlah 2,61 juta jiwa pada tahun 2024 ini berdasarkan pada Direktorat Jenderal Kependudukan dan Pencatatan Sipil (Dukcapil). Data tersebut memberikan informasi bahwa yang mengenyam pendidikan sampai perguruan tinggi berjumlah 3,97%. Pendidikan D1 dan D2 sejumlah 0,16% sedangkan D3 berjumlah 1,03%. Penduduk Kabupaten Karawang yang berpendidikan S1 mencapai 2,65%, S2 0,13% dan S3 berada di persentase 0,007%. Penduduk dengan tamatan SMA sebesar 21,87%, lulusan SMP dan SD masing-masing berjumlah 14,97% dan 27,32%. 9,99% jumlah penduduk Kabupaten Karawang yang belum tamat SD. Adapun penduduk yang tidak atau belum sekolah sejumlah 21,89% (Fadhlurrahman, 2025).

Kondisi ekonomi masyarakat Kabupaten Karawang memperlihatkan dinamika yang cukup kompleks. Sebagai salah satu kawasan industri terbesar di Jawa Barat, Karawang mengalami pertumbuhan ekonomi yang pesat berkat sektor industri dan investasi yang terus meningkat, dengan realisasi investasi mencapai Rp 68,5 triliun pada tahun 2024 (Abidin, 2025). Namun, tidak semua lapisan masyarakat merasakan manfaat dari pembangunan tersebut. Berdasarkan data

Badan Pusat Statistik (BPS), garis kemiskinan pada Maret 2024 tercatat sebesar Rp 597.345 per kapita per bulan, dengan persentase penduduk miskin mencapai 7,86% atau sekitar 187.770 orang (Pardosi, 2025). Meskipun angka kemiskinan relatif stabil, tingkat kedalaman dan ketimpangan kesejahteraan justru meningkat. Di sisi lain, alih fungsi lahan pertanian menjadi kawasan industri membuat peluang kerja di sektor pertanian menurun, sementara tidak semua tenaga kerja lokal memiliki keterampilan yang sesuai untuk terserap di sektor industri. Akibatnya, masyarakat Karawang masih menghadapi tantangan besar berupa pengangguran, ketimpangan sosial, serta tingginya biaya hidup di sekitar kawasan industri. Kondisi ini menjadikan sebagian jemaah calon haji reguler di Karawang rentan mengalami kecemasan, terutama yang berkaitan dengan faktor sosial ekonomi dan kesehatan.

Masyarakat mempunyai kebutuhan akan pelayanan yang berkualitas dari sebuah lembaga khususnya pada lembaga Kelompok Bimbingan Ibadah Haji dan Umrah (KBIHU). KBIHU Annihayah juga mempunyai kualitas pelayanan yang sesuai dengan kebutuhan masyarakat untuk menunaikan rukun islam yang ke lima yaitu haji. Kualitas pelayanan yang dimiliki oleh KBIHU Annihayah diantaranya yaitu: a) Bukti langsung (*Tangibles*); b) Keandalan (*Reability*); c) Daya Tanggap (*Responsivennes*); d) Kepastian (*Asurance*), dan; e) Empati (*Empathy*) (Hakim, 2017). KBIHU Annihayah berada di Rawamerta yang di mana lingkungan Kecamatan tersebut dikenal sebagai simbol “kota santri” di Kabupaten Karawang serta KBIHU Annihayah mempunyai jemaah terbanyak pada tahun 2017 (S. Lestari, 2020:53).

Beberapa penelitian terdahulu telah membuktikan bahwa *maḥabbah* mempunyai hubungan dengan stres dan kecemasan pada berbagai kelompok, seperti mahasiswa dan santri. Studi di kalangan mahasiswa Indonesia di Suriah menunjukkan bahwa *maḥabbah* berperan dalam proses penyadaran diri, pengembangan diri, dan pemberdayaan diri, sehingga mampu menurunkan tingkat stres dan mencegah gangguan mental. Penelitian lain menegaskan bahwa *maḥabbah* dapat menjadi pendekatan konseling yang efektif dalam menjaga kesehatan mental dan meningkatkan kesejahteraan psikologis individu (Muhajir, 2024:98).

Teori *maḥabbah* dan kecemasan sudah banyak yang membahas baik dalam skripsi maupun artikel. Penelitian terdahulu masih menggunakan religiusitas yang umum dan menggunakan intervensi dzikir. Sebagian besar penelitian tentang *maḥabbah* juga masih berfokus pada populasi umum seperti mahasiswa, santri, atau masyarakat umum, dan belum secara spesifik mengkaji jemaah calon haji yang menghadapi tekanan psikologis selama masa tunggu keberangkatan. Selain itu, metode yang digunakan umumnya bersifat kualitatif dengan jumlah subjek terbatas, sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan secara luas. Penelitian tentang hubungan *maḥabbah* dengan kecemasan pada jemaah calon haji reguler masih sangat terbatas, sehingga diperlukan studi yang lebih mendalam dan terukur secara kuantitatif.

Penelitian mengenai *maḥabbah* dan kecemasan pada jemaah calon haji sudah cukup banyak dilakukan. Namun, penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan *maḥabbah* berdasarkan perspektif Jalaludin Rumi dengan kecemasan pada jemaah calon haji reguler masih sangat terbatas. Penelitian-penelitian sebelumnya lebih banyak membahas religiusitas secara umum, terapi psikoreligius berbasis dzikir, bimbingan manasik, maupun bimbingan konseling sebagai upaya mengurangi kecemasan. Dengan demikian, kebaruan penelitian ini terletak pada pengkajian hubungan konsep *maḥabbah* menurut Jalaludin Rumi sebagai salah satu dimensi tasawuf dengan tingkat kecemasan pada jemaah calon haji reguler. Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi empiris dalam pengembangan keilmuan Tasawuf dan Psikoterapi, khususnya mengenai hubungan aspek spiritual islam dengan kondisi psikologis jemaah calon haji.

Peneliti juga mencatat adanya perbedaan signifikan di antara beberapa jemaah yang terlihat lebih tenang, sabar, dan menerima. Mereka mengaitkan ketenangan tersebut dengan kedalaman keyakinan kepada Allah SWT, yang memungkinkan mereka mengatasi ketakutan dan kecemasan yang muncul. Peneliti menyimpulkan hasil dari wawancara ini menunjukkan adanya perbedaan dalam tingkat kecemasan di kalangan jemaah calon haji, yang diduga sangat berkaitan dengan *maḥabbah* yang dimiliki masing-masing individu. Temuan awal ini menjadi landasan yang penting bagi peneliti untuk mengeksplorasi lebih jauh mengenai

hubungan antara *maḥabbah* dan kecemasan di kalangan jemaah calon haji reguler di KBIHU Annihayah.

Dari hasil wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti dengan beberapa jemaah haji reguler dan seorang petugas di KBIHU Annihayah Kabupaten Karawang, didapatkan bahwa jemaah merasakan ketidaknyamanan ketika waktu keberangkatan sudah dekat. Wawancara ini berlangsung pada 09 April 2026 melalui via WhatsApp dengan seorang petugas travel berinisial H. D serta tiga calon haji terdaftar di KBIHU Annihayah dan akan melaksanakan ibadah haji di tahun 2026, yaitu E, S, dan D. Menurut keterangan dari H. D, rasa cemas yang dialami jemaah umumnya disebabkan oleh adanya situasi politik global yang tidak stabil, serta masalah kesehatan yang mungkin muncul menjelang keberangkatan. Sementara itu, hasil wawancara dengan E, S, dan D menunjukkan bahwa jenis kecemasan yang mereka rasakan meliputi ketakutan akan kemungkinan meninggal di tanah kegelisahan tentang kemungkinan kesehatan yang menurun atau sakit pada saat menunaikan ibadah haji serta tersesat (Didin, 2026).

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis dengan memperkaya khazanah keilmuan tentang peran *maḥabbah* dalam mengatasi kecemasan, khususnya pada konteks ibadah haji. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar pengembangan program bimbingan manasik haji yang lebih holistik dengan memasukkan aspek penguatan *maḥabbah* sebagai bagian dari intervensi psikologis bagi jemaah calon haji. Dengan demikian, penelitian mengenai hubungan *maḥabbah* terhadap kecemasan jemaah calon haji reguler sangat penting dilakukan untuk memberikan solusi berbasis spiritual yang aplikatif dan ilmiah dalam mengatasi kecemasan menjelang keberangkatan ibadah haji.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat *maḥabbah* pada jemaah calon haji reguler di KBIHU Annihayah Karawang menjelang keberangkatan?

2. Bagaimana tingkat kecemasan pada jemaah calon haji reguler di KBIHU Annihayah Karawang menjelang keberangkatan?
3. Bagaimana hubungan antara *maḥabbah* dengan kecemasan jemaah calon haji reguler di KBIHU Annihayah Karawang?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat *maḥabbah* pada jemaah calon haji reguler di KBIHU Annihayah Karawang menjelang keberangkatan
2. Untuk mengetahui tingkat kecemasan pada jemaah calon haji reguler di KBIHU Annihayah Karawang menjelang keberangkatan
3. Untuk mengetahui hubungan antara *maḥabbah* dengan kecemasan jemaah calon haji reguler di KBIHU Annihayah Karawang

D. Manfaat Hasil Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Menambah khazanah keilmuan jurusan tasawuf dan psikoterapi khususnya pada aspek *maḥabbah* dan kecemasan.
- b. Menjadi referensi akademik untuk penelitian selanjutnya terkait *maḥabbah* dan kecemasan.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi jemaah calon haji reguler: Temuan dari penelitian ini bisa menambah informasi bagi jemaah calon haji untuk memahami peran penting penguatan dimensi *maḥabbah* sebagai strategi untuk mengatasi kecemasan menjelang keberangkatan ibadah haji.
- b. Bagi praktisi psikologi dan konselor: Temuan dari penelitian ini dapat memberikan gambaran bahwa psikolog dan konselor dibutuhkan dalam mendampingi jemaah calon haji selama menjalankan ibadah haji.

E. Kerangka Berpikir

Penelitian ini dimulai dari pengamatan bahwa ibadah haji, yang merupakan rukun kelima dalam agama Islam, bukan hanya sekedar perjalanan yang memerlukan usaha fisik dan biaya saja, tetapi juga menjadi sebuah perjalanan spiritual serta psikologis yang signifikan bagi setiap muslim yang ingin melaksanakannya. Fenomena yang mencuri perhatian peneliti adalah adanya kecemasan yang sering dialami oleh para jemaah calon haji reguler yang akan berangkat untuk melaksanakan ibadah haji. Berawal dari situlah kecemasan muncul, akan tetapi tidak hanya itu kecemasan juga dapat muncul dalam berbagai bentuk, seperti kekhawatiran terkait kesehatan, prosedur ibadah, penyesuaian dengan lingkungan baru, perpisahan dengan keluarga, tersesat dan tertinggal dengan rombongan, bahkan kemungkinan meninggal saat menjalani ibadah haji. Peneliti berpendapat bahwa keadaan psikologis ini, jika tidak ditangani dengan baik, dapat berpotensi menurunkan jumlah orang yang mendaftar untuk ibadah haji. Dengan demikian, peneliti merasa perlu untuk mengeksplorasi faktor-faktor internal yang dapat membantu mengurangi kecemasan tersebut.

Penulis berpendapat bahwa salah satu variabel yang mempunyai hubungan dengan kecemasan adalah seberapa besar cinta atau *maḥabbah* kepada Allah SWT. *Maḥabbah* diartikan sebagai suatu keadaan spiritual yang mendalam, yang menciptakan ikatan emosional yang erat antara diri seseorang dan Tuhannya. Dengan demikian, dugaan peneliti bahwa apabila *maḥabbah* seseorang semakin kokoh, maka tingkat keikhlasannya dalam menjalani setiap keputusan Allah juga akan meningkat, termasuk saat menjalani ibadah haji. Diyakini bahwa hal ini dapat membantu mengurangi kecemasan yang bersifat duniawi.

Kecemasan merupakan keadaan psikologis yang sering dialami oleh banyak orang, khususnya para jemaah calon haji reguler. Kekhawatiran yang dirasakan oleh calon haji seperti takut meninggal saat melaksanakan ibadah haji, kondisi kesehatan yang menurun, dan keluarga yang ditinggalkan. Menurut Zakiah Daradjat agama adalah elemen yang paling penting dalam kehidupan, dan agama memiliki peranan yang signifikan dalam pengembangan mental. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa agama menawarkan pedoman dan arahan yang diperlukan oleh

manusia sebagai syarat yang harus dipenuhi untuk membangun mental yang sehat (Daradjat, 1982). Hasil penelitian Pargament melaporkan bahwa religiusitas dapat membantu mereka ketika harus mengatasi peristiwa yang tidak menyenangkan. Religiusitas dan kehidupan keagamaan dapat membantu seseorang untuk mengurangi tingkat kecemasan, depresi, kegelisahan dan ketegangan. (Ardani, Yusuf, & Irawan, 2020)

Konsep *maḥabbah* menurut Jalaluddin Rumi menekankan bahwa cinta sejati adalah manifestasi dari cinta kepada Allah, yang tercermin melalui kebaikan, empati, dan kasih sayang terhadap sesama. Rumi meyakini bahwa cinta memiliki kekuatan menyembuhkan. Melalui cinta (Yasin, 2024:193), hal yang pahit dapat berubah menjadi manis, debu menjadi emas, yang keruh menjadi jernih, yang sakit menjadi sembuh, penjara menjadi telaga, derita berubah menjadi kenikmatan, dan kegelapan menjelma berkah. Bahkan, cinta mampu melunakkan besi, menghancurkan batu karang, menghidupkan yang mati, memberi kehidupan, serta menjadikan seorang budak mampu tampil sebagai pemimpin.

Kematian memang dapat membawa penderitaan bagi mereka yang ditinggalkan dan bagi orang yang akan merasakannya. Namun, dengan memahami makna cinta sebagaimana yang diajarkan Rumi, manusia akan melihat cinta bukan sekedar perasaan, melainkan obat yang menyucikan jiwa. Melalui cinta, seseorang dapat membersihkan diri dari segala penghalang dan pada akhirnya terdorong untuk mendekat kepada Tuhan. Dengan demikian, *maḥabbah* bagi Rumi adalah jalan menuju kesempurnaan spiritual (Yasin, 2024:194).

Penanggulangan permasalahan kesehatan mental sudah dilaksanakan dalam bentuk keluhan masyarakat. Namun upaya tersebut belum efektif untuk menangani kesehatan mental. Maka dari itu konsep *maḥabbah* dari Jalaluddin Rumi dapat menjadi sebuah penawar untuk menangani masalah kesehatan mental yang terjadi di era sekarang. Dengan poin utama yaitu *Hablum minallah* yaitu hubungan dengan Allah (Anjumi, 2025). Hubungan dengan Allah adalah kunci utama membuat hati seseorang tenang, bahagia dan terlepas dari rasa khawatir di dalam hatinya. Jalaluddin Rumi mengatakan dalam bukunya *Fiihi Maa Fiihi* (Koliq, 2014) “Siapa yang mengenal dirinya maka dia akan mengenal Tuhan-Nya”. Setelah mengenai

Tuhan-Nya kita akan mengenal dirinya, kita akan dekat dengan Allah, hatinya menjadi penuh ketenangan dan kebahagiaan. Hati yang bahagia akan menciptakan pikiran yang positif dan pikiran positif akan menambah daya tahan tubuh. Hal tersebut dikarenakan pada situasi tersebut kita dalam keadaan optimis, sehingga mengeluarkan hormon cinta.

Pandangan ini diperkuat oleh dalil dalam Al-Qur'an, seperti dalam Surah Ar-Ra'd ayat 28:

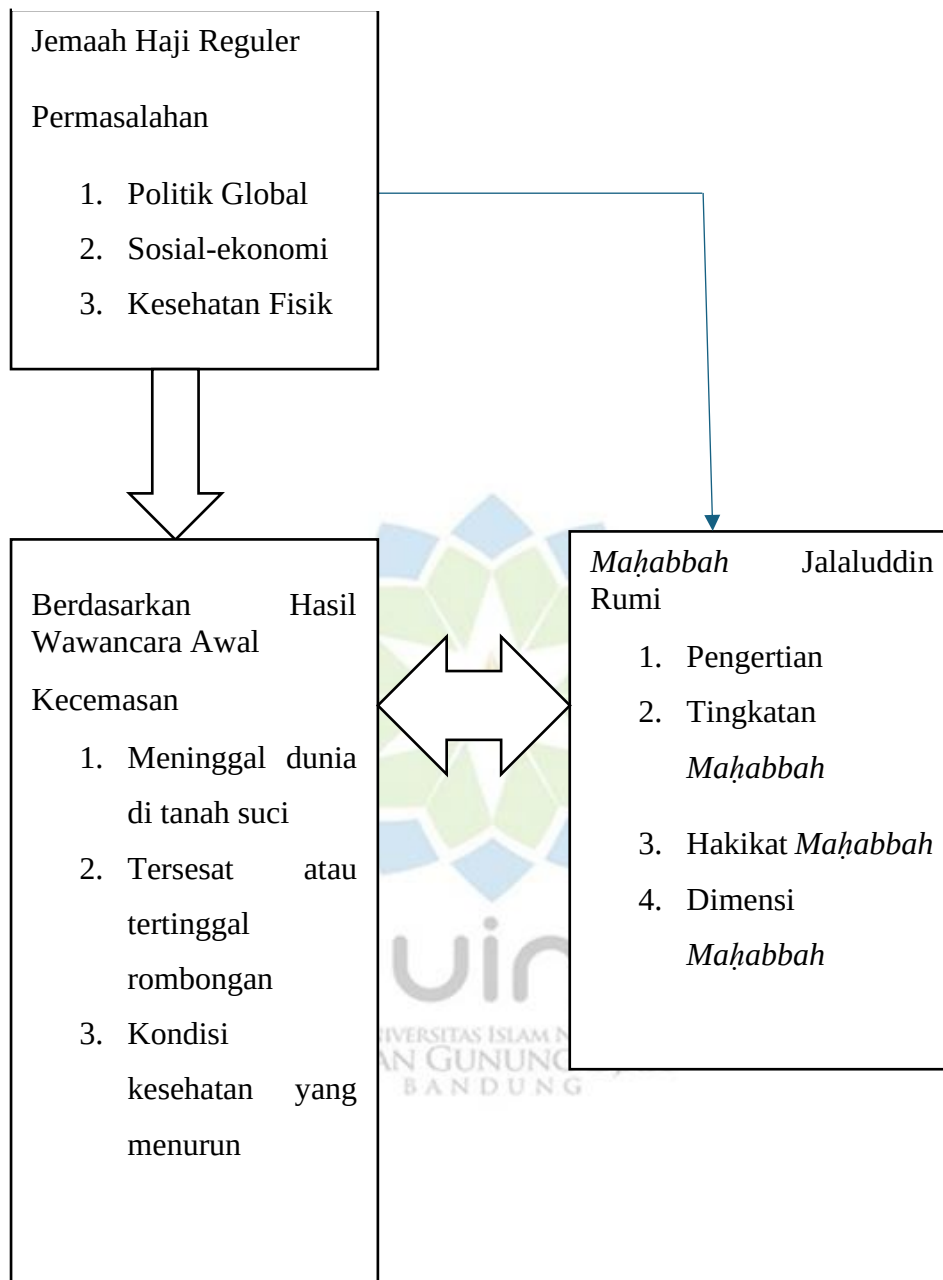
﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾

“Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram.”.

Arah pemikiran ini selanjutnya membawa peneliti kepada sebuah model penelitian yang menekankan metode kuantitatif untuk menguji hubungan antara kedua variabel. Dengan melakukan pengukuran terhadap *maḥabbah* dan tingkat kecemasan pada jemaah calon haji reguler, peneliti berusaha mendapatkan bukti empiris yang akurat dan terukur. Model ini memungkinkan untuk menemukan hubungan yang signifikan antara *maḥabbah* dan kecemasan, sehingga dapat memberikan pemahaman yang jelas tentang seberapa besar pengaruh cinta Ilahi terhadap ketenangan mental jemaah.

Dengan cara ini, konsep utama atau kerangka penelitian ini adalah bahwa *maḥabbah* memiliki dampak negatif yang nyata terhadap kecemasan para jemaah calon haji reguler. Hal ini berarti bahwa semakin besar tingkat *maḥabbah* yang dimiliki oleh seorang jemaah calon haji, maka semakin berkurang kecemasan yang akan dirasakan jemaah calon haji saat menjelang keberangkatan. Kerangka ini menjadi dasar dalam merumuskan hipotesis, memilih pendekatan penelitian, dan menganalisis data untuk mencapai tujuan penelitian.

Tabel 1. 1 Kerangka Berpikir



F. Hipotesis

Hipotesis atau hipotesa merupakan jawaban sementara terhadap suatu masalah yang sifatnya masih praduga dan masih perlu dibuktikan kebenarannya (Siyoto & Sodik, 2015).

H1: Terdapat hubungan signifikan antara *maḥabbah* dengan kecemasan pada jemaah calon haji reguler

H0: Tidak terdapat hubungan antara *maḥabbah* dengan kecemasan pada jemaah calon haji reguler.

G. Hasil Penelitian Terdahulu

Penelitian oleh Fauchana Zahrotul Ainun Nafis (2022) mengkaji “Problematika Psikologis Jemaah Batal Haji Di Era Pandemi Dalam Perspektif Psikologi Kognitif”. Upaya pengurangan kecemasan dilakukan melalui strategi koping berbasis psikologi kognitif dengan membangun pola pikir positif dan dukungan dari keluarga, guru agama, dan pembimbing. Penelitian ini menegaskan pentingnya dukungan spiritual dan emosional dalam mengurangi kecemasan calon jemaah haji.

Penelitian berjudul “Pengaruh Bimbingan Manasik Haji Terhadap Kesehatan Mental Jemaah Haji Pada KBIHU Al-Azhar Jakarta Selatan” oleh Muhamad Khoirudin (2020) menunjukkan bahwa bimbingan manasik haji secara signifikan meningkatkan kesiapan mental calon jemaah haji. Bimbingan yang meliputi narasumber, metode, media, dan materi mampu mengurangi kecemasan dan meningkatkan kesiapan mental secara keseluruhan.

Penelitian yang dilakukan oleh Tristiadi Ardi Ardani, Aris Yuana Yusuf, dan Andik Rony Irawan (2020) melakukan penelitian “Psikoreligiusitas dalam Peningkatan Kesehatan Mental Calon Jamaah Haji dan Umroh di Kota Malang”. Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara religiusitas dengan kesehatan mental ($r = 0,429$; $p < 0,05$) dengan memberikan sumbangan efektivitas sebesar 18,4%. Hal ini membuktikan bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas seseorang maka akan semakin baik kesehatan mentalnya. Namun penelitian ini hanya meneliti psikoreligiusitas secara umum tidak menjelaskan dimensi secara spesifik. Ini menunjukkan bahwa masih adanya ruang untuk meneliti dengan menggunakan dimensi secara spesifik. Yang pada kesempatan ini peneliti akan menggunakan *maḥabbah* sebagai dimensi yang akan dikaji.

Penelitian yang dilakukan oleh Moch. Ikwan, Arif Helmi Setiawan, dan Difran Nobel Bistara (2025) berjudul “Pemberdayaan Diri Melalui Terapi

Psikoreligius dalam Mengurangi Kecemasan Jemaah Calon Haji” diterbitkan dalam Jurnal Medika. Penelitian ini menunjukkan adanya penurunan yang signifikan pada tingkat kecemasan, yang awalnya jemaah calon haji tingkat keemasannya berada pada tingkat sedang hingga tinggi. Kemudian setelah dilakukan intervensi menggunakan dzikir ditemukan bahwa jemaah calon haji tidak lagi mengalami kecemasan yang tinggi. Penelitian ini membuktikan bahwa terapi psikoreligius berbasis dzikir efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan dan dapat meningkatkan kesiapan serta spiritual jemaah calon haji. Penelitian ini menekankan pada intervensi praktis (terapi dzikir) untuk mengurangi kecemasan jemaah calon haji, tanpa mengungkapkan hubungan secara teoritisnya.

Sementara itu, Moch. Ikwan, Arif Helmi Setiawan, dan Difran Nobel Bistara (2024) berjudul “Zikir sebagai Alternatif Terapi Psikoreligius dalam Mengurangi Kecemasan Jemaah Calon Haji di KBIHU Bryan Makkah Surabaya”. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa kegiatan dzikir yang khushy dapat memberikan efek yang positif berupa kepercayaan diri, ketenangan hati, dan optimisme yang dapat menurunkan tingkat kecemasan jemaah calon haji. Dzikir dipandang sebagai bentuk terapi psikoreligius karena menumbuhkan kesadaran dan kedekatan diri kepada Allah. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif sehingga tidak dapat menunjukkan seberapa besar pengaruh dzikir terhadap tingkat kecemasan secara statistik.

Dalam jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, dan Psikoterapi Islam Vol. 7 No. 1, Fajar Darmawan (2019) melakukan penelitian tentang “Bimbingan Konseling dan Pengurangan Kecemasan terhadap Calon Jemaah Haji”. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan konseling yang meliputi bimbingan kelompok, bimbingan nasihat dan motivasi spiritual (bimbingan tazkirah), dan bimbingan individu terbukti dapat mengurangi tingkat kecemasan individu dan dapat meningkatkan kesiapan calon jemaah haji. Dengan dilakukannya bimbingan tersebut calon jemaah haji menjadi lebih tenang, secara psikologis pun menjadi lebih siap, dan pemahaman terkait ibadah haji menjadi meningkat. Penelitian ini lebih berfokus kepada peran eksternal melalui berbagai macam bimbingan.

Terdapat penelitian terdahulu yang membahas mengenai cinta dan kecemasan seperti yang ditulis oleh Freya Darin Aprilia, Azkia Rahma, Raisya Siti Khoirunnisa, dan Nurholis (2025) yang berjudul “Cinta dan Kecemasan dalam Pemikiran Ibn Hazm” kemudian diterbitkan di jurnal Multidisiplin Inovatif, Vol 9, No 7. Penelitian ini menemukan bahwa Ibn Hazm memandang cinta sebagai pemersatu jiwa yang dapat melampaui fisik dan rasional akan tetap tidak dapat dipisahkan dari kecemasan, seperti rindu yang tidak terbalaskan, kerentanan emosional dan ketakutan akan kehilangan. Dalam pandangan Ibn Hazm cinta bukan hanya sekedar kebahagiaan spiritual akan tetapi juga pengalaman eksistensial yang diwarnai dengan adanya kegelisahan. Yang dimana kegelisahan ini akan memperkaya pemahaman manusia tentang cinta sejati. Dalam penelitian ini fokusnya kepada cinta kepada manusia saja belum membahas adanya cinta kepada Allah.

Maḥabbah sering dijadikan judul penelitian di kalangan mahasiswa tasawuf seperti yang ditulis oleh Ahriel Ahdi Besari (2025) berjudul “*Maḥabbah* dan Ma’rifat: Jalan Menuju Tuhan dalam Tasawuf”. Penelitian ini memberikan hasil bahwa *maḥabbah* merupakan penggerak utama dalam perjalanan spiritual untuk mengantarkan seseorang atau sufi agar mencapai tingkat makrifat. Penelitian ini belum menggabungkan konsep *maḥabbah* dengan kondisi psikologis terkait emosional individu.

Ayyub Kumalla (2019) dalam penelitiannya yang berjudul “Konsep *Maḥabbah* (Cinta) dalam Rubaiyat Karya Rumi dan Relevansinya dalam Pendidikan Agama Islam”. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konsep *maḥabbah* Rumi mempunyai kekuatan transformatif dalam membentuk kepribadian spiritual manusia, sehingga dapat dijadikan sebagai pendekatan dalam proses pembelajaran PAI untuk menciptakan nilai kasih sayang, ketulusan, dan motivasi spiritual peserta didik. Penelitian ini menerapkan *maḥabbah* di bidang pendidikan, sehingga memberikan ruang kepada peneliti untuk melakukan penelitian di bidang lainnya.

Pada buku berjudul “Akhlak Tasawwuf: Meniti Jalan Kesucian Hati” oleh Muhammad Bisri Ihwan (Ihwan, 2025), dalam buku ini terdapat bagian yang

membahas *Maḥabbah* Sebagai Landasan Akhlak. Dalam sub bab ini menjelaskan bahwa *maḥabbah* dapat mempengaruhi setiap aspek kehidupan seorang muslim termasuk cara berinteraksi dengan sesama manusia, beribadah kepada Allah, dan menjalani kehidupan sehari-hari. Buku ini hanya menjelaskan sebagian kecil dalam menjalani kehidupan sehari-hari, sehingga membuka peluang untuk penulis selanjutnya agar dapat mencantumkan emosi yang dirasakan ketika menjalani kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan kajian penelitian terdahulu, dapat disimpulkan bahwa penelitian mengenai *maḥabbah* dan kecemasan pada jemaah calon haji sudah cukup banyak dilakukan. Namun, penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan *maḥabbah* berdasarkan perspektif Jalaludin Rumi dengan kecemasan pada jemaah calon haji reguler masih sangat terbatas. Penelitian-penelitian sebelumnya lebih banyak membahas religiusitas secara umum, terapi psikoreligius berbasis dzikir, bimbingan manasik, maupun bimbingan konseling sebagai upaya mengurangi kecemasan. Dengan demikian, kebaruan penelitian ini terletak pada pengkajian hubungan konsep *maḥabbah* menurut Jalaludin Rumi sebagai salah satu dimensi tasawuf dengan tingkat kecemasan pada jemaah calon haji reguler. Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi empiris dalam pengembangan keilmuan Tasawuf dan Psikoterapi, khususnya mengenai hubungan aspek spiritual islam dengan kondisi psikologis jemaah calon haji.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG