

Seminar Nasional Hasil Pengabdian kepada Masyarakat

18 Mei 2024, Hal. 497-506

e-ISSN: 2686-2964

**Penguatan psikologis dan Al-Islam Kemuhammadiyah
Mahasiswa Sumatera Barat di Yogyakarta**

Ahmad Muhammad Diponegoro¹, Jannatul Husna², Yuzarion Yuzarion^{3*}, Yusutria Yusutria⁴,
Hilmy Hartono⁵, Masyhuril Fajar⁶, Reka Rara Pertiwi⁷, Gustito Aditya Nugroho⁸,
M. Nu'man Faiz⁹, Muhammad Nurul Faiz¹⁰, Husnul Khotimah¹¹

Universitas Ahmad Dahlan, Jalan Pramuka No. 42, Sidikan Yogyakarta^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11}

*email: yuzarion@psy.uad.ac.id

ABSTRAK

Program Pengabdian Masyarakat (PkM) ini didasari oleh dua permasalahan utama: (1) kurangnya pemahaman psikologis tentang kesadaran diri, dan (2) kurangnya keyakinan (aqidah/ spiritual) dan spiritualitas keber-Islaman/ ke-Muhammadiyah. Berdasarkan masalah ini, ditetapkan dua tujuan PKM: (1) meningkatkan pemahaman psikologis tentang kesadaran diri, dan (2) memperkuat keyakinan (aqidah/ spiritual) dan spiritualitas keber-Islaman/ ke-Muhammadiyah pada mahasiswa Sumatera Barat di Asrama Merapi Singgalang dan Bundo Kandung di Yogyakarta. Solusi untuk masalah utama ini adalah dengan dua pendekatan metode: (1) Pelatihan Psikologis Kesadaran Diri melalui terapi Regulasi Diri dalam Ketaqwaan, dan (2) Focus Group Discussion (FGD) untuk memperkuat keyakinan (aqidah/ spiritual) dan spiritualitas keber-Islaman/ ke-Muhammadiyah. Kegiatan pelatihan psikologis kesadaran diri melalui terapi Regulasi Diri dalam Ketaqwaan dilaksanakan dengan dua materi: (1) Psikologi Taqwa Menghadirkan Diri, Hati, dan Jiwa Muttaqien pada Kamis, 2 November 2023, dan (2) Psikologi Keimanan pada Kamis, 7 Desember 2023. Sementara itu, kegiatan FGD untuk memperkuat keyakinan (aqidah/ spiritual) dan spiritualitas keber-Islaman/ ke-Muhammadiyah dilaksanakan dengan dua materi: (1) At-taamul Maal Qur'an wal Hadis pada Kamis, 11 Januari 2024, dan (2) Renungan Kehidupan pada Kamis, 8 Februari 2024. Hasil dari PkM ini telah berhasil dilaksanakan dengan baik. Berdasarkan tujuan, dapat disimpulkan bahwa pemahaman psikologis tentang kesadaran diri dalam ketaqwaan meningkat. Hasil statistik antara nilai pre-test dan post-test menunjukkan perbedaan nilai rata-rata. Nilai rata-rata pre-test adalah 58.62, sedangkan nilai rata-rata post-test setelah PkM adalah 67.88. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pemahaman psikologis tentang kesadaran diri dan penguatan keyakinan dan spiritualitas Islam/Muhammadiyah pada mahasiswa Sumatera Barat di Asrama Merapi Singgalang dan Bundo Kandung DI Yogyakarta setelah pelaksanaan PkM.

Kata kunci: kesadaran diri, mahasiswa, penguatan psikologis

ABSTRACT

The Community Engagement Program (PkM) is based on two main issues: (1) a lack of psychological understanding of self-awareness, and (2) a lack of belief (aqidah/spiritual) and spirituality towards Islam/Muhammadiyah. Based on these issues, two objectives of the PkM were established: (1) to enhance the psychological understanding of self-awareness, and (2)

to strengthen belief (aqidah/spiritual) and spirituality towards Islam/Muhammadiyah among students from West Sumatra residing in the Merapi Singgalang and Bundo Kandung dormitories in Yogyakarta. The solution to these main issues is through two methodological approaches: (1) Self-awareness Psychological Training through Self-Regulation Therapy in Piety, and (2) Focus Group Discussion (FGD) to reinforce belief (aqidah/spiritual) and spirituality towards Islam/Muhammadiyah. The self-awareness psychological training activities through Self-Regulation Therapy in Piety were conducted with two topics: (1) Taqwa Psychology: Presenting the Self, Heart, and Soul of the Pious on Thursday, November 2, 2023, and (2) Faith Psychology on Thursday, December 7, 2023. Meanwhile, FGD activities to reinforce belief (aqidah/spiritual) and spirituality towards Islam/Muhammadiyah were conducted with two topics: (1) Interaction with the Qur'an and Hadith on Thursday, January 11, 2024, and (2) Reflections on Life on Thursday, February 8, 2024. The results of this PkM have been successfully implemented. Based on the objectives, it can be concluded that the psychological understanding of self-awareness in piety has improved. Statistical results between pre-test and post-test scores showed a difference in average scores. The average pre-test score was 58.62, while the average post-test score after the PkM was 67.88. Thus, it can be concluded that there has been an improvement in psychological understanding of self-awareness and strengthening of belief and spirituality towards Islam/Muhammadiyah among students from West Sumatra residing in the Merapi Singgalang and Bundo Kandung dormitories DI Yogyakarta after the implementation of the PkM.

Keywords: *psychological strengthening, self-awareness, students*

PENDAHULUAN

Asrama mahasiswa Merapi Singgalang dan Asrama Bundo Kandung merupakan Asrama mahasiswa milik Pemerintahan Daerah Sumatera Barat. Asrama Merapi Singgalang dan Asrama Bundo yang diperuntukkan bagi mahasiswa Sumatera Barat bersuku Minangkabau. Asrama Merapi Singgalang ditempati laki-laki, sedangkan Asrama Bundo Kandung ditempati perempuan. Lokasi kedua asrama ini berada di Kota Yogyakarta. Asrama Merapi Singgalang berada di Jalan Magelang Km. 4 Karangwaru Kidul TR II/506 Yogyakarta 55241. Asrama ini sangat strategis, barat asrama berdiri dengan megah Masjid Istiqamah. Asrama Bundo Kandung berada di Jalan Kapten Laut Samadikun No. 7 RT/RW 02/01 Mergangsan, Yogyakarta 55151.

Kedua asrama ini diperuntukkan tempat tinggal generasi muda Minangkabau yang sedang menempuh studi di Yogyakarta. Asrama ini dibangun atas sumbangsih Sri Sultan Hemengkubuwono IX, Kaharuddin Dt. Rangkayo Basa, Kolonel Suryo Sumpono, Mr. Muhammad Yamin, dan Khairul Shaleh. Asrama Merapi Singgalang dan Bundo Kandung dikelola Kantor Penghubung yang diberi mandat oleh Pemerintahan Daerah Sumatera Barat dalam Pembinaan, Pengayoman Sumber Daya Manusia (SDM) dan Pemeliharaan Fisik Asrama. Kantor Penghubung yang diberi mandat oleh Pemerintahan Daerah Sumatera Barat dalam Pembinaan, Pengayoman Sumber Daya Manusia (SDM) dan Pemeliharaan Fisik Asrama belum mampu menjalankan tugas ini dengan baik. Hasil identifikasi tiga kali pertemuan dengan mahasiswa dan pendamping, teridentifikasi masalah pada Program Pembinaan dan Pengayoman tidak berjalan semestinya.

Hasil analisis situasi pembinaan mental spiritual dan keagamaan belum berjalan maksimal. Identifikasi lebih dalam pada 65 mahasiswa tinggal di asrama, mengemunka permasalahan psikologis dan spiritual keberakamaan. Pertama; masalah psikologis rendahnya kesadaran diri terkait ibadah, baca Alqur'an, menjaga dan pemeliharaan

kebersihan lingkungan asrama. Masalah kedua, lemahnya keyakinan (aqidah/ spiritual) dan spiritualitas keber-Islaman/ ke-Muhammadiyah, hal ini teridentifikasi dari aktifitas ibadah shalat dan tadarus Al-Qur'an. Analisis situasi pada aktifitas ibadah shalat berjemaah mahasiswa di Asrama, khusus ibadah shalat magrib, isya, dan subuh berjemaah diperoleh data berikut: (1) shalat magrib 84,4 persen mahasiswa asrama belum terbiasa, tidak shalat magrib berjemaah, (2) 15,6 persen mahasiswa asrama terbiasa dan selalu shalat magrib berjemaah, (2) shalat isya 87,4 persen mahasiswa asrama belum terbiasa, tidak shalat isya berjemaah, (2) 12,6 persen mahasiswa asrama sudah terbiasa dan selalu shalat isya berjemaah, dan (3) shalat subuh 81,3 persen mahasiswa asrama belum terbiasa, tidak shalat subuh berjemaah, (2) 18,7 persen mahasiswa asrama sudah terbiasa dan selalu shalat subuh berjemaah.

Sedangkan analisis situasi pada aktifitas ibadah tadarus [membaca Al-Qur'an] mahasiswa di Asrama diperoleh data berikut: (1) aktifitas tadarus [membaca] Al-Qur'an setelah shalat magrib 69,7 persen mahasiswa asrama belum terbiasa, tidak bertadarus [membaca] Al-Qur'an setelah subuh, (2) 30,3 persen mahasiswa asrama terbiasa dan selalu tadarus [membaca] Al-Qur'an setelah shalat magrib, dan (2) aktifitas tadarus [membaca] Al-Qur'an setelah shalat subuh 69,2 persen mahasiswa asrama belum terbiasa, tidak bertadarus [membaca] Al-Qur'an setelah subuh, (2) 30,8 persen mahasiswa asrama terbiasa dan selalu tadarus [membaca] Al-Qur'an setelah shalat subuh. Aktifitas membaca Al-Qur'an dan berusaha memahami 76,8 persen belum terbiasa, tidak berusaha memahami Al-Qur'an, 23,2 persen saja mahasiswa asrama yang terbiasa dan selalu memahami Al-Qur'an.

Masalah di atas tentu sangat bertolak belakang dengan filosofis adat dan budaya di Sumatera Barat, dengan budaya Minangkabau yang kental. Filosofis Minangkabau menjelaskan Adat Basandai Syarak, Syarak Basandi Kitabullah (ABS-SBK), ini selaras dengan ajaran Islam dan Al-Islam Kemuhammadiyah. Berdasarkan Sunnah Rasulullah SAW berikut; Pertama; Agama didirikan atas kebersihan." (HR Muslim). Kedua; Rasulullah SAW bersabda, Sesungguhnya Allah SWT itu suci yang menyukai hal-hal yang suci, Dia Maha Bersih yang menyukai kebersihan, Dia Maha Mulia yang menyukai kemuliaan, Dia Maha Indah yang menyukai keindahan, karena itu bersihkanlah tempat-tempatmu." (HR Tirmidzi).

Berdasarkan permasalahan di atas tim PkM merancang solusi dan pemecahan permasalahan tersebut dengan pendekatan metode; (1) Pelatihan Psikologis Kesadaran Diri melalui rukyah [terapi] Regulasi Diri Dalam Ketaqwaan [1] dan (2) Focus Group Discussion (FGD) untuk menguatkan keyakinan (aqidah/ spiritual) dan spiritualitas keber-Islaman/ ke-Muhammadiyah.

Pemecahan masalah sesuai dengan Al-Qur'an berikut:

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا ۚ فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا ۚ لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ۗ ذَٰلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ

Artinya: Maka hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama Allah; (tetaplah atas) fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut fitrah itu. Tidak ada perubahan pada fitrah Allah. (Itulah) agama yang lurus; tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui, [Surat Ar-Rum (30) ayat 30]

Kegiatan pelatihan yang pernah dilakukan dalam kegiatan PkM sebelumnya menunjukkan adanya peningkatan yang sangat signifikan pemahaman kesadaran diri antara sebelum dan sesudah mengikuti pelatihan (nilai t-test sebesar -6,299 dengan nilai p = 0,000

($p < 0,01$) rerata pretes sebesar 62,13 dan rerata postes sebesar 78,26) (Hidayah & Ismiradewi, 2020); (Yuzarion dkk 2020); (Yuzarion dkk 2021); dan (Yuzarion dkk 2021).

Permasalahan utama mitra di Asrama mahasiswa Merapi Singgalang dan Asrama Bundo Kandung, adalah; (1) rendahnya pemahaman psikologis kesadaran diri, dan (2) lemahnya keyakinan (aqidah/ spiritual) dan spiritualitas keber-Islaman/ ke-Muhammadiyah.

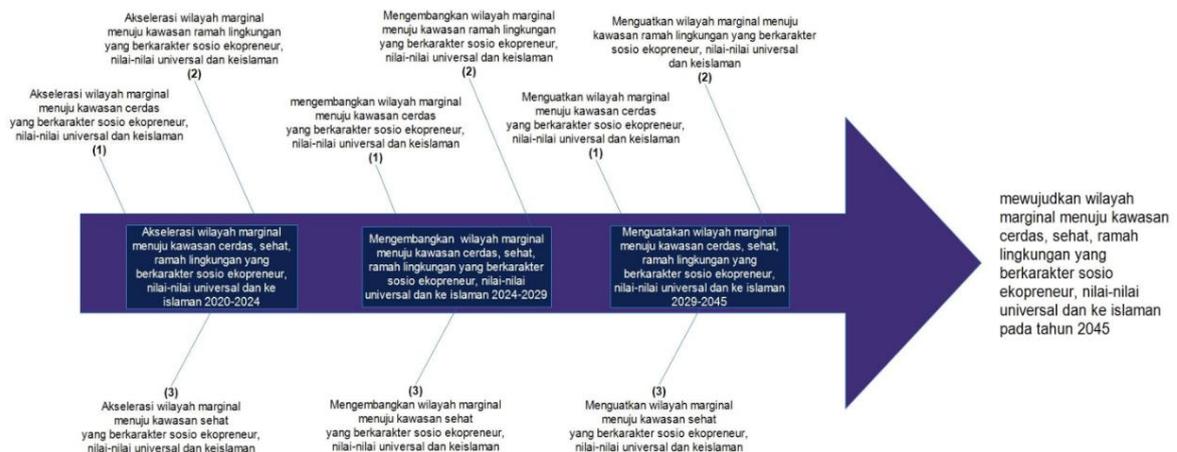
Berdasarkan uraian di atas dirumuskan tujuan PkM ini sebagai berikut: (1) penguatan pemahaman psikologis kesadaran diri. (2) penguatkan keyakinan (aqidah/ spiritual) dan spiritualitas keber-Islaman/ ke-Muhammadiyah, pada mahasiswa Sumatera Barat di Asrama Merapi Singgalang dan Bundo Kandung DI Yogyakarta. Dua tujuan ini terkait erat dengan Indikator Kinerja Utama Universitas Ahmad Dahlan yang diturunkan dari Visi dan Misi PT menjadi Perguruan Tinggi yang unggul dan inovatif, mengabdikan kepada kepentingan bangsa dan umat manusia yang dijiwai nilai-nilai Islam. Semangat visi ini yang menjiwai program PkM ini untuk diajukan proposal kepada LPPM UAD agar dapat didanai pada tahun 2023.

METODE

Berdasarkan permasalahan mitra yang telah diuraikan pada bagian pendahuluan, maka solusi yang ditawarkan pada PkM 2023 ini membantu penyelesaian masalah mitra melalui dua kegiatan utama; (1) Pelatihan Psikologis Kesadaran Diri melalui rukyah [terapi] Regulasi Diri Dalam Ketaqwaan, dan (2) Focus Group Discussion (FGD) untuk penguatkan keyakinan (aqidah/ spiritual) dan spiritualitas keber-Islaman/ ke-Muhammadiyah.

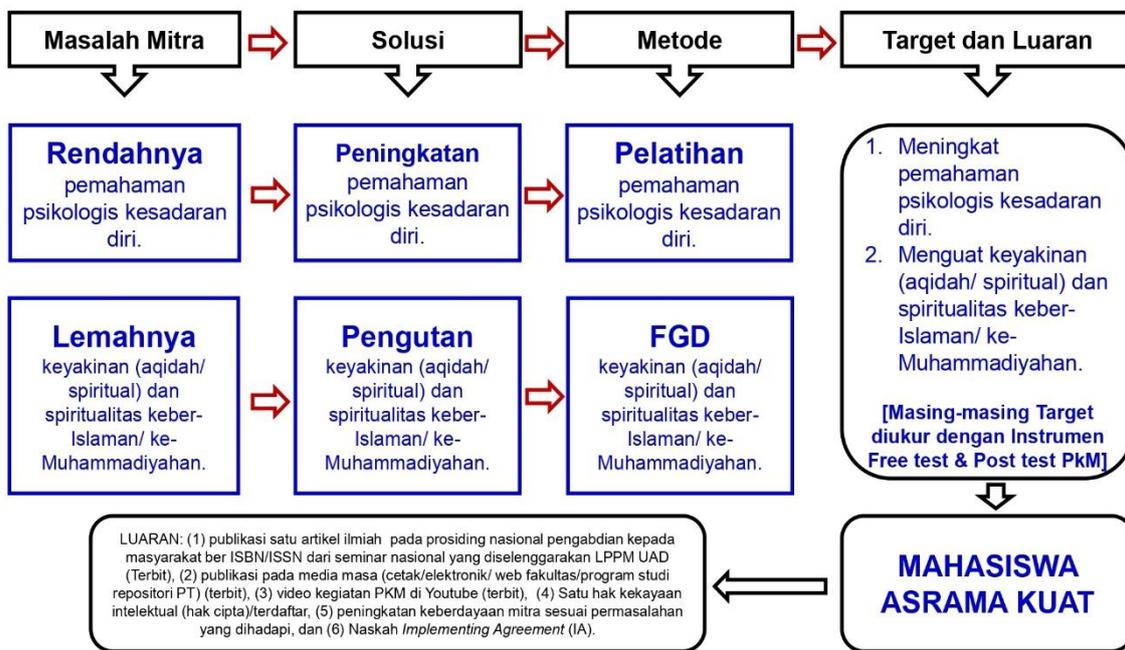
Secara lebih spesifik mulai dari dua masalah utama mitra, solusi yang ditawarkan, dan metode yang digunakan serta target dan luaran PkM, hal ini sesuai dengan panduan penelitian dan pengabdian kepada masyarakat kampus merdeka 2023 (Panduan Penelitian dan Pengabdian Masyarakat 2023/2024) dan (Panduan Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Kampus Merdeka, 2023).

Terkait dua tujuan yang telah diuraikan terdahulu dan dan solusi permasalahan mitra pada PkM ini sangat sejalan dengan roadmap maupun renstra program studi magister psikologi, fakultas psikologi, dan LPPM UAD, maupun roadmap/ renstra Universitas Ahmad Dahlan menjadi Perguruan Tinggi yang unggul dan inovatif, mengabdikan kepada kepentingan bangsa dan umat manusia yang dijiwai nilai-nilai Islam. Lihat pada gambar berikut:



Gambar 1. Roadmap LPPM UAD 2020-2045

Semangat ini yang menjiwai program PkM ini untuk diajukan proposal kepada LPPM UAD yang didanai pada tahun 2023. Terkait solusi yang ditawarkan dapat dilihat pada gambar 1 berikut:



Gambar 1: Kerangka konseptual PkM Penguatan Psikologis dan Al-Islam Kemuhammadiyahahan Mahasiswa Sumatera Barat di Asrama Merapi Singgalang dan Bundo Kandung DI Yogyakarta

Mencermati gambar 1 kerangka konseptual PkM Penguatan Psikologis dan Al-Islam Kemuhammadiyahahan Mahasiswa Sumatera Barat di Asrama Merapi Singgalang dan Bundo Kandung DI Yogyakarta. Pada akhir PkM ini diharapkan (1) penguatan pemahaman psikologis kesadaran diri melalui Pelatihan Psikologis Kesadaran Diri melalui rukhyah [terapi] Regulasi Diri Dalam Ketaqwaan. (2) penguatkan keyakinan (aqidah/ spiritual) dan spiritualitas keber-Islaman/ ke-Muhammadiyahahan dengan *Focus Group Discussion* (FGD) untuk penguatkan keyakinan (aqidah/spiritual) dan spiritualitas keber-Islaman/ ke-Muhammadiyahahan pada mahasiswa Sumatera Barat di Asrama Merapi Singgalang dan Bundo Kandung DI Yogyakarta. Akan semakin meningkat dan juga semakin membaik sehingga terwujud mahasiswa asrama kuat, meningkat pemahaman psikologis kesadaran diri dan kuat pemahaman keyakinan (aqidah/ spiritual) dan spiritualitas keber-Islaman/ ke-Muhammadiyahahan.

Beberapa hasil riset yang telah dipublikasi dilakukan tim pengusul referensi pendukung untuk mengatasi dua permasalahan, sebagai berikut.

Pertama; rendahnya pemahaman psikologis kesadaran diri. Penyelesaian masalah ini menggunakan metode Pelatihan Psikologis Kesadaran Diri melalui rukhyah [terapi] Regulasi Diri Dalam Ketaqwaan. Penyelesaian masalah ini didukung oleh beberapa penelitian tim yang menjadi referensi PkM ini antara lain; Psikologi Taqwa: Menghadirkan Diri, Hati dan Jiwa Muttaqien. (Monograf) terbit di Bakaba Publish [1]. Profil kebutuhan pengasuhan pada pasangan muda. Jurnal Ilmu Perilaku terbit di jurnal Ilmu Perilaku (Hidayah, 2019), Peningkatan kualitas pengasuhan pada orangtua siswa SD Muhammadiyah Kleco, Kotagede,

Yogyakarta [2] Laporan Pengabdian Masyarakat. Yogyakarta: LPPM Universitas Ahmad Dahlan, dan Pengembangan kurikulum pengasuhan bagi pasangan muda, Laporan Penelitian tahun pertama. Yogyakarta: LPPM Universitas Ahmad Dahlan [3].

Kedua; lemahnya spiritualitas keber-Islaman/ ke-Muhammadiyah. Masalah ini dibantu penyelesaiannya dengan Metode *Focus Group Discussion* (FGD) untuk menguatkan keyakinan (aqidah/ spiritual) dan spiritualitas keber-Islaman/ ke-Muhammadiyah. Ini didukung oleh beberapa penelitian tim yang menjadi referensi PKM ini antara lain; The Establishment of Student Characters In The Pandemic Time Covid-19 Through Al-Islam And The Kemuhmadiyah (AIK) [4] artikel hasil penelitian ini telah terbit di At-Tarbiyat: Jurnal Pendidikan Islam, dan Investasi Nilai Agama dan Membangun Perekonomian di Saat Pandemi COVID-19 dalam Mempersiapkan Sumber Daya Manusia yang Berkualitas [5], artikel ini telah dipublikasi pada Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia, dan publikasi Peran Keluarga dalam Meningkatkan Pemahaman Agama Islam Bagi Anak Era Pandemi di SD Muhammadiyah Kulomprogo [8]. Prosiding Seminar Nasional Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan.

Kegiatan PkM 2023 didukung oleh beberapa kegiatan pengabdian tim yang menjadi referensi antara lain; Sekolah Tangguh binaan Universitas Ahmad Dahlan (Yuzarion dkk 2021). Terbit pada Prosiding Seminar Nasional Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan. Peningkatan ketahanan ekonomi dan psikologis keluarga orangtua/wali TK ABA Nganggring, Turi, Sleman [6]. Prosiding Online Seminar Nasional Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat, UAD, dan Peningkatan Ketahanan Psikologis Keluarga melalui Pelatihan Kesadaran Efikasi Diri dalam Pendampingan Anak Belajar Dari Rumah Saat Pandemi Covid-19 Bagi Orangtua/Wali TK ABA Nganggring Turi Sleman DI Yogyakarta. Publikasi pada Adimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat [7].

HASIL, PEMBAHASAN, DAN DAMPAK

Pengabdian Kepada Masyarakat (PkM) mono Tahun 2023 mengusung dua kegiatan utama; (1) Pelatihan Psikologis Kesadaran Diri melalui rukyah [terapi] Regulasi Diri Dalam Ketaqwaan, dan (2) Focus Group Discussion (FGD) untuk menguatkan keyakinan (aqidah/ spiritual) dan spiritualitas keber-Islaman/ ke-Muhammadiyah.

Kegiatan 1 dengan metode Pelatihan Psikologis Kesadaran Diri melalui rukyah [terapi] Regulasi Diri Dalam Ketaqwaan, dengan materi [1] Psikologi Taqwa Menghadirkan Diri, Hati, dan Jiwa Muttaqien dengan Pelatih **Dr. Yuzarion, S.Ag., S.Psi., M.Si.** telah dilaksanakan pada Hari Kamis 2 November 2023. materi [2] Psikologi Keimanan dengan Pelatih **Dr. Ahmad Muhammad Diponegoro, M.Ag.** telah dilaksanakan pada Hari Kamis 7 Desember 2023.

Kegiatan 2 *Focus Group Discussion* (FGD) untuk menguatkan keyakinan (aqidah/ spiritual) dan spiritualitas keber-Islaman/ ke-Muhammadiyah. dengan materi [1] At-taamul Maal Qur'an wal Hadist dengan Pendamping FGD **Jannatul Husna, S.Th.I., M.A., Ph.D** telah dilaksanakan pada Hari Kamis 11 Januari 2024. materi [2] Renungan Kehidupan dengan Pendamping FGD **Dr. Yusutria, S.Pd.I., M.A.** telah dilaksanakan pada Hari Kamis 8 Februari 2024.

Memperkuat penjelasan di atas ada empat (4) kegiatan PkM yang telah terlaksana sampai PkM berakhir. Berikut beberapa dokumentasi berupa foto-foto kegiatan PkM Mono Tahun 2023 ini, berikut.

1. Dokumen 1 Pelatihan Psikologis Kesadaran Diri melalui rukyah [terapi] Regulasi Diri Dalam Ketaqwaan, dengan materi [1] Psikologi Taqwa Menghadirkan Diri, Hati, dan Jiwa Muttaqien



Gambar 1a. Bebersamaan tim PKM Penguatan Psikologis dan Al-Islam Kemuhammadiyah Mahasiswa Sumatera Barat di Asrama Merapi Singgalang dan Bundo Kandang di Yogyakarta



Gambar 1b. Diskusi dan Kebersamaan Peserta Pelatihan Psikologis Kesadaran Diri Psikologi Taqwa Menghadirkan Diri, Hati, dan Jiwa Muttaqien

2. Dokumen 2 Pelatihan Psikologis Kesadaran Diri melalui rukyah [terapi] Regulasi Diri Dalam Ketaqwaan, dengan materi [2] Psikologi Keimanan



Gambar 2a. Kolaborasi Dr. Ahmad Muhammdan Diponegoro dan Dr. Yusutria Pelatihan Psikologis Kesadaran Diri dengan Materi Psikologi keimanan dan FGD Renungan Kehidupan



Gambar 2b. Peserta mengikiti kegiatan Post test setelah mengikuti rangkaian kegiatan PKM dalam rentang waktu 4 kali kegiatan.

3. Dokumen 3 *Focus Group Discussion* (FGD) penguatkan keyakinan (aqidah/ spiritual) dan spiritualitas keber-Islaman/ ke-Muhammadiyah. dengan materi [1] At-taamul Maal Qur'an wal Hadist



Gambar 3a. At-taamul Maal Qur'an wal Hadist Bersama Dr. Jannatul Husna kegiatann FGD penguatkan keyakinan (aqidah/ spiritual) dan spiritualitas keber-Islaman/ ke-Muhammadiyah.



Gambar 3b. Peserta At-taamul Maal Qur'an wal Hadist kegiatann FGD penguatkan keyakinan (aqidah/ spiritual) dan spiritualitas keber-Islaman/ ke-Muhammadiyah.

4. Dokumen 4 *Focus Group Discussion* (FGD) penguatkan keyakinan (aqidah/ spiritual) dan spiritualitas keber-Islaman/ ke-Muhammadiyah. dengan materi [2] Renungan Kehidupan.



Gambar 4a. Renungan Kehidupan Bersama Dr. Yusutria kegiatann FGD penguatkan keyakinan (aqidah/ spiritual) dan spiritualitas keber-Islaman/ ke-Muhammadiyah.



Gambar 4b. Peserta Renungan Kehidupan kegiatann FGD penguatkan keyakinan (aqidah/ spiritual) dan spiritualitas keber-Islaman/ ke-Muhammadiyah.

Berdasarkan uraian di atas, secara PKM telah dilaksanakan dengan baik. Berdasarkan tujuan PkM ini dapat disimpulkan: (1) penguatan pemahaman psikologis kesadaran diri dalam ketaqwaan membaik (meningkat). (2) penguatkan keyakinan (aqidah/ spiritual) dan spiritualitas keber-Islaman/ ke-Muhammadiyah juga semakin membaik (meningkat). Dua tujuan PkM ini saat dikonfirmasi dengan hasil statistic antara nilai tes awal (pre test) dan tes akhir (post test) memiliki nilai rata-rata yang berbeda. Rata-rata pre test diperoleh 58,62, sedangkan nilai rata-rata post test setelah PkM 67,88.

Pelatihan psikologis kesadaran diri dalam ketaqwaan ini bertujuan untuk membantu mahasiswa Sumatera Barat di asrama Merapi Singgalang dan Asrama Bundo Kandung agar memahami dan mengenali diri sendiri dengan lebih baik. Ini melibatkan proses introspeksi dan refleksi atas pikiran, emosi, dan perilaku [9]. Dengan meningkatkan kesadaran diri dalam ketaqwaan, mahasiswa dapat lebih efektif mengelola diri sendiri dan merespons situasi keberagaman dengan cara yang lebih sesuai dengan keyakinan dan keimanan. Pelatihan kesadaran diri dapat membantu mahasiswa menjadi lebih sadar terhadap nilai-nilai Ke-Islaman, memperkuat koneksi spiritual, dan meningkatkan kesadaran terhadap Tindakan dalam konteks nilai-nilai ketaqwaan maupun keyakinan (aqidah/ spiritual) dan spiritualitas keber-Islaman/ ke-Muhammadiyah.

Penelitian terdahulu juga menunjukkan bahwa pelatihan psikologis kesadaran diri dapat meningkatkan regulasi diri dan kesejahteraan spiritual. PkM ini mengkonfirmasi bahwa pelatihan tersebut dapat membantu meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam mengatur diri dan mengarahkan hidup, sambil memperkuat nilai-nilai keimanan, ketaqwaan, serta keyakinan dan spiritualitas keber-Islaman/ke-Muhammadiyah. Dengan demikian, PkM ini telah memberikan kontribusi positif dalam memperkuat kesejahteraan mental dan spiritual mahasiswa serta memperdalam pemahaman mereka tentang agama dan kehidupan.

SIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PkM) pada tahun 2023 dapat disimpulkan: pelatihan psikologis kesadaran diri melalui rukyah regulasi diri dalam ketaqwaan, dan FGD untuk memperkuat keyakinan dan spiritualitas keber-Islaman/ke-Muhammadiyah. Pelatihan psikologis kesadaran diri terdiri dari dua materi yang telah dilaksanakan pada 2 November dan 7 Desember 2023, sementara FGD dilaksanakan pada 11 Januari dan 8 Februari 2024.

Semua kegiatan telah berhasil dilaksanakan sesuai jadwal. Melalui kegiatan ini, terdapat peningkatan pemahaman psikologis kesadaran diri dalam ketaqwaan dan penguatan keyakinan serta spiritualitas keber-Islaman/ke-Muhammadiyah. Hasil statistik menunjukkan perbedaan yang signifikan antara nilai tes awal (pre test) dan tes akhir (post test), dengan peningkatan nilai rata-rata dari 58,62 menjadi 67,88 setelah mengikuti PkM.

Pelatihan psikologis kesadaran diri dalam ketaqwaan bertujuan untuk membantu mahasiswa Sumatera Barat meningkatkan pemahaman tentang diri sendiri, proses introspeksi, dan refleksi atas pikiran, emosi, dan perilaku. Dengan meningkatnya kesadaran diri dalam ketaqwaan, mahasiswa dapat mengelola diri sendiri secara lebih efektif dan menanggapi situasi keagamaan dengan cara yang lebih sesuai dengan keyakinan dan keimanan mahasiswa. Sementara itu, FGD bertujuan untuk memperkuat keyakinan dan spiritualitas melalui pembahasan tentang Al-Qur'an, Hadis, serta refleksi kehidupan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada LPPM Universitas Ahmad Dahlan dan seluruh Mahasiswa Sumatera Barat Asrama Merapi Singgalang dan Asrama Bundo Kandung DI Yogyakarta. Selain itu juga diucapkan terima kasih kepada para mahasiswa yang telah membantu jalannya PkM ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Yuzarion Y. Psikologi Taqwa: Menghadirkan Diri, Hati dan Jiwa Muttaqien. (Monograf). Padang: Bakaba Publish; 2022.
2. Hidayah N, Tarnoto N, Maharani EA. Pengembangan kurikulum pengasuhan bagi pasangan muda. Laporan Penelitian tahun pertama. Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan; 2017.
3. Hidayah N, Ismiradewi. Peningkatan kualitas pengasuhan pada orangtua siswa SD Muhammadiyah Kleco, Kotagede, Yogyakarta. Laporan Pengabdian Masyarakat. Yogyakarta: LPPM Universitas Ahmad Dahlan; 2019.
4. Yusutria Y, Yuzarion Y, Ibdal I, Kholifah NA, Alfikri I, Ayu E. Investasi Nilai Agama dan Membangun Perekonomian di Saat Pandemi COVID-19 dalam Mempersiapkan Sumber Daya Manusia yang Berkualitas. JPKMI (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia). 2021;2(4):275-284. <http://icsejournal.com/index.php/JPKMI/article/view/202>
5. Yusutria Y, Yuzarion Y, Kholifah N, al-Husna Y, Alfikri I, Febriana R. The Establishment Of Student Characters In The Pandemic Time Covid-19 Through Al-Islam And The Kemuhmadiyah (AIK). At-Tarbiyat: Jurnal Pendidikan Islam. 2021;4(3). <https://jurnal.staiannawawi.com/index.php/At-Tarbiyat/article/view/317>. DOI: 10.37758/jat.v4i3.317.
6. Yuzarion Y, Hidayah N, Yuniarti D, Fakhruddiana F. Peningkatan ketahanan ekonomi dan psikologis keluarga orangtua/wali TK ABA Nganggring, Turi, Sleman. Prosiding Online Seminar Nasional Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat, UAD. Desain PPM di Masa New Normal. 2020;647-652. ISSN 2686-2964. <http://seminar.uad.ac.id/index.php/senimas/article/view/5165>.
7. Yuzarion Y, Hidayah N, Yuniarti D, Fakhruddiana F, Selasih S, Casminto C. Peningkatan Ketahanan Psikologis Keluarga melalui Pelatihan Kesadaran Efikasi Diri dalam Pendampingan Anak Belajar Dari Rumah Saat Pandemi Covid-19 Bagi Orangtua/Wali TK ABA Nganggring Turi Sleman DI Yogyakarta. Adimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat. 2021;5(2):000-000. ISSN 2550-004X. <http://journal.umpo.ac.id/index.php/adimas/article/view/3456>.
8. Yuzarion Y, Hidayah N, Yuniarti N, Fakhruddiana F, Selasih S, Casminto C. Sekolah Tangguh binaan Universitas Ahmad Dahlan. Prosiding Seminar Nasional Hasil

- Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan. 2021;3(1):727-736. ISSN 2686-2964. <http://seminar.uad.ac.id/index.php/senimas/article/view/7424>
9. Rizqy A, Smith JK. The Effects of Mindfulness Training on Self-Regulation and Spiritual Well-Being: A Pilot Study. *J Psychol Theol.* 2019;47(4):270–282. DOI: 10.1177/0091647119891327.
 10. Yusutria Y, Yuzarion Y, Ibdal I, Kholifah NA, Alfikri I, Ayu E. Peran Keluarga dalam Meningkatkan Pemahaman Agama Islam Bagi Anak Era Pandemi di SD Muhammadiyah Kulomprogo. *Prosiding Seminar Nasional Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan.* 2021;3(1):718-726. ISSN 2686-2964. <http://www.seminar.uad.ac.id/index.php/senimas/article/view/7377>.
 11. Hidayah N, Tarnoto N, Maharani EA. Profil kebutuhan pengasuhan pada pasangan muda. *Jurnal Ilmu Perilaku.* 2019;2(2):89-106.
 12. *Panduan Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Kampus Merdeka.* (2023). Perguruan Tinggi Penyelenggara Pendidikan Akademik. Edisi Revisi XIV. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Riset, dan Teknologi, Kementerian Pendidikan, Riset, dan Teknologi.
 13. *Panduan Pengabdian Kepada Masyarakat.* Tahun 2023/2024 Edisi XII. Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan.