



Pondasi Peningkatan Peran Perempuan Dalam Menjaga Kesehatan Jiwa, Mental Dan Fisik Keluarga lingkup BKMT

Besse hardianti^{1,*}, Hartati Tamti², Muralia Hustin³, Astuti Amin⁴

¹Universitas Almarisah Madani, Sulawesi Selatan, Indonesia

²Institute Balik Diwa of Maritime Technology and Business Sulawesi Selatan, Indonesia

³Universitas Hasanuddin, Sulawesi Selatan, Indonesia

⁴Politeknik Mega reski, Sulawesi Selatan, Indonesia

Informasi Artikel

Sejarah Artikel:

Submit: 08 Juli 2025

Revisi: 09 Juli 2025

Diterima: 18 Juli 2025

Diterbitkan: 30 Juli 2025

Kata Kunci

Peran, Perempuan, Kesehatan, Mental

Correspondence

E-mail: bessehardianti@univeral.ac.id*

A B S T R A K

Pelaksanaan peringatan Milad (Ulang Tahun) organisasi yang menghimpun Ibu-ibu dilingkungan badan kontak Majelis taklim unit Universitas Hasanuddin ini dilaksanakan setiap tahun, bertepatan tanggal 5 Mei 2025, dan Milad BKMT ke 23 dilaksanakan di Aula Lembaga Pusat penelitian masyarakat Unhas. Dalam kegiatan ini diharapkan menjadi wadah peningkatan Ilmu dan Taqwa ibu-ibu peserta majelis taklim ini. tema utama yang diangkat yaitu Silaturahmi sebagai pondasi menuju pribadi yang unggul dan berakhlakul karimah. Harapan pelaksanaan kegiatan ini meningkatkan peran Perempuan dimasyarakat yang mencakup berbagai aspek yang saling terkait dan dipengaruhi oleh konteks sosio-kultural. Secara garis besar, peran tersebut dapat dikategorikan menjadi empat dimensi utama. Pertama, peran reproduksi yang melekat pada kapasitas biologis wanita dalam prokreasi, yang secara fundamental memengaruhi struktur keluarga dan dinamika populasi. Kedua, peran pengasuhan, yang mencakup penyediaan perawatan, dukungan emosional, dan kerja domestik, yang signifikan dampaknya terhadap tingkat partisipasi ekonomi. Ketiga, peran ekonomi, yang melibatkan partisipasi dalam sektor ekonomi formal dan informal, berkontribusi pada pendapatan rumah tangga dan produktivitas nasional, namun seringkali dihadapkan pada tantangan dan disparitas gender. Keempat, peran sosial dan politik, yang mencakup keterlibatan dalam urusan komunitas, advokasi, dan proses politik, yang berperan penting dalam membentuk norma sosial dan struktur pemerintahan, meskipun kerap kali dibatasi oleh bias historis dan struktural

Abstract

The implementation of the Milad (Birthday) commemoration of the organization that gathers mothers in the Hasanuddin University unit's Majelis taklim contact body is carried out every year, coinciding on May 5, 2025, and the 23rd BKMT Milad was held in the Hall of the Unhas Community Research Center Institute. In this activity, it is hoped that it will become a forum for increasing the knowledge and Taqwa of the mothers participating in this taklim assembly. the main theme raised is Silaturahmi as a foundation towards a superior and moral person. The hope of implementing this activity is to increase the role of women in society which includes various aspects that are interrelated and influenced by the socio-cultural context. Broadly speaking, these roles can be categorized into four main dimensions. First, the reproductive role inherent in women's biological capacity for procreation, which fundamentally affects family structure and population dynamics. Second, the nurturing role, which includes the provision of care, emotional support and domestic labor, which has a significant impact on the level of economic participation. Third, the economic role, which involves participation in the formal and informal economic sectors, contributes to household income and national productivity, but is often faced with gender challenges and disparities. Fourth, social and political roles, which include involvement in community affairs, advocacy, and political processes, which play an important role in shaping social norms and structures.

This is an open access article under the CC-BY-SA license



1. Pendahuluan

Peringatan Milad Badan Kontak Majelis Taklim (BKMT) merupakan momentum penting untuk memperingati hari jadi organisasi dan meningkatkan peran serta perempuan dalam organisasi kemasyarakatan ini dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadarannya secara penuh yang

dilandasi oleh ilmu agama Islam. Majelis Taklim ini berfungsi sebagai wadah yang kondusif bagi silaturahmi ibu-ibu karena beberapa faktor krusial. Pertama, adanya kesamaan identitas dan tujuan yang berlandaskan pada keyakinan religius dan praktik spiritual[1]. Kedua, pertemuan rutin yang memfasilitasi interaksi konsisten dan pembangunan relasi melalui jadwal kegiatan yang terstruktur[2]. Ketiga, pembentukan komunitas yang menawarkan peluang untuk saling mendukung, berbagi pengalaman, dan membahas permasalahan bersama[3]. Keempat, pembentukan jaringan sosial bagi ibu-ibu yang memperkuat koneksi interpersonal, melampaui aktivitas keagamaan semata[4].

Peran perempuan, terutama ibu, dalam menjaga kesehatan mental keluarga adalah sangat penting. Mereka sering menjadi pusat keluarga yang memberikan dasar emosional yang kuat bagi anggota keluarga. Ibu berperan dalam membentuk ikatan emosional yang kuat dan memberikan dukungan emosional tanpa batas, yang mempengaruhi perkembangan mental anak dan penyelesaian konflik keluarga[5]. Namun, perempuan juga menghadapi tantangan seperti keseimbangan antara tugas domestik dan kebutuhan pribadi, yang dapat mempengaruhi kesehatan mental mereka sendiri. Oleh karena itu, strategi seperti merawat diri dan mengembangkan keterampilan pribadi sangat diperlukan untuk menjaga kesehatan mental mereka dan memastikan lingkungan keluarga yang harmonis[6].

Urgensi dalam kegiatan ini untuk memberikan pemahaman yang mendasar terkait pengetahuan komprehensif mengenai peran utama perempuan kepada masyarakat. Peran-peran tersebut mendorong pengakuan terhadap kontribusi signifikan wanita sekaligus tantangan yang dihadapi, yang selanjutnya memfasilitasi perumusan kebijakan dan praktik yang berkeadilan. Kedua, kesadaran ini berperan penting dalam membongkar bias dan stereotip gender yang mengakar, yang selama ini membatasi peluang dan melanggengkan ketidaksetaraan. Ketiga, pengakuan terhadap kontribusi multidimensional wanita merupakan fondasi bagi kemajuan sosial, pertumbuhan ekonomi, dan peningkatan kesejahteraan dan khususnya bagi kesehatan keluarga secara keseluruhan. Terakhir, pengetahuan ini memberdayakan individu untuk membuat keputusan yang lebih informatif terkait peran gender, struktur keluarga, dan partisipasi dalam masyarakat[7]. Tujuan: Memperingati Milad BKMT. Meningkatkan silaturahmi antar anggota dan masyarakat. Memberikan kontribusi nyata bagi kesejahteraan masyarakat

Dalam pertemuan yang bersifat kegiatan organisasi kemasyarakatan diberikan penjelasan secara terperinci bahwa Ibu memiliki peran fundamental dalam menjaga kesehatan jiwa, mental, dan fisik seluruh anggota keluarga, terutama anak-anak. Kesehatan mental ibu sangat berpengaruh terhadap perkembangan emosional, sosial, dan kognitif anak, karena ibu sering menjadi sosok utama yang berinteraksi secara intensif dengan anak sejak awal kehidupan[8]. Ketika ibu mampu menjaga kesehatan mentalnya – melalui pola hidup seimbang, istirahat cukup, dan pengelolaan stres yang baik – ia dapat memberikan kasih sayang, perhatian, dan dukungan yang konsisten, sehingga anak merasa aman dan dicintai[9].

Selain itu, perilaku ibu menjadi model utama bagi anak dalam mengelola emosi, menghadapi tantangan, dan berinteraksi dengan lingkungan. Ibu yang sehat mental dan fisik mampu menciptakan lingkungan rumah yang positif, mendorong keterbukaan komunikasi, serta membantu anak membangun keterampilan sosial dan emosional yang diperlukan untuk beradaptasi di dunia luar[10]. Dengan demikian, menjaga jiwa, mental, dan fisik ibu tidak hanya penting untuk kesejahteraan dirinya sendiri, tetapi juga menjadi fondasi utama dalam membangun keluarga yang sehat, harmonis, dan tangguh secara psikologis.

Secara perspektif, kesehatan ibu yang holistik – meliputi aspek jiwa, mental, dan fisik – berperan sebagai filter pelindung bagi keluarga, sehingga setiap anggota dapat tumbuh dan berkembang secara optimal, baik secara emosional maupun intelektual[11]. Dalam konteks ini, persamaan sederhana dapat digunakan untuk menggambarkan pengaruh ibu terhadap kesehatan keluarga: jika (h) adalah kesehatan keluarga dan (m) adalah kesehatan ibu, maka hubungan keduanya dapat direpresentasikan sebagai $h = m$, di mana kesehatan keluarga sangat bergantung pada kesehatan ibu.

2. Metode Pelaksanaan

Pengabdian ini dilakukan di Gedung Pertemuan Ilmiah LP2M Universitas Hasanuddin, pada tanggal 2 Mei 2025. Jenis Kegiatan pengajian akbar yang dilakukan melalui penerapan metode

pendekatan pada golongan ibu-ibu di masyarakat lingkup Universitas Hasanuddin. Peningkatan silaturahmi melalui pengajian akbar dapat dioptimalkan melalui sejumlah metode yang komprehensif.

Metode yang diterapkan dalam pengabdian ini antara lain Pertama, penentuan tema yang relevan dan menarik menjadi krusial untuk menarik minat beragam audiens. Kedua, pemilihan penceramah yang kredibel dan inspiratif dengan kemampuan menyampaikan ceramah yang mudah dipahami dan relevan dengan kehidupan sehari-hari. Ketiga, integrasi sesi interaktif seperti tanya jawab, diskusi kelompok, dan berbagi pengalaman pribadi, yang mendorong partisipasi aktif dan memperdalam ikatan emosional. Keempat, upaya promosi yang luas melalui berbagai saluran komunikasi untuk menjangkau khalayak ibu-ibu sebagai partisipan utama dalam kegiatan. Terakhir, penyelenggaraan kegiatan tindak lanjut pasca-acara, seperti pengajian rutin berskala lebih kecil atau pembentukan kelompok studi, untuk menjaga kesinambungan interaksi dan memperdalam pemahaman keagamaan[12]. Peserta yang hadir sejumlah 88 anggota BKMT dengan panitia inti dari pengurus utama BKMT unit Unhas.

3. Hasil dan Pembahasan

Jumlah peserta yang menghadiri kegiatan Milad BKMT ke 23 yang diselenggarakan pada tanggal 5 Mei 2025 sebanyak 88 orang anggota dan 20 orang tamu undangan dari berbagai kalangan masyarakat. Dalam pemberian materi pertemuan tersebut, disebutkan bahwa ibu dalam keluarga sangat erat perannya dalam Kesehatan seluruh anggota keluarganya.

Tabel 1 : Ibu dengan Jiwa Tidak Stabil vs. Stabil dan Kesehatan Keluarga

Aspek	Ibu dengan Jiwa tidak Stabil	Ibu dengan Jiwa yang stabil
Interaksi Keluarga	Kurangnya empati dan kasih sayang, sering kali mengabaikan kebutuhan emosional anggota keluarga.	Menunjukkan empati, kasih sayang, dan dukungan yang konsisten terhadap anggota keluarga.
Pengelolaan Stres	Cenderung meningkatkan stres dalam keluarga melalui perilaku impulsif atau agresif.	Mengelola stres dengan efektif, menciptakan lingkungan keluarga yang tenang dan stabil.
Komunikasi	Komunikasi yang tidak efektif, sering kali menyakiti atau menyinggung perasaan anggota keluarga.	Komunikasi yang terbuka, jelas, dan mendukung, memperkuat hubungan keluarga.
Kesejahteraan Emosional Anak	Anak mungkin mengalami kesulitan emosional, seperti kecemasan atau depresi.	Anak tumbuh dengan kestabilan emosional yang baik, lebih resilien dalam menghadapi tantangan.
Pola Asuh anak yang sehat.	Pola asuh yang tidak konsisten atau tidak seimbang, berdampak negatif pada perkembangan anak.	Pola asuh yang konsisten, mendukung, dan seimbang, mendorong perkembangan
Kualitas Hubungan Keluarga	Hubungan keluarga yang renggang atau konflikual.	Hubungan keluarga yang harmonis, saling mendukung, dan penuh kasih sayang.
Kesehatan Mental Ibu	Ibu mungkin mengalami gangguan mental seperti depresi atau kecemasan.	Ibu memiliki kesehatan mental yang baik, dengan pengelolaan emosi yang efektif.

Tabel di atas menggambarkan perbedaan signifikan antara ibu dengan jiwa tidak stabil dan ibu dengan jiwa stabil dalam kaitannya dengan kesehatan keluarga. Ibu dengan jiwa tidak stabil cenderung menunjukkan interaksi keluarga yang tidak sehat, pengelolaan stres yang buruk, dan komunikasi yang tidak efektif, yang berdampak negatif pada kesejahteraan emosional anak dan

kualitas hubungan keluarga. Sebaliknya, ibu dengan jiwa stabil mampu menciptakan lingkungan keluarga yang harmonis, mendukung, dan seimbang, yang mendorong perkembangan anak yang sehat dan meningkatkan kualitas hubungan keluarga secara keseluruhan. Temuan ini menegaskan pentingnya kesehatan mental ibu dalam membentuk dinamika keluarga yang positif dan mendukung. Gambaran ini dijelaskan secara detail untuk memberikan edukasi yang bermanfaat bagi ibu-ibu yang hadir dalam kegiatan pertemuan tersebut.

kegiatan yang disebutkan di atas menghasilkan beberapa hasil positif. Pertama, kegiatan ini memfasilitasi peningkatan pemahaman agama dan pengembangan spiritual, memupuk hubungan yang lebih dalam berdasarkan iman. Kedua, pertemuan-pertemuan ini berkontribusi pada penguatan ikatan sosial dan solidaritas komunal, mempromosikan rasa afiliasi dan saling mendukung. Ketiga, pertemuan-pertemuan ini meningkatkan kesadaran akan isu-isu sosial terutama terkait dengan kesehatan mental, fisik dan emosional keluarga yang relevan, mendorong keterlibatan yang terinformasi dalam menghadapi tantangan-tantangan kontemporer. Keempat, kegiatan ini berkontribusi dalam mempromosikan nilai-nilai positif dan perilaku etis, membimbing individu menuju perilaku yang bermoral. Terakhir, kegiatan-kegiatan ini memberikan kesempatan untuk pengembangan diri dan refleksi diri, memungkinkan individu untuk menumbuhkan kesadaran diri dan meningkatkan kebahagiaan dan kesejahteraan mereka secara keseluruhan. Disamping itu hal positif yang didapatkan dalam kegiatan ini antara lain kerjasama yang baik antar panitia yang meningkatkan saling percaya dan motivasi yang kuat antara panitia untuk memberikan yang terbaik dalam pelaksanaan dan suksesnya kegiatan yang direncanakan secara matang dan terorganisir. Berikut tabel gambaran yang diberikan kepada ibu-ibu terkait kesehatan mental keluarga

NO	NAMA	FAKULTAS/UNIT	TANDA TANGAN
1	Ny. Ennita M.S. Baya	Rektorat	
2	Ny. Shinta Syamsu Rizal	Kebudayaan	
3	A. NUR AWANIS	FKep	
4	Ny. HASNAN SYAHRIYAH	F. Kep	
5	Ny. Nurul Huda	Keluhan	
6	Ny. Sherry Idarus	Keluhan	
7	Ny. Mulya Anand	Keluhan	
8	ROSMALWATI	PIB	
9	Ny. Hadrwan	FIB	
10	Ny. Nurul Huda	F.T	
11	Ny. Marukati Darmi M.	Faperta	
12	Ny. idha Burhanuddin	Faperta	
13	Ny. Komariyah Muchsan	TKM	
14	Ny. Sri Rahayu Baso	FEB	
15	Ny. Suryana Baharuddin	FKM	
16	Kartika Gani	FT	
17	Ny. Kartika Rahat	Flap	
18	Ny. ISMARTOYO	Fapet	
19	Ny. Sulcha R. Taha	Flap	

NO	NAMA	FAKULTAS/UNIT	TANDA TANGAN
20	Ny. A. RAHMAT B.	Kebudayaan	
21	Ny. Rosnati Lutfi	FIB	
22	Ny. S. HASNAN KASARA	Unhas	
23	Ny. A. Junita Pangarung	F. Hukum	
24	Ny. Hadijah Z	F. Vokasi	
25	KLUA AZZAH	FIB / Kce	
26	A. Dioneus		
27	St. Romfud		
28	A. INDAH	FKM	
29	Ny. Iriana Hasanuddin	FKG	
30	Ny. A. Nurul Huda (Nurf)	Faperta	
31	Ny. Afiah	Keluhan	
32	Ny. A. Syardiah	FIKP	
33	Ny. Besse Hardianti Sulala	Rektorat	
34	Ny. Andi Mayang A	Kebudayaan	
35	Ratu Mustijar	FKG	
36	Ny. Sahah Syahid Baka	Fapet	
37	Maipa. AS	TEHNIK	
38	Ny. Najmi RK	FEB	
39	Ny. Suhmawati Anwar	FERNANDES	
40	Ny. WAHIDAASDAR	FKG	
41	Ny. Riana Fald	K. Pustak	
42	Ny. RANDHAYANI	FIKP	

BADAN KONTAK MAJELIS TAKLIM (BKMT) UNIT UNIVERSITAS HASANUDDIN PROVINSI SULAWESI SELATAN			
Sekretariat : Kompleks Unhas Tamalanrea Blok R-12, Makassar 90245			
43	Ny. Umr. Kaimudin	Fkip	
44	Ny. Dahmanat	Fikp	
45	Ny. Idah Bur	FIB	
46	Ny. Kusniyah	teknik	
47	Hj. Nuraini Badri	Rektorat	
48	A. Fauziah. H.	Teknik	
49	Harlina AY Umar	Hukum	
50	Rahmatiah	FEB	
51	Suryana Amindji Belle	FH	
52	Aisyah Sukarno	FH	
53	Marnawati Rusnadi	Pertanian	
54	Ratna Sudirna	Fikp	
55	Hj. Murtadika	Fikp	
56	Muralica Lisan	Teknik	
57	Husnaini Agus	FEB	
58	A. HARLINA	FIB	
59	ANNA INAMUDDIN JELL	KIR PUGAT	
60	Besse Rasmia Amnandis	FKM	
61	Halwahiah Sirajuddin	FKM	
62	Helmi Veni Hadju	FKM	
63	A. Suryani Basri	PA	
64	A. NURDIN DAI		
65	Ny. Anni Faridatun Akmalia	FIB	

BADAN KONTAK MAJELIS TAKLIM (BKMT) UNIT UNIVERSITAS HASANUDDIN PROVINSI SULAWESI SELATAN			
Sekretariat : Kompleks Unhas Tamalanrea Blok R-12, Makassar 90245			
66	JUMRINTI	FIB	
67	BATIKAR	Rektorat	
68	WAHYUNI ARAS	-	
69	A. HASIZAH.	FAPERTA	
70	Nur Balq	Fikp	
71	Raphina	FEB.	
72	Ny. NF. Idham Jupp		
73	ENDI SISWATI	FIB	
74	Mardawaty	Fisip	
75	SYAMSINAH LATIF	FAPET	
76	Mrs. Djennu Jeta	Fisip	
77	RANI. S. Hasan	FAPET	
78	Ny. IDHA L. Asrul	FAPET	
79	Hj. A. Yanthie. Z.T	TEKNIK	
80	SAPRINANG	Rektorat	
81	Setiawan G	F. PUGAT	
82	Subaeteh. H.	K. PUGAT	
83	Ny. Hadrah Hasrat	Fisip	
84	Ny. SINAR A. SURYADI	Fikp	
85	Ny. Hartati tamti	P. Hukum	
86	Ny. Suryani Batar	FKG	
87	L. Machamah		
88	NUR FAHMI DJURAHMI	Fikp	

Gambar 1 Daftar Hadir peserta



Gambar 2. Foto kegiatan dan peserta kegiatan

Dari hasil evaluasi pelaksanaan kegiatan bersama seluruh ibu-ibu anggota BKMT ini secara umum berjalan dengan lancar meskipun terkendala dengan sedikit molornya kegiatan dikarenakan keterlambatan tim undangan dari pihak mitra kerjasama kegiatan.

4. Kesimpulan

Kegiatan peningkatan peran perempuan dalam menjaga kesehatan jiwa, mental, dan fisik keluarga pada lingkup BKMT diharapkan mampu memperkuat peran strategis perempuan dalam kehidupan keluarga. Melalui peningkatan kapasitas, perempuan dapat lebih mampu mengelola kesehatan keluarga secara efektif dan berkelanjutan. Pendekatan kesehatan holistik yang mencakup aspek jiwa, mental, dan fisik menjadi pondasi penting untuk menciptakan keluarga yang seimbang dan harmonis. Selain itu, pemberdayaan perempuan mendorong mereka untuk berperan aktif dalam menjaga kesehatan keluarga, sementara kemitraan yang dibangun dengan berbagai pihak akan memperkuat dukungan dan keberhasilan program kesehatan keluarga secara menyeluruh.

Ucapan Terimakasih

Terima kasih kami ucapkan kepada direktorat keuangan Universitas Hasanuddin yang telah membantu dalam bantuan finansial kegiatan tahunan Milad dan Ulang Tahun Organisasi Ibu-Ibu yaitu BKMT dan Dharma wanita Persatuan.

Daftar Pustaka

- [1] A. Dalle dan T. Tobroni, "Dimensi-Dimensi dalam Beragama: Spiritual, Intelektual, Emosi, Etika, dan Sosial," *Ikhlās: Jurnal Ilmiah Pendidikan Islam*, vol. 2, no. 1, pp. 151-165, 2025.
- [2] L. Hazanah, W. Setiana, dan D. R. Astuti, "Implementasi Human Relations melalui Kegiatan Informal," *Reputasi: Jurnal Hubungan Masyarakat*, vol. 2, no. 1, pp. 81-100, 2020.
- [3] T. Berasa, P. Y. Siahaan, L. D. Sitorus, M. Lumbantoruan, P. Pasaribu, dan P. Siburian, "Membangun Komunitas yang Mendukung Pertumbuhan Spiritual Orang Dewasa," *Jurnal Trust Pentakosta*, vol. 1, no. 1, 2024.
- [4] R. M. Rochmahwati, "Pola Jaringan Komunikasi pada Majelis Taklim."
- [5] Z. Faizah dan I. Inayatul Ilahiyah, "Peran Keluarga Dalam Menjaga Kesehatan Mental Anak Dalam Perspektif Zakiah Daradjat," *Alfihris: Jurnal Inspirasi Pendidikan*, vol. 2, no. 3, pp. 164-174, 2024.
- [6] I. C. Nikmatus, Q. N. Wijayanti, S. Ikom, dan M. Ikom, "Peran Komunikasi Keluarga Dalam Mengatasi Toxic Parents Bagi Kesehatan Mental Anak," *Jurnal Media Akademika (JMA)*, vol. 2, no. 1, 2024.
- [7] A. M. Blackstone, "Gender roles and society," 2003.
- [8] U. Hidayah, "Makna ibu sebagai madrasah pertama dalam pendidikan keluarga perspektif studi gender," *Egalita: Jurnal Kesetaraan dan Keadilan Gender*, vol. 16, no. 2, pp. 31-46, 2021.
- [9] P. P. P. K. Utama, "Parenting Stress pada Ibu Rumah Tangga."
- [10] R. Gultom, L. A. Simanjuntak, dan N. Nainggolan, "Peran Penting Seorang Ibu Dalam Keluarga: Upaya Pembinaan Untuk Meningkatkan Kualitas Kehidupan Keluarga," *Jurnal Trust Pentakosta*, vol. 1, no. 1, pp. 68-75, 2024.
- [11] E. Al Khansa, F. R. Bagaskara, dan U. Hijriyah, "Optimalisasi Peran Ibu dalam Membangun Pendidikan Karakter Anak di Era Digital Berbasis Nilai-Nilai Islam," *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, vol. 9, no. 4, pp. 233-247, 2024.
- [12] R. Ashari dan M. Masfufah, "Peran Teladan Keluarga Berpendidikan Agama Islam dalam Pembentukan Nilai Keagamaan Pada Anak," *Continuous Education: Journal of Science and Research*, vol. 6, no. 2, pp. 169-180, 2025.