

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis diatas, dapat disimpulkan bahwa:

1. kisah tokoh Maryam dalam al-Qur'an dibangun melalui struktur naratif, dimulai dengan kondisi awal yang seimbang, teratur (*Equilibrium*) untuk memperkenalkan latar dan asal-usul tokoh, berlanjut ke gangguan terhadap keseimbangan (*Disequilibrium*) yang memuat tantangan sosial (keimanan atau fisik), hingga mencapai klimaks pada puncak ujian baik berupa fitnah, siksaan, maupun kesendirian. Dan berakhir pada penyelesaian konflik, kondisi dimana konflik mulai pulih kembali dan seimbang.

Aspek	Deskripsi Naratif	Ayat Al-Qur'an
<i>Equilibrium</i>	Maryam diperkenalkan sebagai wanita suci yang berasal dari keluarga Imran	QS. Ali Imran: 36-37
<i>Disequilibrium/ Disruption</i>	Malikat memberi kabar Kehamilan tanpa hubungan dengan laki-laki	QS. Ali-Imran: 45 dan 47
	Maryam hamil dan mengasingkan diri, hingga melahirkan. Maryam mengalami tekanan batin hingga berharap mati	QS. Maryam: 22-23
	Tuduhan masyarakat Bani Israil	QS. Maryam 27-29

<i>New Equilibrium</i>	Isa sebagai putra Maryam, berbicara dan membela ibunya, serta menguatkan martabat Maryam dihadapan masyarakat	QS. Ali Imran: 46 dan QS. Maryam: 30-33
------------------------	---	---

2. Tokoh Maryam mempraktikkan keenam proses fleksibilitas psikologis menurut *Acceptance and Commitment Therapy* (ACT). Ia menerima takdir ilahi, melepaskan diri dari stigma dan pikiran negatif, hadir penuh dalam moment kritis, memposisikan diri sebagai hamba bukan korban keadaan, berpegang pada nilai iman, keberanian dan kasih sayang, serta mengambil tindakan nyata sesuai nilai tersebut mulai dari diam menanti mukjizat. Fitnah sosial-spiritual yang menimpa Maryam menunjukkan bahwa kekuatan fleksibilitas psikologis tidak ditemukan oleh jenis ujian, melainkan oleh seberapa dalam nilai iman diinternalisasi dan diwujudkan dalam tindakan berkomitmen.

Aspek	Deskripsi Psikologis	Ayat Al-Qur'an
<i>Acceptance</i>	Maryam menerima kehamilan sebagai ketetapan Allah swt meski diluar nalar dan tetap menentang secara sosial	QS. Ali Imran: 47
<i>Cognitive Defusion</i>	Saat Maryam ingin mati, ia tidak membiarkan pikiran itu mengendalikan tindakannya. Ia mampu mengambil jarak dari pikiran ekstrem tersebut	QS. Maryam: 23

<i>Being Present</i>	Fokus pada saat ini, menerima bahwa dia ditakdirkan hamil tanpa seorang suami. Hal ini melatih <i>mindfulness</i> Maryam untuk sadar dan tenang, melalui intruksi spiritual	QS. Maryam: 24-25
<i>Self as Context</i>	Diam saat difitnah dan tidak membrontak secara langsung. Maksud dari diamnya Maryam adalah ia memahami dirinya bukan dari pelabelan yang diberikan masyarakat melainkan dari kedekatannya dengan tuhan	QS. Maryam: 26
<i>Values</i>	Maryam tetap menjaga kehormatan, dan kesucian. Nilai-nilai spiritual tersebut tetap menjadi pijakan Maryam dalam bertindak	QS. Ali-Imran: 42
<i>Committed Action</i>	Menunjuk bayi Isa adalah bentuk ketundukan pada intruksi Allah. Maryam tidak melawan stigma masyarakat dengan kata-kata, melainkan dengan tindakan spiritual yang diarahkan langsung oleh wahyu	QS. Maryam: 29

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa kisah Maryam dalam Al-Qur'an tidak hanya merupakan narasi religius, tetapi juga mengandung blueprint ketahanan psikologis yang relevan dengan problematika perempuan modern. Melalui pendekatan integratif yang memadukan analisis naratif dan psikologis, penelitian ini berhasil mengungkap bagaimana nilai-nilai spiritual dapat menjadi sumber kekuatan dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan.

B. Saran

Setelah menganalisis kisah Maryam dalam al-Qur'an, peneliti menyadari bahwa skripsi yang ditulis ini masih banyak kekurangan dan masih jauh dari kata sempurna. Disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk memperluas objek studi dengan membandingkan fleksibilitas psikologis Maryam dengan tokoh-tokoh lain seperti Asiyah atau Hajar, baik dalam perspektif psikologi Islam maupun pendekatan klinis kontemporer lainnya. Selain itu, penggunaan pendekatan ACT dalam mengkaji tokoh al-Qur'an masih terbilang baru dan potensial, sehingga dapat dikembangkan lagi dalam konteks bimbingan konseling Islami atau pendidikan karakter perempuan. Begitupun dengan struktur naratif Todorov juga dapat diaplikasikan secara komparatif untuk melihat pola transformasi tokoh dalam alur kisah-kisah kenabian lain atau dengan menerapkan pendekatan naratif lainnya seperti Vladimir Propp atau Labov.