

**PERAN USTADZ DALAM MENINGKATKAN KESEHATAN MENTAL  
DAN SPIRITUAL PADA LANSIA MELALUI KAJIAN RUTIN  
DI MUSHOLA RAUDHATUSSHOLIHIN DESA SURAWANGI  
KECAMATAN JATIWANGI KABUPATEN MAJALENGKA**

**SKRIPSI**



**WIWIN WIDIYANTI**

**NIM 1908306172**

**JURUSAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
SYEKH NURJATI CIREBON**

**2023 M/1444 H**

**PERAN USTADZ DALAM MENINGKATKAN KESEHATAN MENTAL  
DAN SPIRITUAL PADA LANSIA MELALUI KAJIAN RUTIN DI  
MUSHOLA RAUDHATUSSHOLIHIN DESA SURAWANGI  
KECAMATAN JATIWANGI KABUPATEN MAJALENGKA**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat  
memperoleh gelar Sarjana Sosial (S. Sos)  
pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam

**WIWIN WIDIYANTI**

**NIM 1908306172**

IAIN SYEKH NURJATI  
CIREBON

**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
SYEKH NURJATI CIREBON  
2023 M/1444 H**

## ABSTRAK

**Wiwin Widiyanti, NIM 1908306172, “Peran Ustadz dalam Meningkatkan Kesehatan Mental dan Spiritual Pada Lansia Melalui Kajian Rutin di Mushola Raudhatussolihin Desa Surawangi Kecamatan Jatiwangi Kabupaten Majalengka.”**

Peran ustadz dalam meningkatkan kesehatan mental dan spiritual lansia melalui kajian mempunyai peran yang besar. Di mana masa kini kesehatan mental dan spiritual amat penting bagi seseorang terutama lansia. Hal ini karena keadaan emosional dan fisik lansia seringkali mengalami penurunan fungsi, tapi tidak menutup kemungkinan perkembangan emosional atau psikologisnya lebih matang. Ada beberapa faktor yang menyebabkan kondisi mental dan fisiknya menurun, seperti kehilangan pekerjaan, kehilangan pasangan, ditinggal anak, maupun karena faktor biologisnya yang menurun. Sehingga dirinya belum siap dan belum atau menerima keadaan tersebut. Maka sebagai masyarakat yang mempunyai kepedulian dan sebagai warga yang baik, perlu mengupayakan kesejahteraan lansia sesuai dengan Undang-Undang No.13 Tahun 1998 Pasal 8.

Penelitian ini mempunyai tujuan yang jelas yaitu untuk mengetahui bentuk dari kegiatan kajian rutin di Mushola Raudhatussolihin, memahami peran ustadz dalam meningkatkan kesehatan mental lansia melalui kajian rutin, dan mengetahui peran ustadz dalam meningkatkan spiritual lansia melalui kajian rutin di Mushola Raudhatussolihin Desa Surawangi Kecamatan Jatiwangi Kabupaten Majalengka. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu, suatu teknik dalam pengumpulan data yang dilakukan peneliti untuk menentukan informan dalam penelitian sebagai narasumber dengan mempertimbangkan kriteria tertentu.

Hasil penelitian menjelaskan bahwa kajian rutin di Musola Raudhatussolihin dimulai pada pukul 08.00 hingga 10.00 WIB dengan dua ustadz. Rangkaian kegiatannya yaitu, membaca sholawat, pembukaan, mauizhatul hasanah, dan doa penutup, serta ziarah ke makam para wali setiap tiga bulan sekali. Peran ustadz dalam meningkatkan kesehatan mental membuat jiwa lansia lebih tenang, karena metode dan materi yang disampaikan sebagai pesan dakwah secara tersurat dan tersirat seperti sholat, membaca Al-Qur'an, dzikir, puasa, sedekah, dan bermuamalah ketika diamalkan membuat tenang jiwa. Peran ustadz dalam meningkatkan spiritual lansia membuat para lansia termotivasi untuk lebih fokus mengejar ketenangan rohani dengan cara beribadah kepada Allah dan menyambung silaturahmi yang baik dengan sesama juga karena adanya suatu dorongan yang diberikan oleh lingkungan termasuk dari ustadz yang memberikan nilai-nilai spiritual dari dalam.

**Kata Kunci:** *Peran Ustadz, Kesehatan Mental, Spiritual, Kajian.*

## ABSTRACT

**Wiwin Widiyanti, NIM 1908306172, "The Role of Ustadz in Improving Mental and Spiritual Health in the Elderly Through Routine Studies at the Raudhatussholihin Mosque, Surawangi Village, Jatiwangi District, Majalengka Regency."**

*The role of ustadz in improving the mental and spiritual health of the elderly through studies has a big role. Nowadays, mental and spiritual health is very important for people, especially the elderly. This is because the emotional and physical condition of the elderly often experience a decline in function, but it does not rule out the possibility that their emotional or psychological development will be more mature. There are several factors that cause his mental and physical condition to decline, such as losing a job, losing a partner, being abandoned by a child, or due to declining biological factors. So that he is not ready and has not accepted this situation. So, as a society that has concerns and as good citizens, it is necessary to strive for the welfare of the elderly in accordance with Law No. 13 of 1998, Article 8.*

*This study has clear objectives, namely to find out the form of routine study activities at the Raudhatussholihin Mosque, understand the role of ustadz in improving the mental health of the elderly through routine studies, and to find out the role of ustadz in improving the spirituality of the elderly through routine studies at the Raudhatussholihin Mosque, Surawangi Village, Jatiwangi District, Majalengka Regency. The method used in this research is qualitative with a descriptive approach. This study used a purposive sampling technique, namely, a technique in data collection carried out by researchers to determine the informants in the research as informants by considering certain criteria.*

*The results of the study explained that routine studies at the Raudhatussholihin Mosque began at 08.00 to 10.00 WIB with two ustadz. The series of activities are reading sholawat, opening, mauizhatul hasanah, and closing prayers, as well as pilgrimages to the graves of the saints every three months. The role of the ustadz in improving mental health makes the elderly and their souls calmer, because the methods and materials conveyed as da'wah messages explicitly and implicitly such as prayer, reading the Qur'an, dhikr, fasting, almsgiving, and muamalah when practiced make the soul calm. The role of the ustadz in improving the spirituality of the elderly makes the elderly motivated to focus more on pursuing spiritual peace by worshiping Allah and connecting good friendships with others as well because of an encouragement given by the environment including from the ustadz who provides spiritual values from within.*

**Keywords: Role of Ustadz, Mental Health, Spirituality, Study.**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**PERAN USTADZ DALAM MENINGKATKAN KESEHATAN MENTAL  
DAN SPIRITUAL PADA LANSIA MELALUI KAJIAN RUTIN DI  
MUSHOLA RAUDHATUSSHOLIHIN DESA SURAWANGI  
KECAMATAN JATIWANGI KABUPATEN MAJALENGKA**

**Disusun Oleh:**

**Wiwin Widiyanti  
NIM. 1908306172**

**Menyetujui:**

Pembimbing I

Pembimbing II



**H. Anisul Fuad, M. Si**  
**NIP. 19710506 200604 1 001**



**Drs. H. Muzaki, M. Ag**  
**NIP. 19660720 199903 1 001**

**Mengetahui,  
Ketua Jurusan BKI**



**Drs. H. Muzaki, M. Ag**  
**NIP. 19660720 199903 1 001**

## NOTA DINAS

Kepada

Yth. Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam

IAIN Syekh Nurjati Cirebon

Di Cirebon

*Assalamu'alaikum Wr. Wb*

Setelah melaksanakan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan skripsi berikut ini:

Nama : Wiwin Widiyanti

NIM : 1908306172

Judul : **PERAN USTADZ DALAM MENINGKATKAN KESEHATAN MENTAL DAN SPIRITUAL PADA LANSIA MELALUI KAJIAN RUTIN DI MUSHOLA RAUDHATUSSHOLIHIN DESA SURAWANGI KECAMATAN JATIWANGI KABUPATEN MAJALENGKA**

Kami bersepakat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon untuk dimunaqosyahkan.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb*

**Pembimbing I**



**H. Anisul Fuad, M. Si**

**NIP. 19710506 200604 1 001**

Cirebon, 30 Maret 2023

**Pembimbing II**



**Drs. H. Muzaki, M. Ag**

**NIP. 19660720 199903 1 001**

## OTENTISITAS SKRIPSI

### **Bismillaahirrahmaanirrahiim**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul **“Peran Ustadz dalam Meningkatkan Kesehatan Mental dan Spiritual Pada Lansia Melalui Kajian Rutin di Mushola Raudhatusholihin Desa Surawangi Kecamatan Jatiwangi Kabupaten Majalengka”** ini beserta seluruh isinya merupakan karya saya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko atau sanksi atau apapun yang dijatuhkan kepada saya dengan peraturan yang berlaku. Apabila di kemudian hari adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan, atau ada klaim terhadap keaslian karya yang telah saya buat ini.

Cirebon, 30 Maret 2023

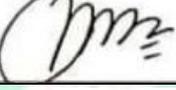
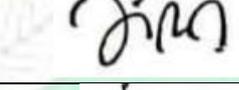
Yang membuat pernyataan

A 10,000 Rupiah Indonesian postage stamp with a signature over it. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text '10000', 'METER TEMPEL', and '2EAKX363913563'. The signature is in black ink.

Wiwini Widiyanti  
NIM. 1908306172

## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi berjudul, “Peran Ustadz dalam Meningkatkan Kesehatan Mental dan Spiritual Pada Lansia Melalui Kajian Rutin di Mushola Raudhatussolihin Desa Surawangi Kecamatan Jatiwangi Kabupaten Majalengka” oleh Wiwin Widiyanti, NIM 1908306172, telah dimunaqosyahkan pada hari Kamis, 30 Maret 2023, di hadapan dewan penguji dan dinyatakan LULUS. Skripsi ini telah memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syekh Nurjati Cirebon.

Panitia Munaqosyah	Tanggal	Tanda Tangan
<b>Ketua Jurusan</b> Drs. H. Muzaki, M. Ag NIP. 19660720 199903 1 001	03-04-2023	
<b>Sekretaris Jurusan</b> Dr. Jaja Suteja, M. Pd.I NIP. 19830705 201101 1 014	03-04-2023	
<b>Penguji I</b> Herman Beni, MA NIP. 19780430 201101 1 004	03-04-2023	
<b>Penguji II</b> Asriyanti Rosmalina, M.Ag NIP. 19760331 200710 2 004	03-04-2023	
<b>Pembimbing I</b> H. Anisul Fuad, M. Si NIP. 19710506 200604 1 001	03-04-2023	
<b>Pembimbing II</b> Drs. H. Muzaki, M. Ag NIP. 19660720 199903 1 001	03-04-2023	

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam



## RIWAYAT HIDUP



Penulis mempunyai nama lengkap Wiwin Widiyanti, dan bisa dipanggil Wiwin. Ia merupakan anak ketiga dari enam bersaudara. Lahir dari rahim seorang ibu yang bernama Iin Sopwatin dan ayahnya bernama Warman. Ibunya seorang ibu rumah tangga dan pekerjaan ayahnya sebagai buruh harian lepas. Wiwin sering ikut ayahnya berpetualang. Penulis sering ikut memancing, menggali ubi di kebun, menimba air di sumur timba, hingga ikut bercocok tanam di ladang. Sedangkan dengan ibunya, ia ikut membantu menjaga keponakan yang sekarang mau lima. Ia mewarisi sifat ayahnya yang pemberani, spesial, dan suka berpetualang. Dari ibunya ia mewarisi cahaya dan kekuatan.

Wiwin lahir di rumah, tepatnya kamar pertama di waktu pagi buta sekitar pukul 00.30 WIB pada tanggal 5 November 1999. Sebelum bidan datang, ia sudah keluar lebih dulu. Sedikit nakal tapi tidak menyusahkan. Kini ia tumbuh dewasa dan Allah selalu memberikan yang terbaik hingga berada di titik ini. Semoga orang tuanya sehat selalu, bahagia dan bangga mempunyai anak sepertinya.

### **Riwayat Pendidikan:**

- |  |           |
|--|-----------|
| 1. SDN Surawangi 3                           | 2005-2011 |
| 2. SMPN 2 Jatiwangi                          | 2011-2014 |
| 3. MAN 3 Majalengka                          | 2014-2017 |
| 4. S1 IAIN Syekh Nurjati Cirebon Jurusan BKI | 2019-2023 |

### **Riwayat Organisasi:**

- |                        |           |
|------------------------|-----------|
| 1. Teater              | 2012-2013 |
| 2. Safari Dakwah       | 2014-2015 |
| 3. Karya Ilmiah Remaja | 2014-2016 |

## MOTTO HIDUP

“Jadilah seperti air jernih yang mengalir membawa sumber kehidupan”

Boleh jadi yang menurutmu baik belum tentu baik menurut Allah, dan boleh jadi yang menurutmu tidak baik adalah yang terbaik menurut Allah. Percayalah, janji Allah itu nyata.



- Wiwin Widiyanti -



## PERSEMBAHAN

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT., karena berkat petunjuk dan kasih sayang-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan tepat waktu. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan ini masih banyak kesalahan dan kekurangan. Namun berkat dorongan dari berbagai pihak, alhamdulillah skripsi ini dapat tersusun dalam bentuk yang masih sangat sederhana baik dari segi isi maupun bahasanya. Dengan segala kerendahan hati, skripsi ini penulis persembahkan kepada:

1. Orang tua tercinta, mama dan mimi yang selalu mendukung dan mendoakan setiap waktu.
2. Kakak-kakak dan adik-adik serta keponakan-keponakan tersayang yang memberikan warna setiap hari.
3. Ibu Luluk Puji Astuti dan Bapak Capten H. Mohammad Safriyanto yang sudah penulis anggap orangtua angkat. Sebab atas kedermawanannya penulis mendapat dukungan finansial dan semangat dari awal masuk kuliah hingga sekarang. Semoga Allah memberikan sebaik-baiknya balasan.
4. Sahabat BC. Bekasi Akhwat Harapan Jaya, Teh Nisa, Misni, dan Kak Wiwit yang memberikan kesan terindah selama pengabdian. *I miss you all.*
5. Sahabat curhat, Mae, Puji, Nisrina, Teh Nisa, Lilis, Ifa, Millenjes, terima kasih untuk waktu dan telinga yang kalian sediakan.
6. Bi Iin, bibi ipar terbaik terima kasih atas pengertiannya.

## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Alhamdulillahirobbil'alamin, sebuah kata yang selalu terucap oleh lisan dan sanubari atas segala nikmat yang tiada henti Allah limpahkan kepada penulis dalam segala keadaan. Terutama dalam kelancaran menyelesaikan tugas akhir (skripsi) ini tentu tidak lepas dari campur tangan Allah SWT. Shalawat dan salam selalu terlantun pada yang terkasih Nabi Muhammad SAW sebagai tauladan bagi seluruh umat. Dengan ini akhirnya penulis dapat merampungkan skripsi yang berjudul **“Peran Ustadz dalam Meningkatkan Kesehatan Mental dan Spiritual Pada Lansia Melalui Kajian Rutin di Mushola Raudhatussholihin Desa Surawangi Kecamatan Jatiwangi Kabupaten Majalengka.”**

Pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang terkait, baik yang memberikan bantuan, bimbingan, dan semangat kepada penulis. Ucapan terima kasih tersebut penulis sampaikan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Aan Jaelani, M. Ag selaku Rektor Insititut Agama Islam Negeri (IAIN) Syekh Nurjati Cirebon.
2. Ibu Dr. Siti Fatimah, M. Hum selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam.
3. Bapak Drs. H. Muzaki, M. Ag selaku Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam sekaligus Dosen Pembimbing II Skripsi.
4. Bapak Dr. Jaja Suteja, M.Pd.I selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan Konseling Islam.
5. Bapak. H. Anisul Fuad, M. Si selaku Dosen Pembimbing I Skripsi.
6. Ibu Nur Pratiwi, selaku Staff Jurusan Bimbingan Konseling Islam.
7. Seluruh Dosen Bimbingan Konseling Islam yang telah memberikan ilmunya dengan penuh kesabaran.
8. Ustadz Apud Saepudin dan Ustadz Yusuf selaku pengisi kajian di Mushola Raudhatussholihin.
9. Ibu-ibu jamaah yang mengikuti kajian rutin di Mushola Raudhatussholihin.

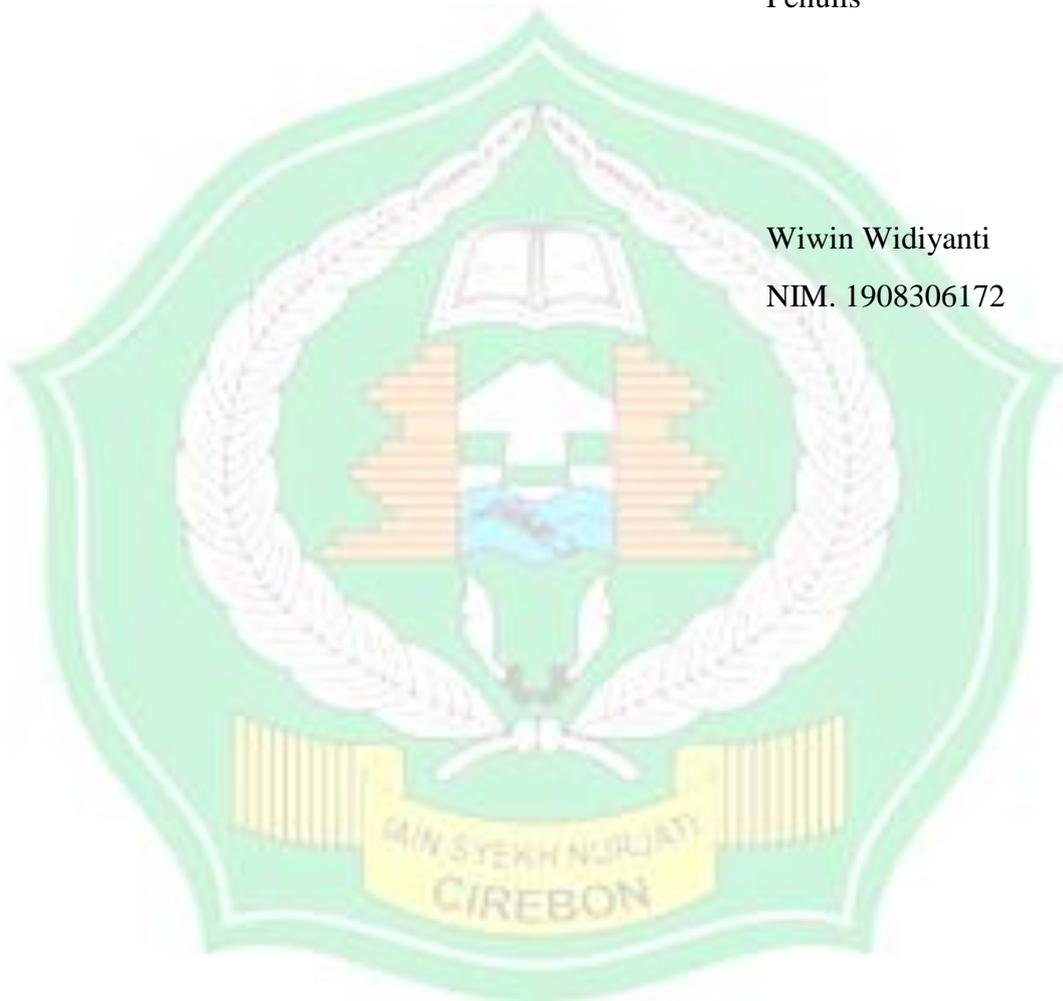
Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan. Oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan agar penyusunan skripsi ini lebih baik. Penulis juga berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis dan para pembaca.

Cirebon, 30 Maret 2023

Penulis

Wiwin Widiyanti

NIM. 1908306172



## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>ABSTRACT</b> .....	ii
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	iii
<b>NOTA DINAS</b> .....	iv
<b>OTENTISITAS SKRIPSI</b> .....	v
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	vii
<b>MOTTO HIDUP</b> .....	viii
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	ix
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	x
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Perumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Kegunaan Penelitian.....	7
E. Kerangka Teori.....	8
F. Signifikansi Penelitian.....	12
G. Penelitian Terdahulu .....	12
H. Sistematika Penulisan.....	16
I. Jadwal Waktu Penelitian .....	17
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b> .....	18
A. Peran Ustadz dalam Berdakwah.....	18
1. Definisi Peran Ustadz dalam Berdakwah .....	18
2. Jenis-Jenis Metode Dakwah .....	19

3. Karakteristik Da'i (Ustadz) .....	23
B. Perkembangan Lansia .....	27
1. Definisi Lanjut Usia .....	27
2. Masalah yang dihadapi Oleh Lansia.....	28
3. Perubahan Fisik Lansia.....	30
4. Perubahan Kognitif Lansia .....	31
5. Perubahan Sosio-Emosional Lansia .....	33
C. Kesehatan Mental .....	33
1. Konsep Sehat dan Saki .....	33
3. Ruang Lingkup Kesehatan Mental .....	36
4. Fungsi Kesehatan Mental .....	37
5. Sasaran dalam Kesehatan Mental .....	38
6. Kesehatan Mental Bagi Lansia.....	39
D. Spiritual Lansia .....	40
1. Pengertian Spiritual .....	40
2. Aspek Spiritual .....	40
3. Karakteristik/Ciri-ciri Spiritual .....	41
4. Spiritualitas pada Lansia.....	42
<b>BAB III METODE PENELITIAN DAN PROFIL MUSHOLA</b>	
<b>RAUDHATUSSHOLIHIN .....</b>	<b>43</b>
A. Metode Penelitian.....	43
1. Metode dan pendekatan penelitian .....	43
2. Tempat dan Waktu Penelitian .....	44
3. Penentuan Sumber Informasi/Informan .....	44
4. Unit Analisis .....	45
5. Teknik Pengumpulan Data .....	46

6. Teknik Analisis Data .....	48
B. Gambaran Umum Mushola Raudhatussolihin .....	49
C. Visi dan Misi Mushola Raudhatussolihin .....	51
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>52</b>
A. Data Informan/Narasumber .....	52
B. Peran Ustadz dalam Meningkatkan Kesehatan Mental dan Spiritual Lansia Melalui Kajian Rutin di Mushola Raudhatussolihin Desa Surawangi Kecamatan Jatiwangi Kabupaten Majalengka .....	53
1. Bentuk Kegiatan Kajian Rutin di Mushola Raudhatussolihin.....	53
2. Peran Ustadz dalam Meningkatkan Kesehatan Lansia Melalui Kajian Rutin di Mushola Raudhatussolihin .....	62
3. Peran Ustadz dalam Meningkatkan Spiritual Lansia Melalui Kajian Rutin .....	69
C. Keterhambatan Proses Penelitian .....	74
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>75</b>
A. Kesimpulan.....	75
B. Saran.....	76
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>77</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Penelitian Terdahulu .....	13
Tabel 1.2 Jadwal Waktu Penelitian.....	17
Tabel 3.1 Jadwal Kajian Rutin.....	51
Tabel 4.1 Data Informan .....	52



## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Alam semesta beserta isinya tidak secara tiba-tiba dan tanpa tujuan Allah ciptakan. Tentu ada maksud dan tujuan dalam segala yang Allah ciptakan, seperti penciptaan langit, bumi, tumbuh-tumbuhan, hewan, termasuk manusia. Manusia merupakan satu-satunya makhluk ciptaan Allah Ta'ala yang dibekali akal dan nafsu. Hal ini yang membuat manusia disebut makhluk paling sempurna. Termaktub pada Qs. At-Tin ayat 4 yaitu:

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ

Artinya: *“Sungguh, Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya.”*

Dari ayat di atas menerangkan bahwa manusia diciptakan Allah dengan bentuk yang paling baik karena manusia berbeda dengan hewan, tumbuhan, ataupun malaikat. Hewan hanya mempunyai nafsu tanpa akal. Sedangkan malaikat hanya mempunyai akal tanpa nafsu. Maka ketika manusia yang diberi akal dan nafsu dapat dikendalikan atau berkembang dengan baik sesuai perintah Allah SWT, tingkah laku atau kebaikannya akan bisa melebihi malaikat dan sebaliknya jika manusia tidak dapat mengendalikan tingkah laku, akan menjadi buruk melebihi iblis. Dengan begitu penciptaan manusia bukan tanpa tujuan, karena dalam Qs. Az-Zariyat ayat 65 yang berbunyi:

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ

Artinya: *“Aku tidak menciptakan Jin dan manusia melainkan agar mereka beribadah kepada-Ku.”*

Maksud ayat tersebut, dikatakan bahwa diciptakannya jin dan manusia hanya agar beribadah kepada Allah SWT. Ibadah sering disebut dengan menyembah atau mengabdikan. Dalam Islam, ibadah sangat luas sekali. Ibadah bisa diartikan sebagai segala aktivitas atau kegiatan yang dilakukan adalah niat karena Allah SWT.

Maka untuk mencapai tujuan tersebut, manusia diberikan akal dan nafsu untuk melakukan kewajiban beribadah kepada Allah SWT. Misalnya, belajar diniatkan karena Allah, bekerja yang diniatkan untuk mengambil rezeki dari Allah, menikah atau berumah tangga karena niat ibadah kepada Allah, dan aktivitas lainnya yang semata-mata niat utamanya adalah karena Allah. Namun, terkadang manusia lupa akan hakikat dirinya diciptakan dan lupa pada niat awal atas sesuatu yang sedang atau akan dilakukan. Seperti mudah terlena oleh keadaan dunia yang hanya sementara. Keterlenaan manusia di dunia dikarenakan oleh ambisi menggapai keberhasilan dunia seperti kekayaan, jabatan, ketenaran, atau hal lainnya yang menjadikan gelap mata. Padahal kekayaan bukanlah tolak ukur kebahagiaan namun banyak orang berlomba-lomba mendapatkannya. Sehingga ibadahnya menjadi lalai atau terganggu oleh pemenuhan kehidupan. Maka, salah satu bentuk cinta kasih Allah SWT kepada hamba-Nya turunkan Qs. Al-Munafiqun ayat 9 yaitu:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تُلْهِكُمْ أَمْوَالِكُمْ وَلَا أَوْلَادِكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ الْخَاسِرُونَ

Artinya: *“Hai orang-orang beriman, janganlah hartamu dan anak-anakmu melalaikan kamu dari mengingat Allah. Barangsiapa yang berbuat demikian maka mereka itulah orang-orang yang merugi.”*

Dalam mengejar dunia, ketika mengalami kegagalan atau terlalu mementingkan hal duniawi maka kesehatan mentalnya akan terganggu oleh tingginya ambisi. Kesehatan mental yang terganggu dapat disebabkan oleh banyak hal yang dipikirkan dan diharapkan. Ketika harapan tidak sesuai kenyataan, jiwa manusia akan merasa tergoncang karena kekecewaan dan bisa mengakibatkan depresi.

Berbagai aspek kehidupan berubah seiring berkembangnya zaman baik dari ekonomi, kebudayaan, pendidikan, kebiasaan, dan lainnya semakin berkembang pesat. Tuntutan kehidupan menjadi semakin terasa dalam segala bidang seperti pendidikan, pekerjaan, dan relasi yang membuat seseorang rentan mengalami kesehatan mental naik turun. Tidak semua orang mampu mengikuti perkembangan zaman. Seseorang yang tidak bisa beradaptasi akan terganggu

kesehatan mentalnya begitu pula spiritualnya terlebih pada manusia yang lanjut usia. Semakin hari ketika manusia mengejar itu semua, semakin bertambahnya usia dan berkurang pula sisa hidup di dunia maka akan semakin penting kesehatan mental dan spiritual sebagai bekal persiapan kelak setelah kematian.

Oleh karena itu, menjadi lansia hanyalah soal waktu. Setiap manusia akan banyak yang berkesempatan menjadi lanjut usia. Hutapea, B. (2012) mengemukakan bahwa dalam kurun masa lanjut usia di Indonesia diperkirakan meningkat dari tahun 1990 hingga tahun 2025. Perkembangan fisik manusia bisa disebut tidak mengalami banyak perubahan ketika usia dewasa hingga sekitar 50 tahun. Baru setelah usia di atas 50 tahun mulai terjadi mulai mengalami yang penurunan secara mencolok hingga lanjut usia. Oleh karena itu, fase ini disebut sebagai masa regresi atau penurunan (Jalaludin, 2016).

Indrayani & Ronoatmodjo (2018) mengatakan hasil dari persentase Survei Ekonomi Nasional menunjukkan bahwa populasi lansia di Indonesia pada tahun 2012 adalah 7,56% dan UHH (Umur Harapan Hidup) di Indonesia meningkat menjadi 70,8% pada tahun 2015. Dalam hal ini perubahan kualitas hidup lansia seringkali mengalami penurunan. Baik penurunan fisiologi, emosional, dan sosial serta bisa juga spiritual. Penurunan fisik yang terjadi pada lansia seperti munculnya berbagai penyakit yang sebelumnya tidak terjadi misalnya asam urat, encok, diabetes, dan penyakit lainnya yang mengakibatkan timbulnya penurunan pada otot-otot dan persendian. Selain itu, pendengaran, penglihatan dan daya ingat juga seringkali menurun. Namun ini belum tentu menjadi suatu hal yang pasti terjadi dalam proses penuaan, melainkan hanya sebuah stereotip budaya yang kian menjadi-jadi jika dipercaya. Oleh karena itu, jika semasa remaja dan dewasanya individu mampu menerapkan pola hidup sehat seperti makan tepat waktu, olahraga teratur, dan tidur yang cukup serta aktivitas yang produktif bisa menunjang kualitas hidup di masa lansianya bisa berjalan dengan baik.

Penurunan fungsi fisik dan psikis pada lansia setiap orang akan memengaruhi penyesuaian sosial yang baik dan buruk. Hal ini karena ditandai dengan perubahan fisik dan psikis pada lansia yang akal dan emosinya sudah mulai kembali seperti anak kecil yang mudah sensitif serta berkurangnya keberfungsian

biologis seperti penglihatan sudah mulai redup, ingatan akan cepat lupa atau sudah mulai hilang, pendengaran berkurang, penyakit-penyakit jasmani mulai bermunculan dan banyak lagi hal-hal yang dirasakan oleh jasmani manusia.

Oleh karenanya, berbagai dukungan sosial sangat diperlukan untuk memotivasi lansia hidup dengan sehat baik fisik, mental, maupun spritualnya, seperti yang dilakukan oleh keluarga, tetangga, maupun ustadz di masyarakat yang memberikan siraman rohani, penyejuk bagi jiwa. Ustadz sering dianggap sebagai salah satu tokoh agama dalam kehidupan masyarakat. Ustadz merupakan seorang guru dalam bidang keagamaan yang memiliki profesi dalam membimbing umat untuk menjadi manusia yang berakhlak lagi taat. Biasanya para ustadz-ustadzah atau tokoh alim ulama sering mengadakan kajian baik di pedesaan maupun perkotaan, seperti ceramah, tausiah, kajian, dan hal lainnya yang bersangkutan dengan aktivitas keagamaan di masyarakat. Para ibu atau bapak jamaah kajian, sering dijumpai lebih didominasi oleh lansia yang usianya 40 tahun ke atas. Dengan demikian seorang ustadz bisa menjadi pembimbing bagi dalam meningkatkan kesehatan mental atau psikologis dan spiritualitas lansia.

Akan banyak manfaat yang bisa diberikan seorang ustadz sebagai pendakwah di masyarakat kepada lansia dalam membimbing agar emosional atau psikologis dan spiritual lansia lebih matang. Terkait kematangan emosional dan spiritual lansia tentu berbeda, hal ini tergantung dari seberapa konsisten atau istiqomah lansia tersebut menerapkan dan mengamalkan ilmu yang didapatnya dari kajian yang disampaikan ustadz sebagai pendakwah tersebut. Tidak hanya itu, manfaat dalam menghadiri kegiatan kajian rutin, mereka bisa saling berinteraksi dengan teman-teman sebaya/lansia lainnya. Hal ini akan memberikan pengaruh interaksi sosial baik yang bisa berdampak pada kesehatan mentalnya. Selain itu pula, lansia bisa belajar banyak hal dalam meningkatkan spritualnya seperti memperbaiki gerakan shalat, bacaan shalat, memperbanyak berdzikir, membaca al-qur'an, dan memahami makna puasa, sabar, ikhlas, syukur, khusyu, tawadhu, serta lainnya.

Mushola merupakan salah satu tempat ibadah umat muslim yang dapat digunakan untuk shalat, belajar Al-Qur'an atau tempat menuntut ilmu agama yang sering disebut majelis ilmu/taklim. Di desa Surawangi tepatnya di Blok Pon

terdapat suatu mushola bernama Raudhatussolihin. Di desa ini, sering mengadakan kajian rutin dilakukan setiap hari Minggu pagi pukul 08.00-10.00 WIB. Tujuannya agar jamaah termasuk yang lansia lebih mengenal lagi ilmu agama terutama untuk bekal di akhirat nanti. Karena nyatanya di daerah ini, sumber daya manusia yang ada kurang memadai dari segi pengetahuan terutama ilmu agama. Orang tua zaman dulu lebih sering mementingkan pekerjaan untuk menyambung hidupnya. Ada yang bermata pencaharian sebagai petani, pedagang, serabutan, dan lainnya. Sering pergi pagi pulang petang.

Hal ini membuat mereka lupa hakikat manusia diciptakan. Tidak hanya untuk bekerja dan menyambung hidup, akan tetapi untuk beribadah secara *hablumminallah* dan *hablumminannas*. Pengetahuan agama yang minim, membuat masyarakat mudah emosional. Ini karena mereka kurang mampu membentengi diri atau mengontrol diri dalam keadaan tertentu sehingga mudah sekali untuk bertengkar baik dengan orang-orang yang satu atap maupun dengan tetangga dekat.

Tujuan diadakannya kajian rutin ini adalah untuk syiar agama utamanya. Di mana sebagai sesama muslim harus mengajak pada kebaikan seperti menyampaikan nilai-nilai ajaran Islam untuk menjadi pedoman hidup sesuai Al-Qur'an dan hadis. Tidak hanya itu, kegiatan ini juga sebagai wadah dalam menuntut ilmu agama dan silaturahmi. Terlebih untuk ibu-ibu yang sudah lansia, ketika bertemu dengan teman sebayanya pasti senang apalagi dalam kegiatan positif dan juga bisa menjadi bekal ibadah untuk kehidupan setelah ini di akhirat.

Maka dari itu, sesuai dengan tujuan diadakannya kajian rutin, tentu akan berkaitan dengan dampak kajian rutin yang diikuti lansia pada kesehatan mental dan spiritualnya kesehatan mental dan spiritual lansia. Salah satu dampak yang dirasakan seorang lansia dari mengikuti kajian rutin ini ialah lebih menerima keadaan dirinya yang sudah tidak muda lagi dengan menginginkan hidupnya untuk lebih dekat dengan Sang Pencipta. Ini salah satu alasan ia rutin mengikuti kajian dan tidak lagi membuang-buang waktunya dengan sia-sia. Dalam hal ini, seorang ustadz atau tokoh agama yang dipercaya masyarakat mempunyai peran penting dalam membina umat termasuk dalam meningkatkan kesehatan mental

dan spiritual pada lansia. Pada penelitian ini, penulis tertarik ingin lebih meneliti peran ustadz dalam meningkatkan kesehatan mental dan spiritual terhadap lansia melalui kajian rutin di Mushola Raudhatussolihin Desa Surawangi Kec. Jatiwangi Kab. Majalengka.

## **B. Perumusan Masalah**

### 1. Identifikasi Masalah

Berikut merupakan identifikasi masalah dalam penelitian ini.

- a. Minimnya ilmu agama dan sumber daya manusia.
- b. Penurunan fungsi fisik dan psikis pada lansia dapat memengaruhi interaksi sosial.
- c. Kurangnya dukungan sosial dalam memotivasi kesehatan mental dan spritual lansia.

### 2. Pembatasan Masalah

Berdasarkan dari identifikasi masalah di atas, maka penelitian ini dapat dibatasi dengan beberapa pembatasan masalah yaitu:

- a. Pentingnya ilmu agama dalam kehidupan.
- b. Pentingnya kesehatan mental dan spiritual untuk meningkatkan kualitas hidup lansia.
- c. Dampak kajian rutin terhadap kesehatan mental dan spiritual pada lansia.

### 3. Pertanyaan Penelitian

Berikut adalah tiga pertanyaan dalam penelitian penulis yaitu:

- a. Bagaimana bentuk kegiatan pada kajian rutin di Mushola Raudhatussolihin?
- b. Bagaimana peran ustadz dalam meningkatkan kesehatan mental lansia dalam kajian rutin di Mushola Raudhatussolihin?
- c. Bagaimana peran ustadz dalam meningkatkan spiritual lansia dalam kajian rutin di Mushola Raudhatussolihin?

### **C. Tujuan Penelitian**

Dalam penelitian ini tentu mempunyai tujuan yang hendak dicapai untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan di atas, yakni sebagai berikut.

1. Memahami bentuk kegiatan dalam kajian rutin di Mushola Raudhatussolihin.
2. Memahami peran ustadz dalam meningkatkan kesehatan mental lansia dalam kajian rutin di Mushola Raudhatussolihin.
3. Memahami peran ustadz meningkatkan spiritual lansia dalam kajian rutin di Mushola Raudhatussolihin.

### **D. Kegunaan Penelitian**

Dalam setiap penelitian yang dilakukan tentu memiliki kegunaan atau manfaat. Dari penelitian ini akan memunculkan beberapa kegunaan dalam beberapa pihak atau bidang, antara lain:

1. Manfaat Teoritis  
Penelitian ini diharapkan dapat menjadi kontribusi untuk pengembangan pengetahuan terutama dalam meningkatkan kesehatan mental dan spiritual lansia.
2. Kegunaan Praktis
  - a. Bagi Penulis  
Harapan bagi penulis bisa menjadi salah satu pengalaman berharga yang dapat membuka pemikiran dan wawasan pengetahuan mengenai peningkatan kesehatan mental dan spiritual.
  - b. Bagi Mahasiswa BKI  
Diharapkan dapat memberikan informasi penting dalam melakukan penelitian karena akan diimplementasikan dalam kehidupan bermasyarakat.
  - c. Bagi Masyarakat  
Diharapkan menambah wawasan dan menjadi diskusi masyarakat Desa Surawangi terutama tokoh masyarakat dan tokoh agama.

d. Bagi Ustadz

Diharapkan dapat memberikan suatu gambaran penting mengenai memahami keadaan jamaah lansia agar pesan kajian tersampaikan.

## E. Kerangka Teori

### 1. Peran Ustadz dalam Kajian Rutin

Kata ustadz merujuk pada banyak istilah yang terkait dengan orang yang memiliki kemampuan ilmu agama yang mumpuni dan memiliki sikap dan sifat yang baik. Orang yang disebut ustadz antara lain: da'i, mubaligh, penceramah, guru Quran, guru madrasah diniyah, guru ngaji kitab di pesantren, pengasuh/pimpinan pesantren (biasanya pesantren modern). Ustadz merupakan sebuah profesi yang memiliki kemampuan untuk mendidik, membimbing, mengarahkan, dan mengayomi peserta didik atau masyarakat setempat.

Masyarakat Indonesia umumnya yang beragama Islam, terutama yang ada di daerah pedesaan yang sangat kental dengan nilai-nilai agamanya, sangat membutuhkan figur atau seorang pemimpin rohaniyah. Dalam artian bahwa ustadz memiliki peran dalam berbagai kegiatan keagamaan, seperti shalat berjamaah di mesjid, syukuran, ceramah agama yang di dalamnya memuat nasehat-nasehat agama, khitanan dan lain sebagainya merupakan hal yang mengisi atau memberikan makna ataupun manfaat bagi masyarakat itu sendiri. Sehingga, untuk mengisi berbagai kegiatan agama di atas masyarakat membutuhkan pemimpin agama sebagai wadah untuk meminta nasihat, meminta pertimbangan dalam memutuskan segala sesuatu, dalam hal ini peran kiai diperlukan sebagai sosok pemimpin. Secara tidak langsung, ustadz merupakan guru sekaligus dokter rohaninya masyarakat.

Kajian berasal dari kata Kaji yang berarti penyelidikan tentang sesuatu. Apabila seseorang mengkaji sesuatu berarti seseorang tersebut belajar atau mempelajari, memeriksa, menyelidiki akan suatu hal yang akan menghasilkan suatu Kajian. Proses yang dilakukan saat mengkaji sesuatu adalah disebut sebagai Pengkajian. Dapat disimpulkan bahwa

peran ustadz dalam kajian rutin adalah sebagai proses pembelajaran di dalamnya mengarah kepada pembentukan akhlak mulia dan meningkatkan ibadahnya kepada Sang Pencipta.

## 2. Lansia

Lansia merupakan persamaan kata dari lanjut usia. Lansia pada umumnya dikatakan bahwa individu yang berusia 60 tahun lebih, baik itu laki-laki atau perempuan yang masih giat dalam kesibukan pekerjaan maupun yang sudah tidak kuat dan tidak berdaya lagi. Setiap manusia berkemungkinan besar mengalami masa tua. Hal ini karena salah satu fase dalam kehidupan manusia yang tidak dapat dihindari oleh apapun. Seiring berganti waktu, yang muda akan berkembang dan tumbuh menjadi tua. Siklus terakhir dalam kehidupan manusia yaitu menjadi lansia. Di fase ini individu banyak mengalami berbagai perubahan seperti perubahan pada fisik, mental dan penurunan dalam bermacam fungsi termasuk pada keahlian yang dimiliki. Selain memudarnya keberfungsian fisik, lansia perlahan kehilangan kedudukan diri dan peran sosial yang telah dicapainya.

Pembagian umur pada usia lanjut menurut WHO (World Health Organization), yaitu:

- a. Middle age (usia pertengahan): 45-59 tahun
- b. Elderly (usia lanjut): 60-74 tahun
- c. Old (tua): 75-90 tahun
- d. Very old (sangat tua): 90 tahun ke atas (Nugroho, dalam Ariyani, A. M, 2013)

Termaktub dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 13 Tahun 1998 menerangkan bahwa lansia ialah mereka yang sudah menginjak 60 tahun lebih. Menurut Hamka dalam Sanjaya & Rusdi (2012), lansia pada umumnya akan mengalami kemunduran dalam interaksi sosial sehingga lansia akan kesulitan dalam bersosialisasi. Maka lansia membutuhkan kesejahteraan social yang mana hal ini diatur dalam Undang-Undang No. 13 Tahun 1998 pasal 8 yang menyatakan bahwa peningkatan kesejahteraan

social lanjut usia adalah tanggung jawab pemerintah, masyarakat, dan keluarga.

### 3. Kesehatan Mental

Kesehatan mental disebut juga dengan kesehatan jiwa. Kesehatan jiwa adalah keselarasan hidup yang muncul antara fungsi jiwa, kemampuan menghadapi masalah, kemampuan merasakan kebahagiaan, dan efikasi diri yang positif (Daradjat 1988 dalam Fakhriyani, 2017). Selain itu ditegaskan bahwa kesehatan jiwa adalah keadaan dimana individu terhindar dari gejala gangguan jiwa (neurosis) dan gejala penyakit jiwa (Rosmalina, 2020). Kesehatan Jiwa dalam Buku Mental Hygiene mengacu pada beberapa hal. Bagaimana individu melihat dirinya dan orang lain serta bagaimana individu mengevaluasi berbagai alternatif solusi dan perspektif tentang bagaimana dirinya membuat keputusan untuk situasi tertentu (Yusuf 2011 dalam Fakhriyani, 2017).

Kesehatan mental mengacu pada semua aspek perkembangan fisik dan psikologis seseorang, termasuk upaya untuk mengatasi stres, ketidakmampuan untuk beradaptasi, hubungan dengan orang lain, dan pengambilan keputusan. Menurut Yusuf (Fakhriyani 2017), kesehatan mental terdiri dari beberapa aspek pribadi yaitu fisik, psikis, sosial, dan moral-religius dengan beberapa indikator sesuai dengan bidang aspeknya. Indikator kesehatan mental dari aspek fisik ialah memiliki perkembangan normal, berfungsi dalam melakukan tugas-tugas, dan sehat atau tidak sakit-sakitan. Dalam aspek psikis memiliki indikator di antaranya: respek terhadap diri sendiri dan orang lain, mempunyai rasa humor, memiliki respon emosi yang wajar, mampu berpikir secara nyata dan objektif, tidak ada gangguan psikologis, memiliki kreativitas dan inovatif, terbuka dan fleksibel, serta mempunyai perasaan yang bebas dalam memilih, mengeluarkan pendapat, dan bertindak.

Adapun dari aspek sosial indikatornya yaitu mempunyai rasa empati dan kasih sayang terhadap orang lain, mampu menjalin hubungan baik dengan orang lain secara sehat, dan memiliki rasa toleransi. Kemudian

pada aspek moral-religius mempunyai indikator yang terdiri dari: beriman kepada Allah, termasuk taat dalam mengamalkan ajaran Allah, serta jujur dan amanah (bertanggung jawab), ikhlas ketika beramal.

Kesehatan mental setiap orang berbeda dan perkembangannya dinamis. Pada dasarnya manusia selalu dihadapkan pada situasi yang menuntut untuk diselesaikan dengan berbagai alternatif pemecahannya karena sejumlah orang sering mengalami masalah kesehatan mental di beberapa titik dalam hidup mereka. Dalam beberapa aspek tersebut untuk dikatakan seseorang memiliki kesehatan mental yang baik yaitu aspek-aspek tersebut harus seimbang dan berjalan selaras menuju kesejahteraan mental individu.

#### 4. Spiritual

Spiritualitas berarti mempercayai hal-hal di luar diri individu, seperti tradisi dan agama. Selain dengan Tuhan, iman berkaitan erat dengan individu, orang lain, dan dunia pada umumnya. Spiritualitas juga seringkali dihubungkan dengan pencarian identitas dan makna hidup. Zellar & Perrew (Putra, 2020) mengungkapkan, spiritual merupakan konsep berupa keyakinan dan nilai-nilai. Spiritual ini mempunyai hubungan erat dengan agama. Di mana agama menurut Howard (Putra, 2020) berpendapat bahwa agama merupakan sistem dogma dan sanksi dengan membutuhkan iman tanpa mempertanyakan banyak hal. Makna spiritual dan agama ini sangat bertumpang tindih. Spiritual itu seperti roh dalam jiwa seseorang terhadap sesuatu yang diyakininya. Hal ini senada dengan Al-Ghazali yang mengemukakan roh itu ialah elemen dari spiritual yang harus dijaga dan dibersihkan karena amat penting unsur ini dalam kesehatan (Fitriani, 2017). Adapun indikator dari spiritual ada 4 (empat) yaitu hubungan dengan diri sendiri, hubungan dengan alam, hubungan diri sendiri dengan orang lain, dan hubungan diri sendiri dengan tuhan yaitu dalam Islam adalah Allah SWT (Fitriani, 2017).

Bimbingan rohani disebut juga sebagai bimbingan spiritual. Bimbingan rohani atau spiritual bagi para lanjut usia merupakan salah satu

upaya terpenting untuk memenuhi kebutuhan rohani mereka di hari-hari terakhir kehidupan. Diharapkan bimbingan rohani dapat mengantarkan lansia pada kesejahteraan yang tenang dan nyaman, sehingga lebih bermakna di akhir hayat (Kamaliyah, 2019).

Menurut Arifin (Sari & Arsyad, 2016) pengajaran spiritual Islam membantu memperkuat iman dan takwa. Iman dan takwa membebaskan manusia dari segala bentuk penyakit jiwa, dan setiap masalah yang mereka hadapi dipandang oleh mereka sebagai ujian yang memiliki hikmah di dalamnya karena hidupnya dipenuhi dengan kesadaran dan harapan. Karena seseorang percaya bahwa ujian akan menghubungkannya dengan Allah dan akan selalu mendekatkannya dengan pertolongan Allah.

#### **F. Signifikansi Penelitian**

Signifikansi penelitian ini diharapkan dapat menjadi kontribusi dalam pengembangan peran ustadz dalam meningkatkan kesehatan mental dan spiritual bagi masyarakat di lingkungannya, khususnya lansia di sekitar desa Surawangi sebagai tempat membina diri agar memiliki kualitas hidup di masa lansia dengan baik. Dalam hal ini, diharapkan bisa memberikan gambaran dan masukan terkait kriteria ustadz sebagai pendakwah atau penceramah yang baik, mampu memahami karakter atau perubahan fisik lansia atau jamaah lainnya dan mampu menjadi tauladan bagi para lansia khususnya agar memiliki kesehatan mental yang baik dan spiritual yang matang.

#### **G. Penelitian Terdahulu**

Dengan adanya penelitian terdahulu dapat dijadikan sebagai salah satu bahan rujukan penulis dalam melakukan penelitian, dengan begitu dapat memperkaya teori untuk mengkaji penelitian ini. Penulis menemukan beberapa penelitian dengan judul serupa. Di bawah ini adalah temuan beberapa judul terkait dengan studi yang diulas penulis.

**Tabel 1.1**  
**Penelitian Terdahulu**

Nama Penulis	Judul Penelitian	Hasil Penelitian
Noor Janah (2015)	“Bimbingan Konseling Keagamaan Bagi Kesehatan Mental Lansia”	Kemunduran peran pada lansia, terlepas dari semua tuntutan pekerjaan lansia yang sudah menurun, Penyerahan diri kepada Allah SWT melalui dzikir dalam mengatasi segala permasalahan dan melakukan kegiatan sosial yang tidak mengikat memerlukan bimbingan bimbingan konseling keagamaan. Oleh karena itu, hasil dari penelitian ini bahwa Konseling keagamaan bagi lansia bertujuan untuk membantu lansia menerima dirinya dalam kondisi fisik, psikis dan sosialnya, merasakan energi fisik yang menjadi motif dalam melakukan aktivitas positif sehingga merasakan kenikmatan dan menimbulkan kebahagiaan dunia dan akhirat, merasa tenang sebab terlepas dari beban pikiran serta merasakan kenyamanan di lingkungan.
<p>Persamaannya:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dalam penelitian Noor Jannah dan penulis sama-sama mempunyai subjek yaitu lansia.</li> <li>2. Salah satu variable penelitian Noor Jannah sama dengan variable dalam</li> </ol>		

<p>penelitian penulis yaitu tentang kesehatan mental lansia.</p> <p>Perbedaannya:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penelitian yang dilakukan oleh Noor Janah berjudul “Bimbingan Konseling Keagamaan Bagi Kesehatan Mental Lansia”. Sedangkan penelitian yang dilakukan penulis berjudul Peran Ustadz Dalam Meningkatkan Kesehatan Mental dan Spiritual Lansia Melalui Kajian Rutin di Mushola Raudhatussolihin Desa Surawangi Kec. Jatiwangi Kab. Majalengka.</li> <li>2. Metode yang digunakan pada penelitian Noor Jannah ini menggunakan pendekatan kualitatif studi kasus sedangkan dalam penelitian ini menggunakan kualitatif deskriptif.</li> <li>1. Penelitian yang dilakukan Noor Janah lebih membahas tentang kesehatan mental pada lansia, sedangkan dalam penelitian penulis pada kesehatan mental dan spiritual lansia.</li> <li>2. Penelitian yang dilakukan Noor Janah merupakan penelitian umum. Sedangkan penelitian yang dilakukan penulis fokus pada peran ustadz dalam memberikan bimbingan pada lansia melalui kajian rutin untuk meningkatkan kesehatan mental dan spiritual lansia.</li> </ol>		
<p>Nur Ilmi dan Eny Sutria (2018)</p>	<p>“Problem Depresi Lansia Dan Solusi Dengan Terapi Spritual (Literature review: Problem Depression of erderly and the solution with spiritual therapy).”</p>	<p>Lansia yang berada di Panti Sosial Tresna Werdha Gauma Baji, Kabupaten Gowa, kurang lebih 20 dari 38 orang menderita depresi. Faktornya karena lansia tersebut kurang mempunyai harapan, kurangnya makna dan tujuan hidup yang jelas, kurangnya kedamaian dan ketenangan karena ketidakmampuan untuk memaafkan diri sendiri sehingga timbul kemarahan, dan lain-lain. Sehingga dilakukan pemberian terapi spiritual secara umum dalam upaya penanganan untuk mengurangi tingkat depresi lansia tersebut dengan tujuan mendorong lansia agar semangat bergerak</p>

		menjalani hari-hari akhir untuk mencapai ketenangan.
<p>Persamaannya:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Subjek dari penelitian Nur Ilmi dan Eny Sutria sama dengan subjek penelitian penulis, yaitu lansia.</li> <li>2. Persamaan penelitian Nur Ilmi dan Eny Sutria dengan penelitian penulis terdapat variable spiritual.</li> </ol> <p>Perbedaannya:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penelitian yang dilakukan Nur Ilmi dan Eny Sutria berjudul “Problem Depresi Lansia Dan Solusi Dengan Terapi Spritual (Literature review: Problem Depression of erderly and the solution with spiritual therapy)”. Sedangkan penelitian yang dilakukan penulis berjudul Peran Ustadz dalam Meningkatkan Kesehatan Mental dan Spiritual pada Lansia Kajian Rutin di Mushola Raudhatussholihin Desa Surawangi Kec. Jatiwangi Kab. Majalengka.</li> <li>2. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Nur Ilmi, Eny Sturiat merupakan literatur review yaitu studi kasus di Lembaga Sosial Tresna Werdha Gau Mabaji, Gowa dari tanggal 3-9 Desember 2017 dengan metode yang digunakan dalam penulisan tersebut adalah literature review. Pencarian dilakukan, antara lain, pada database Sience Direct dan Google Scholar yang diterbitkan antara tahun 2011 dan 2017. Sedangkan yang dilakukan penulis dalam penelitiannya focus gambaran dari peran ustadz dalam meningkatkan kesehatan mental dan spiritual pada lansia melalui kajian rutin di Mushola Raudhatussholihin Desa Surawangi Kec. Jatiwangi Kab. Majalengka.</li> <li>3. Penelitian Nur Ilmi, Eny Sturiat merupakan penelitian dengan metode kuantitatif dari lima literature review sedangkan penulis dalam penelitiannya menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan 6 informan/partisipan.</li> </ol>		
Robbiana Saputra (2015)	“Pengaruh Intensitas Mengikuti Bimbingan Agama Islam Terhadap Kesehatan Mental Para Lanjut Usia Di Panti Wredha Harapan Ibu Semarang.”	Hasilnya tidak ada pengaruh kekuatan pengajaran agama Islam terhadap kesehatan mental orang dewasa yang lebih tua.
<p>Persamaannya:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lansia menjadi subjek yang digunakan Robbiana Saputra dan penulis dalam penelitian.</li> <li>2. Kesehatan mental menjadi variable yang relevan antara penelitian yang dilakukan Robbiana Saputra dan penelitian penulis.</li> </ol> <p>Perbedaannya:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penelitian yang dilakukan Robbiana Saputra berjudul “Pengaruh Intensitas Mengikuti Bimbingan Agama Islam Terhadap Kesehatan Mental Para Lanjut Usia Di Panti Wredha Harapan Ibu Semarang”.</li> </ol>		

Sedangkan peneliti yang dilakukan penulis berjudul Peran Ustadz Dalam Meningkatkan Kesehatan Mental dan Spiritual Lansia Kajian Rutin di Mushola Raudhatussolihin Desa Surawangi Kec. Jatiwangi Kab. Majalengka.

2. Penelitian yang dilakukan Robbiana Saputra menggunakan metode kuantitatif sedangkan penelitian yang diteliti penulis menggunakan metode kualitatif.
3. Penelitian yang dilakukan Robbiana Saputra semua lansia yang berada di panti Wredha Harapan Ibu Semarang berjumlah 38 orang dengan kriteria sebagai berikut: (1) lansia beragama Islam dan mendapatkan bimbingan agama Islam (2) lansia yang bisa diajak berkomunikasi (3) lansia yang sehat rohani. Data penelitian diukur menggunakan skala psikologi yang terdiri dari skala kesehatan mental/jiwa dan intensitas bimbingan agama Islam. Metode analisis dalam penelitiannya dengan menggunakan teknik regresi sederhana yang memanfaatkan program SPSS 16.00. Sedangkan penelitian yang dilakukan penulis melalui wawancara pada 2 ustadz dan 4 lansia jamaah kajian pengisi siraman rohani.

Beberapa penelitian terdahulu di atas, dapat memberikan kontribusi pada penelitian ini yaitu, dari penelitian Noor Jannah (2015) memberikan gambaran bahwa pemberian bimbingan keagamaan dapat menurunkan permasalahan pada lansia. Lalu penelitian yang dilakukan Nur Ilmi dan Eny Sutria (2018) memberikan gambaran mengenai permasalahan yang sering dirasakan atau dialami lansia serta dari penelitian Robbiana Saputra (2015) memberikan gambaran tentang kriteria lansia yang dapat diberikan bimbingan keagamaan mengenai kesehatan mental.

#### **H. Sistematika Penulisan**

Sistematika penulisan ini disusun dalam beberapa bagian untuk memudahkan pembaca memahami isi dari penelitian ini yaitu:

Bagian pertama, menjelaskan dan menguraikan masalah yang terdapat pada latar belakang masalah. Dalam latar belakang masalah berisi mengenai manusia diciptakan, perubahan fisik lansia, faktor yang memengaruhi kesehatan mental dan spiritual lansia, serta peran ustadz dalam meningkatkan kesehatan mental dan spiritual lansia melalui kajian rutin. Lalu penulis merumuskan masalah dengan mengidentifikasi, membatasi masalah, membuat pertanyaan serta tujuan penelitian dari pertanyaan masalah serta manfaat/kegunaan penelitian. Kemudian signifikansi penelitian dan penelitian

terdahulu, yang mendukung dengan teori yang peneliti gunakan serta manfaat pengembangan dari hasil penelitian untuk beberapa pihak yang bersangkutan.

Bagian kedua, memaparkan tentang konsep atau teori-teori yang digunakan dalam penelitian ini. Pada penelitian ini teori yang menjadi bahasan yaitu peran ustadz dalam kajian rutin, kesehatan mental, spiritual, dan lansia. Bagian ketiga, berisi tentang profil lembaga atau gambaran umum daerah yang menjadi pusat penelitian. Bagian keempat, memaparkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan yaitu peran ustadz dalam meningkatkan kesehatan mental dan spiritual pada lansia melalui kajian rutin di Mushola Raudhatussolihin. Bagian kelima atau terakhir yaitu penutup yang berisi kesimpulan yang ditarik dari hasil penelitian dan saran sebagai bahan evaluasi untuk penelitian selanjutnya. Kemudian dicantumkan pula daftar pustaka sebagai sumber referensi yang mendukung serta lampiran-lampiran lainnya.

#### I. Jadwal Waktu Penelitian

Adapun yang menjadi rencana waktu penelitian untuk meneliti dan menyusun hasil penelitian penulis sehingga dapat mengatur waktu dengan baik, maka dibutuhkan perencanaan waktu untuk menyelesaikan penelitian ini yaitu sebagai berikut.

**Table 1.2**  
**Jadwal Waktu Penelitian**

No	Kegiatan	Desember	Januari	Februari	Maret
1.	Mengurus Surat Izin Penelitian	√			
2.	Membuat Pertanyaan Wawancara		√		
3.	Melakukan Wawancara dan Mengumpulkan Data		√	√	
4.	Menganalisis Data			√	√
5.	Menyusun Hasil Penelitian/Skripsi				√

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Peran Ustadz dalam Berdakwah**

##### **1. Definisi Peran Ustadz dalam Berdakwah**

Peran adalah perilaku seseorang yang memegang atau memimpin suatu hal dalam kegiatan yang diemban, ditugaskan atau diamanahkan. *Ustazun* adalah asal kata dari ustadz yang artinya guru besar. Jadi kata ustad sering digunakan untuk guru professional. Hal ini memiliki makna bahwa guru besar dituntut untuk professional dalam menjalankan tugas yang diamanahkan kepadanya. Ciri professional dapat dilihat ketika seseorang memiliki dedikasi tinggi, bersikap komitmen, dan selalu berusaha memperbaiki serta memperbaharui strategi dalam menjalankan tugasnya sesuai perkembangan zaman yang tetap dilandasi Al-Qur'an dan hadis (Ad-Dzaki, 2006).

Peran atau sesuatu peranan yang menjadi bagian penting dari kepemimpinan, terutama dalam suatu hal atau keadaan tertentu. Peran yaitu seperangkat perilaku yang disesuaikan dengan posisi dan kemampuan seseorang serta serangkaian tingkah laku yang diharapkan dari seseorang dalam menduduki posisi tertentu dalam masyarakat. Di sini salah satu peran ustadz dalam kajian rutin adalah sebagai tenaga profesional. Ustadz bisa dikatakan sebagai seorang guru rohani yang tugasnya membimbing, membina, dan mendidik seseorang atau suatu kelompok di masyarakat atau umat dalam memberikan pemahaman dan meningkatkan kualitas rohani dengan melakukan aktivitas ibadah dalam kehidupan sehari-hari.

Kajian merupakan aktivitas yang dilakukan oleh seseorang yang professional dan mumpuni di bidangnya pada audien atau peserta yang mengikuti suatu kajian untuk membahas suatu hal penting. Terselenggaranya suatu kajian didasarkan pada aktivitas mengajak atau menyeru manusia dalam ruang lingkup pembelajaran, terutama

pembelajaran Islam. Kajian berhubungan erat dengan dakwah yang memiliki arti ajakan, panggilan, atau seruan. Menurut Prof Toha Yahya Oemar (Saputra, 2011) mengatakan dakwah Islam merupakan upaya dalam mengajak manusia kepada jalan yang benar sesuai dengan perintah Allah secara bijaksana untuk kemaslahatan di dunia dan akhirat.

Sedangkan orang yang berdakwah disebut dengan da'i dan orang yang didakwahi disebut mad'u. Maka ustadz sebagai orang yang memberikan dakwah dapat dikatakan seorang da'i dan jamaah yang menerima dakwah memiliki sebutan sebagai mad'u. Kegiatan mengajak, memanggil, menyeru kepada jalan yang Allah ridhai adalah dakwah. Ustadz yang profesional dalam berdakwah adalah seorang ustadz yang tahu dan paham secara mendalam terhadap apa yang perlu dilakukan untuk menyampaikan pesan agama kepada jamaahnya yang memiliki karakteristik berbeda di setiap tempat, cakap dalam menjelaskan materi yang disampaikannya, juga memiliki kepribadian yang mantap. Dari penjelasan tersebut, dapat penulis pahami bahwa peran ustadz dalam berdakwah adalah membimbing, membina, dan mengajak jamaahnya agar menjadi manusia yang memiliki nilai-nilai keagamaan dan akhlak mulia secara profesional yang berlandaskan al-qur'an dan hadis agar mendapat ridho Allah SWT.

## 2. Jenis-Jenis Metode Dakwah

Sebelum membahas mengenai jenis-jenis metode dalam berdakwah, alangkah baiknya mengetahui lebih dulu pengertian dari metode dakwah itu sendiri. Metode dari segi bahasa berasal dari dua kata yakni, "*meta*" artinya melalui dan "*hodos*" artinya jalan atau cara. Maka dapat dipahami bahwa metode merupakan suatu jalan atau cara yang harus ditempuh untuk tercapainya tujuan tertentu. Kemudian dakwah menurut Syaikh Ali Makhfudz (Saputra, 2011) pendapatnya mengenai dakwah ialah mengajak manusia untuk berbuat baik dan meninggalkan perbuatan buruk agar memperoleh kebahagiaan baik di dunia maupun di akhirat.

Maka dari pemaparan di atas dapat dipahami bahwa suatu jalan atau cara-cara (komunikasi) yang dapat dilakukan ustadz sebagai seorang da'i (komunikator) kepada jamaahnya (mad'u sebagai komunikan) dalam mencapai tujuan dakwah dengan dasar hikmah dan kasih sayang.

Jenis-jenis metode dalam dakwah terangkum dalam QS. An-Nahl ayat 125 sebagai berikut.

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحِكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَدِّ لَهُمْ يَأْتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ

Artinya: “Serulah (manusia) kepada jalan Tuhan-mu dengan hikmah dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu Dialah yang lebih mengetahui tentang siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk.”

Ayat tersebut menjelaskan bahwa metode dakwah ada tiga yaitu:

a. Bi al-Hikmah

Dalam Al-Quran hikmah disebutkan sebanyak 20 kali. Hikmah hal utama yang perlu ada dalam diri seorang ustadz sebagai da'i dalam berdakwah. Dalam konteks dakwah, hikmah bukan hanya sebuah pendekatan satu metode, atan tetapi beberapa pendekatan yang multi dalam sebuah metode. Dalam ruang dakwah, hikmah bukan hanya mengenal starata mad'u akan tetapi juga bila harus diam, bila harus bicara. Hikmah merupakan sesuatu makna yang diketahui dari setiap sesuatu secara rahasia. Hal ini senada dengan pendapat M. Abduh (Saputra, 2011) yang berpendapat bahwa mengetahui rahasia dan makna dari segala sesuatu. Hikmah diartikan sebagai ucapan yang sedikit namun memiliki banyak arti.

Bekal da'i menuju sukses salah satunya ialah hikmah. Allah memberikan karunia kepada orang yang mendapatkan hikmah akan berpengaruh kepada para mad'unya, sehingga dapat termotivasi dalam memperbaiki diri dan mengamalkan pesan dari da'i. Hikmah tidak selamanya dapat diraih oleh semua orang, karena Allah hanya

memberikannya kepada orang yang berhak menerimanya. Barangsiapa mendapatkannya, maka dia mendapat hadiah yang besar dari Tuhan. Seperti menurut Jalaluddin Rakhmat dengan cara itu, da'i bisa memilih dan memilah mana yang tidak perlu dan perlu disampaikan kepada masyarakat. Tujuannya jelas, yaitu agar ajaran Islam dan kebenaran yang terkandung di dalamnya dapat dengan mudah dipahami oleh orang lain (Maullasari, 2019).

b. Maudza al-Hasanah

Secara etimologi, maudza al-hasanah terdiri dari dua kata: maudza dan hasanah. Maudza berasal dari kata wa'adza-yaidzu-wa'dzan-'idzatan memiliki arti nasihat, bimbingan, pendidik, dan peringatan. Sedangkan hasanah artinya kebaikan. Dalam Saputra (2011) Abdul Hamid al-Billaili, mauidzah hasanah adalah metode dakwah untuk mengajak ke jalan Allah dengan memberikan nasehat atau petunjuk secara halus agar mau berbuat kebaikan.

Mau'izhah hasanah dapat diartikan sebagai ungkapan yang mengandung unsur tuntunan, pendidikan, pengajaran, cerita, kabar baik, peringatan, pesan positif (wasiat), dan dapat digunakan sebagai pedoman dalam hidup untuk mendapatkan perdamaian dunia dan akhirat. Bahasa dalam dakwah dengan al-mau'izhah al-hasanah, merupakan metode yang paling umum digunakan. Dengan demikian, bahasa memiliki peran yang sangat penting dalam mengendalikan perilaku manusia. Mau'idzah hasanah adalah ajakan atau sosialisasi nilai-nilai agama dengan pendekatan komunikasi verbal melalui tuturan seperti pengajian, ceramah atau pidato. Di dalam hal ini, komunikator mengarah pada pemberian fakta-fakta yang jelas tentang kebenaran Islam, kemudian direfleksikan pada maknanya substansial dan spiritual. Artinya, mad'u ingin meningkatkan kualitas religius mereka.

Hal ini senada dengan yang dikemukakan oleh Jalaluddin Rakhmat bahwa panggilan dan ucapan baik yang disampaikan da'i

memiliki potensi untuk membangkitkan semangat kebaikan yang melekat di dalam mad'u. Dakwah Islam harus ditujukan pada kebangkitan potensi-potensi baik yang ada dalam diri manusia, dan mengurangi potensi yang buruk (Maullasari, 2019). Dapat ditarik kesimpulan bahwa mauidza hasanah artinya perkataan yang masuk ke dalam hati dengan penuh kasih sayang dan kelembutan.

c. Al-Mujadalah

Menurut etimologi kata mujadalah diambil dari kata "*jadala*" yang bermakna melilit atau memutar. Jika alif ditambahkan pada huruf *jim* yang mengiringi *wazan faa ala*, "*jaa dala*" bisa berarti debat, dan "*mujadalah*" artinya perdebatan. Kata "*jadala*" dapat bermakna menarik tali dan mengikatnya guna menguatkan sesuatu. Orang yang berdebat seperti menarik dengan kata-kata untuk meyakinkan lawan mereka dengan memperkuat pendapat mereka melalui argumen yang disajikan. Dari segi istilah, ada beberapa pengertian al-Mujadalah. Al-Mujalah (*al-Hiwar*) berarti upaya pertukaran pendapat yang dilakukan oleh dua pihak secara sinergis, tanpa ada suasana yang mensyaratkan lahirnya permusuhan diantara keduanya. Sedangkan menurut Dr. Sayyid Muhammad Thantawi adalah upaya yang bertujuan untuk mengalahkan pendapat lawan dengan menghadirkan argumentasi dan bukti yang kuat (Saputra, 2011).

Menurut tafsir an-Nasafi (Saputra, 2011), kata ini berarti: berdebat dengan baik, yaitu dengan cara terbaik dalam mujlah, antara lain dengan kata-kata yang halus, lembut, tidak dengan kata-kata kasar atau dengan menggunakan sesuatu (ucapan) yang dapat menggugah hati, membangkitkan jiwa dan menerangi akal, ini adalah penolakan bagi orang yang enggan berdebat dalam agama. Pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa, al-Mujadalah adalah pertukaran pendapat yang dilakukan oleh dua pihak secara sinergis, yang tidak melahirkan permusuhan dengan tujuan agar lawan

menerima pendapat yang dikemukakan dengan memberikan argumentasi dan bukti yang kuat. Antara satu sama lain saling menghormati dan menghargai pendapat keduanya berpegang pada kebenaran, mengakui kebenaran pihak lain dan ikhlas menerima hukuman kebenaran.

### 3. Karakteristik Da'i (Ustadz)

Seseorang yang berdakwah dalam kajian atau ceramah memiliki pengetahuan yang luas tentang ajaran Islam seperti ilmu fiqih, akhlak, dan tauhid. Seorang guru terutama guru rohani seperti ustadz sebagai da'i yang tugasnya mengajak manusia ke jalan Allah dengan cara yang sesuai Al-Qur'an dan hadis perlu keikhlasan yang tertanam dalam kepribadiannya dalam menjalan amanah berdakwah di masyarakat. Da'i adalah setiap muslim yang mukallaf yang memiliki kewajiban berdakwah. Karenanya, da'i merupakan orang yang melakukan dakwah atau dapat diartikan sebagai orang yang menyampaikan pesan-pesan dakwah kepada orang lain (mad'u). Dalam artian luas, setiap muslim pada dasarnya adalah da'i karena setiap muslim mempunyai kewajiban untuk menyampaikan ajaran Islam kepada seluruh umat manusia (Saputra, 2011). Akan tetapi, Al-Qur'an menunjukkan bahwa dakwah dapat dilakukan oleh umat Islam yang memiliki keterampilan dalam dakwah sebagaimana termaktub dalam firman Allah QS. At-Taubah ayat 122.

وَمَا كَانَ الْمُؤْمِنُونَ لِيَنْفِرُوا كَآفَّةً فَلَوْلَا نَفَرَ مِنْ كُلِّ فِرْقَةٍ مِّنْهُمْ طَائِفَةٌ لِّيَتَفَقَّهُوا فِي الدِّينِ وَلِيُنذِرُوا قَوْمَهُمْ إِذَا رَجَعُوا إِلَيْهِمْ لَعَلَّهُمْ يَحْذَرُونَ

Artinya: “Tidak sepatutnya bagi mukminin itu pergi semuanya (ke medan perang). Mengapa tidak pergi dari tiap-tiap golongan di antara mereka beberapa orang untuk memperdalam pengetahuan mereka tentang agama dan untuk memberi peringatan kepada kaumnya apabila mereka telah kembali kepadanya, supaya mereka itu dapat menjaga dirinya.”

Setiap muslim yang ingin menyampaikan dakwah, khususnya ustadz sebagai mubaligh atau da'i harus memiliki kepribadian yang baik

untuk menunjang keberhasilan dakwah, baik kepribadian yang bersifat spiritual (psikologis) maupun kepribadian yang bersifat fisik (jasmani). Sosok da'i yang berkepribadian sangat tinggi dan tidak pernah kering untuk ditelaah dan diteladani merupakan kepribadian Nabi Muhammad SAW sebagaimana tertuang dalam Al-Qur'an Surat Al-Ahzab ayat 21.

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ  
اللَّهَ كَثِيرًا

Artinya: “*Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri teladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan dia banyak menyebut Allah.*”

Saputra (2011), menyatakan beberapa karakteristik yang perlu dimiliki oleh seorang da'i.

#### a. Lemah Lembut, Toleransi, dan Santun

Seorang dai wajib mengikuti jejak dan tuntunan Rasulullah SAW dan sunnah. Beliau selalu mengedepankan cara-cara yang lembut dan menolak kekerasan, dengan cara rahmat dan bukan dengan kekejaman, cara-cara halus dan bukan dengan vulgarisme.

Harus disadari sepenuhnya bahwa amal dakwah di jalan Allah SWT pada hakikatnya adalah ibadah yang dilakukan oleh seorang muslim untuk mendekatkan diri kepada Allah. Adanya kesadaran dalam diri seorang dai bahwa dakwah adalah ibadah kepada Allah, akan menjamin tidak terjadinya gangguan jiwa, atau munculnya kepentingan nafsu yang menggerakkan jiwa. Dakwah Islam harus muncul dari jiwa yang penuh rahmat dan kasih sayang kepada seluruh hamba Allah SWT.

#### b. Kemudahan dan Membuang Kesulitan

Satu hal penting yang harus diingat dalam jalur dakwah adalah bahwa seorang da'i harus membuat jalannya mudah, dan menyingkirkan kesulitan sebagai metode dakwahnya. Jangan sampai muncul opini-opini yang bertentangan dan keras, sebagai tanda bahwa dakwah yang telah dilakukan belum mendapat tanggapan. Agama ini datang dengan mudah dan menghilangkan kesulitan yang dihadapi umat ini.

Tidak ada satu pun sunnah Nabi yang menyempitkan dan mempersulit manusia atau membuatnya tersendat dalam urusan dunia manusia. Bahkan Rasulullah SAW menyatakan tentang dirinya, sesungguhnya aku adalah rahmat yang mendapat petunjuk.” Hadits ini merupakan bentuk tafsir dari firman Allah SWT yang berbunyi: *Tidaklah Kamu utus engkau kecuali sebagai rahmat bagi sekalian alam* (QS. Al-Anbiyaa ayat 107).

Sementara itu, Rasulullah SAW menasihati orang-orang yang menjadi mukallaf secara umum dalam sabda beliau agar bersikap moderat dan pertengahan. Jangan sampai mereka berusaha untuk “mengalahkan” agama, sehingga akibatnya mereka sendiri yang kalah atau menentang. Akibatnya, mereka sendiri tidak mampu. Rasulullah bersabda dalam HR. Bukhori dan Muslim, “*Agama itu mudah, dan tidak ada yang memberatkan dalam agama ini kecuali dia akan dikalahkan, maka rapatkanlah mereka, dan dekatkanlah mereka dan beri kabar gembira*” (Saputra, 2011).

#### c. Memperhatikan Sunnah Tahapan

Seorang da'i tidak akan pernah berhasil dalam dakwahnya selama dia tidak tahu kepada siapa orang yang dia dakwah, tahu cara berdakwah kepada mereka, tahu mana yang harus didahulukan dan mana yang harus diakhiri. Seperti halnya Nabi Muhammad yang mengajarkan para sahabatnya untuk berdakwah secara bertahap. Dikisahkan bahwa saat itu Nabi memerintahkan Muadz untuk memulai dakwah dengan yang paling dasar dan utama dalam Islam, yaitu syahadat, di mana ia diperintahkan untuk mengajak orang-orang Yaman mengucapkan syahadat kepadanya. Sementara itu, pernyataannya bahwa ia datang kepada Ahli Kitab adalah sebagai kata pembuka nasehat, agar ia menghimpun seluruh kemampuan dan tekadnya. Karena Ahli Kitab adalah orang-orang yang berilmu, maka jangan sampai ajakan dan pembicaraan dengan mereka sama dengan berbicara dengan orang jahil, penyembah berhala atau orang kafir dan

lain-lain. Maka penting seorang ustadz memperhatikan tahapan ketika berdakwah.

d. Kembali Kepada Al-Qur'an dan As-Sunnah Bukan Kepada Fanatisme Madzhab

Salah satu musibah besar yang menimpa kita di zaman ini dalam hal ajaran dan fatwa adalah adanya semacam pemaksaan agar manusia hanya beribadah pada satu madzhab dalam segala urusan ibadah dan mu'amalah. Padahal pendapat tersebut dalam hal ini sangat lemah, jauh dari kebenaran dan memberikan kesempitan kepada hamba Allah SWT. Seolah-olah pengikut mazhab tertentu adalah manusia yang diturunkan wahyu kepada mereka dan malaikat Jibril.

Padahal, mazhab-mazhab yang ada tidak lebih dari hasil pemikiran dan ijtihad, di mana mereka yang melakukan ijtihad sendiri tidak mengklaim diri sebagai orang yang maksum. Jika dia benar dalam ijtihadnya, maka dia akan mendapatkan dua pahala. Imam yang melakukan ijtihad tidak memonopoli kebenaran untuk dirinya sendiri dan sekaligus tidak memberitahukan kepada orang-orang bahwa hasil ijtihadnya adalah syari'at yang harus diikuti, atau agama yang harus dijalankan. Jika seorang da'i telah menyatakan dirinya menganut salah satu madzhab, maka hal tersebut tidak boleh menghalanginya untuk berkenalan dengan dalil-dalil lain. Hal ini sehingga hati dan jiwanya lebih tenang dan tidak ada halangan baginya untuk meninggalkan pendapat madzhab tersebut. Dalam beberapa hal di mana dia merasa ada kelemahan terhadap dalil dalam madzhab itu dan dia mendapat argumen yang lebih kuat dalam madzhab dan pendapat lain. Oleh Karena itu diriwayatkan dari para imam madzhab bahwa mereka berkata, "jika ada satu hadits yang shahih, maka itu adalah madzhab saya."

e. Dapat menyesuaikan bahasa mad'u

Salah satu petunjuk al-Qur'an bagi yang melaksanakan dakwah, bahwa para da'i harus melaksanakan dakwah sesuai dengan tingkat akal orang yang didakwahkan (mad'u) dan sesuai dengan bahasa yang

dipahami. Ibnu Mas'ud berkata: "Jangan sekali-kali kamu berbicara dengan seseorang dengan kata-kata yang tidak sampai ke otaknya, kecuali itu hanya akan menjadi fitnah bagi sebagian dari mereka."

f. Memperhatikan Adab Dakwah

1. Menghormati Hak Orang Tua

Dalam menghormati hak orang tua dan kerabat ketika menjalankan dakwah. Maka tidak baik bagi seorang da'i untuk mengkonfrontasi ayah dan ibunya atau kerabat dekatnya dengan kasar, dengan anggapan bahwa mereka adalah orang yang maksiat, bid'ah atau orang yang tidak taat. Padahal, yang mereka lakukan tidak menghilangkan tanggung jawab sang anak untuk bertutur kata lembut dan santun, terutama dengan orang tuanya.

2. Melihat Faktor Umum

Bagi seorang da'i, setiap orang harus sama dalam berdakwah. Tidak bijak berdakwah kepada orang dewasa disamakan dengan berdakwah kepada anak-anak atau remaja, padahal pada dasarnya Islam menganggap semua orang sama di hadapan Allah SWT kecuali nilai takwa. Jadi seorang da'i harus memperhatikan siapa mad'unya.

**B. Perkembangan Lansia**

1. Definisi Lanjut Usia

Proses menua merupakan proses alami pada semua makhluk hidup. Laslett (Partini, 2011) mengatakan bahwa menjadi tua adalah suatu proses perubahan biologis yang terus menerus dialami oleh manusia pada semua tingkatan umur dan waktu. Sedangkan lanjut usia adalah istilah untuk tahap akhir dari proses penuaan. Semua makhluk hidup memiliki siklus hidup menuju usia tua yang diawali dengan proses kelahiran, kemudian tumbuh menjadi dewasa dan berkembang biak, kemudian menjadi tua dan akhirnya mati. Usia tua merupakan masa yang tidak dapat dihindari oleh siapapun, apalagi bagi mereka yang dikaruniai umur panjang. Yang bisa dilakukan manusia hanyalah menghambat proses penuaan agar tidak

berjalan terlalu cepat, karena pada hakekatnya dalam proses penuaan terjadi kemunduran atau penurunan.

Di Indonesia, hal-hal yang berkaitan dengan lanjut usia diatur dalam suatu undang-undang yaitu Undang-Undang Republik Indonesia No. 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lansia. Ada dua pendekatan yang sering digunakan untuk mengidentifikasi seseorang dikatakan tua, yaitu pendekatan biologis dan pendekatan kronologis. Usia biologis adalah usia berdasarkan kemampuan fisik/biologis seseorang, sedangkan usia kronologis adalah usia seseorang berdasarkan hitungan usia seseorang. Seringkali terjadi kesenjangan antara usia biologis dan usia kronologis pada diri seseorang. Seseorang yang secara kronologis masih muda, namun secara fisik terlihat tua dan lemah. Sebaliknya, seseorang yang secara kronologis tergolong tua, namun secara fisik masih terlihat muda, segar, kuat, tegap dan sebagainya. Cara yang lebih mudah untuk mengetahui apakah seseorang sudah tua atau belum adalah umur kronologis, umur berdasarkan umur kalender, umur dari ulang tahun terakhir (Partini, 2011).

Meningkatnya jumlah penduduk lanjut usia akan memengaruhi berbagai aspek kehidupan yang berkaitan dengan penurunan kondisi fisik, psikologis dan sosial. Hal ini senada dengan Kusumoputro (BPS, 2006) yang menyatakan bahwa penuaan merupakan proses alami yang melibatkan penurunan interaksi fisik, psikologis dan interaksi sosial. Kondisi fisik yang menurun akan menimbulkan kondisi yang rentan terhadap berbagai macam gangguan penyakit juga memengaruhi psikis dan sosial, begitu pun sebaliknya. Hal ini memerlukan peningkatan pelayanan dalam berbagai aspek tersebut, khususnya pelayanan sosial bagi lansia.

## 2. Masalah yang dihadapi Oleh Lansia

Partini (2011), mengemukakan masalah umum yang dialami oleh lanjut usia terdiri dari tiga kelompok: masalah ekonomi, masalah sosial, masalah kesehatan, dan masalah psikologi.

a. Masalah ekonomi

Penurunan produktivitas kerja, pensiun atau meninggalkan pekerjaan utama merupakan ciri dari lansia. Hal ini menyebabkan penurunan pendapatan yang kemudian dikaitkan dengan pemenuhan kebutuhan hidup sehari-hari seperti sandang, pangan, tempat tinggal, kesehatan, rekreasi dan kebutuhan sosial.

b. Masalah Sosial

Memasuki usia lanjut ditandai dengan berkurangnya kontak sosial, baik dengan anggota keluarga, anggota masyarakat maupun rekan kerja akibat pemutusan hubungan kerja. Kurangnya kontak sosial ini menciptakan perasaan kesepian, depresi. Hal ini tidak sejalan dengan kodrat manusia sebagai makhluk sosial yang selalu membutuhkan kehadiran orang lain dalam kehidupannya. Menghadapi kenyataan ini perlu dibentuk kelompok lansia yang mempunyai kegiatan untuk mempersatukan anggotanya agar dapat terjadi kontak sosial. Kontak sosial ini sangat bermanfaat bagi lansia untuk memiliki kesempatan bertukar informasi, saling belajar dan bercanda satu sama lain.

c. Masalah Kesehatan

Peningkatan jumlah lansia akan diikuti dengan peningkatan masalah kesehatan, seperti gangguan kesehatan pendengaran dan penglihatan. Untuk itu, rencana hidup seharusnya sudah dirancang jauh sebelum memasuki usia tua, sudah memiliki rencana apa yang akan dilakukan di masa depan sesuai dengan kemampuan mereka.

d. Masalah Psikologi/Mental

Masalah psikologis yang dihadapi lansia pada umumnya antara lain: kesepian, keterasingan dari lingkungan, ketidakberdayaan, perasaan tidak berguna, kurang percaya diri, ketergantungan, penelantaran terutama bagi lansia yang miskin, *post-power syndrome* dan lain-lain. Dengan adanya kegiatan atau aktivitas kerja merupakan salah satu bentuk pemenuhan kebutuhan akan rasa aman.

### 3. Perubahan Fisik Lansia

Proses penuaan didorong oleh faktor biologis yang terdiri dari tiga tahap: fase progresif, fase stabil, dan fase regresif. Departemen Kesehatan Republik Indonesia (1998) menyatakan bahwa menjadi tua ditandai dengan penurunan biologis yang dapat dilihat dari gejala penurunan fisik antara lain:

- a. Kulit mulai mengendur dan kerutan serta garis-garis muncul di wajah.
- b. Rambut mulai berubah dan memutih.
- c. Gigi mulai tanggal.
- d. Penglihatan dan pendengaran mulai berkurang.
- e. Mudah lelah.
- f. Gerakan menjadi lebih lambat dan kurang lincah.
- g. Tubuh kurus menghilang, timbul timbunan lemak terutama di perut dan pinggul.

Perubahan fisik pada usia tua lebih pada perubahan fungsi biologis. Usia tua adalah proses bertahap yang dimulai sejak awal kehidupan. Fungsi puncak biologis maksimum dicapai seseorang pada usia 25-30 tahun. Setelah itu akan ada penurunan bertahap dalam hal kekuatan otot, fleksibilitas, efisiensi sirkulasi, kecepatan respon, ketajaman indra, dan fungsi lainnya (Partini, 2011). Selain itu, proses penuaan juga dipengaruhi oleh faktor genetik, endogenik, lingkungan, dan gaya hidup (Emma, 2000). Gaya hidup yang amat menentukan yaitu gaya hidup dalam mengatur: pola makan, pola gerak, dan pola mental dalam kehidupan sehari-hari.

Mempersiapkan hidup di masa tua harus dimulai sejak dini dengan mengembangkan pola hidup sehat. Dari kondisi sehat inilah berbagai aktivitas menuju kebahagiaan akan terwujud. Nurmi (1992) menyatakan bahwa tujuan hidup pada usia lanjut terkait dengan: kesehatan yang baik, pensiun, waktu luang, komunitas bermasyarakat, sedangkan kekhawatirannya terkait dengan takut akan kesehatan. Lansia perlu beradaptasi dengan berbagai penurunan fisik, dengan maksud agar

penurunan tersebut tidak dirasakan secara drastis oleh diri sendiri maupun orang lain.

#### 4. Perubahan Kognitif Lansia

Perubahan terjadi ketika seseorang memasuki usia tua. Kesulitan dengan fungsi memori atau dalam mengungkapkan secara verbal atau berbicara merupakan bentuk penurunan fungsi kognitif. Beberapa kemampuan mental bergantung pada keadaan kecerdasan, di mana keterampilan pemrosesan informasi berbasis biologis ini mulai menurun lebih awal. Sebaliknya, kemampuan mental yang mengandalkan kecerdasan yang disadari, pengetahuan berbasis budaya bertahan lebih lama atau bertahan lebih lama. Pemeliharaan kecerdasan manifes ini bergantung pada peluang keluarga untuk memperkuat keterampilan kognitif.

Pendapat atau stereotip yang berkembang di masyarakat yang perlu diuji kebenarannya adalah pendapat yang menyatakan bahwa kemampuan kognitif berupa pembelajaran, ingatan dan kecerdasan akan menurun seiring bertambahnya usia seseorang. Depkes RI (1998) menyatakan bahwa menjadi tua ditandai dengan penurunan kognitif, antara lain sebagai berikut:

- a. Mudah lupa, ingatan tidak berfungsi dengan baik;
- b. Ingatan akan hal-hal di masa muda lebih baik dari pada hal-hal yang baru saja terjadi, nama-nama yang pertama dilupakan;
- c. Orientasi dan persepsi umum tentang waktu dan ruang/tempat menurun, karena ingatan mundur dan juga karena penglihatan biasanya terbalik;
- d. Meskipun telah memiliki banyak pengalaman, skor yang dibaca dalam tes intelegensi lebih rendah; dan
- e. Tidak mudah menerima hal atau ide baru.

John Horn (Santrock, 1997) berpendapat bahwa beberapa kemampuan menurun, sementara yang lain tidak. Lebih lanjut, Horn menyatakan bahwa *crystallized intelligence*, yaitu akumulasi informasi dan keterampilan verbal setiap individu, meningkat seiring bertambahnya usia.

Sementara itu, *fluid intelligence*, yaitu kemampuan mengungkapkan alasan-alasan abstrak, menurun sejak usia paruh baya. Dalam perkembangannya telah terbukti bahwa kecerdasan terkadang dapat berubah secara dramatis oleh peran lingkungan yang mulai muncul, dan fakta ini kemudian mengubah konsep kecerdasan secara luas.

Banyak orang lanjut usia memiliki kemampuan mental orang dewasa muda. Dalam tes kecerdasan, skor tertinggi ditemukan pada usia 65 tahun yang setara dengan rata-rata orang muda di bawah usia 35 tahun. Mereka terutama adalah orang-orang yang selalu bekerja dan memiliki aktivitas intelektual. Warner Schale (Coln & Mitterer, 2007) seorang ahli gerontolofu menemukan bahwa seseorang akan tetap memiliki ketajaman mental di usia tua, jika sebagai berikut:

- a. Kondisi tetap sehat.
- b. Tinggal di lingkungan yang kondusif (berpendidikan dan memiliki pekerjaan tetap, pendapatan di atas rata-rata, dan dalam keluarga yang utuh).
- c. Terlibat dalam aktivitas yang merangsang intelektual (membaca, bepergian, acara budaya, pendidikan berkelanjutan, kelompok, asosiasi profesional).
- d. Memiliki kepribadian yang fleksibel.
- e. Menikahlah dengan pasangan yang cerdas dan bijaksana.
- f. Mempertahankan kecepatan proses persepsi.
- g. Merasa puas dengan prestasi di usia paruh baya

Fungsi fisik dan kognitif sangat berpengaruh terhadap kondisi psikososial yang dapat dilihat dari kondisi emosional dan kemampuan hidup mandiri. Buktinya cukup jelas, meskipun sifatnya relatif, menyatakan bahwa dengan bertambahnya usia, individu cenderung bertambah dan berkurang responnya. Tingkat pendidikan memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap makna hidup. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka semakin tinggi pula kesadarannya akan makna hidup. Ia akan menerima kenyataan dengan lapang dada bahwa ia

kini semakin tua dengan segala konsekuensinya. Dalam budaya Jawa sering dikatakan bahwa usia tua umumnya sudah “menyerah”, menyerahkan hidup sepenuhnya kepada Yang Maha Kuasa.

#### 5. Perubahan Sosio-Emosional Lansia

Pengalaman penting dalam hidup seseorang dipenuhi dengan emosi. Memikirkan kesempurnaan yang dialami seseorang saat menikah, perasaan sedih saat menghindari pemakaman, kegembiraan luar biasa yang dialami saat jatuh cinta adalah contoh emosi yang dialami seseorang. Emosi adalah suatu kondisi yang dapat mendorong perilaku. Gejala pengalaman emosional selalu berhubungan dengan penemuan diri dan pertahanan diri, dan untuk melindungi perasaan ini. Permasalahan yang muncul, menurut Aristoteles (Partini, 2011) bukan berkaitan dengan perasaan emosi itu sendiri, melainkan bagaimana kesesuaian emosi dengan ekspresi emosi yang muncul. Bagaimana seseorang bisa mengendalikan emosi dengan cerdas? Semua emosi pada hakekatnya adalah syarat untuk bertindak, yang memiliki beberapa komponen yaitu perasaan, tindakan tertentu mengalami perasaan dan kesadaran akan pengalaman. Emosi memiliki peran penting dalam kehidupan usia lanjut. Kata emosi berasal dari bahasa latihan, yaitu *motore* yang berarti “menggerakkan”, dan *emotion* berarti menggerakkan seseorang.

### C. Kesehatan Mental

#### 1. Konsep Sehat dan Sakit

Konsep “sehat” WHO rumuskan dalam ruang lingkup yang sangat luas yaitu “keadaan sejahtera fisik, mental dan sosial secara utuh, tidak hanya bebas dari penyakit atau kelemahan/cacat. Lawan dari sehat adalah sakit. Konsepnya "sakit" secara bahasa terkait dengan tiga konsep. Dalam bahasa Inggris, yaitu *disease*, *illness*, dan *sickness*. Ketiga istilah tersebut mencerminkan bahwa kata "*sick*" mengandung tiga makna yang memiliki dimensi biopsikososial. Secara khusus, penyakit memiliki dimensi biologis, psikologis, dan dimensi sosiologis (Cholhoun, 1994).

Rasa sakit yang dirasakan dan dikenali oleh individu atau masyarakat tidak selalu dirasakan sama oleh individu atau masyarakat lain (Lyttle, 1986; Pacter, 1994). Hal ini juga berlaku untuk jenis gangguan jiwa (penyakit jiwa). Relatifnya pemahaman masyarakat tentang sehat dan sakit dapat dipahami dari beberapa hal, antara lain bahwa di antara kelompok masyarakat terdapat perbedaan dalam: a) memahami keadaan sehat atau sakit, b) memahami penyebab suatu penyakit, c) memberi wewenang kepada orang yang dapat menentukan keadaan sehat atau nyeri, d) menanggapi nyeri atau gejalanya, dan e) menentukan klasifikasi nyeri. Jadi tidak mudah menilai seseorang sehat atau sakit berdasarkan pengalaman depresi, penilaian, atau budaya sendiri. Oleh karena itu dalam memberikan penilaian sehat dan sakit perlu memperhatikan aspek biopsikososial.

Untuk tujuan praktis, sehat dan sakit biasanya didefinisikan secara operasional. Lyttle (1986) misalnya mendefinisikan penyakit sebagai gangguan atau hilangnya fungsi dan dapat berupa keadaan mulai dari ketidaknyamanan sampai ketidakmampuan atau ketidakmampuan, dan kematian. Sehat dikatakan sebagai orang yang tidak mengalami gangguan atau sakit.

Pada dasarnya individu terbentuk dua subsistem, yaitu psikis (vitalitas atau mental) dan raga (soma atau badan). Dua subsistem yang bersatu dalam fisik tidak bisa dipisahkan satu dengan yang lainnya. Sedangkan secara raga secara optis bisa pakai mudah ketahuan dan diamati. Psikis adalah bagian dari manusia yang bersifat nonmateri seperti dorongan, motivasi, kemauan, kognitif, kepribadian, dan perasaan. Sedangkan secara fisik dapat dengan mudah diketahui dan diamati.

Fungsi fisik dan kognitif sangat berpengaruh terhadap kondisi psikososial yang dapat dilihat dari kondisi emosional dan kemampuan hidup mandiri. Buktinya cukup jelas, meskipun sifatnya relatif, menyatakan bahwa dengan bertambahnya usia, individu cenderung bertambah dan berkurang responnya.

Tingkat pendidikan memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap makna hidup. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka semakin tinggi pula kesadarannya akan makna hidup. Ia akan menerima kenyataan dengan lapang dada bahwa ia kini semakin tua dengan segala konsekuensinya. Dalam budaya Jawa sering dikatakan bahwa usia tua umumnya sudah “menyerah”, menyerahkan hidup sepenuhnya kepada Yang Maha Kuasa.

## 2. Hubungan Mental dan Kesehatan Fisik

Jasmani dan psikis merupakan satu kesatuan dalam keberadaan manusia. Mengenai kesehatan juga terdapat keterkaitan antara kesehatan fisik dan mental. Keadaan fisik manusia memengaruhi jiwa, sedangkan keadaan psikis memengaruhi keadaan fisik. Misalnya, orang yang depresi sangat memengaruhi nafsu makan dan tidurnya. Sebaliknya makan seseorang memengaruhi kecerdasan. Dalam pengaruh timbal balik inilah akhirnya diketahui adanya mental yang sehat dan mental yang mengalami hambatan, gangguan, atau kerusakan.

Goldbreg (1984) mengungkapkan bahwa ada tiga kemungkinan keterkaitan antara penyakit fisik dan mental. Pertama, orang mengalami sakit mental yang disebabkan oleh rasa sakit fisik. Karena kondisi fisiknya yang tidak sehat, ia berada di bawah tekanan, menyebabkan efek sekunder dari gangguan mental. Kedua, sakit fisik yang derita sebenarnya merupakan gejala gangguan jiwa. Ketiga, adanya saling dukung antara gangguan jiwa dan penyakit fisik, artinya orang yang menderita secara fisik menyebabkan gangguan jiwa, dan gangguan jiwa ini juga memperparah rasa sakitnya. Hal ini selaras dengan pendapat Cutting, (1980) jelas bahwa kesehatan fisik dan kesehatan mental saling terkait. Artinya jika salah satu terganggu maka akan mempengaruhi bagian yang lain. Hubungan antara keduanya sangat kompleks dan tidak dapat dikatakan satu aspek menentukan aspek lainnya.

### 3. Ruang Lingkup Kesehatan Mental

Ruang lingkup dalam kesehatan sangat luas, Rosmalina (2020) membagi ruang lingkup kesehatan mental sebagai berikut:

#### a. Kesehatan mental dalam keluarga

Untuk mewujudkan keluarga yang harmonis pasangan suami istri perlu mampu mengelola keluarga dengan memahami konsep atau prinsip kesehatan mental agar mencegah terpaparnya mental yang sakit pada anggota keluarga.

#### b. Kesehatan mental di sekolah

Dalam mengenyam pendidikan, kepala sekolah, guru-guru beserta stafnya terutama guru BK penting memahami perkembangan kesehatan mental (fisik, emosional, sosial, maupun moral spiritual) peserta didiknya guna tercapainya keberhasilan kesehatan mental yang baik yang berpengaruh pada pendidikan yang baik pula di sekolah.

#### c. Kesehatan mental di tempat kerja

Bagi pimpinan lembaga yang ingin meraih kesuksesan, penting untuk memperhatikan kesehatan mental ini, sehingga dapat menyusun strategi untuk mencegah terjadinya masalah emosional dan meminimalisir sumber stres.

#### d. Kesehatan mental dalam kehidupan politik

Tidak sedikit orang yang terjun ke dunia politik mengalami gangguan jiwa seperti pemalsuan ijazah, politik uang, KKN (kolusi, korupsi dan nepotisme), pengkhianatan rakyat dan stress yang menimbulkan perilaku agresif akibat gagal menjadi caleg dan lain-lain.

#### e. Kesehatan mental di bidang hukum

Seorang hakim harus mempunyai pengetahuan tentang kesehatan mental, agar mampu mendeteksi tingkat kesehatan jiwa terdakwa atau saksi selama proses persidangan yang sangat mempengaruhi pengambilan keputusan hukum.

f. Kesehatan mental dalam kehidupan beragama

Pendekatan religius untuk penyembuhan psikologis adalah bentuk tertua. Semakin kompleks kehidupan, semakin penting penerapan kesehatan jiwa yang bersumber dari agama untuk mengembangkan atau mengatasi kesehatan mental manusia.

4. Fungsi Kesehatan Mental

Mengenai fungsi kesehatan jiwa bagi kehidupan manusia, di pemahaman ini mengungkapkan bahwa kesehatan jiwa memiliki fungsi pemeliharaan, pencegahan, dan pengembangan (*developmental*) atau perbaikan (*improvement*) kondisi mental yang ingin dicapai sehat secara mental. Dengan demikian, kesehatan mental berfungsi untuk memelihara dan mengembangkan mentalitas yang sehat dan mencegah terjadinya penyakit jiwa (Yusuf, 2018). Kesehatan mental mengacu pada QS. Yunus: 57 sebagai berikut.

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ  
لِّلْمُؤْمِنِينَ

Artinya: *Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman.*

Berdasarkan ayat ini, penulis dapat menyimpulkan bahwa Allah telah menurunkan Al-Qur'an sebagai obat bagi penyakit yang ada di dada manusia. Penyakit di dada yang dimaksud adalah hati atau qolbu manusia. Dengan demikian, yang dimaksud dalam ayat tersebut erat kaitannya dengan kesehatan mental/jiwa. Sebagai fungsi kesehatan mental yaitu preventif dan kuratif, tentu saja itu telah dinyatakan dalam Al-Quran dan sebagai hamba Allah SWT dapat mengikuti yang diperintahkan-Nya.

Schneiders mengatakan bahwa kesehatan mental memiliki tiga fungsi yaitu preventif, amelioratif, dan suportif (Yusuf, 2018). Berikut paparan fungsi kesehatan mental tersebut.

a. Preventif (pencegahan)

Definisi preventif/pencegahan menunjukkan bahwa kebersihan jiwa adalah upaya untuk mencegah terjadinya kesulitan atau gangguan jiwa (mental gangguan) dan penyesuaian diri. Fungsi ini mengimplementasikan prinsip-prinsip yang menjamin kesehatan mental, seperti halnya kebersihan fisik menjaga kesehatan fisik. Istirahat yang cukup adalah cara menjaga kesehatan fisik, sekaligus memenuhi kebutuhan psikologis (seperti mendapatkan kasih sayang dan keamanan). Kenyamanan adalah prinsip mendasar dalam menjaga mental sehat.

b. Amelioratif (perbaikan)

Fungsi amelioratif merupakan upaya untuk memperbaiki kepribadian dan meningkatkan kemampuan beradaptasi, agar gejala perilaku dan mekanisme pertahanan dapat dikontrol.

c. Mendukung (pengembangan)

Fungsi pengembangan merupakan upaya untuk mengembangkan mental yang sehat atau agar seseorang mampu menghindari kesulitan psikologis yang dialami. Di dalam mengimplementasikan fungsi ini dapat dimulai dengan mengidentifikasi potensi yang dimiliki individu, kemudian merancang program yang sesuai untuk mengembangkan potensi tersebut.

5. Sasaran dalam Kesehatan Mental

Notosoedirdjo & Latipun (2014) mengatakan sasaran utama dalam kesehatan mental adalah masyarakat. Dari aspek kesehatan, yang menjadi sasaran kesehatan mental pada masyarakat adalah sebagai berikut.

a. Masyarakat umum, masyarakat sehat yang tidak berisiko jatuh sakit.

Orang-orang dari kelompok ini berada dalam berbagai karakteristik demografis: usia, jenis kelamin, ras, status sosial dan ekonomi, dan lain-lain.

b. Masyarakat kelompok resiko penyakit yaitu orang-orang dalam situasi atau keadaan yang besar kemungkinan mengalami. Kelompok ini dapat

dikelompokkan menjadi lingkungan ekologis, status demografis, atau faktor psikologis.

- c. Kelompok masyarakat yang mengalami gangguan yaitu kelompok orang dengan masalah kesehatan mental.
- d. Kelompok penyandang disabilitas, sehingga mereka dapat berfungsi secara normal dalam masyarakat.

#### 6. Kesehatan Mental Bagi Lansia

Sejalan dengan kondisi biopsikososial terutama pada lansia yang mengalami penurunan kemampuan organik, terjadi kompensasi psikologis, dan penurunan hubungan sosial, maka permasalahan di bidang kesehatan mental tidak dapat dihindari. Hanya saja lama kelamaan ada gangguan yang tersamar yaitu muncul sebagai gangguan fisik, namun sebenarnya yang terjadi adalah gangguan psikis. Karena tidak mudah untuk mengetahui seberapa besar gangguan mental yang mereka alami. Di kalangan lansia, masalah kesehatan mental perlu mendapat perhatian. Masalah umum adalah depresi yang disebabkan oleh penurunan hubungan sosial, dan kemungkinan faktor genetik.

Demikian pula demensia, yang merupakan penurunan progresif dalam kemampuan kognitif, umum terjadi pada lansia. Gangguan jiwa lain yang banyak dialami lansia adalah obsesi, kecemasan, kehilangan hubungan sosial dan pekerjaan. Berkaitan dengan kondisi jiwa tersebut, lansia membutuhkan penanganan khusus dalam kesehatan jiwanya. Berbagai gangguan yang mereka hadapi tidak cukup diobati, tetapi harus ada upaya pencegahan berbasis masyarakat. Pencegahan tersebut untuk menghindari risiko yang lebih buruk bagi kesehatan mental lansia. Pencegahan dapat dilakukan dengan melibatkan banyak pihak termasuk keluarganya sendiri.

## D. Spiritual Lansia

### 1. Pengertian Spiritual

Menurut Kurniasih secara etimologis, kata spiritualitas berasal dari kata “spirit”, kata lain “spiritas” yang berarti roh, jiwa, kesadaran diri, wujud tak berwujud, nafas kehidupan, jiwa kehidupan (Syahdah 2019). Di sisi lain, spirit didefinisikan sebagai bagian dari nilai seni, religi dan filosofis. Secara psikologis, roh didefinisikan sebagai "jiwa" (roh), makhluk non-fisik. Sementara Azizah mengemukakan pemahaman spiritual adalah hubungan transenden antara manusia dan Yang Maha Tinggi, suatu kualitas yang melampaui afiliasi agama tertentu yang diperjuangkan mendapatkan rasa hormat, kekaguman dan inspirasi, serta yang memberikan jawaban tentang sesuatu yang tidak terbatas (Syadah, 2019).

Menurut Burbhat dalam (Syadah 2019), spiritualitas adalah keyakinan seseorang dalam hubungannya dengan Sang Pencipta. Misalnya, seseorang yang memiliki keyakinan kepada Allah sebagai pencipta atau sebagai Yang Maha Kuasa (Ambarwati & Nasution, 2012). Spiritualitas diartikan sebagai sesuatu yang multidimensional, yaitu dimensi eksistensial dan agama. Dimensi eksistensial berfokus pada tujuan dan makna hidup sedangkan dimensi agama lebih menitikberatkan pada hubungan seseorang dengan Tuhan Yang Maha Esa (Mickley, 1992 dalam Ambarwati dan Nasution, 2012).

### 2. Aspek Spiritual

Fisher (dalam Farida, 2019) mengedepankan 4 aspek kesejahteraan spiritual, antara lain:

- a. Ranah Pribadi, berkaitan dengan pribadi seseorang, mencapai makna hidup, pada tujuan dan nilai-nilai kehidupan. Ranah pribadi ini terkait dengan kesadaran pribadi, yaitu memotivasi untuk pencapaian harga diri.

- b. Domain Komunal, keterampilan interpersonal, terkait dengan sosialitas, moralitas dan keyakinan, Memiliki kasih sayang, budaya, iman, pengampunan dan harapan.
- c. Domain Lingkungan, keterkaitan lingkungan alam, selamat menikmati keindahan alam, mengalami kepuasan pengalaman puncak (*peak experience*), melindungi lingkungan.
- d. Ranah Transendental, menjalin hubungan yang harmonis dengan Tuhan, yang melibatkan iman dan kepercayaan akan keberadaan Tuhan, ritual ibadah dan menyembah Tuhan. Kesejahteraan spiritual memiliki beberapa dimensi yaitu dimensi kognitif dan dimensi afektif dimana dimensi kognitif berhubungan kepuasan pribadi sedangkan dimensi afektif adalah pengalaman hidup seseorang.

### 3. Karakteristik/Ciri-ciri Spiritual

Menurut Azizah (2011), ciri-ciri spiritualitas adalah sebagai berikut:

- a. Hubungan dengan dirinya sendiri, yang meliputi: 1) Kekuatan internal atau kemandirian; 2) Pengetahuan diri (siapa dia, apa yang bisa dia lakukan); 3) Sikap (kepercayaan diri, ketenangan pikiran, harmoni sendiri); 4) Kembangkan makna penderitaan dan percayalah pada kebijaksanaan sesuatu kejadian atau penderitaan.
- b. Hubungan dengan Ketuhanan  
Secara singkat dapat dinyatakan bahwa seseorang dapat dipenuhi kebutuhan spiritual jika mampu: 1) Merumuskan makna pribadi yang positif, tentang tujuan keberadaannya di dunia; 2) Kembangkan makna penderitaan dan percayalah pada kebijaksanaan sesuatu kejadian atau penderitaan; 3) Dengan mengembangkan hubungan manusia yang positif dan sebagainya.
- c. Seseorang dapat dikatakan telah terpenuhi kebutuhan spiritualnya jika mampu: 1) Merumuskan makna tujuan pribadi yang positif keberadaannya di dunia; 2) Kembangkan makna penderitaan dan

kebijaksanaannya; 3) Membangun hubungan yang positif dan dinamis melalui keyakinan, kepercayaan dan cinta.

#### 4. Spiritualitas pada Lansia

Menurut Maslow, (1976) dan Stuart & Sundeen, (1998) pada lanjut usia spiritualitas bersifat universal, intrinsik, dan merupakan proses individual berkembang sepanjang rentang kehidupan (Azizah, 2011). Keseimbangan hidup dapat dipertahankan sebagian oleh efek positif harapan dari hilangnya orang tua. Hal ini disebabkan oleh aliran siklus kehilangan yang ada dalam kehidupan para lansia itu sendiri. Keyakinan dan agama lansia semakin terintegrasi dalam kehidupan mereka. Lansia dapat mempersiapkan nilai-nilai spiritual yang dilakukannya dalam krisis kehilangan hidup dan kematian (Azizah, 2011).

Perkembangan spiritual terjadi pada kelompok usia paruh baya dan lanjut usia. Kelompok paruh baya dan lanjut usia memiliki waktu lebih banyak untuk melakukan kegiatan keagamaan dan memiliki upaya untuk memahami nilai-nilai agama yang diyakini oleh generasi muda. Perasaan kehilangan karena pensiun dan tidak aktif serta menghadapi kematian orang lain (kerabat/sahabat) menimbulkan perasaan kesepian dan introspeksi diri. Perkembangan filosofis agama yang lebih matang seringkali dapat membantu orang tua menghadapi kenyataan, berperan aktif dalam kehidupan dan merasa berharga, serta lebih mampu menerima kematian sebagai sesuatu yang tidak dapat disangkal atau dihindari (Ambarwati dan Nasution, 2012).

### **BAB III**

## **METODE PENELITIAN DAN PROFIL MUSHOLA**

### **RAUDHATUSSHOLIHIN**

#### **A. Metode Penelitian**

##### 1. Metode dan pendekatan penelitian

Metode penelitian merupakan sesuatu yang sangat penting dalam proses penelitian karena metode ini adalah langkah-langkah alamiah dalam memperoleh data untuk tujuan dan kegunaan tertentu (Sugiyono, 2016). Metode ini adalah serangkaian tahapan atau cara dalam membantu memudahkan suatu pelaksanaan untuk mencapai tujuan. Sedangkan Sutedi (2011), menyatakan bahwa metode adalah cara atau prosedur yang harus dilaksanakan untuk memecahkan masalah penelitian. Metode atau prosedur ini merupakan langkah kerja yang sistematis yang dimulai dari perencanaan, pelaksanaan, dan penarikan kesimpulan. Hal ini untuk memfasilitasi pencapaian agar lebih efektif dan efisien. Untuk metode penelitian, ada empat hal yang harus diperhatikan: metode ilmiah, data, tujuan dan kegunaan. Peneliti merupakan kunci utama penelitian kualitatif karena sebagai pengamat mereka membutuhkan wawasan dan pemahaman mengenai teori-teori, dengan itu menjadi peneliti harus bisa bertanya, menganalisis, dan mengkonstruksikan objek yang relevan dengan kapasitas (Sugiyono, 2016).

Metode yang digunakan penulis dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Kualitatif deskriptif adalah metode penelitian yang bertujuan untuk menyelidiki dan mengumpulkan informasi, menggambarkan dan menafsirkan suatu peristiwa atau fenomena yang terjadi pada suatu individu atau kelompok. Karakteristik kualitatif deskriptif adalah data atau informasi yang diperoleh berupa kata-kata, gambar, dan bukan angka seperti pada penelitian kuantitatif (Anggito & Setiawan, 2018). Dalam hal ini tujuan penelitiannya adalah untuk mengetahui, memahami, dan menjawab pertanyaan penelitian dengan menggambarkan peran ustadz dalam

meningkatkan kesehatan mental dan spiritual lansia melalui kajian rutin di Mushola Raudhatussolihin

## 2. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat yang akan dijadikan penelitian ini berlokasi di Mushola Raudhatussolihin Desa Surawangi Kec. Jatiwangi Kab. Majalengka jangka waktu penelitian selama tiga bulan.

## 3. Penentuan Sumber Informasi/Informan

Penelitian kualitatif adalah suatu penelitian yang diawali dari suatu kasus keadaan individu atau kelompok dalam kondisi sosial tertentu, sehingga dalam penelitian ini tidak ada istilah populasi. Narasumber, partisipan, dan informan dalam penelitian kualitatif, bisa disebut juga dengan sampel. Seseorang yang memberikan informasi atau data yang diperlukan dalam kegiatan penelitian disebut informan (Heryana, 2015).

Mencari sumber informasi merupakan langkah awal yang dilakukan peneliti sebelum memasuki situasi sosial yang akan dijadikan subjek penelitian. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu, suatu teknik dalam pengumpulan data yang dilakukan peneliti untuk menentukan informan dalam penelitian ini sebagai narasumber dengan mempertimbangkan kriteria tertentu (Sugiyono, 2016). Kriteria sampel yang dipakai adalah lansia yang berusia 60 tahun ke atas dan aktif mengikuti kajian rutin di Mushola Raudhatussolihin serta dua orang ustadz yang mengisi kajian di mushola tersebut. Haris Herdiansyah, (2013) berpendapat bahwa sumber penelitian ini menggunakan dua sumber data, yaitu:

### a. Data Primer

Data primer merupakan sumber data untuk mendapatkan informasi berdasarkan perilaku individu yang terjadi ketika berada dalam kegiatan sosial dengan mengajukan pertanyaan yang bersifat umum untuk dapat mengunggah data. Adapun yang disebut data primer ini ialah sebuah data yang didapatkan secara langsung dari informan dalam bentuk verbal atau kata-kata yang berkaitan dengan

variabel dalam penelitian ini. Dari penjelasan tersebut, sumber data primer yang akan dijadikan sebagai informan penelitian ini terdiri dari 4 orang lansia (lanjut usia) dan 2 orang ustadz (pendakwah/pengisi kajian rutin) yang berlokasi di Mushola Raudhatussolihin Desa Surawangi Kecamatan Jatiwangi Kabupaten Majalengka.

b. Data Sekunder

Sumber data sekunder adalah informasi tambahan yang memperkuat data yang diperoleh dari sumber data primer. Data sekunder ini merupakan sumber data yang dapat penulis peroleh secara tidak langsung dari media cetak seperti buku, jurnal, dokumen, literatur, atau dari orang lain yang berkaitan dengan penelitian penulis. Berdasarkan hal tersebut, yang menjadi sumber data sekunder adalah seorang tokoh masyarakat, saudara, tetangga, dan sumber referensi lainnya.

4. Unit Analisis

Menurut Sugiyono (2016), unit analisis adalah unit yang akan dipelajari yang dapat berupa individu, kelompok, objek, atau latar belakang peristiwa seperti kegiatan individu atau kelompok seperti subjek penelitian. Dalam penelitian, unit analisis bisa dijadikan sebagai salah satu acuan guna memberikan penegasan terhadap sesuatu yang akan dikaji untuk menghindari bias dalam pengambilan kesimpulan agar tidak meninggalkan objek penelitian. Terkait permasalahan yang peneliti teliti, yang menjadi unit analisis adalah perubahan fisik lansia yang memengaruhi tingkat kesehatan mental dan spiritualnya rendah. Dalam menghadapi permasalahan tersebut diperlukan upaya untuk meningkatkan kesehatan mental dan spiritual lansia. Maka dari itu, peneliti juga akan mengkaji peran ustadz sebagai pendakwah sekaligus tokoh agama dalam masyarakat guna meningkatkan kesehatan mental dan spiritual lansia lewat kajian rutin.

## 5. Teknik Pengumpulan Data

Penelitian dilakukan untuk mengumpulkan data-data sebagai tujuan utama. Tanpa pengetahuan teknik pengumpulan data, peneliti tidak akan menerima data yang memenuhi standar data yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2016). Kemampuan peneliti dalam menghayati keadaan sosial yang menjadi fokus dalam penelitian dapat menjadikan suatu keberhasilan dalam pengumpulan data. Menurut Sugiyono, (2016) pengumpulan data dapat diperoleh dengan kondisi *natural setting* (kondisi yang alamiah) yang terjadi dalam situasi sosial. Berikut teknik pengumpulan data kualitatif yang peneliti gunakan yaitu:

### a. Observasi

Observasi sering dikatakan sebuah pengamatan awal pada kegiatan yang sedang berlangsung dengan objek yang diteliti oleh peneliti untuk pengumpulan data paling awal. Dalam kegiatan penelitian ini, peneliti diharuskan terjun ke lapangan langsung untuk mengamati yang keadaan, situasi yang terjadi di dalam tempat, perilaku, dan peristiwa. Terkait observasi yang digunakan peneliti yaitu observasi tersamar atau terus terang. Peneliti akan berterus terang dalam menyatakan diri kepada informan bahwa sedang melakukan penelitian. Jadi mereka yang diteliti dari awal sudah mengetahui aktivitas peneliti. Akan tetapi, di saat-saat tertentu peneliti tidak akan berterus terang atau tersamar dalam kegiatan observasi. Hal ini bertujuan untuk menghindari jika suatu waktu data yang dicari adalah data yang masih dirahasiakan oleh informasi yang sedang diteliti, karena jika dilakukan dengan berterus terang ada kemungkinan peneliti tidak akan diberikan izin untuk melakukan penelitian (Sugiyono, 2016).

Berdasarkan pemaparan di atas, ada beberapa hal yang akan menjadi observasi dalam penelitian seperti: peneliti akan melakukan penelitian di Desa Surawangi Kecamatan Jatiwangi Kabupaten Majalengka. Informan yang akan diteliti berjumlah 6 orang. Lalu

peneliti akan meneliti peran ustadz dalam membimbing lansia melalui kajian rutin untuk meningkatkan kesehatan mental dan spiritual lansia serta kendala yang dialaminya dan dampak dari kegiatan tersebut untuk lansia.

b. Wawancara

Wawancara adalah salah satu teknik pengumpulan data dengan metode kualitatif yang pertama kali dilakukan oleh peneliti setelah observasi. Wawancara ini merupakan sebuah percakapan yang dilakukan peneliti dengan narasumber atau informan untuk menggali data-data penting terakait permasalahan yang sedang diteliti. Peneliti sebagai pewawancara yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara yaitu bisa narasumber atau informan yang memberikan jawaban dari pertanyaan peneliti.

Dalam wawancara peneliti menggunakan teknik wawancara terstruktur yaitu wawancara dilakukan dengan mengajukan sejumlah pertanyaan secara sistematis dan pertanyaan yang diajukan sudah disusun. Dengan wawancara terstruktur dan mendalam diharapkan bisa mendapatkan informasi berupa data, ucapan, pikiran, perasaan, dan kesadaran. Harapan peneliti tentang peran ustadz dalam meningkatkan kesehatan mental dan spiritual lansia serta kendala yang dialami ustadz selama proses pemberian bimbingan melalui kajian rutin bisa terungkap dan terekam oleh peneliti dengan cermat.

c. Dokumentasi

Salah satu cara untuk mengumpulkan data adalah dokumentasi seperti dari buku, teori, arsip, dalil atau yang berkaitan dengan penelitian. Menurut Sugiyono, (2016) dokumen merupakan cara yang dipakai dalam mencatat keterangan yang nyata berupa dokumen, catatan, dan laporan yang tertulis sesuai dengan tujuan penelitian. Dokumentasi ini digunakan untuk melengkapi metode lainnya yang harapannya bisa dipertanggung jawabkan kebenarannya. Teknik dokumentasi ini bisa digunakan peneliti ketika melakukan penelitian

di Mushola Raudhatussolihin sewaktu berkegiatan dan proses kajian dengan mengambil foto bersama orang yang diwawancara maupun ketika kegiatan berlangsung.

#### 6. Teknik Analisis Data

Ketika peneliti telah berhasil memperoleh data berupa transkrip wawancara, observasi, foto-foto, catatan harian subjek, dan sejenisnya dianggap lengkap, sehingga peneliti menganalisis data. Dalam analisis data studi kasus penelitian kualitatif ini, seringkali hanya dapat dilakukan oleh peneliti sendiri dan bukan oleh orang lain, karena peneliti adalah alat kunci yang memahami secara mendalam pada semua masalah dalam penelitiannya. Untuk menghasilkan penelitian yang berkualitas sangat ditentukan oleh pemahaman wawasan teoritik peneliti pada bidang yang ditelitinya, pengalaman penelitian, bimbingan dari dosen, dan minat yang kuat dalam menganalisis data. Hakikatnya analisis data merupakan suatu kegiatan dalam memaknai data melalui pengaturan, pengurutan, pengelompokan, pemberian kode atau tanda, dan pengkategorian untuk menjadi bagian-bagian berdasarkan pengelompokan tertentu untuk mendapatkan pengamatan tentang rumusan masalah yang diajukan. Dengan demikian, kegiatan analisis data kualitatif yang biasanya berserakan dan bertumpuk-tumpuk bisa disederhanakan agar bisa dipahami dengan mudah.

Dalam menganalisis data, terdapat langkah-langkah yang harus peneliti lakukan dalam penelitiannya di lapangan seperti melalui Model Miles dan Huberman (Sugiyono, 2016). Berikut tahap-tahap untuk menganalisis data:

##### d. Reduksi Data

Proses berpikir sensitif dengan kecerdasan tinggi, keluasan, dan kedalaman pemahaman disebut dengan reduksi data. Cara mereduksi data dengan melakukan atau menyaring data agar lebih sederhana, merumuskan bagian-bagian untuk menguatkan data dari penelitian yang didapatkan. Mereduksi juga bisa disebut meringkas, memilih hal-hal

utama untuk difokuskan pada bagian penting untuk dicari sesuai tema dan polanya dan menyaring yang tidak diperlukan (Sugiyono, 2016). Dalam penelitian ini, penulis melakukan reduksi data dengan cara menemukan rangkuman dari permasalahan inti yang sedang diuji. Penulis juga berusaha membaca, mempelajari, dan memahami seluruh data yang telah berhasil terkumpul untuk dihimpun dan diorganisasikan secara khusus lalu ditempatkan berdasarkan bagian-bagian kategori dan membuang data yang tidak sesuai.

e. Penyajian Data (*Data Display*)

Menurut Sugiyono (2016), mengatakan mengenai penyajian data yaitu kegiatan mendeskripsikan hasil data yang dari penelitian di lapangan dengan laporan yang sistematis dan mudah dipahami. Dengan penyajian data dapat mempermudah peneliti untuk memahami sesuatu yang terjadi dan merencanakan langkah atau program selanjutnya berdasarkan dari yang peneliti pahami.

f. Pengambilan Kesimpulan

Menurut Miles dan Huberman dalam (Sugiyono, 2016) penarikan kesimpulan merupakan suatu penentuan terakhir dari keseluruhan proses tahapan dalam penelitian sampai keseluruhan dari permasalahan yang diperoleh sebagai data dari permasalahan tersebut. Proses penarikan kesimpulan bisa didapat dari penyajian data yang telah disusun rapih dengan didukung bukti-bukti yang valid dan konsisten. Maka, penarikan kesimpulan yang disampaikan adalah kesimpulan yang dapat dipercaya kebenarannya.

## B. Profil Mushola Raudhatussolihin

Mushola merupakan sebuah bangunan atau ruangan yang bentuknya lebih kecil dari masjid. Mushola berasal dari kata yang *صَلَّى* (*shalla*) yang artinya berdoa secara tradisional bangunan tersebut dipakai untuk shalat oleh orang muslim. Di mana shalat tersebut merupakan sebuah ibadah sebagai tiang agama yang dalam bacaannya merupakan doa-doa. Sedangkan secara etimologi mushola adalah ruang terbuka (wikipedia). Orang melayu

menyebutnya dengan kata surau, sebagian orang sunda dan jawa menyebut mushola dengan sebutan tajug.

Mushola Raudhatussolihin merupakan mushola yang berada tepatnya di Blok Pon RT 002 RW 003 Desa Surawangi Kecamatan Jatiwangi Kabupaten Majalengka Jawa Barat. Mushola ini awalnya didirikan kurang lebih sekitar tahun 1970 M oleh Bapak Harun. Di mana bangunan ini dulunya berbentuk bilik dengan ukuran lebih kecil daripada sekarang dan dahulu mushola ini terkenal dengan sebutan "Tajug Bapak Harun". Kini mushola tersebut telah direnovasi beberapa kali oleh Bapak Masduki hingga bangunannya sudah ber dinding dan lebih nyaman untuk beribadah. Beliau memberi nama Mushola Raudhatussolihin dengan ukuran kurang lebih  $5 \times 9$  m<sup>2</sup>.

Pengurus mushola Raudhatussolihin sekarang bernama Ahmad Royani atau sering disebut Ustadz Yani. Jamaah di mushola tersebut berjumlah kurang lebih 30 orang dengan jamaah laki-laki sekitar 20 dan jamaah perempuan 10. Itu pun belum termasuk anak-anak yang mengaji setiap sore sekitar kurang lebih 10 orang. Setiap harinya jumlah jamaah tidak menentu. Terkadang penuh, terkadang juga hanya beberapa. Selain dipakai untuk ibadah shalat, mushola tersebut juga dipakai untuk menuntut ilmu agama seperti mengaji atau belajar Al-Quran anak-anak dan kajian rutin setiap Ahad/Minggu oleh ibu-ibu.

Anak-anak belajar mengaji dibimbing oleh Ustadz Yani, istrinya, juga Ibu Iin yaitu bibi dari Ustadz Yani. Sedangkan yang mengisi pengajian atau kajian rutin diisi oleh dua pendakwah yaitu Ustadz Apud Saepudin kakak dari Ustadz Yani yang tinggal di Desa Mirat-Leuwimunding dan Ustadz Yusuf yang tak lain adalah adik ipar dari Ustadz Yani yang beralamatkan di Desa Baturuyuk. Kajian ini dibentuk pada tanggal 2 Februari 2014. Dulu pendakwahnya berjumlah tiga orang. Satunya sudah meninggal pada Agustus 2018 bernama Kyai Asikin. Jadi sekarang hanya Ustadz Apud dan Ustadz Yusuf sebagai pengisi kajian rutin. Kajian rutin mingguan dimulai pukul 08.00 dengan membaca sholawat kepada Nabi Muhammad Saw, lalu

dilanjutkan dengan tausiyah atau siraman rohani hingga pukul 10.00 WIB. Berikut jadwal kajian rutin yang dilakukan setiap minggu di Mushola Raudhatussholihin.

**Tabel 3.1**  
**Jadwal Kajian Rutin**

Jadwal Kajian	Materi Minggu Ke-1	Materi Minggu Ke-2	Materi Minggu Ke-3	Materi Minggu Ke-4
Ustadz Apud	Fiqih	Tauhid	Fiqih	Tauhid
Ustadz Yusuf	Muamalah	Sejarah Islam	Muamalah	Sejarah Islam

### C. Visi dan Misi Mushola Raudhatussholihin

Mushola Raudhatussholihin memiliki visi yaitu menjadikan mushola sebagai tempat ibadah yang istiqomah agar menjadi orang-orang yang sholih. Untuk mewujudkan visi tersebut, maka misinya adalah sebagai berikut:

1. Menjalankan ibadah shalat berjamaah
2. Membaca, mempelajari dan mengamalkan Al-Quran dan As-sunnah.
3. Membimbing jamaah menjadi pribadi yang berakhlakul karimah melalui kajian rutin.
4. Memotivasi jamaah agar cinta Allah dan Nabi Muhammad beserta nabi-nabi lainnya.

## BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Bab IV ini berisi mengenai hasil dari penelitian dan pembahasan penulis yaitu tentang peran ustadz dalam meningkatkan kesehatan mental dan spiritual pada lansia melalui kajian rutin di Mushola Raudhatussolihin. Penulis telah melakukan penelitian dari Desember hingga Februari di Mushola Raudhatussolihin. Pemaparan hasil penelitian dan pembahasan adalah sebagai berikut.

### A. Data Informan/Narasumber

#### 4.1 Data Informan

No	Nama	Usia	Pendidikan Terakhir	Pekerjaan
1.	Ibu Emot	74	SD	Tidak Bekerja
2.	Ibu Eni	75	SD	Tidak Bekerja
3.	Ibu Mursih	61	SD	Tidak Bekerja
4.	Ibu Ismah	60	SD	Karyawan Pabrik Genting/Jebor
5.	Pak Ustadz Apud Saepudin	48	Pondok Pesantren Miftahul Huda Rajagaluh	Guru Ngaji Pondok Pesantren Bustanul Huda
6.	Pak Ustadz Yusuf	45	Pondok Pesantren Asyafi'iyah Cimanggu	Guru Ngaji Masjid At-Taqwa Baturuyuk

*(Sumber: Hasil Wawancara dengan Narasumber)*

## **B. Peran Ustadz dalam Meningkatkan Kesehatan Mental dan Spiritual Lansia Melalui Kajian Rutin di Mushola Raudhatussolihin Desa Surawangi Kecamatan Jatiwangi Kabupaten Majalengka**

### **1. Bentuk Kegiatan Kajian Rutin di Mushola Raudhatussolihin**

#### **a. Hasil Penelitian Informan Pertama**

Narasumber pertama bernama Ibu Emot. Usianya 74 tahun dan tinggal bersama satu cucunya yang sudah berkeluarga. Suaminya meninggal sejak lima tujuh tahun lalu. Pada saat melakukan penelitian, Ibu yang akrab dipanggil Mak Emot sedang duduk di Mushola Raudhatussolihin menunggu kajian di mulai. Sesuai waktu yang sudah disepakati sebelumnya, penulis akan melakukan wawancara pada beliau pagi hari sebelum dimulainya kajian. Saat itu, ia mengenakan gamis berwarna merah menyala dengan tudung berwarna kuning. Awalnya Mak Emot ini merasa takut tidak bisa menjawab pertanyaan dari peneliti, namun ketika ia tahu dirinya tidak sendiri ditemani adiknya yang juga sama-sama mengikuti kajian, dirinya dengan senang hati mau diajak ngobrol oleh peneliti.

“Enya mangga atuh teh bade ngobrol sareng Emak mah. Tapi hapunten teteh, bilih Emak teu tiasa ngobrol nganggo Bahasa Indonesia da sadidintenna tara biasa, sunda wae nya.”

Ibu Emot merupakan seorang nenek yang berlatar belakang pendidikan terakhir SD (Sekolah Dasar). Tidak banyak pengetahuan yang ia punya selain menulis, membaca, dan berhitung semampunya termasuk dalam pengetahuan agama. Anak-anak zaman dahulu kebanyakan lebih sering membantu orang tuanya di kebun dan di ladang termasuk Ibu Emot. Namun niat menuntut ilmu akan selalu ada dalam benaknya di mana pun dan kapan pun termasuk menuntut ilmu agama seperti kajian rutin yang ia ikuti cukup lama.

“Alhamdulillah tos lami. Cuma Emak kirang inget pas tahun iraha ngiring pangajian teh.”

Walaupun Ibu Emot sudah berusia 74 tahun, kondisi pendengarannya masih cukup baik. Setiap ditanyai sesuatu, ia

berusaha menjawab dengan sepengetahuannya termasuk menjelaskan gambaran kajian rutin di Mushola Raudhatussolihin.

“Jadi awalnya teh babarengan maos sholat atanapi deba nu dipimpin ku Bu Heni istrina Ustadz Apud sareng Bu Iin. Teras teh kajian na ku Ustadz Apud sareng Ustadz Yusuf, teh. Memperingati sasih mulud sareng rajab oge di ieu mushola.”

Upaya Ibu Emot dalam memberikan gambaran terkait bentuk kajian di Mushola Raudhatussolihin cukup baik dan dapat dipahami. Bahwa gambaran bentuk kajian tersebut diawali dengan membaca sholat bersama lalu penyampaian materi dakwah oleh Ustadz Apud dan Ustadz Yusuf. Sejak ditinggalkan suaminya, Ibu Emot rajin mengikuti kajian rutin di tiap mushola terutama Mushola Raudhatussolihin. Dengan aktivitasnya mengikuti kajian, ia merasa nyaman karena memiliki teman seperjuangan untuk bertholabul ilmi walau di usianya yang sudah tidak muda lagi.

“Alhamdulillah seneng. Ngiringan kajian teh jadi sering kapendak rerencangan nu sami-sami tholabul ilmi.”

*(Hasil wawancara pada Minggu, 19 Februari 2023 pukul 07.00)*

b. Hasil Penelitian Informan Kedua

Setelah Ibu Emot, selanjutnya Ibu Mursih sebagai informan kedua. Ia adalah adik dari Ibu Emot. Usianya 61 tahun dan tinggal di Blok Sabtu RT 003 RW 007 Desa Jatiwangi. Walaupun berbeda desa dengan mushola yang sering ia kunjungi untuk mengikuti kajian, akan tetapi rumahnya cukup dekat dan hanya memakan waktu tidak kurang dari 10 menit untuk berjalan kaki ke Mushola Raudhatussolihin.

Ibu Mursih sama seperti Ibu Emot, pendidikannya hanya tamatan SD. Hal tersebut tidak menjadi alasan untuknya berhenti belajar, termasuk belajar memperdalam agama. Sebagai salah satu jamaah kajian, ia mampu memberikan penjelasan yang baik sesuai pemahamannya.

“Awalnya debaan/sholawatan dulu bersama. Terus dilanjut materi kajian oleh ustadz. Sebelum materi disampaikan, biasanya ustadz membaca hadaroh dulu atau sholatan

sebentar. Baru ke intinya, penyampaian ceramah dan ditutup oleh doa.”

Ibu Mursih sebagai jamaah dalam kajian sangat menyimak penyampaian ustadz. Ia cukup memahami pesan dalam kajian tersebut. Jika ada yang belum dipahami, ia memutuskan untuk bertanya langsung kepada ustadz.

“Kadang paham, kadang nggak. Tapi kalau ada yang kurang paham, biasanya ibu mah nanya langsung ke ustadznya. Tapi kalau sudah bubar kajian.”

*(Hasil wawancara pada Minggu, 19 Februari 2023 pukul 07.27)*

c. Hasil Penelitian Informan Ketiga

Informan ketiga yaitu Ibu Eni. Saat itu Bu Eni memakai gamis berwarna hijau bercorak bunga juga tudung yang berwarna sama dengan gamis. Ibu Eni ini asli orang Blok Pon Surawangi RT 002 RW 003. Jarak rumahnya ke mushola tidak lebih dari tiga hingga empat menit saja. Usianya yang terbilang sudah tua, 75 tahun ia masih berusaha ikut kajian walau hanya di Mushola Raudhatussolihin.

“Ini nih teh lutut sok ting troktok. Kapangajian teh jadi kadieu we da caket. Ka mushola sanes mah tara hadir. Ke sini ge kadang kalau kakinya lagi kerasa ya gak hadir, teh.”

Dengan keadaan fisiknya yang tidak sekuat masa muda, ia selalu berusaha untuk hadir menyimak kajian, walaupun hanya di Mushola Raudhatussolihin saja. Semangatnya dalam menuntut ilmu tidak terkait usia dan waktu. Pendengarannya pun masih berfungsi dengan baik saat penulis mengajaknya berkomunikasi. Selain itu pula, walau dengan bahasa campuran antara Indonesia dengan Sunda ia mampu memberikan gambaran terkait bentuk kajian yang diikutinya.

“Kajiannya mah dimulai jam 8 pagi. Diisi sholawatan dulu sama Ibu Heni dan Bu Iin. Terus kajian diisi oleh dua ustadz. Pak Ustadz Apud sama Pak Ustadz Yusuf. Biasana Pak Ustadz Apud mah suka hadaroh dulu sebelum menyampaikan kajian. Lalu suka membahas tentang fikih. Kalau Pak Ustadz naon sih, Ustadz Yusuf suka sholawat dulu terus suka bahas tentang kehidupan sehari-hari. Misalnya sabar, kita teh harus bersabar. Syukur, ikhlas. Pokoknya tentang kehidupan sehari-hari sama anak, tetangga, suami, sama yang lainnya gitu.”

*(Hasil wawancara pada Minggu, 19 Februari 2023 pukul 10.11)*

d. Hasil Penelitian Informan Keempat

Ibu Ismah merupakan narasumber keempat dalam penelitian penulis. Ketika diwawancarai ia menggunakan gamis cokelat bergaris kekuningan dengan warna tudung yang senada. Penulis mewawancarainya setelah kajian selesai dan setelah Bu Eni. Di rumahnya tinggal seorang diri tanpa suami, anak, dan cucu. Dari kacamata penulis, ia merupakan sosok pemberani, humble, dan tidak pemalu.

“Di sini mah sering debaan/sholawatan kitu ngaos al berjanji/rawi, terus pengajian kupingan, kadang pernah wisata religi seperti ziarah, teh. Ziarah ke makam para wali, seperti ka gunung jati gitu teh. Tapi ongkosnya kita nabung dulu. Jadi kita sedikitnya tahu mana makam wali ini wali itu dan bagaimana kisahnya dari ustadz yang ngejelasin.”

Usianya yang sudah 60 tahun ia masih tetap bekerja sebagai buruh pabrik genteng atau penduduk sini menyebutnya *jebor*. Ibu Ismah sosok pekerja keras dan mampu mengatur waktu antara bekerja dan menuntut ilmu. Tak banyak orang seusianya masih produktif bekerja untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari.

“Kerja di jebor. Kadang kerjanya cuma 4 hari, 3 harinya saya pake untuk menuntut ilmu. Saya mah kadang suka bolos teh. Ngeliburin diri, tapi minta izin dulu dan bosnya sudah tahueun lamu ibu teu masuk kerja. Walaupun saya sudah gak muda, tapi bagi saya menuntut ilmu itu penting. Kata ustadz juga menuntut ilmu mah teu mandang umur. Da kewajiban umat muslim nuntut ilmu teh ti dalam kandungan sampai ka acan masuk ka liang lahat mah. Ongkoh da saya mah jalma awam, bodo teh. Dari kecil nggak pernah belajar agama. Disuruh bantuin orang tua terus sih. Kadang ke sawah, kadang ke kebon disuruh-suruh bantu. Dan dulu mah pas saya kecil nggak ada yang namanya ngaji tuh jarang teh. Paling di masjid-masjid besar kabupaten/kecamatan. Jadi mumpung sekarang di tiap-tiap mushola ada dan bisa dijugjug jalan kaki/naik sepeda mah berangkat terus.”

(Hasil wawancara pada Minggu, 19 Februari 2023 pukul 10.23)

e. Hasil Penelitian Informan Kelima

Informan selanjutnya yang peneliti wawancara ialah Ustadz Apud salah satu ustadz yang mengisi kajian di Mushola Raudhatussolihin. Peneliti melakukan wawancara untuk mengetahui ada tidaknya kesinambungan antara hasil penelitian kepada jamaah lansia dengan ustadz dalam meningkatkan kesehatan mental dan spiritual lansia melalui kajian rutin. Ustadz Apud merupakan alumni dari Pondok Pesantren Miftahul Huda-Rajagaluh. Rumahnya di Desa Mirat Kecamatan Leuwimunding Kabupaten Majalengka. Ia mempunyai istri dan dua anak yaitu laki-laki dan perempuan yang juga sama-sama sedang menuntut ilmu di pondok pesantren. Kesehariannya sebagai guru ngaji/Al-Qur'an juga seorang pengusaha kripik singkong yang dibuatnya sendiri bersama istrinya. Dari 2014 Ustadz Apud menjadi penceramah dalam kajian rutin di Mushola Raudhatussolihin.

“Alhamdulillah sejak awal diadakannya kajian rutin, tahun 2014 kalau tidak salah.”

Ternyata Ustadz Apud merupakan kakak dari pengurus Mushola Raudhatussolihin. Bahkan adanya kajian rutin ini atas kesepakatannya bersama pengurus mushola yaitu Pak Ahmad Royani atau sering disapa Pak Yani juga kesepakatan dari Ustad Yusuf yaitu adik ipar Ustadz Apud. Dalam kajian tersebut, ia menjelaskan bahwa bentuk kajiannya terdiri dari beberapa rangkain acara. Dimulai dari pembacaan sholawat bersama, pembacaan hadhoroh, penyampaian materi, dan doa penutup.

“Pertama-tama sholawat dulu bersama ibu-ibu yang dipimpin istri saya dan Bu Iin. Lalu, setelah selesai saya yang ngisi. Saya kirim hadoroh al-fathihah dulu untuk nabi dan orang-orang yang telah mendahului kami. Baru ke materi inti dan ditutup oleh doa.”

*(Hasil Wawancara pada Minggu, 19 Februari 2023 pukul 13.15)*

f. Hasil Penelitian Informan Keenam

Informan terakhir dalam penelitian ini ialah Ustadz Yusuf. Ia tinggal di Desa Baturuyuk Kecamatan Dawuan bersama istri dan dua anak laki-lakinya. Profesinya selain sebagai ustadz yang dihormati masyarakat, guru ngaji anak-anak juga mempunyai usaha makroni dengan bumbu khasnya menggunakan bawang putih, bawang merah, dan cabe keriting bersama istrinya. Pendidikannya lebih banyak dihabiskan di lingkungan pondok pesantren yang ada di Cimanggu-Cikijing-Majalengka yaitu Pesantren As-syafi'iyah. Selain itu, beliau juga seorang petani yang mempunyai ladang cukup luas.

Ketika penulis meminta izin untuk bersilaturahmi, beliau merespon dengan sangat ramah. Rumahnya sangat sederhana dan halamannya terbentang luas. Dekat sekali dengan masjid At-Taqwa tempatnya mengajar anak-anak membaca Al-Qur'an di sore atau malam hari. Beliau juga sudah menjadi pengisi kajian di Mushola Raudhatussolihin sama dengan Ustadz Yusuf yaitu tahun 2014.

“Iya, sudah lama teh. Sekitar tahun 2014 bersama Ustadz Yusuf dan Kyai Asikin.”

Dalam menjadi penceramah di kajian rutin Mushola Raudhatussolihin tentu beliau hafal betul bentuk kegiatan kajian itu dilaksanakan bersama dengan ustadz Apud dan jamaah lansia. Menurutnya rangkain kegiatan dalam kajian tersebut dimulai pada pukul 08:00 pagi. Kegiatan pertama adalah membaca sholawat bersama yang dipimpin oleh Bu Heni dan Bu Iin. Lalu setelah selesai, kajian diisi oleh Ustadz Apud sebagai penceramah pertama. Ustadz Apud membuka kajian tersebut dengan mengirimkan hadoroh dan al-fatihah, setelah itu isi materi, lalu ditutup doa. Kemudian Ustadz Yusuf sebagai penceramah kedua. Biasanya ia membuka kajiannya dengan mengajak ibu-ibu sholawat bersama, tapi tidak lama dan hanya sholawat pendek yang bisa dilantunkan ibu-ibu sehari-hari. Lalu masuk ke inti penyampaian pesan/dakwah dan ditutup oleh doa.

“Maksudnya rangkaian kegiatannya? Kalau saya ngisi acara sebagai penceramah kedua atau terakhir. Biasanya jam 8 pagi tuh dibuka dengan kegiatan sholawatan bersama oleh Ibu Heni dan Bu Iin. Setalah baca sholawat, mulai kajian pertama oleh Ustadz Apud. Ya biasa hadoroh dulu, pembukaan, materi inti. Terus setelah beliau, saya sebagai penceramah kedua. Kalau saya pembukaannya biasanya baca sholawat sebentar lalu materi inti yang ringan-ringan saja asal ibu-ibu seneng bahagia. Terus ditutup doa.”

Namun sebenarnya kegiatan dalam kajian tersebut mempunyai program lain selain yang dijelaskan para informan yaitu wisata religi atau biasa disebut ziarah ke makam para wali. Hal ini dilakukan tentu mempunyai tujuan yaitu agar ibu-ibu jamaah bisa lebih mengenali kisah atau sejarah orang-orang pilihan Allah yang semasa hidupnya sungguh luar biasa dan supaya ibu-ibu mencintai serta membiasakan diri untuk bersilaturahmi kepada tetangga atau sesama. Tujuannya agar hubungannya terjaga dan harmonis baik tetangga, kerabat, dan teman sejawat.

“Sebenarnya ada sih kita ngadain ziarah ke para wali setiap tiga bulan sekali rencananya. Tapi baru terlaksana dua kali selama setahun ini. Biar ketika saya atau Ustadz Apud sedang menyampaikan sejarah orang-orang hebat dengan kesabarannya dahulu atau dengan sesuatu yang spesial yang bisa diambil pelajaran dari kehidupannya bisa lebih berkesan jika kita ajak ibu-ibu ziarah langsung ke makam para wali. Atau ini juga berhubungan dengan bersilaturahmi. Di mana ziarah adalah mengunjungi. Biar suka silaturahmi. Kan baik tuh buat menjaga hubungan dengan sesama.”

*(Hasil Wawancara pada Sabtu, 11 Februari pukul 10.15)*

Dari hasil penelitian di atas dapat penulis analisis bahwa dalam kegiatan apapun yang dilakukan oleh seseorang atau secara individu maupun dilakukan oleh banyak orang atau secara berkelompok seperti komunitas atau yang lainnya tentu ada tahapan atau rangkaiannya untuk mewujudkan terlaksananya suatu kegiatan termasuk dalam kajian rutin yang diselenggarakan di Mushola Raudhatussolihin. Dengan tahapan atau susunan yang sudah tertata dapat membuat kegiatan tersebut menjadi terstruktur dan terarah. Adapun bentuk kegiatan kajian rutin di Mushola

Raudhatussolihin dimulai pukul 08:00 pagi. Kegiatan pertamanya adalah membaca sholawat bersama yang dipimpin oleh Ibu Heni dan Ibu Iin. Kemudian mauidzotul hasanah yang disampaikan Ustadz Apud dan Ustadz Yusuf. Mauidzhotul hasanah atau penyampaian dakwah pertama oleh Ustadz Apud. Di mana Ustadz Apud membuka kajiannya dengan berikirim doa atau hadoroh dan al-fathihah kepada para pendahulu seperti Nabi Muhammad SAW, keluarganya, sahabatnya, tabi'in dan tabi'atnya, para alim ulama hingga guru-guru tercinta. Kemudian memasuki materi inti yaitu penyampain isi kajian. Sedangkan Ustadz Yusuf menjadi pemateri kedua dalam kajian tersebut. Beliau membuka kajiannya dengan mengajak ibu-ibu kembali bersholawat bersama namun hanya sebentar tidak selama sholawat al-barjanji. Dilanjut dengan penyampaian kajian yang ingin dibahasnya dan ditutup oleh doa.

Adapun kajian lain yang dilakukan di luar mushola ialah wisata religi atau mengunjungi makam para wali seperti Gunung Jati yang berada di Cirebon. Program ini masih atas nama Majelis Taklim Raudhatussolihin yang diadakan setiap tiga bulan sekali. Tujuan dari wisata religi atau ziarah makam para wali ini, agar jamaah lebih mengenal, mengetahui, dan dapat mengambil pelajaran dari sejarah kehidupan orang-orang pilihan Allah. Selain itu juga agar jamaah lebih menyukai dan mencintai kegiatan mengunjungi yang mana bukan hanya mengunjungi makam para wali atau makam orang-orang yang telah meninggal, melainkan juga mengunjungi atau bersilaturahmi pada tetangga, kerabat, dan teman sejawat yang jaraknya masih bisa ditempuh.

Secara etimologi asal kata ziarah dari Bahasa Arab yaitu "*zaara, yazuuru, ziyarotan*" berarti kehendak mendatangi atau berkunjung pada suatu tempat. Istilah dasar ziara di Indonesia dikenal dengan mengunjungi makam orang tua, kerabat, saudara, atau kawan dengan tujuan mendoakan yang telah meninggal. Namun biasanya orang muslim seting melakukan ziarah tidak hanya ke makam orang tua, kerabat, saudara saja melainkan juga ke makam para wali. Di mana para wali merupakan manusia yang

dipandang mewarisi spiritual Nabi. Dalil terkait ziarah kubu dan rangkaian amaliyahnya Rasulullah bersabda, "Sesungguhnya aku telah melarang kalian berziarah kubur. Maka (sekarang) ziarahlah karena akan bisa mengingatkan kepada akhirnya dan akan menambah kebaikan bagi kalian dengan menziarahinya. Barangsiapa yang ingin berziarah maka lakukanlah dan jangan katakan 'hujran' (ucapan-ucapan batil)" (HR. Muslim).

Dijelaskan oleh Imam Ash-Shan'ani bahwa ini hadis yang menunjukkan isyarat ziarah kubur dan menjelaskan hikmah yang terkandung dalam hadis ini. Ziarah kubur bukan sesuatu yang dilarang, namun hukumnya dianjurkan. Dalam perjalanan Islam, perbuatan tersebut dilarang untuk menutup perbuatan syirik. Namun saat tertanamnya tauhid dalam hati para sahabat, berziarah kubur diizinkan melalui tata cara yang disyariatkan. Tujuannya hanya untuk mendoakan bukan untuk menyimpang atau melakukan syirik yang sangat bertentangan dalam ajaran Islam. Dengan berziarah, dapat diambil pelajaran yaitu sebagai pengingat akhirat dan memotivasi dalam mengarungi perjalanan kehidupan yang fana. Dengan begitu akan timbul rasa takut kepada Allah dan mendorong diri untuk memikirkan kematian, akhirat dan memperbanyak ibadah sebagai amalan untuk bekal kelak (Berita Terkini, 2021).

Manfaat dari ziarah kubur yaitu mendapat pahala sunnah karena melakukan yang Nabi Muhammad perintahkan, mengingat kematian dan akhirat, dan melembutkan hati (Tanbihulghofilin, 2022). Orang yang berziarah ke makam para wali sejatinya atas dasar menambah kecintaannya. Namun untuk memupuk rasa cinta tersebut tidak hanya berhenti dengan menziarahi, mendoakan dan mengharap berkahnya. Cinta juga butuh pembuktian yang lebih dalam. Maka untuk membuktikan cintanya, seseorang perlu meneladani yang dicintainya. Maka diharapkan saat berziarah dapat mengenang dan meneladani kebajikan dan jasa para waliyullah dalam berjuang menegakkan syariat Islam, menolong kaum yang tertindas, dan menegakkan ajaran Islam yang membawa kesejahteraan (TQN News, 2022).

## 2. Peran Ustadz dalam Meningkatkan Kesehatan Lansia Melalui Kajian Rutin di Mushola Raudhatussolihin

### a. Hasil Penelitian Informan Kesatu

Dalam kajian rutin yang dilaksanakan setiap Minggu pagi di Mushola Raudhatussolihin tentu mempunyai peran yang cukup besar dalam kesehatan mental lansia. Meningkatnya kesehatan mental yang terjadi pada jamaah lansia yang aktif dalam mengikuti kajian. Hal ini mampu membuat para lansia tersebut merasa lebih berharga dan berkualitas hidupnya di masa tua. Seperti yang dikemukakan oleh Ibu Emot bahwa ia merasakan ketenangan. Karena sewaktu sebelum aktif mengikuti kajian, seringkali ia bertengkar dengan almarhum suami dan anaknya. Selain itu hatinya selalu merasa iri ketika tetangganya mempunyai atau membeli barang baru. Namun setelah rutin mengikuti kajian, Allah mengetuk hatinya dengan memberikan rasa damai, belajar bersabar, bersyukur, dan ikhlas menerima keadaan yang menimpa dirinya.

“Alhamdulillah merasa tenang, teh. Damai we hati teh pas ayeuna rajin ngiringan pangajian mah. Ari kapungkur mah asa rungsing wae hate sareng pikiran teh. Mikirkeun kanggo emam sahari-hari, mikiran anak, suami. Kadang pasea di rumah teh sareng anak atau sareng si bapak. Ayeuna mh tinggal cucu hiji nu bareng sabumi teh tapi tos nikah gaduh putra. Anak-anak nu sanes na mh tos marisah. Si bapak tos teu aya.”

Manusia memang tidak ada yang tahu alur kehidupan yang akan dilaluinya. Hati dan pemikirannya seringkali berubah. Namun sebenarnya perubahan tersebut itu disebabkan atas adanya kemauan dari manusia itu sendiri. Walaupun kendala yang menghampiri, itu tak kan mengubah niat hati untuk terus memperbaiki diri. Ibu Emot dalam mengikuti kajian juga tak lepas dari adanya kendala yang cukup mengganggu ketika proses kajian. Akan tetapi ia berhasil mengatasi gangguan tersebut.

“Ada, teh. Kadang emak sok nundutan geuning teu karasa. Jadi kadang lupa pak ustadz ngajelaskeun naon wae. Tapi aya oge nu diinget walau cuma sakedik. Enya kadang emak sok batuk wae

ai nuju batuk mah. Tenggorokanna teu arenak. Kadang oge kesemutan kakinya, teh. Biasa tos sepuh mah seueur nu diraos. Macem-macem teh. Tapi Alhamdulillah sakitu oge masih tiasa ngiringan pangaosan. Minum, teh. Kadang nyandak ti bumi ka botolkeun, yeuh teh. Kadang nyandak OBH. Da di dieu ge dipasih an minum aqua gelas, alhamdulillah.”

*(Hasil Wawancara Minggu, 19 Februari 2023 pukul 07.11)*

Peran ustadz bagi Ibu Emot dalam kajian ini seperti wadah dan makanan bagi jiwanya. Melalui kajian, ia mendapatkan banyak teman. Dan melalui penyampaian-penyampaian ustadz, ia mendapat petunjuk dan ketenangan dalam batinnya.

#### b. Hasil Penelitian Informan Kedua

Peran ustadz dalam meningkatkan kesehatan mental juga dirasakan oleh Ibu Mursih sebagai informan kedua dalam penelitian ini. Semenjak mengikuti kajian, stresnya menjadi berkurang. Hatinya terhibur dan merasa senang. Interaksi dengan sesama menjadi lebih aktif usai mengalami kesedihan mendalam atas sebuah kepergian pasangan.

“Alhamdulillah ibu jadi tidak terlalu stres. Dulu-dulu sedih mulu kepikiran suami karena udah duluan meninggalkan ibu. Seperti kosong hidup saya, hati ibu. Tapi setelah sering hadir ke pengajian, hati dan jiwa ibu seperti terisi lagi, hidup lagi. Jadi punya semangat hidup kembali. Lebih semangat ibadah, dan berbaur sama teman-teman majelis taklim. Saya jadi terhibur dan senang teh.”

Selain ustadz yang berperan dalam kesehatan mental Ibu Mursih, kakak beliau-Ibu Emotlah yang juga ikut berperan. Karena awalnya ia menjadi salah satu jamaah kajian ini disebabkan keputusannya untuk ikut kakanya menghadiri kajian rutin di Mushola Raudhatussolihin. Hatinya yang sakit jadi terobati oleh siraman rohani yang dituangkan sang murobbi.

Di usianya yang mulai senja, keadaan fisik yang banyak dirasa, bukan menjadi penghalang baginya untuk menjemput makanan rohani. Ia mampu menyingkirkan sakit yang sering dirasakan oleh kepalanya. Mengatasi dengan obat yang diminumnya setelah sarapan sebelum berangkat ke kajian.

Nggak tau kenapa ya teh, ibu mah suka sakit kepala lieur kalau pagi-pagi teh. Mungkin terlalu menahan kantuk. Yang lain nundutan ge, ibu mah sok ditahan. Nah, ibu mah pagi-pagi setelah sarapan di rumah teh sebelum berangkat ke pengajian suka minum bodrex biar kuat gak ngantuk. Alhamdulillah teh sejauh ini tidak ada. Malah ibu bisa lebih fokus menyimak kajian. Karena emang ibu butuh asupan untuk hati dan jiwa ibu. Kalau tidak sekarang kapan lagi teh? Usia sudah segini entah berapa tahun lagi Allah kasih kesempatan ibu untuk nyari bekal.”

*(Hasil Wawancara Minggu, 19 Februari 2023 pukul 07.40)*

c. Hasil Wawancara Informan Ketiga

Sebagai seorang ustadz atau tokoh agama yang dihormati masyarakat, bukan hanya kepiawaiannya memberikan pesan agama namun juga karena pancaran kepribadiannya membuat jamaah dalam kajian rutin di Mushola Raudhatussolihin terserap oleh jamaah lansia, salah satunya Ibu Eni. Usianya yang sudah 75 tahun tentu kondisi fisiknya mengalami penurunan, terutama lutut dan sendinya yang terasa senat senut baik ketika berjalannya kajian maupun ketika melakukan ibadah di rumahnya.

“Ini nih teh lutut sok ting troktok. Kapangajian teh jadi kadieu we da caket. Ka mushola sanes mah gak ikutan. Ke sini ge kadang kalau kakinya lagi kerasa ya gak hadir, teh.”

Ibu Eni yang mengalami sakit atau pegal di lutut mempunyai cara tersendiri untuk mengurangi atau mengatasi rasa sakitnya yaitu dengan cara dikompres menggunakan air hangat. Ia jarang meminum obat sebagai pereda. Lebih mengunakan ramuan alami dari dedaunan yang dibuatnya sebagai obat. Sese kali ia dapat memeriksakan penyakitnya kepada manteri tersohor di daerahnya.

“Suka dikompres aja sama air anget teh. Enakeun ai dikompres mah. Tapi ibu mah jarang minum obat, ku dadaunan we meh alami obatnya nu tiasa dipilarian di dieu. Ongkoh da meh teu ngaluarkeun artos. Paling mun diparios teh, mun anak masihan kanggo diparios ka pak mantri.”

Walau dengan segala keterbatasan tersebut, ia berusaha mengikuti kajian. Karena yang didapatkannya dalam kajian jauh lebih besar daripada sakit fisik yang dirasakannya. Bahkan tidak hanya

mentalnya yang menjadi sehat tetapi juga mampu membuat fisiknya jauh lebih baik.

“Kadang sih teh. Enya awal-awal mah ngeluh. Makin tua makin banyak yang dirasa ternyata. Ari ayeuna mh tos narimakeun yen ibu teh tos sepuh wajar seueur nu karaos oge. Sa teu acan suami ibu si bapak masih aya oge, alhamdulillah tos ngiringan pangajian di dieu. Itung-itung jalan-jalan tapi ka mushola. Malah meh kagerakkeun tulang-tulang, sendina. Hati sareng pikiran teh teu rumit teuing, jadi tenang.”

*(Hasil Wawancara Minggu, 19 Februari pukul 10.15)*

d. Hasil Penelitian Informan Keempat

Peran ustadz dalam kajian rutin di Mushola Raudhatussolihin tidak hanya meningkatkan kesehatan mental tetapi juga akhlaknya yang terasa menjadi lebih baik oleh Ibu Ismah. Lingkungannya dalam pekerjaan tidak semua memberikan dampak positif bagi kesehatan mental terutama dalam menjaga lisan. Awalnya ia sering berkata tidak baik, perlahan-lahan menjadi baik itu tak lepas karena keinginan dan niatnya yang ingin memperbaiki diri, menentut ilmu mengikuti kajian rutin di Mushola Raudhatussolihin.

“Ya yang tadinya kan kalau saya di tempat kerja di jebor mah teh ngobrolnya tuh omonganya suka kasar, dusun tuh teh. Kalau becanda suka berlebihan. Tapi setelah saya sering mendengarkan kajian ustadz, saya belajar mengontrol mulut saya dan pikiran saya gitu.

Tidak hanya belajar mengontrol lisan dan pikirannya dari hal-hal negatif, akan tetapi mengikuti kajian ini membuat Ibu Ismah memiliki teman baru yang membawanya lebih menjadi baik kepribadiannya. Baginya ustadznya mempunyai peran yang sangat besar mempengaruhi lingkungan, pikiran dan hatinya menjadi lebih sehat lagi.

“Senang teh, alhamdulillah jadi banyak teman. Lingkungannya bisa membawa saya menjadi lebih baik.”

*(Hasil Wawancara pada Minggu, 19 Februari pukul 10.27)*

e. Hasil Penelitian Informan Kelima

Peran ustadz dalam meningkatkan kesehatan mental melalui kajian rutin di Mushola Raudhatussolihin ini tidak lepas dari

penyampaian materi dari ustadz termasuk Ustadz Apud. Dalam kajian tersebut walaupun isi kajiannya lebih sering membahas tentang fikih, akan tetapi beliau juga memaknai apa-apa yang tersirat dalam fikih yang bersinggungan dengan kejiwaan seseorang. Apalagi jika seseorang tersebut ibadah yang dilakukannya betul-betul dengan ilmu sehingga menjadi lebih khusyu.

“Kalau saya lebih ke fikih dan maknanya. Contohnya tata cara wudhu, shalat dan lain-lain seperti itu. Di mana wudhu itu bisa membuat kita kembali menyucikan diri. Sholat juga menurut pengetahuan ilmiah sangat baik untuk kesehatan, baik itu ketika kita sujud, sirkulasi oksigen yang mengalir ke darah jadi lancar, maupun rukuk dan gerakan lainnya dapat membuat persendian, otot-otot kita tidak tegang. Di mana sholat juga bisa membuat hati tenang, mencegah kita dari perbuatan keji dan munkar begitu teh. Pokoknya banyaklah kalau dibahas secara rinci bisa sehari semalam teteh di sini. Tapi bebas sih. Kadang juga menyampaikan tentang akidah. Kalau satunya lagi ustadz Yusuf menyampaikan tentang tauhid, muamalah.”

Dengan begitu ustadz bukan hanya sebagai guru agama, melainkan bisa juga menjadi guru mental psikologis. Karena ilmu-ilmu yang didapat dan diamalkannya mempunyai peran penting dalam meningkatkan kesehatan mental jamaahnya. Dengan aktif mengikuti kajian bisa memberikan kesehatan mental yang baik karena bisa bertemu dan berinteraksi dengan teman sejawat. Sehingga dari keduanya akan saling merasakan kebahagiaan yang tak bisa diukur materi.

“Kalau ditanya sebelumnya kesehatan mentalnya baik atau tidak mah saya kurang tahu ya, teh. Tapi yang saya lihat ibu-ibu tuh seneng ke pengajian. Mungkin karena bisa ketemu ngobrol sama teman-teman sebayanya. Biasanya kan kalau ngobrol sama teman sebaya lebih nyambung ya, teh. Jadi komunikasi interaksi dengan teman-temannya lebih baik dan kompak. Terus ada juga yang tiba-tiba curcol di tengah-tengah kajian mengenai keadaan dirinya dan orang serumah atau tetangganya. Dan menurut saya sih, itu cukup baik. Mereka bisa pelan-pelan mengendalikan diri ketika emosi. Mungkin ini juga dampak dari mengikuti kajian. Ibu-ibu jadi banyak belajar menahan nawa nafsu dan bersabar.”  
(*Hasil Wawancara pada Minggu, 19 Februari 2023 pukul 13.23*)

f. Hasil Penelitian Informan Keenam

Dalam pandangan Ustadz Yusuf, kesehatan mentalnya menjadi baik itu karena kualitas ibadahnya yang meningkat. Ketika ibadahnya dilakukan dengan khusyu, akan lebih sampai ke hati. Mereka akan mendapatkan ketenangan dari proses ibadah yang dilakukan.

“Lebih bisa mengendalikan diri cukup terjaga gitu emosionalnya. Mungkin berkah dari ibadahnya yang meningkat dan berkualitas begitu. Lebih menerima keadaan dirinya. Apalagi keadaan diri yang sudah lansia. Ketika perubahan fisiknya menurun secara perlahan. Dan lebih menjaga pola makannya. Itu juga terdengar pas saya ngisi kajian tuh sering nanya sayanya. Karena ibu-ibu tahu dampak negatifnya jika tidak menjaga pola makan.”

Kualitas ibadah jamaah lansia baik dan meningkat tentu juga karena ada peran yang mendorong lansia tersebut untuk melakukan demikian, yang tak lain ialah ustadz. Dalam kajiannya tentu banyak materi yang disampaikan oleh ustadz membuka pikiran dan menyentuh hati yang mendengarkan. Apalagi jika dalam penyampaiannya dibungkus dengan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami. Tentu amat berkesan.

“Saya mah secara sederhana saja kalau menyampaikan materi. Yang ringan-ringan, pakai bahasa sehari-hari biar mudah dipahami. Kalau pakainya bahasa perguruan tinggi mah mungkin ibu-ibunya bisa bingung hehe. Sesuai pengalaman, lewat cerita/ kisah-kisah. Baik itu kisah zaman nabi, para sahabat, dan ulama maupun zaman sekarang yang banyak orang-orang alami termasuk saya. Jadi biar ngena ke hati dan pikiran ibu-ibunya. Soalnya kan ibu-ibu mah sukanya nostalgia ya teh, mengingat masa lalu hehe. Senang sekali saya perhatikan ibu-ibu kalau saya ajak nostalgia bareng nanti biar pesannya nyampe. Ibu-ibu jadi aktif ketika saya menyampaikan pesan dalam kajian.”

*(Hasil Wawancara pada Sabtu, 11 Februari 2023 pukul 10.27)*

Dari paparan hasil penelitian tersebut dapat dianalisis bahwa ada beberapa hal yang menjadi faktor peran ustadz dalam meningkatkan kesehatan mental lansia melalui kajian rutin di Mushola Raudhatussolihin. Di antaranya ialah metode yang digunakan dalam menyampaikan pesan dakwah dalam kajian seperti yang sebelumnya sudah

penulis jelaskan di Bab II. Secara umum kajian di Mushola Raudhatussolihin menggunakan metode dakwah yang sesuai dalam Al-Qur'an surah An-Nahl ayat 125. Dikatakan bahwa metode dakwah bisa ditempuh dengan cara memberikan hikmah (bil-hikmah) yaitu suatu makna yang diketahui dari setiap sesuatu secara rahasia (Saputra, 2011). Selain dengan bil-hikmah juga dengan pelajaran yang baik (mauizhatul hasanah) yaitu sebuah ungkapan yang mengandung unsur tuntunan, pendidikan, pengajaran, cerita, kabar baik, peringatan, pesan positif (wasiat), dan dapat digunakan sebagai pedoman dalam hidup untuk mendapatkan perdamaian dunia dan akhirat. Kemudian melalui cara berdebat dengan baik yaitu seperti diskusi menggunakan hati nurani dan akal pikiran.

Semua metode di atas bisa mencakup materi yang berisi tentang kabar gembira yang diberikan melalui cerita atau kisah-kisah para nabi, rasul, sahabat-sahabat, ulama dan yang lainnya. Dari kisah tersebut tentu ada hikmah dan ibrah bisa diambil dan diteladani. Selain itu juga pesan dakwah baik yang tersirat mengenai berbagai macam ibadah yang dilakukan seperti sholat, membaca Al-Qur'an, dzikir, puasa, sedekah, bermuamalah, yang dipelajari dalam kajian serta dilaksanakan dalam kehidupan sehari-hari asupan rohani atau jiwa. Maka ketika hal itu diamalkan, jiwanya akan merasakan tentram dan tenang. Puasa melatih kesabaran, sholat mencegah seseorang dari perbuatan buruk, sedekah, infak, dan zakat melatih manusia dalam berempati serta menyucikan jiwanya. Selain itu juga mushola sebagai tempat kajian adalah wadah untuk bersilaturahmi, menjalin hubungan baik dengan sesama, bisa bertukar cerita atau pendapat. Bercerita bisa menjadi obat bagi orang yang bercerita dan yang mendengarkannya. Hatinya akan sedikit ringan dan ia merasa tidak sendiri karena ia masih punya teman yang peduli yang mau memberikan waktu dan telinganya untuk mendengarkan.

### 3. Peran Ustadz dalam Meningkatkan Spiritual Lansia Melalui Kajian Rutin

#### a. Hasil Penelitian Informan Pertama

Mengingat pentingnya peran ustadz dalam meningkatkan spiritual lansia melalui kajian rutin di Mushola Raudhatussolihin tentu bukanlah hal mudah tujuan itu tercapai. Semua ini tidak lepas dari adanya kendala baik dari jamaah lansia maupun dari ustadz sebagai pengisi kajian. Hal ini juga tergantung bagaimana setiap lansia yang menyimak kajian mampu menangkap pesan kajian dan mengamalkannya atau tidak dengan segala keterbatasan fisiknya yang mulai menurun. Akan tetapi tidak menutup kemungkinan bahwa justru kondisi spiritualnya bisa meningkat dengan aktif mengikuti kajian rutin seperti Ibu Emot.

Peran ustadz dalam kajian rutin di Mushola Raudhatussolihin ternyata mempunyai pengaruh besar bagi spiritual Ibu Emot. Ia menyadari selama mengikuti kajian bahwa ternyata ilmu itu sangat penting. Dalam menjalani kehidupan sehari-hari baik ketika berhubungan dengan diri sendiri, dengan sesama, dan dengan sang pencipta yaitu beribadah perlu menggunakan ilmu. Maka ketika seseorang melakukannya dengan ilmu akan terasa mempunyai ruh semangat dalam menjalankannya.

“Alhamdulillah insyaallah teh. Pokoknya eta ilmu teh keur pakeun sehari-hari. Nanaon ge lamun sareng ilmu mah insyaallah nambah semangat ka nu nuju didamelan teh, komo ibadah.”

Ibu Emot merasa cukup besar peran ustadz bagi spiritualnya menjadi lebih meningkat daripada sebelum mengikuti kajian yang hidupnya dipenuhi iri hati dan sering bertengkar dengan keluarganya. Kini emnjadi semangat belajar memperdalam ajaran Islam dan belajar ibadah dengan khusyu.

“Da ayeuna mh yuswa tos sepuh nya teh, jadi emak mah hoyong fokus ibadah. Belajar sabar, syukur, ikhlas menerima keadaan. Belajar sholat anu leres, khusyu. Dzikir nu istiqomah. Terus nya

ibu janten lebih semangat kana ibadahna. Alhamdulillah teh, semoga ibu tiasa istiqomah di jalan Allah.”

(Hasil Wawancara pada Minggu, 19 Februari 2023 pukul 07.19)

b. Hasil Penelitian Informan Kedua

Bagi Ibu Mursih informan dalam penelitian ini, ustadz-ustadz di Mushol Raudhatushsholihin dapat membuat kondisi spiritualnya meningkat. Hal ini selain penyampaian isi kajiannya yang sederhana dan mudah dipahami, karena ustadznya juga selalu merespon baik ia ketika ditanyai perihal sesuatu perkara yang menurutnya perlu penjelasan lebih.

“Malah ustadznya seneng teh kalau ibu nanyain. Katanya berarti ibu menyimak apa yang disampaikan beliau. Terus jadi dijelaskan secara sederhana biar ibunya tuh paham teh maksudnya. Apalagi kalau ada hal-hal yang bertolak belakang gitu sama yang dipahami sebelumnya. Tapi Alhamdulillah setelah bertanya dan dijawab sesuai dengan Al-Qur'an, hadis, dan dari beberapa mazhab, ibu jadi paham.”

Maka respon baik dari ustadz menjadi Ibu Mursih terdorong untuk terus belajar dan mengamalkan yang didapatkannya. Melalui kajian ini, bukan hanya semangat belajarnya saja yang bertambah, melainkan juga semangat ibadah. Baginya, hati dan jiwanya menjadi lebih hidup dan tidak kosong.

“Setelah sering hadir ke pengajian, hati dan jiwa ibu seperti terisi lagi, hidup lagi. Jadi punya semangat hidup kembali. Lebih semangat ibadah, dan berbaur sama teman-teman majelis taklim.”

(Hasil Wawancara pada Minggu, 19 Februari 2023 pukul 07.46)

c. Hasil Penelitian Informan Ketiga

Ibu Eni yang umurnya lebih senja dari pada ketiga informan dalam penelitian ini tentu lebih mengharapkan bisa fokus ibadah baik secara *hablumminallah* maupun *hablumminannas*. Walau dalam fisiknya sering terasa lututnya tidak baik-baik saja, akan tetapi niatnya untuk beribadah sangat baik. Menurutnya, melalui kajian ini punya peran besar untuknya lebih mendekatkan diri kepada Allah. Ustadz sebagai guru spiritualnya membuatnya bergairah dalam beribadah.

“Ibu bisa dapet ilmu kanggo ibadah ka Allah, ibadah sareng papada jalma. Ibadah keur di dunia sareng di akhirat.”

Namun tidak hanya peran ustadz yang membuatnya termotivasi untuk semangat beribadah, akan tetapi juga terdorong oleh almarhum suami yang dicintainya. Kerinduannya membuatnya meneledani semangat ibadah suaminya.

“Semangat ka ibadah, hoyong sapertos suami ibu si bapak mah ka ibadah teh Masya Allah pisan. Mudah-mudahan tiasa kapendak deui sareng suami.”

*(Hasil Wawancara pada Minggu, 19 Februari 2023 pukul 10.19)*

d. Hasil Penelitian Informan Keempat

Ibu Ismah yang masih aktif bekerja di pabrik genting, dengan lingkungan kerja yang menurutnya kurang positif. Selain itu juga dengan latarbelakang kehidupan masa kecilnya yang lebih banyak dihabiskan membantu orangtua bekerja di kebun dan di ladang. Suaminya sudah meninggal dan tidak dikaruniai anak. Sehingga membuat hidupnya kesepian justru menjadikannya manusia yang lebih kuat dengan segala yang telah dilaluinya.

Baginya, kajian rutin ini amat penting. Ustadznya mampu membuat dirinya menjadi lebih baik. Begitu pun pengetahuannya meningkat, juga ibadahnya.

“Kata ustadz juga dunia sama akhirat teh harus seimbang. Jangan terlalu mentingin nyari dunia terus tapi akhirat dilupakan.”

Ia menyadari kalau ia semangat dalam memenuhi kebutuhan dunia seperti bekerja untuk sesuap nasi, itu berarti ia juga harus semangat untuk memenuhi perbekelan pulang ke akhirat. Walaupun dulu dan sekarang ia selalu bekerja, namun sekarang ia juga sering mengikuti kajian. Tujuannya agar ia bisa menyeimbangkan keduanya.

“Saya gak mau seperti dulu lagi yang hanya capek nyari dunia. Tapi saya buta baca qur'an, buta ibadah.”

*(Hasil Wawancara pada Minggu, 19 Februari 2023 pukul 10.30)*

e. Hasil Penelitian Informan Kelima

Sebagai Ustadz yang peneliti wawancara, Ustadz Apud menjelaskan bahwa ia memperhatikan jamaahnya dalam kajian rutin di Mushola Raudhatussolihin tersebut dalam segi spiritualnya sangat antusias. Hal ini mungkin karena lansia tersebut ingin lebih serius

mengejar akhirat. Apapun yang disampaikan dalam kajian, jika ada yang terlupa atau yang ditanyakan, lansia tersebut tidak sungkan untuk bertanya kepadanya.

“Yang saya perhatikan, ibu-ibu lebih semangat dalam menjalankan ibadah. Bukan hanya ibadah yang wajib melainkan juga yang sunnah dan perkara lainnya. Seperti senang berdzikir, sholat di sepertiga malam. Apalagi kalau saya menjelaskan dzikir yang perlu diamalkan, kalau lupa bacaan dzikirnya, ibu-ibu suka nanyain lagi, teh. Jadi terpancar dalam semangatnya mengikuti kajian dan bagaimana diri ibu-ibu bersikap. Mereka senang dan merasa tenang.”

Dengan memberitahukan suatu amalan dan fadhilah dari amalan tersebut mampu menarik ibu-ibu dapat mengerjakan yang disampaikan Ustadz Apud. Semoga dengan amalan yang lansia kerjakan juga mampu mendapatkan sesuai fadhilahnya serta semata-mata juga karena ingin mendapat ridho Allah seperti dzikir yang bisa diamalkan pada bulan Rajab dan Sya'ban.

“Misalnya kan sekarang bulan Rajab yah mau sya'ban juga. Nah saya kasih dzikir untuk diamalkan setiap pagi dan malam yaitu dzikir istighfar, *"Allahummaghfirlii warhamnii watub 'alayya innaka antat-tawwaburohiim"* dan membaca sholawat. Saya sampaikan juga fadhilahnya. Biasanya kan manusia mah suka kalau apa yang dilakukannya mendapatkan upah kalau bagi pekerja mah. Kalau dalam hal ini selain mendapat pahala juga mendapatkan ampunan, dibukakan pintu rizki, dan diberikan solusi atas permasalahan yang sedang dihadapi misalnya. Ibu-ibu seneng tuh kalau diberi tahu seperti itu.”  
(Hasil Wawancara pada Minggu, 19 Februari 2023 Pukul 13.30)

f. Hasil Penelitian Informan Keenam

Selain Ustadz Apud yang mengatakan spiritual lansia lebih bagus, Ustadz Yusuf juga demikian. Ia melihat jamaah lansia dalam kajian rutin di Mushola Raudhatushsholihin ini progresnya baik. Ustadz Yusuf memerhatikan adanya semangat yang membara pada diri lansia dalam beribadah kepada Allah.

“Yang saya perhatikan mah, bagus teh. Ibu-ibu jadi lebih bersemangat dalam beribadah.”

Spiritualnya meningkat juga karena atas berkahnya para lansia tersebut rutin mengikuti kajian, menyimak penjelasan ustadz, dan

mempunyai kemauan untuk mengerjakan atau mengamalkan dari ilmu yang telah mereka miliki. Hal itu yang kemudian menjadikan mendapatkan keberkahan dan merasa punya semangat sebagai ruhnya dalam beribadah.

“Mungkin berkah dari ibadahnya yang meningkat dan berkualitas begitu”.

*(Hasil Wawancara pada Sabtu, 11 Februari 2023 Pukul 10.35)*

Hasil penelitian tersebut dapat dianalisis bahwa terbukti ustadz mempunyai peran penting dalam peningkatan spiritual lansia yang mengikuti kajian secara rutin di Mushola Raudhatussolihin. Dengan latar belakang yang sama, para lansia butuh belajar ilmu agama untuk menjalani kehidupan di dunia dan akhirat. Dalam kajian mereka mendapatkan asupan rohani dari para ustadz. Sehingga para lansia termotivasi untuk lebih fokus mengejar ketenangan rohani dengan cara beribadah kepada Allah dan menyambung silaturahmi yang baik dengan sesama. Maka jika semuanya dilakukan dengan sungguh, merasa terinspirasi dan selalu ingin lebih dekat dengan Allah, rasa cinta makhluk pun akan bertambah pada Sang Pencipta.

Ada beberapa faktor yang memengaruhi spiritual yaitu diri sendiri, hubungan dengan sesama, dan hubungannya dengan Tuhan. Namun Howard (2002) memberikan tambahan yang dapat memengaruhi spiritual yaitu lingkungan. Segala sesuatu yang berada di sekitar seseorang itu lingkungan, termasuk kegiatan kajian dan seseorang yang memerankan perannya dalam lingkungan kajian. Jika lingkungannya baik, maka akan memberikan dampak baik pula terhadap diri seseorang, interaksinya dengan sesama juga dengan Allah SWT. Para lansia yang mengikuti kajian rutin di Mushola Raudhatussolihin lalu spiritualnya menjadi lebih baik itu karena adanya suatu dorongan yang diberikan oleh lingkungan termasuk dari ustadz yang memberikan nilai-nilai spiritual dari dalam (*inner value*).

### C. Keterhambatan Proses Penelitian

Penulis melakukan kegiatan penelitian di Mushola Raudhatussolihin Desa Surawangi tepatnya di Blok Pon RT 003 RW 002. Sebelum melakukan penelitian, penulis meminta izin lebih dahulu kepada pengurus mushola terkait akan dilakukannya penelitian ini. Ustadz dan jamaah lansia dalam kajian rutin di Mushola Raudhatussolihin yang menjadi sumber informasi data bagi penulis. Alasan penulis melakukan penelitian di mushola yang mengadakan kajian rutin untuk umum termasuk lansia utamanya adalah untuk mengetahui dan memahami peran ustadz dalam meningkatkan kesehatan mental dan spiritual lansia melalui kajian rutin. Keterhambatan penulis dalam penelitian ini yaitu:

1. Dalam melakukan wawancara, penulis hanya melakukan satu kali wawancara kepada setiap informan/narasumber. Mengingat hanya sedikit waktu luang yang diberikan. Penulis melakukan wawancara kepada keempat lansia sebagai informan dalam penelitian ini. Wawancara kepada dua lansia sebelum kajian dimulai dan dua lansia lagi setelah selesai kajian.
2. Ketika melakukan wawancara kepada lansia, penulis harus menyesuaikan bahasa yang digunakan sehari-hari yaitu Bahasa Sunda. Mengingat karena tidak semua lansia lancar berbahasa Indonesia dan untuk meminimalisir rasa takut tidak bisa menjawab pertanyaan dengan menggunakan Bahasa Indonesia yang penulis ajukan.
3. Penulis mewawancarai keempat lansia dengan dibagi dua kelompok. Dua lansia sebelum kajian dimulai dan dua lansia lagi setelah selesai kajian. Namun wawancara tetap dilakukan pada setiap orang. Hal ini dilakukan agar lansia berikutnya memahami alur pembicaraan dalam wawancara penulis dan agar merasa tenang tidak tegang.
4. Penulis lebih banyak observasi setelah dan sebelum dilakukan wawancara untuk lebih mendalami dan memahami keadaan di lapangan mengenai peran ustadz dan meningkatkan kesehatan mental dan spiritual lansia melalui kajian rutin di Mushola Raudhatussolihin.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Dari hasil penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Bentuk kegiatan kajian rutin di Mushola Raudhatussolihin dimulai pada pukul 08.00-10.00 pagi dengan kegiatan membaca sholawat bersama. Lalu setelah itu kajian yang disampaikan Ustadz Apud dengan mengirim doa terlebih dahulu kepada para nabi, keluarga, sahabat, hingga orang tua dan para ulama, guru-guru yang telah meninggal dan dilanjutkan dengan penyampaian isi kajian. Kemudian setelah kajian Ustadz Apud selesai dilanjutkan dengan siramah rohani dari Ustadz Yusuf. Ustadz Yusuf membuka kajiannya dengan lantunan sholawat, tidak lama dari itu baru ke acara inti penyampaian pesan dakwah. Ustadz Apud dan Ustadz Yusuf memberikan materi yang berbeda, seperti Ustadz Yusuf yang menjelaskan mengenai sejarah Islam dan muamalah serta Ustadz Apud memaparkan tentang fikih dan tauhid. Adapun kajian ini tidak hanya dilakukan dalam ruangan atau mushola, akan tetapi jamaah juga diajak berwisata religi dalam rangka mengunjungi atau berziarah ke makam para wali yang kini menjadi program tiga bulan sekali di Mushola Raudhatussolihin dengan membawa tujuan yang baik dari manfaatnya menziarahi makam para wali.
2. Peran ustadz dalam meningkatkan kesehatan mental lansia melalui kajian rutin sudah cukup baik. Dari beberapa lansia mengatakan bahwa dirinya merasakan hati dan jiwanya lebih tenang sesudah rajin mengikuti kajian. Hal ini karena metode dan materi yang disampaikan sebagai pesan dakwah secara tersurat dan tersirat seperti sholat, membaca Al-Qur'an, dzikir, puasa, sedekah, dan bermuamalah ketika diamalkan membuat tenang jiwa.

3. Peran ustadz dalam meningkatkan spiritual lansia melalui kajian, mereka mendapatkan asupan rohani dari para ustadz. Sehingga para lansia termotivasi untuk lebih fokus mengejar ketenangan rohani dengan cara beribadah kepada Allah dan menyambung silaturahmi yang baik dengan sesama. Selain itu, karena adanya suatu dorongan yang diberikan oleh lingkungan termasuk dari ustadz yang memberikan nilai-nilai spiritual dari dalam.

## **B. Saran**

Dari kesimpulan di atas, penulis menyadari masih banyak kekurangan dan keterbatasan dalam melakukan dan mendapatkan hasil penelitian. Maka, penulis memberikan saran kepada pihak-pihak terkait dengan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bentuk kajian di Mushola Raudhatussholihin sudah baik. Namun alangkah baiknya dapat ditambahkan kegiatan sholat dhuha berjamaah sebelum kajian dari ustadz dimulai. Waktunya bisa setelah kegiatan bersholawat. Hal ini agar semakin terasa kedekatan antara hati lansia sebagai jamaah kajian dengan Allah, juga semakin terasa berjuang bersama mendapatkan ampunan dan ridho Allah SWT. Dengan begitu, spiritual, kesehatan mental bahkan kesehatan fisiknya akan lebih baik.
2. Peran ustadz dalam meningkatkan kesehatan mental pada lansia yang mengikuti kajian rutin, diharapkan kematangan mental lansia terus berkembang dengan baik.
3. Peran ustadz dalam meningkatkan spiritual lansia melalui kajian ini sudah bagus. Namun alangkah lebih baiknya ketika dalam membahas tentang fikih atau yang berhubungan dengan ibadah, bisa dipraktikkan tata caranya. Misalnya contoh berwudhu yang baik, gerakan sholat, membersihkan najis, dan lain-lain. Sehingga jamaah lansia tahu dan dapat melakukan sesuai yang dicontohkan. Dengan begitu, ibadahnya akan menambah kekhusyuan dan rasa cinta yang mendalam pada Allah.

## DAFTAR PUSTAKA

### Buku

- Adz-Dzakie, B. H. (2006). *Kecerdasan Kenabian Prophetikc Intelligence*. Yogyakarta: Pusat Al-Furqan.
- Ambarwati, F. R., & Nasution, N. (2012). *Buku pintar asuhan keperawatan kesehatan jiwa*. Yogyakarta: cakrawala ilmu.
- Anggito, A., & Setiawan, J. (2018). *Metodologi penelitian kualitatif*. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Coon, D. & Mitterer, J, O. (2007). *Introduction to Psychology: Gateway to Mind and Behavior*. Australia: Thomson Wadsworth
- Emma, S. W. (2000). *Tetap Bugar di Usia Lanjut*. Jakarta: Trubus Agriwidya.
- Fakhriyani, D. V. (2017). *Kesehatan Mental*. Pamekasan: Duta Media Publishing
- Herdiansyah, H. (2013). *Wawancara, Observasi, dan Focus Groups: Sebagai Instrumen Penggalan Data Kualitatif*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Heryana, A. (2015). Informan Dan Pemilihan Informan Dalam Penelitian Kualitatif. *Sistem Informasi Akuntansi: Esensi Dan Aplikasi*, December, 14. eprints.polsri.ac.id.
- Jalaludin. (2016). *Psikologi Agama (Memahami Perilaku dengan Mengaplikasikan prinsip-prinsip Psikologi)*. Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- Notosoedirdjo, M. & Latipun. (2014). *Kesehatan Mental, Konsep dan Penerapan*. Malang: UMM Press.
- Rosmalina, A. (2020). *Bimbingan Konseling Islam dalam Kesehatan Mental*. Cirebon: Elsi Pro.
- Santrock, J. W. (1997). *Life-Span Development*. Sixth edition. Madison: Brown & Benchmark.
- Saputra, W. (2011). *Pengantar Ilmu Dakwah*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. (2016). *Metodelogi Penelitian Kualitatif, Kuantitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sutedi, A. (2011). *Good Corporote Governance*. Jakarta: Sinar Grafika.
- Putra, U. B. I. (2020). *Moderasi Kepemimpinan Spiritual*. Surabaya: Scopindo Media Pustaka.
- Yusuf, S. (2018). *Kesehatan Mental, Perspektif Psikologis dan Agama*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

## Jurnal

- Fitriani, M. (2017). Problem Psikospiritual Lansia dan Solusinya dengan Bimbingan Penyuluhan Islam (Studi Kasus Balai Pelayanan Sosial Cepiring Kendal). *Jurnal Ilmu Dakwah*, 36(1), 70-95.
- Hutapea, B. (2012). Emotional intelegence dan psychological well-being pada manusia lanjut usia anggota organisasi berbasis keagamaan di jakarta. *Jurnal Insan Media Psikologi*, 13(2).
- Howard, S. (2002). A Spiritual perspective on learning in the workplace. *Journal of Managerial psychology*, 17(3), 230-242.
- Indrayani, I., & Ronoatmodjo, S. (2018). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas hidup lansia di desa Cipasung kabupaten Kuningan tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 9(1), 69-78.
- Ilmi, N., & Sutria, E. (2018). Problem Depresi Lansia dan Solusi Dengan Terapi Spritual (Literature review: Problem Depression of erderly and the solution with spiritual therapy). *Journal of Islamic Nursing*, 3(1), 32-39.
- Jannah, N. (2015). Bimbingan konseling keagamaan bagi kesehatan mental lansia. *Konseling religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 6(2).
- Maullasari, S. (2019). Metode Dakwah Menurut Jalaluddin Rakhmat dan Implementasinya dalam Bimbingan dan Konseling Islam (BKI). *Jurnal Ilmu Dakwah*, 38(1), 162-188.
- Nurmi, J. (1992). Age Differences In Adult Life Goals, And Their Temporal Extention. *Internasional Journal of Behavioral Development*, 80 (4), 487-508.
- Sanjaya, A., & Rusdi, I. (2012). Hubungan interaksi sosial dengan kesepian pada lansia. *Jurnal Keperawatn Holistik*, 1(3), 26-31.
- Sari, Y. K., & Arsyad, H. (2016). Hubungan Usia Pasien Muslim dengan Harapan Mendapatkan Bimbingan Spiritual Islam. *Jurnal Ners dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 3(2), 164-169.
- Partini, S. (2011). *Psikologi Usia Lanjut*. Yogyakarta: Gajah Mada. University Pres.

## Skripsi dan Disertasi

- Farida, G., & Psi, U. K. S. (2019). *Kesejahteraan Spiritual Pada Orang yang Mengalami Konversi Agama* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Kamaliyah, L. (2019). *Pelaksanaan Bimbingan Spiritual Lansia Oleh Pendamping Di Panti Sosial Tresna Werdha (Pstw) Budi Pertiwi Bandung* (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia).

Saputra, R. (2015). *Pengaruh Intensitas Mengikuti Bimbingan Agama Islam Terhadap Kesehatan Mental Para Lanjut Usia di Panti Wredha Harapan Ibu Semarang* (Doctoral dissertation, UIN Walisongo).

Syadah, I. M. U. (2019). *Studi Kasus identifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi spiritualitas lansia di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surabaya).

### **Web dan Majalah**

Azizah, L. M. R. (2011). *Keperawatan lanjut usia*.

Badan Pusat Statistik (BPS). (2006). *Statistik Penduduk Usia Lanjut 2005*. Jakarta, Indonesia: BPS.

Dapertemen Kesehatan RI. (1998). *Pedoman Kesehatan Usia Lanjut Bagi Petugas Kesehatan II Materi Pembinaan*.

<https://id.wikipedia.org/wiki/Musala>.

<https://kumparan.com/berita-terkini/tujuan-ziarah-kubur-yang-baik-dan-sesuai-ajaran-islam-1vhOXr1Ez3I>

<https://tanbihulghofilin.com/2022/11/22/keutamaan-ziarah-kubur/>

<https://tqnnews.com/cara-tingkatkan-kualitas-ziarah-para-waliyullah/>

