

## **BAB V**

### **PEMBAHASAN**

#### **A. Motivasi lanjut usia dalam mengikuti kajian Kitab kuning Mukhtashar**

##### **Ihya' Ulum Al-Din di pondok pesantren Nazhatut Thullab.**

Setiap manusia khususnya lansia tentu mempunyai upaya dan motivasi yang tinggi untuk memenuhi kebutuhan hidupnya agar menjadi lebih layak, baik dari segi aspek materil maupun dalam aspek mental spiritualnya. Dengan mengikuti pembinaan spiritual lansia melalui kajian kitab kuning Mukhtashar Ihya' Ulum Al-Din tentu untuk meningkatkan kesadaran diri dan memotivasi diri sendiri agar dapat melaksanakan ibadah lebih rajin lagi, serta untuk meningkatkan dan menumbuhkan semangat tentang kesadaran iman, tanggung jawab moral dan mengembangkan pribadi dengan ketakwaan terhadap Allah SWT dimasa tuanya. Karena semakin terpenuhi kebutuhan hidup lansia maka semakin sejahtera dan bahkan sangat berpengaruh terhadap kehidupan lansia, maka sebagai bentuk penghormatan dan penghargaan terhadap lansia maka diberikanlah hak-hak agar dapat meningkatkan kesejahteraan hidupnya secara sosial, baik dalam bidang pelayanan keagamaan (mental spiritual). (Kep. Mensos RI. No. 15/ HUK/ 2007). Sebagai tindak lanjut dari Kep. Mensos tersebut, mulai ada pedoman pelayanan sosial bagi lanjut usia di panti ( No.4/ PRS-3/KPTS/2007) yang berhubungan dengan cara pembinaan / pembimbingan bagi lansia dipanti sosial. Dimana pola

pembinaannya yaitu berupa bimbingan langsung terhadap mental spiritual dan kerohaniannya dengan memakai metode ceramah, dan diskusi<sup>1</sup>.

Selain masalah kesehatan lansia diusia yang semakin tua tentu mengalami permasalahan dalam hidupnya diantaranya permasalahan psikososial dan hal itu dapat dinetralisirkan atau bahkan bisa dihilangkan dengan kehidupan spiritualitas yang kuat. Karena spiritualitas itu sendiri dapat menggnti kehilangan yang pernah terjadi dalam hidupnya. Sedangkan lansia yang mempunyai pemahaman spiritual yang baik tentu akan memiliki hubungan yang baik terhadap sesamanya, serta dapat menemukan arti dan tujuan hidup, sehingga dapat membantu lansia dalam meningkatkan kualitas hidupnya.

Sedangkan kualitas hidup yang baik bisa dilihat dari adanya kondisi fungsional lansia secara optimal, sehingga bisa menikmati masa tuanya dengan penuh makna, berbahagia dan berguna bagi lingkungan sekitarnya. Adapun kualitas hidup itu terdiri dari empat bagian yaitu yang pertama kesehatan jasmani, , kesejahteraan psikologis, hubungan sosial, dan hubungan dengan lingkungannya.<sup>2</sup>.

Sedangkan pesantren merupakan sistem pendidikan Islam tradisional yang ada di Jawa dan Madura, dengan mempelajari mengenai dasar- dasar ilmu mengenai kitab – kitab kuning Islam klasik. Sebelum masuk pada tahun 60-an yang menjadi pusat pendidikan adalah pesantren di Jawa dan Madura yang dikenal sebagai pondok. Sedangkan nama pondok berasal dari pengertian asrama-

---

<sup>1</sup> Siti Rahmah, “Pembinaan Keagamaan Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera”, *Jurnal Alhadharah Ilmu Dakwah*, 23 ( Januari- Juni, 2013), 63.

<sup>2</sup> Mira Afnesta Yuzefo, “ Hubungan Status Spiritual Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia”, *Jurnal Universitas Riau*, 02 ( Oktober 2015), 1267.

asrama para santri yang disebut pondok atau tempat tinggal yang dibangun dari bambu, atau kata lainnya dari bahasa Arab yaitu *Fundug*, artinya adalah hotel atau asrama. Sedangkan kata pesantren itu sendiri berasal dari kata santri yang diawali dengan tambahan *pe* dan akhiran *an* yang berarti sebagai tempat tinggal para santri<sup>3</sup>.

Setiap pesantren tentunya mempunyai cita-cita tertentu yang ingin dicapai dalam menerapkan pendidikan yaitu dengan cara melatih santri dan membina agar menjadi pribadi yang mandiri dan tidak ketergantungan kecuali kepada Tuhan. Sedangkan setiap kiyai selalu mempunyai harapan yang besar agar bisa mengembangkan kurikulum pendidikan secara individual yakni murid dididik sesuai dengan kemampuannya masing-masing dengan keterbatasan dirinya. Murid-murid juga diperhatikan baik dari sikap dan tingkah laku moralnya secara teliti, mereka dibina, dididik agar menjadiorang yang berakhlak baik, sebagai hamba Tuhan yang harus disanjung<sup>4</sup>.

Jadi, pemikiran dasarnya pendidikan adalah sarana atau alat dalam mengembangkan serta menyebarkan luaskan ilmu, khususnya Ilmu Islam, sehingga dapat mengembangkan bakat yang terpendam dari diri seseorang dalam menafsirkan intisari dari ajaran Islam itu sendiri. Banyak bukti juga yang menunjukkan bahwa menuskrip-menuskrip diabad ke 15, 16, dan 17, pada saat itu produk pesantren banyak yang ditulis dengan tulisan tangan dan bahasa Jawa,

---

<sup>3</sup> Zamakhsyari Dhofier, Tradisi Pesantren Studi Tentang Pandangan Hidup Kyai, Jakarta: PT Matahari Bhakti, 1982, 18.

<sup>4</sup> Zamakhsyari Dhofier, Tradisi Pesantren Studi Tentang Pandangan Hidup Kyai, Jakarta: PT Matahari Bhakti, 1982, 21-22.

kemudian karya asli dari bahasa Arab tersebut diterjemahkan dengan bahasa daerah agar mudah dipahami<sup>5</sup>.

Menurut Syaba dalam bukunya In'am Sulaiman menyatakan bahwa Peran kiyai dan pesantren dalam pembangunan masyarakat pedesaan, yaitu pesantren sebagai bentuk penggemblengan anak didik demi membentuk generasi muslim, dan sebagai agen perubahan diantaranya sebagai berikut:

- 1) Dalam konteks pendidikan, pesantren sangat berperan dalam membangun hubungan yang baik antara pihak pesantren dengan orang tua santri, beserta keluarganya, juga antara pesantren dan alumninya yang telah bermasyarakat, dan membangun aliansi dengan pesantren – pesantren kecil lain yang bernaung dan membangun kemitraan dalam pengelolaan pendidikan.
- 2) Pesantren sebagai tempat penggemblengan seseorang untuk mencetak kader- kader da'i, sehingga ada pendelegasian para kadernya untuk berkhidmat kepada masyarakat.
- 3) Para alumni yang telah kembali kepada masyarakat dapat membangun jaringan komunikasi yang baik dengan masyarakat dimana mereka berada meski melalui media kultural seperti adanya kegiatan pengajian rutin, tahlilan, yasinan, pembacaan shalawat Nabi, maupun berbagai media kultural lainnya<sup>6</sup>.

Pada umumnya motivasi dapat dibedakan menjadi dua yaitu; *intrinsik* dan *ekstrinsik*, sedangkan motivasi *Intrinsik* adalah suatu perbuatan yang memang seseorang senang untuk melakukannya karena sesuai dengan apa yang diinginkan, karena motivasi ini memang timbul dari dirinya sendiri bukan karena faktor

---

<sup>5</sup> Ibid., 23

<sup>6</sup> In'am Sulaiman, Masa Depan Pesantren Eksistensi Pesantren di Tengah Gelombang Modernisasi, Malang: Madani Wisma Kalimetro, 2010, 10-11.

dorongan dari orang lain. Begitu sebaliknya, sedangkan motivasi *ekstrinsik* yaitu suatu perbuatan yang dilakukan atas dasar dorongan atau paksaan secara positif dari luar dirinya yakni, bukan atas dasar dari kemauannya sendiri<sup>7</sup>. Pada hakekatnya belajar adalah perubahan sikap, tingkah laku yang sopan, agar percaya diri melalui berbagai latihan dan pengalaman.

Sebenarnya belajar menjadi kewajiban bagi manusia yang dapat membedakan dengan binatang. Karena belajar yang dilakukan oleh manusia merupakan suatu tindakan untuk dirinya, yang berlangsung seumur hidup, belajar tidak dibatasi dengan usia tertentu kapan saja, dan di mana saja, baik di sekolah, di kelas, atau bahkan di jalanan dalam waktu yang tak dapat ditentukan sebelumnya. Namun, satu hal yang pasti belajar yang dikerjakan oleh manusia tentunya atas dasar iktikad sendiri dengan maksud tertentu. Maka dari itu belajar harus dilakukan secara sengaja, dan direncanakan dengan struktur tertentu agar hasil yang ingin dicapai dapat dikontrol dengan cermat. Sehingga tugas seorang guru harus membuat situasi dan kondisi belajar yang nyaman dengan menyediakan kesempatan belajar untuk mencapai tujuan tertentu<sup>8</sup>.

Motivasi dalam belajar sangatlah penting artinya dalam proses belajarpun seseorang harus didorong, didukung serta diarahkan pada kegiatan belajar yang kondusif sehingga nyaman dan menyenangkan. Oleh karena itu, prinsip yang dapat menggerakkan terhadap motivasi belajar seseorang sangat erat kaitannya dengan

---

<sup>7</sup> F.J Monks- Siti Rahayu Haditono, Psikologi Perkembangan, (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press 2006), 189.

<sup>8</sup> Oemar Hamalik, Perencanaan Pengajaran Berdasarkan Pendekatan Sistem, Jakarta: PT Bumi Aksara, 2009, 154.

prinsip belajar itu sendiri. Adapun beberapa prinsip belajar dan motivasi, sebagai berikut<sup>9</sup> :

a. Kebermaknaan

Murid akan lebih suka belajar dan termotivasi apabila sesuatu yang dipelajarinya mempunyai makna tertentu baginya. Sebenarnya kemaknaan hanya bersifat personal, karena hanya dapat dirasakan sebagai sesuatu yang sangat penting bagi diri seseorang. Caranya yaitu dengan cara mengaitkan pelajaran dengan pengalaman masa lampau murid atau seseorang, dengan tujuan- tujuan tertentu pada masa mendatang, dan minat serta nilai- nilai yang bermakna bagi mereka.

b. *Modelling*

Murid atau seseorang akan suka memperoleh tingkah laku baru bila disaksikan dan ditirukannya sehingga pelajaran akan lebih mudah dipahami dan diterapkan oleh murid jika seorang guru mengajarkannya dalam bentuk tingkah laku yakni dengan cara model bukan hanya dengan menceramahi/ menceritakannya secara lisan.

c. Komunikasi secara Terbuka

Murid atau seseorang akan lebih suka belajar jika penyampaian materinya secara terstruktur sehingga pesan- pesan yang ingin disampaikan oleh guru terhadap muridnya terlihat oleh pandangan

---

<sup>9</sup> Oemar Hamalik, Perencanaan Pengajaran Berdasarkan Pendekatan Sistem, Jakarta: PT Bumi Aksara, 2009, 156-157

murid. Adapun hal yang harus dilakukan dalam komunikasi terbuka, yaitu sebagai berikut:

1. Sampaikan tujuan yang ingin dicapai terhadap murid agar mendapat perhatian penuh dari mereka.
2. Tunjukkan beberapa hubungan yang baik, agar murid dapat mengerti terhadap hal apa yang sedang dibicarakan dengan benar.
3. Jelaskan pelajaran secara nyata, dan diusahakan dengan memakai media intruksional sehingga lebih mudah memahami masalah yang sedang dibahas.<sup>10</sup>

Pondok pesantren Nazhatut Thullab merupakan salah satu lembaga pendidikan yang memberikan peluang besar khususnya bagi para alumni pondok Nazhatut Thullab itu sendiri untuk tetap belajar meski pada usia Lanjut. Kyai Muhammad yang dikenal dengan sebutan Gus Mamak beliau selalu dan tetap memberikan peluang besar kepada para alumni yang lanjut usia untuk tetap belajar, beliau harus meluangkan waktu demi kelancaran kajian kitab kuning Mukhtashar Ihya' Ulum Al-Din sesetiap akhir bulan di sela-sela kesibukan beliau sebagai DPRD. Kegiatan pembinaan spiritual lansia melalui kajian kitab kuning Mukhtashar Ihya' Ulum Al-Din dimulai kurang lebih pada tahun 2017 hingga saat ini. Kajian rutin ini diselenggarakan sesetiap akhir bulan yakni pada minggu terakhir pada malam senin. Belajar pada usia Lanjut merupakan suatu yang sulit tentunya banyak kendala baik dari segi kesehatan dan jarak tempuh yang terbilang jauh khususnya bagi peserta kajian yang bertempat tinggal dari Surabaya. Peserta

---

<sup>10</sup> Ibid., 160.

pembinaan spiritual melalui kajian kitab kuning Mukhtashar Ihya' Ulum Al-Din bagi lanjut usia berjalan hingga saat ini karena mereka termotivasi dari berbagai aspek diantaranya; karena ingin menyambung silaturahmi dengan guru- guru serta dengan teman- teman lama, serta bisa ziaroh rutin kepada para Kyai pendiri pondok Nazhatut Thullab, dan mengharap barokahnya sang guru.

## **B. Bagaimana proses pelaksanaan kajian kitab kuning mukhtashar ihya' ulum Al-Din terhadap Lanjut usia di Pondok pesantren Nazhatut Thullab.**

Pondok adalah salah satu lembaga yang dapat menyelenggarakan pendidikan formal maupun non formal yang tentunya sangat berperan penting dalam hal membina, dan mengarahkan seseorang untuk menjadi lebih baik. Sedangkan Pembelajaran kitab kuning menjadi bahan ajar yang sangat penting disetiap pesantren karena kitab menjadi ruh dari pesantren itu sendiri. Adapun bahan ajar yang digunakan dalam pembinaan spiritual lansia melalui kajian kitab kuning Mukhtashar Ihya' Ulum Al-Din kitab yang dikenal dengan paduan antara ilmu fiqh dan tasawuf yang dikarang oleh imam Al- Ghazali sebagai bahan untuk mengkaji hukum- hukum islam.

Pondok pesantren Nazhatut Thullab merupakan salah satu lembaga pendidikan yang mengadakan pembinaan spiritual terhadap lansia melalui kitab Mukhtashar Ihya' Ulum Al-Din dengan menggunakan metode ceramah, badongan, diskusi, tanya jawab serta memberikan makna pada sesetiap kosa kata bahasa Arab yang kurang dipahami. Kegiatan tersebut dilaksanakan di pondok peantren Nazhatut Thullab Prajjan Camplong Sampang. Sedangkan pelaksanaan pembinaan spiritual lansia melalui kajian kitab kuning Mukhtashar Ihya' Ulum Al-Din

terhadap lansia itu sendiri merupakan kajian rutinannya setiap akhir bulan dipekan terakhir pada hari minggu malam senin. Pelaksanaan tersebut dibagi menjadi dua sesi, sesi pertama dilaksanakan pada ba'da shalat isya sekitar jam 20.00 WIB dan sesi kedua dilaksanakan pada jam 22.30 WIB sampai jam 00.00 bahkan lebih. Adapun pembagian waktu tersebut karena untuk sesi kedua merupakan rukhsah/keringanan dari pengasuh terhadap para lansia untuk memilih dan tidak lanjutnya untuk mengikuti sesi kedua. Kegiatan pembinaan spiritual melalui kitab mukhtashar Ihya' Ulum Al-Din bisa dikatakan bervariasi karena tidak hanya menoton terhadap ceramah, dan memberikan makna terhadap kitab tetapi ada sesi tanya jawab dan diskusi secara terhadap masalah yang nyata dan sering dihadapi oleh peserta dan para lansia.

Pembelajaran Ilmu Agama di Pesantren, pada umumnya dilakukan dengan adanya pengajian kitab-kitab klasik yang sudah populer yaitu Kitab kuning, yang ditulis oleh para ulama pada zaman pertengahan (salafus soleh). Kitab klasik tentu memiliki posisi yang tinggi di pesantren karena kitab kuning menjadi ruhnya pesantren itu sendiri. Oleh sebab itu setiap pesantren selalu identik dengan pengajian kitab kuningnya. Meski tidak sedikit pesantren yang modern dengan memasukkan pelajaran umum, namun pengajian kitab-kitab klasik tetap diadakan. Sehingga Pesantren biasanya membuat jadwal khusus untuk mengaji kitab kuning, lengkap dengan jadwal waktu, hari dan tempat, serta guru yang mengajar, serta nama kitab yang dibaca<sup>11</sup>.

---

<sup>11</sup> Haidar Putra Daulay, *Historitas Dan Eksistensi Pesantren Sekolah Dan Madrasah*, Yogyakarta: PT Tiara Wacana Yogya, 2001, 18.

Istilah kitab kuning dikenal adalah sebagai kitab- kitab warisan dari ulama terdahulu sejak abad pertengahan Islam yang tetap digunakan oleh pesantren hingga saat ini, kitab kuning juga ditulis dengan bahasa Arab tanpa harakat ( *syakal*), yang dikenal dengan kitab gundul. Sedangkan secara umum, spesifikasi kitab kuning itu sendiri memiliki *lay out* yang sangat unik. Yaitu didalamnya terdapat *matn* ( teks asal) yang kemudian dilengkapi dengan komentar (*syarah*) untuk menjabarkan secara detail isi dari teks kitab matannya, kitab kuning juga mempunyai catatan pinggir (*hasyiyah*). Dalam konteks ini kitab kuning mempunyai ciri- ciri sebagai berikut:

- a. Kitab yang bertuliskan dengan bahasa Arab.
- b. awalnya kitab ditulis tanpa syakal/ harakat, tanpa tanda baca seperti titik dan koma. Namun karena perkembangan Ilmu bahasa kitab mulai diberikan syakal, titik, koma untuk memudahkan para pembacanya.
- c. Isi teks kitab tentang keilmuan Islam
- d. Metode penulisannya masih di anggap kuno, bahkan dianggap tidak sesuai dengan kekinian.
- e. Umumnya dipelajari dan dikaji di pondok pesantren.
- f. Dicitak diatas kertas yang berwarna kuning.<sup>12</sup>

Proses pelaksanaan pembinaan spiritual melalui kajian kitab kuning Mukhtashar Ihya' Ulum Al-Din di Pondok pesantren Nazhatut Thullab dengan menggunakan metode ceramah, tanya jawab sebagaimana dikatakan oleh Hasibuan dalam bukunya "Proses Belajar Mengajar" sebagai berikut:

### **1) Metode Ceramah**

---

<sup>12</sup> Amin Haedari, Masa Depa Pesantren Dalam Tantangan Modernitas Dan Tantangan Kompleksitas Global, Jakarta: IRD Press, 2004, 150.

Metode ceramah ini merupakan salah satu metode untuk menyampaikan materi, pelajaran dengan menggunakan komunikasi langsung secara lisan. Metode ini tentu sangat efektif dalam menyampaikan informasi serta dalam memberikan pemahaman, karena dalam penyampaian materi pelajarannya sangat singkat tapi jelas, baik dalam hal memberikan ilustrasi, keterangan tambahan, dan dalam menghubungkan dengan masalah lain, serta dapat memberikan contoh yang singkat, kongkret, yang mudah dikenal murid. Sedangkan kelemahan dalam metode ceramah ini murid akan cenderung pasif, karena yang dapat mengatur terhadap kecepatan dalam pemberian pelajaran ditentukan oleh pengajar sehingga kurang cocok dalam pembentukan karakter dan sikap, karena metode ceramah ini cenderung memosisikan pengajar sebagai otoritas terakhir<sup>13</sup>.

Metode ceramah ini sangat cocok :

- a. Untuk menyampaikan informasi
- b. Jika sebagai materi langka untuk disampaikan
- c. Kalau dalam organisasi maka materi yang ingin disampaikan harus disesuaikan dengan sifat penerima
- d. Untuk membangkitkan minat
- e. Materi hanya diingat dengan waktu yang sebentar
- f. Hanya sebagai petunjuk bagi format lain.

Sedangkan metode ceramah yang tidak cocok diantaranya;

- a. Jika tujuan belajar tidak untuk mendapatkan informasi
- b. Untuk retensi jangka panjang
- c. Disampaikan untuk sesuatu yang kompleks, terinci, dan abstrak.
- d. Kalau keterlibatan murid sangat penting untuk mencapai tujuan

---

<sup>13</sup> Hasibuan, Moedjiono, Proses Belajar Mengajar, Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2010, 13.

- e. Jika tujuan hanya bersifat kognitif pada tingkat yang tinggi
- f. Jika kemampuan dan pengalaman murid sangat rendah
- g. Jika hanya untuk merubah sikap dengan menanamkan nilai- nilai.
- h. Jika hanya untuk mengembangkan psikomotor<sup>14</sup>.

## 2) Metode Tanya Jawab

Dalam hal proses belajar mengajar, dan bertanya tentunya mempunyai peran yang sangat urgen, karena pertanyaan yang telah disusun dengan baik dengan menggunakan teknik pengajuan yang tepat maka :

- a. Dapat meningkatkan partisipasi murid dalam proses belajar mengajar
- b. Meningkatkan minat belajar murid karena ingin tahu masalah yang sedang disampaikan.
- c. Mengembangkan pola berpikir dengan cara belajar aktif, dengan cara murid di dorong untuk berpikir sehingga bisa bertanya terhadap sesuatu yang kurang dipahami.
- d. Mengarahkan proses berpikirnya murid karena pertanyaan yang benar untuk mendapatkan jawaban yang tepat juga.
- e. Fokus terhadap masalah yang sedang dihadapi<sup>15</sup>.

Proses pelaksanaan pembinaan spiritual melalui kajian kitab kuning Mukhtashar Ihya' Ulum Al-Din bagi lanjut usia dengan menggunakan metode ceramah , dan tanya jawab artinya Kyai yang membaca beberapa lafadz–lafadz kemudian diberikan makna, lalu dijelaskan disetiap baris- barisnya secara umum. proses itu berjalan bab demi bab dengan cara yang sama kemudian.

---

<sup>14</sup> Hasibuan, Moedjiono, Proses Belajar Mengajar, Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2010,14.

<sup>15</sup> Ibid., 14.

sebelum sampai pada jam istirahat Kyai memberikan kesempatan untuk bertanya kepada peserta kajian atas penjelasan yang kurang dipahami. Kemudian setelah istirahat dilanjutkan dengan sesi kedua yaitu dimulai jam 22.30WIB sampai jam 00.00WIB bahkan terkadang lebih. Kegiatan ini rutin setiap bulan sekali di minggu terakhir yang biasanya bertepatan pada hari minggu malam senin. Kegiatan kajian ini bisa dibilang *rileks*, santai dan tidak membosankan karena kajian ini tidak menjadi penilaian kognitif dan psikomotorik maupun efektif terhadap seorang murid pada umumnya. Namun kajian kitab kuning Mukhtashar Ihya' Ulum Al-Din bagi lanjut usia ini lebih bersifat kepada *sharing* bersama terhadap permasalahan hidup yang dihadapi sesetiap orang yang merujuk kepada kitab tasawuf Mukhtashar Ihya' Ulum Al-Din sehingga tidak jarang kajian ini menjadi dasar saling mengingatkan, menasehati satu sama lain, membersihkan hati dan untuk belajar menjadi lebih baik menuju insan yang husnul khotimah.

**C. Apa dampak spiritual terhadap lanjut usia dengan adanya pelaksanaan pembinaan spiritual melalui kajian kitab kuning Mukhtashar Ihya' Ulum Al-Din di Pondok pesantren Nazhatut Thullab.**

Pembinaan spiritual terhadap lansia dengan mengikuti kajian kitab Mukhtashar Ihya' Ulum Al-Din sangat cocok terhadap lansia karena kitab Mukhtashar Ihya' Ulum Al-Din merupakan kitab yang membahas tentang kaidah- kaidah seta prinsip dalam (*tazkiyatun nafs*) membersihkan jiwa, membahas masalah penyakit hati, cara mengobatinya, dan tata cara dalam menata hati.

Sebagaimana disebutkan oleh Ibn Khaldun dalam bukunya *Qira'at fi al-Falsafah* bahwasanya manusia itu memiliki pancaindera ( anggota tubuh), seperti akal untuk berpikir dan hati sanubari untuk bisa merasakannya. Maka ketiga potensi ini tentu harus dijaga agar tetap bersih, sehat berdaya agar bisa bekerja

sama secara harmonis. Maka untuk menghasilkan kondisi tersebut manusia membutuhkan tiga bidang ilmu yang berperan penting dalam kehidupannya. *Pertama*, ilmu fiqih yang berperan penting dalam hal kebersihan yang berdampak terhadap kesehatan pancaindera dan anggota tubuh manusia. Adapun maksud dalam membersihkan dan menyetatkan Sebagaimana di dalam ilmu fiqih itu dikenal dengan istilah *thaharah* (bersuci) yang bersifat dohiriyah (eksoterik) dari manusia. *Kedua*, filsafat sangat penting untuk mendorong otak yang berfungsi untuk meluruskan akal dalam berpikir. Oleh sebab itu filsafat lebih banyak digunakan dengan dimensi metafisik manusia itu sendiri, dengan tujuan untuk menghasilkan beberapa konsep yang menjelaskan inti dari sesuatu. Contoh; inti dari berbagai macam merek bulpoint sebagai *alat untuk menulis*, maka secara otomatis seluruh merek bulpoint akan tercakup. *Ketiga*, ilmu tasawuf yang sangat penting dalam hal membersihkan hati, jiwa dari berbagai macam penyakit hati, karena tasawuf berkaitan atau berhubungan dengan dimensi esoterik (batin) manusia<sup>16</sup>.

Kitab Mukhtashar ini merupakan kitab yang mencakup dari ketiga point tersebut baik dari segi fiqih, filsafat dan tasawufnya Sebagaimana dari tiga potensi yang ada dalam diri manusia tersebutkan dalam ayat Al- Quran:

قُلْ هُوَ الَّذِي أَنْشَأَكُمْ وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ قَلِيلًا مَّا تَشْكُرُونَ . الآية 23

سورة الملك .

Artinya :

*Katakanlah: “ Dia-lah yang menciptakan kamu dan menjadikan bagi kamu pendengaran, penglihatan dan hati, tetapi amat sedikit kamu yang bersyukur” (QSAI- Mulk:67:23).*

---

<sup>16</sup> H. Abuddin Nata, Akhlak Tasawuf Dan Karakter Mulia, PT. Rajagrafindo Persada, 2012, hlm 153.

Maka dari ayat diatas disebutkan kata *Al- af'idah* yang diartikan hati. Al-Raghib al- Asfahani dalam kitab *Mu'jam Mufradat Alfadz al- Quran* beliau mengatakan bahwa kata *al- af'idah* merupakan jamak dari kata *fu'ad* yang artinya sama dengan *al- qalb* (hati). Namun kata *al- fu'ad* lebih menunjukkan terhadap pekerjaannya hati dalam menimbang masalah secara jernih. Oleh sebab itu kata *al- fu'ad* lebih cocok disebut suara hati kecil yang tidak pernah berbohong. Sedangkan *al-qalb* secara harfiyah adalah bolak baliknya hati yang tidak tetap, suka berubah- ubah kadang suka terkadang berubah benci, kasihan, dan terkadang kejam begitu seterusnya. Sedangkan *al- kabidu* yang mempunyai arti hati juga yang sering digunakan untuk hati seekor kerbau, hati ayam yang merupakan bentuk dari jenis makanan <sup>17</sup>.

#### **D. Apa Faktor- faktor Penghambat bagi lanjut usia dalam mengikuti pembinaan spiritual melalui kajian kitab kuning Mukhtashar Ihya' ulum Al-Din di Pondok pesantren Nazhatut Thullab .**

Adapun Pembahasan tentang penghambat bagi lanjut usia Tentunya ada banyak faktor yang menjadi penghambat bagi lanjut usia dalam pembinaan spiritual melalui kajian kitab kuning Mukhtashar ihya' ulum Al-Din sebagaimana pada umumnya lanjut usia yang kita tahu bersama bahwa terjadinya masa penuaan dimana tubuh mengalami tahap perkembangan secara maksimal. Dengan proses penuaan tersebut maka secara perlahan- lahan kemampuan memperbaiki diri semakin berkurang. setiap makhluk hidup akan mengalami penuaan termasuk manusia yang menyebabkan perubahan terhadap fisik maupun minat.

---

<sup>17</sup> H. Abuddin Nata, Akhlak Tasawuf Dan Karakter Mulia, PT. Rajagrafindo Persada, 2012, hlm 154.

Dengan kondisi fisik yang mulai rentan, kesehatan menurun dengan jarak tempuh yang cukup jauh bagi lansia untuk bisa mengikuti pembinaan spiritual dengan mengaji kitab Mukhtashar Ihya' Ulum Al-Din.

Pada umumnya ketika seseorang memasuki usia lanjut, sering mengalami pemikiran yang negatif, yakni serba buruk tentang proses penuaannya. Seperti, halnya kondisi kesehatan yang semakin memburuk, mudah sakit- sakitan, kondisi tubuh yang mulai melemah, dan pikun. Sehingga banyak orang yang beranggapan bahwa penyakit yang muncul pada masa tua. Hal ini yang diyakini orang- orang merupakan sesuatu kurang benar karena bagi lanjut usia masih mempunyai banyak kesempatan untuk hidup sehat. Memang, sebagian besar penyakit yang mengganggu terhadap lansia adalah terjadinya proses degenerasi sistem faali yang cukup drastis. Hal ini diakibatkan karena tidak adanya upaya untuk meminimalisir dalam proses penuaan dan degeneratif melalui berbagai aktivitas fisik dan kontrol kesehatan yang rutin<sup>18</sup>.

Padahal olahraga yang rutin sangat dibutuhkan oleh tubuh untuk memperbaiki organ- organ tubuh, seperti lemak pada tubuh, tujuannya untuk kesehatan tulang, serta untuk meningkatkan daya tahan tubuh, massa otot dan kekuatanotot, serta fleksibilitas. Maka dengan berolahraga secara rutin lansia akan lebih sehat, bugar, dan resiko jatuh akan lebih berkurang. Karena olahraga juga dapat menurunkan penyakit diabetes melitus, hipertensi, dan penyakit jantung.

Jadi, olahraga sangat membantu terhadap kesehatan lansia, yaitu dapat meningkatkan terhadap nafsu makan, sehingga dapat meningkatkan terhadap pola

---

<sup>18</sup> Emmelia Ratnawati, Asuhan Keperawatan Gerontik, Yogyakarta: PT. Perpustakaan Baru Press, 2002, 84-85.

tidur menjadi berkualitas, dan tidak mengalami ketergantungan terhadap obat-obatan. Karena dengan berolahraga maka semua aktivitas fisik bermanfaat secara fisiologis, psikologis, maupun sosial.

Maka bagi lansia sangat disarankan untuk melakukan aktivitas fisik minimal selama 30 menit setiap hari dalam seminggu. Seperti aktivitas berjalan kaki, lari- lari kecil di pagi hari, berkebun, melakukan pekerjaan ringan di rumah, serta naik turun tangga, maka akan lebih mudah untuk mendapatkan tujuan hidup yang diinginkan. Jadi, bagi lansia pada usia 65 tahun keatas disarankan agar rutin berolahraga yang tidak terlalu berat yang dapat merusak tulang, seperti berjalan latihan dalam air, bersepeda statis, akan tetapi lansia dianjurkan agar melakukan segala kegiatan sehari- hari yang bisa menyenangkan dirinya. Sehingga lansia harus melatih diri agar memulai kegiatan dengan intensitas yang rendah, terus melakukan tahapan kegiatan secara individual berdasarkan dengan membiasakan melakukan gerakan ringan terhadap latihan fisiknya<sup>19</sup>.

Adapun perubahan yang terjadi terhadap minat diantaranya, *Pertama* adanya minat yang tinggi dari dirinya sendiri *kedua* kurangnya minat untuk memperhatikan penampilan dirinya, *ketiga* meningkatnya minat terhadap sesuatu yang bersifat duniawi<sup>20</sup>. Oleh karena itu membutuhkan dukungan dari luar dan motivasi yang tinggi dari dalam dirinya lansia sendiri untuk tetap menjaga kebugaran fisik agar tetap sehat secara jasmani. Karena setiap perubahan yang

---

<sup>19</sup> Emmelia Ratnawati, Asuhan Keperawatan Gerontik, Yogyakarta: PT. Perpustakaan Baru Press, 2002, 86

<sup>20</sup> Hidayatus Sya'diyah, Keperawatan Lanjut usia Teori Dan Aplikasi, Indomedia Pustaka: 2018, 7

dialami oleh seseorang tentu sangat mempengaruhi juga terhadap minat sehingga dapat mempengaruhi terhadap pola hidupnya<sup>21</sup>.

Adapun perubahan yang sering terjadi pada lanjut usia diantaranya:

1. Perubahan fisik

- a. Jumlah sel dalam tubuh semakin berkurang dengan ukuran yang lebih besar, sehingga menyebabkan kurangnya cairan intra dan extra seluler.
- b. Persyarafan: fungsinya cepat menurun yang berhubungan dengan persarafan, sehingga sangat lambat dalam merespon. Serta mengecilnya syaraf pendengaran, penglihatan dll.
- c. Sistem kardiovaskuler: yang menyebabkan katub jantung mulai menebal sehingga menjadi kaku, kemudian kemampuan jantung dalam memompa darah akan berkurang 1% setiap tahunnya setelah berusia 20 tahun yang menyebabkan terhadap menurunnya kontraksi dan volume, serta kehilangan elastisitas pembuluh darah, yang menyebabkan darah tinggi.
- d. Sistem respirasi: maka otot pernapasan menjadi kaku sehingga menyebabkan menurunnya aktivitas silia. Maka paru- paru akan kehilangan elastisitasnya sehingga kapasitas residu meningkat, yang berakibat nafas menjadi berat.
- e. Sistem gastrointestinal: seperti rontoknya gigi geraham, sehingga menyebabkan gizi buruk, indra pengecap menjadi menurun karena adanya

---

<sup>21</sup> Ibid., 08

iritasi terhadap selaput lendir dan atrofi indera sampai 80%, kemudian hilangnya sensitivitas syaraf pengecap untuk rasa manis dan asin.

- f. Sistem genitoria: ginjal akan mulai mengecil dan nefron menjadi atrofi sehingga menyebabkan aliran darah ke ginjal menurun sampai 50%, GFR menurun sampai 50%. Sehingga nilai kerja ginjal terhadap glukosa menjadi sangat meningkat. Vesika urinaria otot-ototnya menjadi melemah sehingga kapasitasnya menurun sampai 200cc sehingga vesika urinaria sulit diturunkan pada pria lansia yang akan berakibat terhadap retensi urine.
- g. Sistem endokrin: pada sistem ini semua dapat berproduksi dengan hormon yang menurun, sedangkan terhadap fungsi paratiroid dan sekresinya tidak ada perubahan. Sedangkan aktifitas tiroid sangat menurun sehingga menurunkan basal metabolisme rate (BMR). Sehingga menyebabkan terhadap produksi kelamin mengalami penurunan diantaranya progesteron, estrogen, dan testosteron.
- h. Sistem integumen: salah satu faktor yang menyebabkan kulit seseorang keriput karena kehilangan lemak, sehingga kulit kepala dan rambut mulai berubah warna menjadi kelabu, sedangkan rambut pada telinga dan hidung menjadi lebih tebal, dan kuku menjadi lebih keras dan rapuh.
- i. Sistem muskuloskeletal: menyebabkan kemampuan tulang menurun karena kehilangan identitasnya sehingga menjadi semakin rapuh, kiposis, dan tinggi badan juga mulai berkurang yang disebut discus vertebrae menjadi menipis, tendon mengkerut dan atrofi serabut erabit otot,

sehingga menyebabkan lansia menjadi lambat dalam bergerak, yang menjadikan otot kram, dan tremor<sup>22</sup>.

## 2. Perubahan mental

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi terhadap mental lanjut usia diantaranya:

- a. Segi pendidikan
- b. Keturunan
- c. Lingkungan sekitar

Sedangkan kenangan ( memori) ada 2

- a. Tidak dapat dirubah hanya dengan informasi yang pasti melalui perkataan secara verbal.
- b. Kurang memperhatikan penampilan dirinya, dan keterampilan psikomotor banyak mengalami perubahan hanya dengan membayangkan, karena adanya tekanan dari faktor waktu.

## 3. Perubahan – perubahan psikososial

- a. Pensiun: nilai seseorang diukur oleh produktifitasnya, sedangkan identitasnya berkaitan dengan peranannya dalam bekerja.
- b. Menyadari akan datangnya kematian
- c. Mengalami banyak Perubahan dalam hidup, sehingga ruang gerakpun menjadi lebih sempit.<sup>23</sup>

Faktanya manusia semakin tua akan semakin lengkap dengan berbagai penyakit, karena kekebalan tubuh, sel- sel, syaraf yang mulai menurun

---

<sup>22</sup> Ibid., 09

<sup>23</sup> Hidayatus Sya'diyah, Keperawatan Lanjut usia Teori Dan Aplikasi, Indomedia Pustaka: 2018, 10.

kegunaannya. Maka salah satu faktor yang menjadi penghambat bagi lanjut usia dalam mengikuti kajian kitab kuning Mukhtashar Ihya' Ulum Al-Din salah satunya adalah kesehatan itu sendiri yang menjadi kunci untuk bisa aktif dalam mengikuti kajian tersebut. Sedangkan faktor yang lain yang menjadi penghambat dalam mengikuti kajian kitab kuning Mukhtashar Ihya' Ulum Al-Din adalah masalah durasi waktu, jarak yang lumayan jauh untuk ditempuh hingga bisa sampai ke tempat tujuan yaitu Pondok pesantren Nazhatut Thullab.

Namun semua hambatan tersebut bisa di lewati dengan cara menyiapkan diri dengan menjaga kesehatan dan istirahat yang cukup sebelum mengikuti kajian kitab kuning Mukhtashar Ihya' Ulum Al-Din. Karena di masa lanjut usia dimana tingkat kesadaran lebih tinggi dari pada masa muda akan tibanya kematian. Maka bukan suatu hal yang aneh jika lanjut usia lebih semangat dalam ikut serta kajian kitab kuning Mukhtashar Ihya' Ulum Al-Din ini.

Kitab Mukhtashar Ihya' Ulum Al-Din sangatlah cocok bagi orang-orang yang ingin memperdalam wawasan agama serta yang ingin mengkaji sebagai wawasan jiwa, sebagai pedoman untuk meniti kerasnya kehidupan dan untuk mempersiapkan bekal menuju kehidupan berikutnya.

Sedangkan masalah-masalah penyakit yang sering dialami oleh lansia cukup kompleks seiring dengan berjalannya waktu dan perubahan-perubahan yang dialami secara biologis, emosional, spiritual, dan sosial. Tentu dengan bertambahnya usia seseorang kerap sekali diidentikkan dengan kelemahan, masalah, dan penyakit. Terlebih lagi bagi orang yang kurang memperhatikan

kesehatan dirinya, baik fisik maupun jiwa. Ada masalah yang sering diderita oleh seseorang yang berumur di atas 50 tahun diantaranya sebagai berikut <sup>24</sup> :

1. Tekanan darah tinggi

Adapun faktor yang menjadi penyebab terjadinya tekanan darah tinggi pada usia di atas umur 50 tahun beragam , diantaranya ada karena faktor eksternal ( lingkungan luar ) dan ada juga karena faktor internal dari ( diri sendiri). Namun penyebab yang sering terjadi dilapangan adalah karena sebab penyakit ( misalnya, seperti adanya gangguan pada ginjal dan karena faktor pola makan yang kurang baik (berlebihan dalam mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung garam dan pengawet rasa.

2. Kolestrol

Penyakit ini sering naik ( meninggi ) karena faktor pola makan yang kurang baik. Kesehatan terhadap pengidap penyakit kolestrol ini akan semakin memburuk jika kurangnya aktivitas olahraga dan pola hidup yang sehat. Sehingga berakibat terhadap kolestrol yang ada dalam tubuh akan sulit untuk bisa dikeluarkan. Terkadang juga karena pola makan yang buruk pada waktu masih muda namun penyakit kolestrol tersebut dapat dirasakan ketika umur di atas 50 tahun.

3. Jantung

Penyakit ini serupa dengan penyakit tekanan darah tinggi dan kolestrol. Penyakit jantung disebabkan karena kurang memperhatikan pola hidup sehat sehingga menyebabkan organ vital ini bekerja lebih keras untuk

---

<sup>24</sup> Amalia Senja, Perawatan Lansia Oleh Keluarga dan Care Give, Jakarta: PT. Perpustakaan Nasional, 2019, 08

mengompensasi kondisi tubuh. Jadi, seseorang yang berusia di atas 50 tahun biasanya banyak merasakan keluhan terhadap jantungnya ketika tidak membiasakan diri dengan gaya hidup sehat sejak usia dini.

#### 4. Stroke

Penyakit stroke ini dapat menyerang orang yang sudah berumur yang berisiko dapat melumpuhkan organ tubuh lainnya. Meskipun zaman sekarang banyak orang yang kita jumpai masih tergolong muda, namun terkena serangan penyakit strok. Tentu hal ini tidak lain disebabkan karena faktor pola hidup yang kurang baik. karena, penyakit storke ini merupakan salah satu penyakit yang menyerang tubuh manusia secara perlahan- lahan namun pasti.

#### 5. Prostat

Penyakit ini sering terjadi di saat usia senja. Sedangkan masalah penyakit prostat ini sangat beragam. Salah satunya adalah kanker prostat<sup>25</sup>.

#### 6. Arthritis

Penyakit artitis atau radang sendi adalah penyakit yang menyerang terhadap persendian. Gangguannya berupa peradangan pada bagian sendi yang disebabkan oleh beberapa faktor. Salah satunya karena faktor makanan yang kita makan sehari- hari kurang sehat. Oleh karena itu, mengusahakan diri dengan pola hidup yang baik dan sehat dimasa tua adalah kewajiban seseorang jika ingin hidup sehat dan kuat.

#### 7. Diabetes

---

<sup>25</sup>A malia Senja, Perawatan Lansia Oleh Keluarga dan Care Give, Jakarta: PT. Perpustakaan Nasional, 2019, 09

Penyakit diabetes ini atau dikenal dengan tingginya kadar gula darah pada tubuh. Penyakit ini tidak menular yang sering menimpa terhadap seseorang yang berusia di atas 50 tahun. Penyebabnya penyakit ini karena beberapa faktor. Ada yang terkena penyakit ini karena faktor genetik atau keturunan, ada pula yang disebabkan oleh gaya hidup yang kurang baik<sup>26</sup>.

---

<sup>26</sup> Amalia Senja, Perawatan Lansia Oleh Keluarga dan Care Give, Jakarta: PT. Perpustakaan Nasional, 2019, 10.