

IMPLEMENTASI PENDIDIKAN SPIRITUAL MELALUI KITAB *SYI'IR JAWI* PADA KESEHATAN MENTAL LANSIA DI TPQ AL-MUhibbin JOMBANG

Achmad Nidzomi

Universitas Hasyim Asy'ari Tebuireng Jombang

achmadnidzomi@gmail.com

Ita Rahmania Kusumawati

Universitas Hasyim Asy'ari Tebuireng Jombang

itajombang111@gmail.com

Abstract: Old age is a period where there is a decline both physically and psychologically, so that at this stage a person becomes vulnerable to stress, depression, and loneliness. In addition, old age is also a phase close to death, so having a strong spirituality is very important to interpret life related to oneself, God, and fellow beings. Spirituality education becomes a form of education that can help individuals live a life with peace and tranquility. Therefore, spiritual education has a very important role, especially for those who have entered old age who are physically and psychologically vulnerable. This research uses qualitative methods with a case study approach that aims to find the extent of the impact of spiritual education on elderly mothers at TPQ Al-Muhibbin Jombang. The subjects in this study were mothers aged 60 years and over who were registered as students at TPQ Al-Muhibbin Jombang. While the object of this study is religious activities used to improve the spirituality of the

elderly. The location of this research is TPQ Al-Muhibbin which is located at four points, namely (1) Cangkringrandu Perak Jombang, (2) Tambakberas Timur Tambakrejo Jombang, (3) Nglungu Tambakrejo Jombang, and (4) Bangle Dukuhklopo Peterongan Jombang. The purpose of this study was to determine the spiritual education activities used on elderly mothers and the extent of the impact of spiritual education on their mental health. After research, it was found that there are two religious activities that can improve the spirituality of the elderly at TPQ Al-Muhibbin, in the classroom and outside the classroom. Activities in class include learning to read Yanbu'a, reading short letters of the Qur'an, following assemblies of both tafsir, fiqh and shi'iran. Activities outside the classroom include participating in recitations such as the Birthday of the Prophet Muhammad (saw), the commemoration of Isro 'Mi'roj Prophet Muhammad SAW., Joint Prayer, Halal bi Halal, alms 10 Suro, orphan compensation, and visiting friends who are sick or dead

Keywords: Implementation Of Spiritual Education, Kitab Syi'ir Jawi, TPQ Al-Muhibbin Jombang

Pendahuluan

Pendidikan sendiri merupakan kebutuhan manusia di segala usia, tidak terkecuali lansia. Salah satu pendidikan yang dibutuhkan lansia ialah pendidikan spiritual. Pendidikan spiritual adalah perbaikan kualitas diri secara bertahap dengan cara meghubungkan diri dengan rabb-nya pada setiap kesempatan, aktivitas, dan rasa.¹ Hal tersebut memiliki tujuan di antaranya; proses pengembangan potensi rohani agar Allah dan Rasul-Nya lebih dicintainya, pelenturan hati supaya merindukan surga firdaus yang tertinggi, pendidikan akhlak dan perbaikan kepribadian serta pelurusan perilaku serta upaya mendorong jiwa agar segera mentaati Allah dengan penuh kecintaan dan kerinduan.²

Gambaran di atas dilakukan oleh perempuan-perempuan lansia di Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPQ) Al-Muhibbin, Jombang. Perempuan dari umur 60 tahun ke atas, etos belajarnya masih tinggi.

¹ Muhammad Quthub, *Manhaj al-Tarbiyah al-Islamiyah*, (Kairo: Dār al-Syuruq, 2004), 60-61.

² 'Abd al-Hamīd al-Shaid Zintānī, *Usus al-Tarbiyah al-Islamiyah fi al-Sunnah al-Nabawiyah*, (Tunis: Al-Dār al-'Arabiyah li al-Kitāb, 1993), 326.

Meski secara fisik, ingatan dan lain sebagainya menurun, tidak prima seperti orang-orang muda,³ tapi perempuan lansia yang belajar di TPQ Al-Muhibbin, Jombang, secara *kaffah* telah menjalani seruan dalam hadis itu secara sadar dan konsisten.

Pendidikan spiritual dapat menjadi salah satu faktor yang berkontribusi dalam mengatasi depresi pada lansia, tetapi tidak dapat dianggap sebagai satu-satunya metode pengobatan.⁴ Pendidikan spiritual dapat membantu mengatasi depresi pada lansia dalam beberapa faktor seperti (1) menemukan makna dan tujuan hidup yang lebih dalam, (2) pengelolaan stres dengan praktik spiritual seperti meditasi, doa, atau refleksi pribadi, (3) menumbuhkan harapan dan keyakinan akan adanya dukungan yang lebih besar di luar diri mereka, (4) meningkatkan dukungan sosial dan koneksi dengan saling berinteraksi dengan anggota komunitas.

TPQ Al-Muhibbin merupakan wahana belajar ilmu agama yang menerima murid atau santri lintas umur. Tidak hanya murid-murid yang baru mengenal bacaan Al-Quran, seperti anak-anak. Tapi juga perempuan lansia. TPQ Al-Muhibbin sendiri berdiri pada tahun 2014 yang diprakarsai oleh Muhimmah Falasifah. Menurutny, para lansia ini juga memiliki hak mendapatkan ilmu yang semestinya di tengah kesibukan mereka sehari-hari. Hal-hal mendasar seperti baca Al-Qur`an, tata cara shalat, tata cara wudlu, kajian tentang haid, dan perihal lain yang bersinggungan dengan diri mereka tiap harinya yang tidak dapat mereka pelajari kembali di sekolahan atau lainnya dapat dipelajari di TPQ ini.

Dari hal tersebut, kemudian TPQ Lansia mengalami perkembangan yang pesat. Seperti awal berdirinya TPQ Al-Muhibbin, bukan saja mengajarkan perihal Al-Quran: metode membaca Al-Quran, setoran membaca Al-Quran dan semacamnya. Tapi melampaui itu, pasalnya kebutuhan perempuan lansia perihal spritualnya tinggi. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati, bahwsanya lansia memiliki pemikiran yang matang untuk berfikir. Sehingga dalam menghadapi kematian seringkali banyak lansia yang mendekatkan diri pada Tuhan YME.⁵ Dengan alasan tersebut, lansia di TPQ Al-Muhibbin diberikan pelajaran yang *ajeg* perihal fikih sebagai bekal keseharian menjalankan

³ Enny Puji Lestari, dkk., *Produktifitas Perempuan Lansia: Tuntutan dan Tantangan*, Prosiding Mukhtar Pemikiran Dosen PMII, 1 (1), 690.

⁴ Elsa Annisa, dkk., *Kebutuhan Spiritual dengan Kualitas Hidup Pada Lanjut Usia: Literatur Review*, Jurnal ProNers, Volume No, July 2021, 9.

⁵ Rahmawati, dkk., *Gambaran Kebutuhan Spritual pada Lansia yang Beragama Islam di Desa Sratorejo kecamatan Baureno kabupaten Bojonegoro tahun 2014*, 27. Lihat di <https://media.neliti.com/media/publications/57024-ID-gambaran-kebutuhan-spiritual-pada-lansia.pdf>

ibadah. Pasalnya, fikih sebagai keilmuan yang bersifat praksis dan berdasarkan dalil-dalil yang terperinci. Juga tasawuf, sebagai keilmuan yang membahas tentang ingat kepada Allah dan pelatihan jiwa sebagai ikhtiar dalam mematuhi hukum-hukum ketuhanan.

Ibu-Ibu lansia yang ikut belajar di TPQ Al-Muhibbin mengharuskan pengelola untuk memilih metode yang tepat. Karenanya, dasar dalam pembelajaran mengharuskan pendidik memenuhi empat metode dasar pembelajaran yakni: (a) identifikasi tingkah laku peserta didik. (b) memilih sistem pendekatan pembelajaran. (c) memilih dan menetapkan prosedur dan teknik pembelajaran yang efektif. (d) menetapkan standar capaian pembelajaran.⁶ Di sisi lain, Wanita cenderung memiliki risiko yang lebih tinggi mengalami masalah kesehatan mental dibandingkan dengan pria pada usia lanjut. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan mental pada lansia wanita antara lain perubahan hormonal, perubahan sosial dan peran, serta faktor lingkungan. Sehingga dibutuhkan pendidikan spiritual sebagai jawaban atas penurunan kesehatan mental tersebut.⁷

Salah satu pembelajaran yang dilakukan di TPQ Al-Muhibbin ialah penanaman pendidikan spiritual melalui pembacaan syi'ir karya KH. Moch. Djameluddin Ahmad. Nilai-nilai pendidikan spiritual dalam syi'ir tersebut menjadi kunci utama mengapa hal itu diajarkan di TPQ Al-Muhibbin. Terdapat beberapa syi'ir yang dipelajari di setiap pertemuannya. Menurut Burhanuddin, syi'ir sebagai bentuk puisi tradisional Jawa merupakan bentuk pengalaman ruhaniah penulis dikemas dengan bahasa padat, singkat, dan ekspresif serta seringkali menggambarkan zaman tertentu dan akan menjadi refleksi zaman itu. Selain itu, syi'ir juga bermuatan ruhaniah, misalnya penggambaran tentang sabar, tawakkal, dan menjaga diri dari keburukan.⁸

Oleh karena itu, penulis tertarik mengkaji penelitian terkait implementasi pendidikan spiritual melalui Kitab al-Asy'ar al-Jawiyah al-Mutanawwi'ah pada kesehatan mental ibu-ibu lansia di TPQ Al-Muhibbin Jombang.

Metode

⁶ Syaiful Bahri Djamarah, *Guru dan Anak dalam Interaksi Edukatif*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), 328.

⁷ Intang Arifia, <https://news.unair.ac.id/2021/04/26/perempuan-rentan-alami-masalah-kesehatan-mental-pakar-psikologi-unair-uraikan-penyebabnya/?lang=id>, diakses pada 26 April 2021

⁸ Muhammad, Burhanuddin. *Nilai Humanisme Religius Syiir Pesantren*. Jurnal Sastra Indonesia, Vol. 6, No. 1 (2017), 37.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif, yakni metode yang digunakan dalam memahami fenomena yang akan diteliti.⁹ Dengan metode ini akan mendeskripsikan bagaimana implementasi pendidikan spiritual melalui Kitab al-Asy'ar al-Jawiyah al-Mutanawwi'ah pada ibu-ibu lansia di TPQ Al-Muhibbin Jombang. Subjek penelitian yang ditetapkan dalam penelitian ini ialah ibu-ibu lansia berusia 60 tahun ke atas yang terdaftar sebagai peserta didik di TPQ Al-Muhibbin Jombang. Dalam pengumpulan data, penulis menggunakan wawancara, observasi, dan dokumentasi. Sedangkan teknik analisis yang digunakan ialah reduksi data, penyajian data, dan menarik kesimpulan.¹⁰

Pembahasan

Implementasi Pendidikan Spiritual Lansia di TPQ Al-Muhibbin Jombang

Menurut 'Alī 'Abd al-Halīm Mahmūd, tujuan dari pendidikan spiritual adalah untuk memfasilitasi pengenalan (*ma'rifah*) kepada Allah SWT kepada para peserta didik dan mengajarkan serta melatih mereka untuk melaksanakan ibadah kepada-Nya. Tujuan utama dari pendidikan spiritual adalah membantu peserta didik meninggalkan perilaku yang tidak disukai oleh Allah SWT dan menerima apa yang diridai-Nya.¹¹ Ia juga menjelaskan bahwa ketika seseorang mencapai pendidikan spiritual secara menyeluruh, maka jiwa dan pikirannya akan menjadi suci, pikirannya akan menjadi terang, perilakunya akan menjadi jujur, dan fisiknya akan menjadi bersih. Keadaan ini terwujud karena adanya hubungan yang kuat antara individu tersebut dan Sang Pencipta, dengan mengharapakan kemuliaan-Nya, bergantung sepenuhnya kepada-Nya, memiliki keyakinan yang baik terhadap-Nya, serta yakin akan bimbingan, petunjuk, dan anugerah-Nya.

Dalam hasil temuan peneliti, pendidikan spiritual di TPQ Al-Muhibbin Jombang terdapat dua kategori, yakni di dalam kelas dan luar kelas. Pendidikan dalam kelas meliputi sorogan Yanbu'a dan Al-Quran, majelis ta'lim fikih, majelis ta'lim tafsir, dan majelis ta'lim syi'iran. Sedangkan pendidikan luar kelas berbentuk kegiatan seremonial seperti perlombaan menghias tumpeng, lomba cerdas cermat, peringatan Isro' Mi'roj Nabi Muhammad saw., ziarah auliya', santunan anak yatim, kegiatan penghijauan dan lain sebagainya.

⁹ Hilman Gunawan, *Metode Penelitian Kualitatif Teori dan Praktik*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2013), 81.

¹⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Alfabeta, 2019), 438.

¹¹ 'Alī 'Abd al-Halīm Mahmūd, *al-Tarbiyah al-Rūḥiyah*, (Qāhirah: Dār al-Tauzī' wa al-Nasyr al-Islāmiyah, 1995) 70.

Dalam pelaksanaannya, pendidikan dalam kelas terbagi menjadi dua kategori, yakni sesuai kelas masing-masing dan sentral. Sorogan Yanbu'a memiliki enam tingkat dan diakhiri dengan kelas Al-Qur'an sebagai tingkat tertinggi. Jilid 1 merupakan jilid paling rendah dan terus meningkat hingga sampai jilid 6. Tujuan masing-masing jilid berbeda, sehingga penekanan bimbingan yang dilakukan pendidik menyesuaikan dengan tujuan di tiap jilidnya.

Sedangkan kelas sentral, terdapat tiga macam Majelis Ta'lim, yakni Majelis Ta'lim Fikih, Majelis Ta'lim Tafsir, dan Majelis Ta'lim Syi'ir, Majelis Ta'lim Syi'ir saja yang diajarkan pada ke empat titik TPQ Al-Muhibbin. Selainnya diajarkan namun bergantian ditiap waktunya, antara Majelis Ta'lim Fikih dan Majelis Ta'lim Tafsir. Namun, ketiganya memiliki pola pengajaran yang sama. Diawali dengan membaca *qashidah burdah*, lalu dibuka dengan doa belajar, kemudian penyampain materi dengan metode ceramah. Metode ceramah digunakan sebab paling efektif dalam penyampaian materi satu arah dalam kelas sentral. Dilanjutkan dengan tanya jawab antara pendidik dan peserta didik. Pada akhirnya, kelas diakhiri dengan membaca doa selesai belajar bersama-sama.

Majelis Ta'lim Fikih dan Majelis Ta'lim Syi'ir merupakan sesi yang disukai oleh peserta didik. Hal ini dikarenakan banyaknya pertanyaan-pertanyaan yang belum terjawab di kehidupan sehari-hari mereka. Mulai dari perihal ibadah shalat, wudhu, zakat, puasa, sedekah, hingga tentang darah wanita. Hal ini muncul disebabkan minimnya pengetahuan agama di masa muda mereka. Pernyataan ini dibuktikan dengan salah satu jawaban responden:

"Enak mas di kelas majelis ta'lim fikih, banyak pertanyaan-pertanyaan muncul yang saya sendiri tidak tahu jawabannya. Meskipun saya tidak bertanya sendiri, tapi bisa mendengarkan jawaban dari pertanyaan orang lain. Soalnya masa mudaku tidak pernah mondok mas, sekolah ya tidak sungguh-sungguh." Responden P.

Sedangkan Majelis Ta'lim Syi'ir banyak disukai karena memberikan pembelajaran bagi spiritualitas peserta didik. Menurut Hamid, spiritualitas merupakan hubungan yang memiliki dua dimensi yaitu antara individu dengan tuhan dan individu dengan diri sendiri, orang lain dan lingkungan.¹² Sehingga peserta didik dapat mengenali siapa Tuhannya dan bagaimana hubungan dirinya dengan-Nya. Hal ini dibuktikan dengan ungkapan responden:

¹² A.Y.S. Hamid, *Bungarampai Asuhan Keperawatan Kesehatan Jiwa*. (Jakarta: EGC, 2009), 5.

“Saya ini Mas, remen banget syi’irannya Mbah Yai (Kyai Djamal). Enak didengarkan, masuk ke hati, gampang pahamnya. Meskipun perlu penjelasan dari ustadz-ustadz dulu sih.” Responden B.

Selain itu, menurut Andika Widyatama, belajar dengan bernyanyi bagi lansia dapat meningkatkan *mood* dan meredakan stres di tubuh.¹³ Kelebihan dari metode syi’ir di sini agar para ibu-ibu dapat membaca materi walaupun hanya satu kali. Ditambah lagi, penyampaian syi’ir-syi’ir tersebut diiringi redaksi asal yang merujuk dalam Al-Quran, hadis, dan kitab para ulama salaf. Sehingga memudahkan para ustadz dalam penyampaian materi.

Selain dengan syi’iran, penanaman nilai spiritual juga dilakukan dengan cara pembiasaan. Sebelum memulai setoran, para peserta didik diajak untuk bertawasul bersama sesuai kelas masing-masing dengan suara keras. Hal ini dilakukan secara terus menerus sampai akhirnya hafal. Namun, tujuan utama dari pembiasaan ini ialah bagaimana seorang murid tidak lupa akan jasa guru dan para alim ulama sehingga diharapkan bertawasul ketika hendak membaca Al-Qur’an.

Bentuk pengimplementasian pendidikan spiritual di luar kelas dilakukan dengan cara himbauan dan kegiatan seremonial. Beberapa kegiatan rutin di luar kelas dapat dilihat sebagai berikut:

NO	KEGIATAN	WAKTU
1	Peringatan Maulid Nabi Muhammad saw	Rabi’ul Awwal
2	Peringatan Isro’ Mi’roj Nabi Muhammad saw.	Rajab
3	Halal Bi Halal dan Doa Bersama	Syawal
4	Ziaroh Auliya	Syawal
5	Sedekah 10 Suro	Muharram
6	Kajian Ramadan dan Nuzulul Qur’an	Ramadan
7	Takziyah dan penjengukan orang sakit	Menyesuaikan

Tabel 1: Kegiatan Rutinan Tahunan TPQ Al-Mubibbin Jombang

Dalam pelaksanaan kegiatan di atas, para peserta didik diberi peran untuk berpartisipasi langsung dalam menjalankan acara. Mulai dari urusan dapur hingga penerima tamu. Dalam pelaksanaannya, para peserta didik diberi himbauan-himbauan. Mulai dari menjaga wudhu dalam bertugas maupun acara berlangsung, larangan penggunaan wadah dari plastik, dorongan sedekah untuk doa arwah leluhur, dan lain sebagainya. Hal ini dilakukan untuk menumbuhkan rasa gotong royong, tepo sliro, kekompakan dan menambahkan pengalaman organisasi.

¹³ Krisna Octavianus Dwiputra, *Ikut Paduan Suara, Lansia Bisa Hidup Lebih Bahagia*, dapat dilihat di <https://www.klikdokter.com/psikologi/kesehatan-mental/ikut-paduan-suara-lansia-bisa-hidup-lebih-bahagia> diakses pada 01 Oktober 2019.

Evaluasi pendidikan spiritual di TPQ Al-Muhibbin secara berkala. Dalam kelas jilid dan Al-Qur'an, evaluasi dilakukan dengan cara peserta didik melakukan ujian kenaikan jilid. Hal ini perlu dilakukan untuk menentukan layak tidaknya peserta didik untuk naik ke kelas yang lebih tinggi. Penguji sendiri merupakan pengasuh TPQ Al-Muhibbin, yakni Ibu Muhimmah Falasifah. Penilaian yang dilakukan dalam ujian tersebut bermacam-macam, mulai dari kelancaran membaca, ketepatan makhrāj, ketepatan panjang pendek, dan lain sebagainya mengikuti standar yang digunakan di setiap jilid Yanbu'a.

Sedangkan evaluasi dalam Majelis Ta'lim Fikih dan Majelis Ta'lim Syi'ir dilakukan bukan atas pencapaian materi, namun hanya pengajaran dan tanya jawab di akhir sesi. Hal ini dikarenakan tujuan dari kelas ini ialah sebagai forum penyampaian ilmu fikih dan akhlak serta menjadi wadah bagi yang memiliki permasalahan atau pertanyaan seputar keduanya.

Evaluasi pendidikan spiritual di luar kelas dilakukan pasca kegiatan diselenggarakan. Rapat evaluasi dilakukan untuk melaporkan kegiatan yang telah diselenggarakan dan menyampaikan kendala serta menemukan solusi untuk perbaikan dalam kegiatan selanjutnya.

Dampak Pendidikan Spiritual pada Kesehatan Mental Ibu-Ibu Lansia di TPQ Al-Muhibbin Jombang

Menurut Rahmawati & Astuti, seseorang yang memiliki tingkat religiulitas Islam yang tinggi maka akan memiliki kualitas hidup yang tinggi pula karena saat seseorang menjalankan nilai-nilai agama dalam Islam maka individu tersebut akan merasa lebih tenang, perasaan itu didapatkan karena individu tersebut menggantungkan perasaan dan memasrahkan kehidupannya hanya kepada Allah swt. Pada lansia, rasa percaya dan yakin kepada Allah swt. akan kondisinya di masa tua sangatlah penting, adanya penurunan fungsi dalam berbagai aspek yang dirasakan oleh lansia terkadang akan menjadikan lansia tersebut stres sehingga kualitas hidup lansia menjadi turun.¹⁴

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Azmi, dkk., menunjukkan adanya korelasi antara tingkat religiusitas dan kejadian depresi pada lansia. Keyakinan yang kuat terhadap ajaran agama, ketaatan dalam menjalankan ajaran agama, dan pengalaman beragama individu lanjut usia menjadi faktor yang mempengaruhi kejadian depresi pada mereka.¹⁵ Oleh

¹⁴ Rahmawati, H., & Astuti, Y. D. (2017). *Hubungan Antara Religiusitas Islam Dan Kualitas Hidup Pada Lansia*. 8.

¹⁵ Rahmatullah Azmi, dkk., *Hubungan Religiusitas dengan Kejadian Depresi pada Lansia di Balai Sosial Lanjut Usia Mandalika*, Bina Nursing Journal, Vol. 2 No. 2 Mei 2021. 124.

karena itu, pendekatan spiritual pada lansia dianggap sebagai hal yang bermanfaat dalam kehidupan mereka. Lansia yang merasa memiliki hubungan yang erat dengan Tuhan Yang Maha Esa, merasakan ketenangan setelah melakukan shalat dan berdoa, serta mendapatkan kekuatan dari beribadah, cenderung menjalin hubungan yang baik dengan orang lain dan lingkungan sekitarnya.

1. Makna dan tujuan hidup

Pendidikan spiritual dapat membantu lansia wanita menemukan makna dan tujuan hidup yang lebih dalam. Saat mereka menghadapi perubahan fisik, sosial, dan peran yang terjadi saat menua, memiliki kerangka kerja spiritual dapat memberikan orientasi dan memberi mereka sesuatu yang berarti dalam hidup mereka. Ini dapat membantu mengurangi risiko depresi dan meningkatkan kualitas hidup dengan cara menanamkan pengertian agar senantiasa berbaik sangka kepada Allah swt. Ahmad ibn 'Atha' Allah dalam al-Hikam hikmah ke 48 mengatakan:¹⁶

لا يعظم الذنب عندك عظمة تصدك عن حسن الظن بالله تعالى فإن من عرف ربه استصغر في جنب كرمه ذنبه.

Janganlah suatu dosa di dirimu (dianggap) menjadi besar sehingga menjadi menjadi pencegah dari berbaik sangka kepada Allah swt. Sungguh seseorang yang mengenal Tuhannya maka di sisi karunia-Nya dosanya dianggap kecil.

Dengan berbaik sangka kepada Allah swt., manusia dapat menjalankan ibadah dengan khidmat diiringi rasa takut (khauf) akan siksa-Nya dan pengharapan (raja') akan rahmat dan ampunan-Nya. Hal ini dijelaskan dalam syi'ir Mbagusi Penyono Maring Alloh yang berbunyi:¹⁷

<i>Gedene doso ing awak iro</i>	#	<i>Ojo nganti nyegah ing ati iro</i>
<i>Maring husnudzon Pengeran iro</i>	#	<i>Gusti Alloh Kang Moho Mulyo (2x)</i>
<i>Amergo sopo wong kang mangerti</i>	#	<i>Ing Pengerane ingkang sejati</i>
<i>Rumongso cilik dodo-dosane</i>	#	<i>Saking jembare kalomanane (2x)</i>

Selaras dengan itu, makna dan tujuan hidup para ibu-ibu lansia juga beragam. Hal ini dibuktikan dengan jawaban para responden sebagai berikut:

¹⁶ Ahmad ibn 'Atha' Allah al-Sakandary, *Matn al-Hikam*, (Kediri: Lirboyo, t.th.)

¹⁷ Moch. Djamaluddin Ahmad, *al-Asy'ar al-Janiyah al-Mutanawwi'ah*, (Jombang: Pustaka Al-Muhibbin, 2019), 216.

Pertanyaan:

Apakah Anda merasa nilai-nilai religius yang terdapat dalam Syi'ir Jawi karya Kyai Djamal dapat mempengaruhi kesehatan mental Anda?

No	Jawaban	n	%
1.	Sangat mempengaruhi	9	75
2.	Mempengaruhi	3	25
3.	Biasa saja	0	0

Tabel 2: Distribusi pengaruh syair Jawa terhadap kesehatan mental responden

Pertanyaan:

Tolong sebutkan contoh konkret bagaimana nilai-nilai religius dalam syi'ir tersebut mempengaruhi penguatan karakter religius Anda!

No	Jawaban	n	%
1.	Berpikir positif dalam kehidupan sehari-hari	3	25
2.	Menerima takdir yang tidak dapat dikendalikan diri sendiri	4	33
3.	Kesadaran diri dalam pentingnya akhlak dan budi pekerti di setiap aktifitas	1	8
4.	Meningkatkan iman dan ketakwaan kepada Allah sehingga rajin beribadah	4	33

Tabel 3: Distribusi contoh kongkret dari nilai religius syi'ir Jawa

Berperasangka baik kepada Tuhan YME menjadi faktor kunci atas pemaknaan hidup para lansia. Dengan begitu, sikap untuk tidak berlebihan dalam hal duniawi dapat ditekan seminimal mungkin. Menyadari dan menerima takdir yang terjadi di luar kehendak manusia serta peningkatan amal ibadah menjadi sikap lanjutan para lansia dalam kehidupan sehari-hari.

2. Dukungan sosial dan koneksi

Pendidikan spiritual seringkali terkait dengan komunitas keagamaan atau spiritual yang memberikan dukungan sosial dan koneksi. Wanita lansia yang terlibat dalam kegiatan keagamaan atau spiritual biasanya memiliki jaringan sosial yang lebih kuat, teman seiman, dan komunitas yang dapat memberikan dukungan emosional, praktis, dan spiritual. Dukungan sosial ini dapat memberikan perlindungan dari isolasi sosial dan kesepian, yang sering kali dapat memengaruhi kesehatan mental. Komunitas keagamaan tersebut dapat berbentuk majelis ta'lim atau kajian keislaman.

Di TPQ Al-Muhibbin, ibu-ibu lansia mengikuti Majelis Ta'lim. Terdapat tiga majelis ta'lim yang ada di TPQ Al-Muhibbin yakni majelis

Ta'lim Fikih, Majelis Ta'lim Tafsir, dan Majelis Ta'lim Syi'ir. Antusiasme ibu-ibu lansia dalam mengikuti Majelis Ta'lim terbilang cukup tinggi. Hal itu dibuktikan dengan aktifnya mereka dalam menghadiri Majelis Ta'lim tersebut.

Pertanyaan:

Seberapa sering Anda menghadiri kegiatan TPQ Al-Muhibbin?

No	Jawaban	n	%
1.	Sangat sering	6	50
2.	Sering	3	25
3.	Biasa saja	1	8
4.	Jarang	2	17
5.	Tidak pernah	0	0

Tabel 4 Distribusi keaktifan responden dalam menghadiri TPQ Al-Muhibbin

Tabel 4 menunjukkan sebagian besar responden aktif dalam menghadiri kegiatan yang diselenggarakan TPQ Al-Muhibbin. Ini menunjukkan kemauan pada ibu-ibu lansia untuk mengikuti kegiatan TPQ Al-Muhibbin masih tinggi. Berikut motivasi para responden dalam menghadiri kegiatan TPQ Al-Muhibbin:

Pertanyaan:

Apa motivasi Anda menghadiri kegiatan TPQ Al-Muhibbin?

No	Jawaban	n	%
1.	Mencari ilmu agama	6	50
2.	Dorongan keluarga/teman	3	25
3.	Mengisi kekosongan waktu	3	25

Tabel 5: Distribusi motivasi responden menghadiri kegiatan TPQ Al-Muhibbin

Menurut Tabel 5 sebagian besar responden mengikuti kegiatan TPQ Al-Muhibbin ialah mencari ilmu agama (50%). Kurangnya pendalaman ilmu agama di usia muda menjadi alasan utama. Perasaan malu belajar agama dan kesibukan bekerja di usia muda menjadi faktor utama mereka tidak mempelajari ilmu agama dengan cukup. Dengan hadirnya TPQ Al-Muhibbin, terbukalah kesempatan untuk mempelajari ilmu agama.

Sedangkan motivasi responden lain yakni adanya dorongan atau ajakan dari keluarga dan temannya. Bermula dari teman yang sudah mengikuti TPQ Al-Muhibbin lebih dulu hingga dorongan keluarga agar responden mendapatkan bekal ilmu agama yang cukup. Selebihnya responden ingin mengikuti kegiatan TPQ Al-Muhibbin karena menganggur dan ingin mengisi kekosongan saja (25%).

3. Ketahanan Psikologis

Pendidikan spiritual dapat memberikan kerangka kerja dan sumber daya yang membantu lansia wanita mengembangkan ketahanan psikologis dan melewati tantangan hidup dengan lebih baik. Keyakinan spiritual yang kuat dapat memberikan dukungan, harapan, dan ketenangan dalam menghadapi stres, kerugian, atau perubahan yang tidak terelakkan pada masa tua. Ini dapat membantu mengurangi kecemasan dan meningkatkan kemampuan mereka untuk mengatasi tantangan. Keyakinan spiritual dapat diperoleh dari pemahaman agama meliputi tentang tobat (*taubah*), kepasrahan (*tawakkaḥ*), ikhlas (*ikhlaṣ*), perangai baik (*ḥusn al-ḥuluq*) dan lain sebagainya.

Keyakinan atas rezeki misalnya. Allah swt. memberi jaminan kepada para makhluknya di atas bumi atas rezeki masing-masing. Sehingga tidak usaha berlebih tidak mempengaruhi jatah rezeki yang telah Allah swt. berikan. Meskipun, kepasrahan tersebut harus tetap diiringi ikhtiar dalam mencari rezeki dan sikap neriman (*qanāʿah*) dalam menerima hasilnya. Hal ini disebut dalam syiʿir Tawakkal dalam baris:¹⁸

Sopo tawakkal ing Pengerane # Alloh nyukupi kekarepane
Tawakkal iku mungguh artine # Pasrah menyerah ing Pengerane (2x)

Selaras dengan itu, para ibu-ibu lansia di TPQ Al-Muhibbin mengakui adanya perubahan dalam keyakinan spiritual mereka setelah mengikuti majelis taʿlim. Hal tersebut dapat dibuktikan di bawah ini:

Pertanyaan:

Bagaimana nilai-nilai religius dalam syair tersebut dapat mempengaruhi tingkat sikap tawakal Anda?

No	Jawaban	n	%
1.	Membantu memperkuat keyakinan dalam mempercayai sepenuhnya kehendak dan rencana Allah	12	100
2.	Mengingatkan untuk tidak bergantung pada usaha manusia semata, tetapi juga mengandalkan pertolongan dan perlindungan Allah	5	42
3.	Mendorong untuk menghadapi cobaan dan kesulitan dengan ketenangan dan kepasrahan kepada Allah	3	25
4.	Menumbuhkan kemampuan menjaga pikiran dan hati tetap tenang dalam menghadapi segala situasi	1	8

Tabel 6: Distribusi nilai religius syiʿir jawi yang mempengaruhi sikap tawakkal responden

¹⁸ Djamaluddin, *al-Aṣyʿar al-Jawīyah ...*, 17

Pertanyaan:

Menurut Anda, nilai-nilai religius apa yang terkandung dalam syair jawi yang berkaitan dengan sikap ikhlas?

No	Jawaban	n	%
1.	Menerima segala keadaan dengan ikhlas	10	83
2.	Menerima takdir dan rencana Allah dengan tulus hati	4	33
3.	Berbuat baik tanpa pamrih	3	25
4.	Tidak mengharapkan balasan dari manusia, hanya mengharapkan ridha Allah	3	25

Tabel 7: distribusi nilai religius syi'ir jawi yang mempengaruhi sikap ikhlas responden

Penutup

Pendidikan spiritual menjadi satu dari berbagai macam cara dalam mengatasi kesehatan mental pada lansia. Implementasi pendidikan spiritual pada lansia melalui kitab *al-Ayy'ar al-Jawiyah al-Mutanawwi'ah* di TPQ Al-Muhibbin Jombang sudah berjalan efektif dan efisien. Penerapan pendidikan spiritual tersebut merupakan terobosan yang sangat baik untuk diterapkan, karena dalam pelaksanaannya, peserta didik lansia dapat mendalami ilmu agama dengan khidmat dan menyenangkan. Pendidikan spiritual di TPQ Al-Muhibbin terbagi menjadi dua macam, yakni di dalam kelas dan di luar kelas. Pendidikan dalam kelas meliputi kelas Yanbu'a mulai dari jilid 1 hingga 6 dan kelas teratas yakni kelas Al-Qur'an, lalu dilanjutkan dengan Majelis Ta'lim Fikih, Majelis Ta'lim Tafsir, dan Majelis Ta'lim Syi'iran. Dalam kelas terakhir, para peserta didik mempelajari akhlak-tasawuf dengan menggunakan syi'ir dalam kitab *al-Ayy'ar al-Jawiyah al-Mutanawwi'ah* karya KH. Mochammad Djamaluddin Ahmad. Sedangkan pendidikan luar kelas dilakukan dengan acara seremonial meliputi peringatan Maulid Nabi Muhammad SAW, peringatan Isra' Mi'raj, Ziarah Auliya` dst. Pelaksanaan pendidikan spiritual di TPQ Al-Muhibbin Jombang yaitu dimulai dengan pembacaan *Qashidah Burdah* dan doa belajar bersama-sama, membaca tawasul, sorogan Yanbu'a dan Al-Qur'an, penyeragaman bacaan, lalu mengikuti Majelis Ta'lim Fikih, Majelis Ta'lim Tafsir, dan Majelis Ta'lim Syi'ir yang dilakukan secara berkala, dan ditutup dengan doa akhir belajar. Dampak pendidikan spiritual pada lansia di TPQ Al-Muhibbin Jombang cukup efektif. Peserta didik lansia dapat memenuhi kebutuhan spiritualnya dan berdampak pada kehidupan sehari-hari. Dampak tersebut meliputi peningkatan makna dan tujuan hidup, mendapat dukungan sosial dan koneksi, serta ketahanan psikologis yang semakin membaik.

Daftar Pustaka

- A.Y.S. Hamid, *Bungarampai Asuhan Keperawatan Kesehatan Jiva*. Jakarta: EGC, 2009.
- Ahmad, Moch. Djamaluddin. *al-Asy'ar al-Jawiyah al-Mutanawwi'ah*, Jombang: Pustaka Al-Muhibbin, 2019.
- Annisa, Elsa. dkk., *Kebutuhan Spiritual dengan Kualitas Hidup Pada Lanjut Usia: Literatur Review*, Jurnal ProNers, Volume No, July 2021.
- Arifia, Intang. *Perempuan Rentan Alami Masalah Kesehatan Mental, Pakar Psikologi UNAIR Uraikan Penyebabnya* dalam <https://news.unair.ac.id/2021/04/26/perempuan-rentan-alami-masalah-kesehatan-mental-pakar-psikologi-unair-uraikan-penyebabnya/?lang=id>, diakses pada 26 April 2021
- Azmi, Rahmatullah. dkk., *Hubungan Religiusitas dengan Kejadian Depresi pada Lansia di Balai Sosial Lanjut Usia Mandalika*, Bina Nursing Journal, Vol. 2 No. 2 Mei (2021).
- Djamarah, Syaiful Bahri. *Guru dan Anak dalam Interaksi Edukatif*. Jakarta: Rineka Cipta, 2010.
- Dwiputra, Krisna Octavianus. *Ikut Paduan Suara, Lansia Bisa Hidup Lebih Bahagia*, dapat dilihat di <https://www.klikdokter.com/psikologi/kesehatan-mental/ikut-paduan-suara-lansia-bisa-hidup-lebih-bahagia> diakses pada 01 Oktober 2019.
- Gunawan, Hilman *Metode Penelitian Kualitatif Teori dan Praktik*. Jakarta: Bumi Aksara, 2013.
- Lestari, Enny Puji. dkk., *Produktifitas Perempuan Lansia: Tuntutan dan Tantangan* dalam Prosiding Muktamar Pemikiran Dosen PMII, 1 (1).
- Mahmūd, 'Alī 'Abd al-Halīm. *al-Tarbīyah al-Rūḥīyah*. Qāhirah: Dār al-Tauzī' wa al-Nasyr al-Islāmiyah, 1995.
- Muhammad, Burhanuddin. *Nilai Humanisme Religius Syiir Pesantren*. Jurnal Sastra Indonesia, Vol. 6, No. 1 (2017).
- Rahmawati, dkk., *Gambaran Kebutuhan Spritual pada Lansia yang Beragama Islam di Desa Sratorejo kecamatan Baureno kabupaten Bojonegoro tahun 2014*, dalam <https://media.neliti.com/media/publications/57024-ID-gambaran-kebutuhan-spiritual-pada-lansia.pdf>

- Rahmawati, Helmi, & Astuti, Y. D. (2017). *Hubungan Antara Religiusitas Islam Dan Kualitas Hidup Pada Lansia*. Naskah Publikasi Universitas Islam Indonesia Yogyakarta, (2017).
- Quthub, Muhammad *Manhaj al-Tarbīyah al-Islāmīyah*. Kairo: Dār al-Syuruq, 2004.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta, 2019.
- Sakandary (al-), Ahmad ibn ‘Atha` Allah. *Matn al-Hikam*, (Kediri: Lirboyoy, t.th.)
- Zintānī, ‘Abd al-Hamid al-Shaid *Usus al-Tarbīyah al-Islāmīyah fī al-Sunnah al-Nabawīyah*. Tunis: Al-Dār al-‘Arabīyah li al-Kitāb, 1993.