

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap manusia pasti akan tumbuh dan berkembang, mulai dari manusia itu masih berada dalam kandungan sang ibu selama sembilan bulan sampai akhirnya lahir ke dunia ini sebagai bayi mungil yang begitu dinantikan oleh kedua orangtuanya. Tidak hanya sampai disitu saja, kemudian bayi itu tumbuh menjadi anak-anak yang sehat, anak-anak itu kemudian tumbuh menjadi remaja yang dikagumi banyak orang sampai akhirnya dewasa dan kemudian menjadi tua dan berakhir dengan kematian.

Setiap orang yang memiliki umur panjang pasti akan merasakan masa tua atau biasa disebut dengan istilah lanjut usia. Lanjut usia merupakan tahap akhir dari siklus kehidupan manusia. Tahap ini sering dibagi menjadi usia lanjut dini, yang berkisar antara umur 60-70 tahun dan usia lanjut yang dimulai pada usia 70-akhir kehidupan seseorang.¹ Masa ini merupakan masa dimana semua orang berharap akan menjalani hidup dengan tenang, damai, serta menikmati masa pensiun bersama anak dan cucu tercinta dengan penuh kasih sayang. Pada kenyataannya tidak semua lanjut usia mendapatkan kesempatan yang sama untuk memperoleh kondisi hidup yang diinginkan lanjut usia. Ada berbagai macam persoalan hidup yang menimpa lanjut usia sepanjang hidup, seperti: kemiskinan, kegagalan yang beruntun, stress yang berkepanjangan, atau pun konflik dengan

¹ B. Hurlock Elizabeth, *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2002). 380.

keluarga atau anak, atau kondisi lain seperti tidak memiliki keturunan yang bisa merawatnya dan lain sebagainya.²

Masa lanjut usia merupakan tahap perkembangan dengan perubahan yang diakibatkan oleh menurunnya fungsi organ tubuh. Beberapa perubahan yang terjadi pada lansia antara lain penyusutan berat badan dan peningkatan jumlah masa lemak pada bagian tubuh yang kurus, berkurangnya jumlah air dalam tubuh, munculnya keriput karena berkurangnya kekencangan kulit, penurunan kemampuan hati untuk merespon stress, tulang keropos, mata kurang sensitif terhadap warna karena perkembangan lensa mata, kemampuan pupil mata menyebabkan penglihatan menjadi kabur, persepsi pendengaran terhadap frekuensi tinggi berkurang, penurunan performansi intelektual, psikomotor menjadi lambat. Penurunan fungsi organ tubuh membuat lansia rentan terhadap penyakit yang beresiko kematian.³

Perubahan yang terjadi membuat lansia tak berdaya sehingga masyarakat lainnya mengurangi keterlibatan dan tanggungjawab lansia dalam kegiatan di lingkungan sosial maupun lingkungan kerjanya. Perlakuan tersebut terkadang membuat lansia tidak percaya diri, lansia berfikir bahwa dirinya sudah tidak diperlukan lagi.⁴ Tanpa adanya dukungan dari keluarga dan lingkungan untuk mencegah menanggulangnya, sehingga mengakibatkan stress dan depresi yang dapat mengganggu kemampuan lansia untuk beraktivitas, bahkan bisa menyebabkan kematian, yang menjadikan kemampuan merespon stresnya

² Della Adelina And Triana Noor Edwina Dewayani Soeharto, 'Hubungan Kecerdasan Ruhaniah Dengan Kesiapan Menghadapi Kematian Pada Lansia', *Jurnal Psikologi* (2016).4.

³ Della Adelina And Triana Noor Edwina Dewayani Soeharto, 'Hubungan Kecerdasan Ruhaniah Dengan Kesiapan Menghadapi Kematian Pada Lansia'. 2.

⁴ Adelina and Soeharto 'Hubungan Kecerdasan Ruhaniah Dengan Kesiapan Menghadapi Kematian Pada Lansia'. 2.

menurun. Seperti yang diprediksikan WHO, stress dan depresi akan menjadi 10 besar penyakit yang menyebabkan kematian atau menurun drastisnya kualitas kesehatan masyarakat.⁵ Kondisi-kondisi yang memberi pandangan sehingga lansia tampak lemah, tidak berguna dan tidak diperlukan lagi menyebabkan kegelisahan dan anggapan masa usia lanjut sebagai masa yang tidak menyenangkan, masa kehilangan akan peran sosial, kehilangan penghasilan, kehilangan teman, saudara karena kematian atau mobilitas, selain itu sejalan dengan menurunnya kondisi fisik lansia mengalami kecemasan akan datangnya kematian.⁶ Akibat dari takut akan kematian maka sebagian dari lansia pada masa ini lebih menyibukkan diri dengan mendekati diri kepada aspek-aspek keagamaan, seperti: mengikuti majelis taklim, shalat berjamaah di mesjid, serta sering membaca Alquran.

Menurut Hawari agama selalu dikaitkan dengan ketenangan, karena di dalamnya diajarkan tentang tuntunan hidup yang jelas. Selain kehidupan yang sedang kita jalani saat ini, juga diterangkan tentang datangnya kematian dan apa yang terjadi setelahnya.⁷

Alquran yang menjadi landasan bagi umat muslim pun menjelaskan mengenai kehidupan, kematian, bagaimana hidup yang baik sehingga dapat mendapatkan kebahagiaan hidup dan ketenangan dalam hidup. Zakiyah Drajat menjelaskan bahwa manusia yang tenang jiwanya adalah manusia yang dapat merasakan kebahagiaan

⁵ Akibat Perubahan Sosial; Stress Menjadi Pembunuh Kedua Setelah Jantung.'Diakses tanggal 3 April 2018, <http://www.Kompas Cyber Net.Com>.

⁶ Della Adelina And Triana Noor Edwina Dewayani Soeharto, 'Hubungan Kecerdasan Ruhaniah Dengan Kesiapan Menghadapi Kematian Pada Lansia'.4.

⁷Hawari Dadang, *Al-Qur'an: Ilmu Kedokteran Jiwa Dan Kesehatan Jiwa*. (Jakarta: Dana Bhakti Prima Yasa, 1999).

hidupnya.⁸ Pada saat lansia mengalami kecemasan akibat hal-hal yang telah terjadi di atas maka secara tidak langsung mengalami kegoncangan mental dan jiwanya sehingga lansia tidak merasa bahagia.

Alquran merupakan sumber pokok ajaran islam yang menjadi kebutuhan bagi setiap muslim. Alquran mempunyai pengaruh yang sangat kuat bagi jiwa manusia. Sebagaimana yang dikatakan Ary Ginanjar Agustin bahwa Alquran adalah pembimbing menuju suatu kebahagiaan ditengah kondisi yang terus berubah dengan cepat. Kondisi dunia yang begitu cepat berubah inilah yang membuat interaksi sosial manusia semakin deras sehingga semakin besar kemungkinan terjadi ketegangan.⁹ Sebagian lansia mengalami kecemasan akibat dari memikirkan akan kematian padahal setiap manusia di bumi ini pasti akan meninggal dunia. Menurut Dadang Hawari bahwa ayat-ayat Alquran banyak yang mengandung tuntunan bagaimana manusia dalam kehidupan dunia ini terbebas dari rasa cemas, tegang, dan depresi. Dengan demikian bahwa Alquran dapat memberi ketenangan bagi jiwa manusia dan pencerahan dalam menjalani kehidupan.¹⁰

Majelis Taklim Taufiqurrahman merupakan majelis taklim yang berada di Kabupaten Bandung tepatnya di Kp. Sukagalih, Desa. Cikoneng, Kecamatan. Ciparay, Kabupaten. Bandung. Majelis Taklim ini dilaksanakan setiap pagi setelah melaksanakan shalat subuh berjama'ah, yang mengikuti majelis ini kebanyakan adalah lansia. Di Majelis ini memfokuskan kajiannya pada pemahaman tentang

⁸ Suryanti, 'Dampak Kekhusyuan Shalat Fardlu Terhadap Ketenangan Jiwa Keluarga Pasien Rawat Inap Rumah Sakit Islam Muhammadiyah Kendal' (Skripsi Program Sarjana Strata 1 , 2009.

⁹ Ary Ginanjar agustin, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi Dan Spiritual Berdasarkan 6 Rukun Iman Dan 5 Rukun Islam*. (Jakarta: penerbit arga, 2001),.

¹⁰ Hawari Dadang, *Al-Qur'an: Ilmu Kedokteran Jiwa Dan Kesehatan Jiwa*, 8.

alquran dan hadist. Mereka membaca ayat Alquran kemudian oleh ustadz atau salah seorang diantara mereka akan menjelaskan makna dari bacaan ayat Alquran tersebut.

Berangkat dari masalah yang terjadi dan kebiasaan yang dilakukan di Majelis Taklim ini maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hal tersebut dengan judul **“PENGARUH KEBIASAAN MEMBACA ALQURAN TERHADAP KETENANGAN JIWA PADA LANSIA** (Studi Kasus Majelis Taklim Taufiqurrahman Kp. Sukagalih, Des. Cikoneng, Kec. Ciparay, Kab. Bandung).

B. Rumusan Masalah

Mengacu pada latar belakang yang telah disampaikan di atas maka penulis dapat merumuskan masalah-masalah yang akan diteliti sebagai berikut:

1. Bagaimana kebiasaan membaca Alquran lansia di Majelis Taklim Taufiqurrahman Sukagalih?
2. Bagaimana ketenangan jiwa lansia di Majelis Taklim Taufiqurrahman Sukagalih?
3. Bagaimana pengaruh kebiasaan membaca Alquran terhadap ketenangan jiwa lansia di Majelis Taklim Taufiqurrahman Sukagalih?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penulisan yang akan diteliti penulis mengacu kepada rumusan masalah yang akan diteliti di atas, maka tujuan dalam penelitian ini adalah:

1. Mengetahui kebiasaan membaca Alquran lansia di Majelis Taklim Taufiqqurrahman Sukagalih.
2. Mengetahui ketenangan jiwa lansia di Majelis Taklim Taufiqqurrahman Sukagalih.
3. Mengetahui pengaruh kebiasaan membaca Alquran terhadap ketenangan jiwa lansia di Majelis Taklim Taufiqqurrahman Sukagalih.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Peneliti berharap dalam penelitian ini dapat memberikan sumbangan keilmuan bagi jurusan Tasawuf Psikoterapi khususnya dibidang Tasawuf, dan diharapkan pembaca lebih menyadari akan pentingnya membaca dan memahami Alquran. Sehingga kehidupan pembaca akan selaras dengan aturan agama serta memberikan ketenangan bagi hidupnya.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Majelis Taklim

Penelitian ini dapat memberikan sumbangan keilmuan bagi para jamaah Mejlis Taklim Taufiqqurrahman Sukagalih.

- b. Bagi Peneliti

Penelitian ini menjadi sarana untuk menambah pengetahuan dan wawasan mengenai manfaat membaca Alquran bagi ketenangan jiwa.

E. Tinjauan Pustaka

Berangkat dari latar belakang permasalahan yang terjadi, maka kajian dalam penulisan ini peneliti menggunakan beberapa buku dan literatur sebagai bahan referensi yang berkaitan dengan penulisan skripsi, hal ini bertujuan untuk menghindari kesamaan antara penelitian yang telah dilakukan dengan penelitian yang akan dilaksanakan.

Pertama, skripsi dari Suryanti, mahasiswi Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang yang berjudul "*Dampak Kekhusuan Shalat Fardlu Terhadap Ketenangan Jiwa Keluarga Pasien Rawat Inap Rumah Sakit Islam Muhammadiyah Kendal Semarang*". Dimana penelitian ini menekankan pada manfaat shalat fardlu bagi pasien rumah sakit. Sedangkan penelitian yang akan dilakukan adalah mengenai pengaruh kebiasaan membaca alquran bagi ketenangan jiwa lansia yang akan menghadapi kematian.

Kedua, skripsi Afif Nashiruddin yang berjudul "*Pengaruh Rutinitas Membaca Alquran Terhadap Kesehatan Mental Santri, Studi di Lembaga Tahfidz Pondok Pesantren Baitul Arqom Lemburawi, Ciparay, Bandung*". Penelitian yang dilakukan berbeda dengan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti terdahulu. Penelitian sebelumnya meneliti mengenai pengaruh kebiasaan membaca Alquran terhadap prestasi belajar siswa aliyah sedangkan yang diteliti oleh peneliti adalah pengaruh terhadap ketenangan jiwa lansia.

Ketiga, jurnal mengenai "*Hubungan Kebiasaan Membaca Al-Quran Dengan Pembentukan Karakter Agama Islam Siswa Kelas XI MAN 2 Model Medan*". Penelitian yang akan dilakukan berbeda dengan penelitian yang sudah dilakukan

terlebih dahulu. Dalam penelitian ini peneliti membahas mengenai pengaruh membaca Alquran bagi ketenangan jiwa dengan objek yang diambil adalah usia lanjut atau lansia.

F. Kerangka pemikiran

Ary Ginanjar Agustin berpendapat bahwa Alquran adalah pembimbing menuju suatu kebahagiaan, ditengah kondisi yang terus berubah dengan cepat. Kondisi dunia yang begitu cepat berubah inilah yang membuat interaksi sosial manusia semakin deras sehingga semakin besar kemungkinan terjadi ketegangan.¹¹ Indikator dari ketenangan jiwa adalah sabar, mengingat Allah, tidak gelisah/cemas, tidak putus, tidak ketakutan, tidak ragu-ragu. Adapun indikator kebiasaan yang dipakai dalam membaca alquran menurut Hana Jumhana Bastaman ialah bersifat kontinuitas, memiliki konsistensi, dan memiliki kesungguhan dalam membaca dan menerapkan isi kandungan yang terdapat dalam alquran.¹²

Alquran menjelaskan mengenai ciri-ciri jiwa itu sendiri diantaranya: Kembali kepada Alloh, Jiwa yang ridha dan diridhoi, jiwa yang diperintahkan masuk ke dalam golongan hamba-hamba Alloh, jiwa yang sudah pasti masuk surga¹³

Menurut Zakiyah Drajat dalam bukunya kesehatan mental bahwa ketenangan jiwa diartikan sebagai kemampuan seseorang menyesuaikan diri dengan oranglain, masyarakat dan lingkungan dimana ia tinggal dan hidup.¹⁴

¹¹ Ary Ginanjar Agustin, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi Dan Spiritual Berdasarkan 6 Rukun Iman Dan 5 Rukun Islam*.

¹² Arif Hidayat Muhammad, 'Hubungan Kebiasaan Membaca Alquran Dengan Pembentukan Karakter Agama Islam Siswa Kelas XI MAN 2 Model Medan'. 57.

¹³ A. Hikmah, "Konsep Jiwa Yang Tenang Dalam Al-Quran (Studi Tafsir Tematik)," 2009. 1-78

¹⁴ Darajat, Zakiah, *Kesehatan Mental* (Jakarta: Gunung Agung, 1982).11

Al-Ghazzali dalam buku *Ihya Ulumuddin*, seorang tasawuf mengatakan bahwa jiwa adalah suatu yang halus dari manusia yang mengetahui dan merasa. Serta menurut beliau jiwa yang tenang ialah jiwa yang diwarnai dengan sifat-sifat yang menyebabkan selamat dan bahagia, diantaranya ialah sifat syukur, sabar, takut siksa, cinta Tuhan, rela akan hukum Tuhan.¹⁵

Ketenangan jiwa ialah orang yang di dalam fungsi-fungsi jiwanya memiliki keseimbangan dan keharmonisan, serta memiliki kepribadian yang menyatu dengan baik, dapat menerima dan menghadapi realita yang sedang menimpanya, serta dengan kepercayaan diri dan keberaniannya mampu memecahkan segala kesulitan hidup, mampu beradaptasi dengan lingkungannya.¹⁶

Ketenangan jiwa merupakan jiwa yang senantiasa mengajak kembali kepada fitrah Ilahiyah Tuhannya. Indikasi hadirnya jiwa yang tenang pada diri seseorang bisa terlihat dari perilaku, sikap, tidak tergesa-gesa, gerakannya yang tenang, penuh perhitungan dan pertimbangan yang matang, benar dan tepat. Ia tidak langsung beranggapan dan berprasangka buruk. Di tengah-tengah sikap itu, secara diam-diam ia menelusuri hikmah yang terkandung dari setiap peristiwa, kejadian dan eksistensi yang terjadi, serta adanya *jiwa Radhiyah* dan *Mardhiyah*.¹⁷

Menurut Hakim ada beberapa indikator di dalam ketenangan jiwa diantaranya yaitu jiwanya tenang, mampu menerima kenyataan yang sedang dihadapinya, serta

¹⁵ Muhtar Gojali, *Psikologi Tasawuf, Bahan Ajar Mata Kuliah Psikologi Tasawuf* (Bandung, 2016), 160.

¹⁶ Kartini Kartono, *Kesehatan Mental Dalam Islam* (Bandung: Mandar Maju, 1989), 13.

¹⁷ Bakran Hamdani, *Konseling Dan Psikoterapi Islam* (Yogyakarta: Al-Manar, 2004), 457.

selalu bersikap positif dalam menghadapi setiap masalah, serta hidupnya sesuai dengan aturan agama.¹⁸

Ketenangan jiwa dapat diperoleh salah satunya melalui alquran. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Dr. Al-Qadhi di Amerika, beliau berhasil membuktikan bahwa hanya dengan mendengarkan bacaan alquran dapat merasakan perubahan psikologis yang sangat besar. Pengaruh kesedihan, penurunan depresi, memperoleh ketenangan jiwa, mencegah berbagai macam penyakit.¹⁹ Selain dari penelitian yang telah dilakukan oleh Al-Qadhi tentang pengaruh alquran bagi ketenangan jiwa, Sholeh pun melakukan penelitian tentang pengaruh shalat tahajud bagi ketenangan jiwa. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa shalat tahajud yang dilakukan secara kontinu, ikhlas, dan khusyuk dapat memperbaiki emosional positif dan efektivitas *coping* sehingga dapat menimbulkan ketenangan, sementara ketenangan itu sendiri dapat meningkatkan ketahanan tubuh *imunologik*, sehingga dapat mengurangi resiko datangnya penyakit dan meningkatkan usia harapan hidup.

G. Hipotesa Penelitian

Berdasarkan pada penjelasan yang telah diuraikan di atas melalui latar belakang dan teori yang ada maka penulis mengajukan hipotesa yang ingin didapat adalah:

“Adanya pengaruh kebiasaan membaca alquran bagi ketenangan jiwa lansia di Majelis Taklim Taufiqurrahman Sukagalih Cikoneng Ciparay Bandung”.

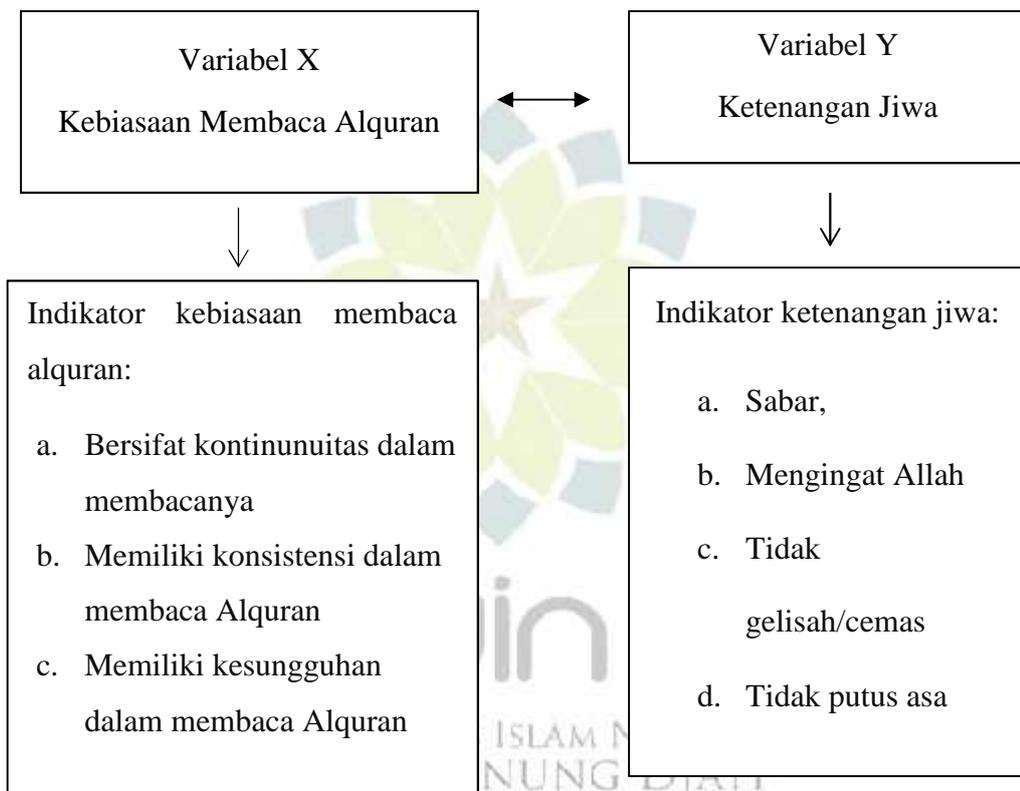
¹⁸ Suryanti, ‘*Dampak Kekhusyuan Shalat Fardlu Terhadap Ketenangan Jiwa Keluarga Pasien Rawat Inap Rumah Sakit Islam Muhammadiyah Kendal*’, 2009.

¹⁹ Arif Hidayat Muhammad, ‘*Hubungan Kebiasaan Membaca Alquran Dengan Pembentukan Karakter Agama Islam Siswa Kelas XI MAN 2 Model Medan*’. 58.

H_0 = Tidak ada pengaruh membaca alquran bagi ketenangan jiwa lansia di
Majelis Taklim Sukagalih, Ciparay, Bandung.

H_1 = Ada pengaruh membaca alquran bagi ketenangan jiwa lansia di Majelis
Taklim Sukagalih, Ciparay, Bandung.

a. Skema Pemikiran



H. Sistematika Penulisan

Sistematika dalam penulisan penelitian ini terdiri atas beberapa Bab, yang meliputi sebagai berikut:

- a. BAB 1 : Bab ini merupakan bab pendahuluan. Dalam bab ini pembahasan difokuskan pada latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan pustaka, kerangka pemikiran, dan sistematika pembahasan.

- b. BAB II : Bab ini berisi tentang pembahasan mengenai pengaruh kebiasaan membaca Alquran terhadap ketenangan jiwa yang meliputi: pengertian membaca Alquran, pengertian ketenangan jiwa, dan hal-hal yang mempengaruhi ketenangan jiwa.
- c. BAB III : Bab ini berisi tentang metode penelitian yang akan digunakan penulis dalam meneliti pengaruh kebiasaan membaca alquran terhadap ketenangan jiwa.
- d. BAB IV : Bab ini berisi tentang hasil dan pembahasan yang diperoleh selama penelitian dilakukan.
- e. BAB V : Bab ini merupakan bab terakhir atau bab penutup dalam penelitian ini. Bab ini berisi tentang: kesimpulan, dan saran dari hasil penelitian yang telah dilakukan.

