

# Pola Pendidikan Islam Berbasis Tazkiyah Al-Nafs Bagi Lansia Untuk Meraih Nafs Al-Muthmainnah

Muhammad Rusmin Chaedar<sup>1</sup>

<sup>1</sup> UIN Sunan Gunung Djati Bandung, Indonesia; email: [chaedar.nfg@gmail.com](mailto:chaedar.nfg@gmail.com)

Received: ; 2020-12-20; Accepted: 2021-01-02; Published: 2021-02-19

**Abstract:** The aging is one of natural life process would be faced by every human being, and the elderly stage is the most crucial process in their life. In this stage, humans naturally experience a change condition, such as physical, psychological and social change in relating to another. The elderly also suffer from anxiety and worry. They realize that death is getting closer and more aware of their need for religion, so, they become more active in studying Islam. Islamic education and learning for the elderly requires a certain pattern, because the main purpose of religious learning for them is to achieve peace and tranquility of the soul (*nafs muthmainnah*). The aims of this study is for determining: The goal of providing Islamic education for those who are elderly; The pattern of Islamic education for the elderly based on purification of the soul (*tazkiyah al-nafs*). The research approach in this study used a qualitative, meanwhile, the research method used a literature study. This research resulted in following: The elderly in perspective of Islamic education are still have obligation to seek knowledge. One of main goals in providing an Islamic education for elderly is to get hold of the soul. While the general patterns in implementation of Islamic education for elderly are: 1) The general approach in educating and learning is through tazkiyah al-nafs, which at a practical level used approaches of: habituation, giving advice, exemplary, story; 2) The Islamic education materials provided in learning process for elderly are purification of akidah, worship, morals, stories and practice to smooth heart through dhikr to Allah (dhikrullah), prayer, reading the Qur'an, etc. 3) The methods in implementing of Islamic education and learning through lectures, stories, questions and answers, demonstrations, exemplary and memorization methods. 4) The media and facilities must be comfortable and adapted to the conditions of elderly, 5) The teachers must have good character and role model; 6) The students (elderly) must have sincere intentions and sincerity.

**Keyword:** *Islam, elderly, education, Islam, nafs al-Muthmainnah, purification, tazkiyah al-nafs,*

**Abstrak:** Salah satu fase yang akan dialami manusia adalah proses menua (penuaan). Dalam proses penuaan tersebut, fase lanjut usia (lansia) dipandang sebagai tahap paling krusial. Pada tahap ini, setiap lansia akan merasakan dan mengalami perubahan serta penurunan yang berlangsung secara alami, baik dalam hal *fisik, psikologis* maupun perubahan *sosial* dalam berhubungan dengan orang lain. Lansia juga sering dilanda kecemasan dan kekhawatiran. Mereka menyadari bahwa kematian semakin mendekat serta semakin sadar akan kebutuhannya terhadap agama, sehingga semakin giat mempelajari Islam. Pendidikan dan pembelajaran Islam bagi lansia membutuhkan pola tertentu, karena tujuan utama pembelajaran agama bagi mereka adalah untuk meraih ketenangan dan ketentraman jiwa (*nafs muthmainnah*). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui: Tujuan pendidikan Islam yang diselenggarakan bagi Lansia; Pola pendidikan Islam bagi kalangan lansia berbasis tazkiyah *al-nafs*. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah kualitatif. Sedangkan metode penelitiannya menggunakan studi literatur (kepuustakaan). Penelitian ini menghasilkan hal-hal berikut: Kaum lansia dalam perspektif pendidikan Islam masih terkena kewajiban mencari ilmu. Salah satu tujuan dari pendidikan Islam bagi lansia untuk memperoleh ketangan jiwa (batin).

Sedangkan pola umum dalam penyelenggaraan pendidikan Islam bagi Lansia adalah: 1) Pendekatan pendidikan dan pembelajaran melalui tazkiyah al-nafs, yang dalam tataran praktisnya melalui pendekatan: pembiasaan, pemberian nasihat, keteladanan, kisah; 2) Materi pendidikan Islam yang diberikan dalam proses pembelajaran Lansia adalah tazkiyah akidah, ibadah, akhlak, kisah dan amaliah untuk menghaluskan hati melalui dzikrullah, shalawat, membaca al-Quran] 3) Metode penyelenggarakan pendidikan dan pembelajaran Islam melalui ceramah, cerita, tanya jawab, demonstrasi, keteladanan dan metode menghafal (doa-doa sederhana dan kalimat thayyibah. 4). Media dan sarana harus nyaman dan disesuaikan dengan kondisi lansia, 5) Guru harus memiliki akhlak dan keteladanan yang baik; 6) peserta didik (lansia) harus memiliki niat ikhlas dan kesungguhan.

**Kata Kunci:** Islam, lansia, pendidikan, Islam, nafs al-Muthmainnah, tazkiyah al-Nafs,

---

## 1. Pendahuluan

Masa lanjut usia dapat dipandang sebagai tahap akhir dari perkembangan dan tahapan kehidupan setiap manusia. Tentang batasan lanjut usia, antara lain dinyatakan dalam UU Nomor 13 tahun 1998, bahwa seseorang disebut lansia jika usianya telah mencapai 60 tahun ke atas (Misnaniarti, 2017). Selain itu, sejalan dengan bertambahnya usia seseorang, maka ia akan mengalami permasalahan pada dirinya seperti munculnya beragam penyakit, fungsi tubuh mengalami penurunan dan terganggunya keseimbangan tubuh, sehingga berisiko mudah terjatuh. Kondisi tersebut, terutama tentang menurunnya segi kesehatan mereka yang bertolak belakang dengan harapan dan keinginan mereka yang ingin selalu sehat, dapat hidup mandiri dan melakukan beragam beraktivitas secara normal dalam kehidupan sehari-hari. Ketidaksiapan antara realitas kondisi lansia dengan harapan lansia tersebut tidak jarang mengakibatkan mereka mengalami depresi (Kiik dkk., 2018).

Dewasa ini banyak didapati kalangan lansia yang semakin sadar akan kebutuhannya terhadap agama. Mereka semakin menyadari bahwa agama memiliki pengaruh besar bagi ketenangan dan kesehatan mental. Agama juga diyakini akan memberikan jawaban terhadap perkara-perkara gaib yang hanya dapat dijawab melalui kaca mata agama (Mujawir, 1983). Hal ini itulah tampaknya yang mendorong mereka untuk berbondong-bondong ke majelis-majelis ta'lim dan pengajian-pengajian. Kebutuhan akan nilai-nilai agama ini dipicu pula oleh kesadaran bahwa mereka harus mempersiapkan dirinya untuk menjelang kematiannya kelak.

Dalam pandangan Islam terdapat hak dan kewajiban bagi setiap individu untuk mengikuti proses pembelajaran dari mulai seorang individu lahir hingga akhir hayatnya (*minal mahdi ilal lahdi*), atau dikenal pula dengan istilah *life long education* (pendidikan seumur hidup). Menurut Pannen seperti yang dikutip oleh Suprijanto (2012) bahwa penyelenggaraan pendidikan bagi kalangan lanjut usia adalah suatu proses yang diharapkan dapat menumbuhkan dan merangsang keinginan mereka untuk selalu bertanya dan terus belajar secara berkelanjutan dan berkesinambungan sepanjang mereka masih hidup di dunia. Namun demikian, tujuan yang ingin dicapai dalam pembelajaran lansia tentu berbeda dengan pembelajaran kalangan anak-anak dan remaja. Bagi kalangan lansia, proses pembelajaran mereka diarahkan pada tercapainya ketenangan batin atau jiwa (*nafs muthmainnah*), yang tentunya memerlukan proses pembelajaran tertentu pula.

Layaknya manusia biasa, kalangan lansia dalam kapasitasnya sebagai peserta didik juga memiliki kebutuhan yang harus dipenuhi dalam kehidupannya. Setiap komponen dalam pendidikan harus dapat memahami dan berupaya untuk mengarahkan kebutuhannya secara proporsional

sehingga harapan yang diinginkan sebagai hasil yang maksimal dalam dunia pendidikan dapat terwujud. Pada dataran aplikasi, kebutuhan-kebutuhan peserta didik itu dapat diwujudkan dengan cara diberi atau diarahkan sehingga secara mandiri peserta didik dapat memenuhi keinginannya. Al-Qussy sebagaimana dikutip Ramayulis dan Samsul Nizar (2011) membagi kebutuhan manusia secara umum pada dua kebutuhan utama (pokok), yaitu: *Pertama*, Kebutuhan Primer, yakni kebutuhan untuk raga (jasmani) seperti kebutuhan makan, minum seks dan lain-lain. *Kedua*, kebutuhan sekunder, yakni kebutuhan ruhaniah. Misalnya kebutuhan pada kasih sayang, rasa aman, harga diri, rasa bebas, kesuksesan, kebutuhan untuk dapat mengendalikan diri, dll.

Pendidikan Islam mengarahkan seseorang untuk menjadi orang yang sempurna (insan kamil). Oleh karena itu, pendidikan seharusnya menjadi pelayanan bagi pertumbuhan manusia dalam segala aspeknya yang meliputi aspek spiritual, intelektual, imajinasi, fisik, ilmiah linguistik, baik secara individu maupun kolektif dan memotivasi semua aspek tersebut kearah kebaikan dan pencapaian kesempurnaan. Tujuan utama pendidikan bertumpu pada terealisasinya ketundukkan kepada Allah baik dalam level individu, komunitas, dan umum (Mujib & Mudzakir, 2010).

Tujuan pembelajaran secara umum dapat dipandang sebagai pertimbangan pokok dalam menentukan suatu model pendidikan dan pembelajaran yang akan digunakan. Penggunaan model pembelajaran juga harus relevan dengan materi pembelajaran. Selayaknya guru tidak memaksakan sebuah model pembelajaran untuk diterapkan dalam pembelajarannya tanpa mempertimbangkan kemampuan siswa. Dalam menentukan model pembelajaran guru harus selalu tanggap dan cermat dalam pertimbangannya berkaitan dengan hal-hal nonteknis yang memiliki korelasi terhadap terlaksananya proses pembelajaran. Trend terbaru untuk mempelajari Islam secara baik adalah adanya gagasan untuk pencerahan metodologi dan atau model pembelajarannya. Dalam konteks ini, pembelajaran agama Islam bagi lansia tentu saja membutuhkan pola tertentu agar mencapai tujuan yang diharapkan, antara lain meraih ketenangan jiwa (nafs muthmainnah)

Berdasarkan paparan di atas, tujuan penelitian ini untuk mengetahui tentang : Tujuan pendidikan Islam berbasis *tazkiyah al-nafs* kalangan Lansia; Pendekatan pendidikan Islam bagi Lansia; Materi pendidikan Islam bagi Lansia serta Metode dan strategi pendidikan Islam bagi Lansia.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kualitatif. Sedangkan metode penelitian yang digunakan adalah *library research*. Metode ini diterapkan ketika menganalisis beragam sumber rujukan serta menganalisisnya secara tajam dan kritis sehingga akan memunculkan sintesis yang dapat dilihat secara rasional dan logis sehingga dapat diuji di lapangan. Selain itu, metode *library research* digunakan berkaitan dengan refereni tentang *tazkiyah al-nafs* dari berbagai sumber rujukan, baik buku jurnal, artikel, dll. sehingga diharapkan akan lebih mempertajam analisis dalam penelitian ini.

Terdapat beberapa tulisan lain terkait tema ini antara lain: M. Romadlon Habibullah dan Hamidatun Nihayah, dalam jurnal yang berjudul: Metodologi Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Untuk Kaum Lansia di Pondok Pesantren Lansia Al Hidayah Kelurahan Doromukti Kecamatan Tuban Kabupaten Tuban, *Al-Aufa: Jurnal Pendidikan dan Kajian Keislaman* Volume 01 Nomor 01 Edisi Juli- Desember 2019, Dalam artikelnya, penulis menyatakan bahwa metode pembelajaran pendidikan agama islam di pondok pesantren Al-Hidayah Kel. Doromukti Kec. Tuban Kab. Tuban menggunakan metode ceramah, karya wisata, bandongan, sorogan, dan metode praktek (Habibullah & Nihayah, 2019); Lukma Nulhakim, dalam jurnal yang berjudul: Konsep Bimbingan Tazkiyatun Nafs Dalam Membentuk Sikap Jujur Mahasiswa BKI Melalui Pembiasaan (*Conditioning*), *al-Tazkiah*, Volume 8 No. 2, Desember 2019. Dalam artikelnya, penulis menyatakan bahwa metode spiritual (konsep tazkiyatun nafs) mengajak peserta didik untuk kembali ke firahnya melalui pembiasaan. (Nulhakim, 2019); Faiz, dkk. dalam jurnal yang berjudul: Pendekatan *Tazkiyatun An-Nafs* untuk membantu mengurangi emosi negatif klien, *Jurnal Ilmiah Counsellia*, Volume 9 No.1, Mei 2019 | 65 – 78. Dalam

artikelnya, penulis menyatakan bahwa *tazkiyatun an nafs* bisa dijadikan sebagai salah satu pendekatan konseling, sebab di dalamnya tidak hanya mencakup ranah psikoanalisa dalam hal *defence mechanism*, namun juga dalam hal kognitif, behavioral hingga spiritual konseling. Hal itu menjadikan pendekatan ini dapat dipraktikkan dalam beragama bentuk dan proses konseling (Faiz dkk., 2019).

Berbeda dengan hasil penelitian di atas, sebab pada artikel ini peneliti akan lebih menfokuskan pada pendidikan Islam bagi lansia dengan berbasikan pada tazkiyah al-nafs. Sehingga diharapkan akan diperoleh gambaran umum tentang pendidikan Islam bagi Lansia.

## 2. Hasil Penelitian

### 2.1. Tujuan Pendidikan Islam bagi Lansia

#### a. Meraih Kebenangan dan Ketenangan Hati

Al-Qur`an dan sunnah memandang bahwa hati merupakan tempat iman dan taqwa, tapi sekaligus pula merupakan tempat kemunafikan dan kekafiran. Masalah hati ini banyak disinggung dalam ayat-ayat al-Qur`an dengan berbagai macam arti. Terkadang dalam arti akal, terkadang dalam arti rasa, dan terkadang dalam arti keduanya.

Hati juga laksana cermin, yakni sesuatu yang bening yang bisa tergambar di dalamnya sesuatu yang ada dihadapannya. Semakin bening atau jernih cemin tersebut, maka semakin tampak kuat pula gambar yang dipantulkan. Semakin bening jiwa yang dimiliki manusia, semakin jelas apa yang akan dilakukan oleh Allah kepada manusia.

#### b. Bebas dari belenggu nafsu syahwat

Pada hakikatnya, hati itu adalah tempatnya nur, ilmu, iman dan ma`rifat, namun bagaimana mungkin semua itu akan masuk dalam hati selama hati masih diperbudak nafsu syahwat yang megajak berbuat maksiat, kedzaliman dan dosa hingga menggelapkan hati. Dua hal yang bertentangan atau bertolak belakang tidak akan bisa dipadukan, antara hak dengan batil itu tidak akan bisa bersatu. Jadi tidak mungkin nur, ilmu, iman dan ma`rifat itu bisa dipadukan atau dijadikan satu dalam satu wadah yaitu hati. Jadi, untuk bisa mencapai derajat muttaqin seseorang itu harus mampu untuk melepaskan dirinya dari belenggu hawa nafsu yang selalu memperbudak mengajak berbuat kemaksiatan.

#### c. Menjaga diri dari kelalaian dan menjauhi maksiat.

Menjaga diri dari kelalaian berbuat maksiat adalah sebuah keharusan bagi seorang yang hendak menuju Allah. Meskipun manusia adalah merupakan tempatnya salah dan lupa, tapi berusaha agar tidak melakukan kemaksiatan adalah mutlak bagi seorang muslim. Adalah tidak mungkin bagi seseorang yang hendak menjumpai Allah tapi ia masih lalai dan terus melakukan kemaksiatan.

#### d. Bertaubat dari kesalahan dan Dosa.

Selama seseorang itu masih belum melakukan taubat atas segala kesalahan yang pernah dilakukannya, maka ia belum bersih hatinya. Padahal Allah itu maha bersih, tentu bagi hambanya yang hendak menemuinya harus bersih pula dari segala macam dosa. Syeh Ibnu Atha`illah berkata: "Bagaimana mungkin seseorang dapat memahami beragam rahasia yang lebut (halus), sementara ia belum melakukan taubat atas beragam kesalahannya?" (al-Buny, 2012)

## 2.2. Pendekatan Pendidikan Islam bagi Lansia

Bagi kalangan lanjut usia, suasana dan situasi belajar yang kondusif dipandang sebagai fasilitas yang dapat mendorong mereka untuk mau mencoba hal baru, berperilaku baru disertai sikap baru serta mau mempraktikkan pengetahuan yang baru mereka dapatkan. Sekalipun sesuatu yang baru tersebut tidak jarang akan menimbulkan resiko munculnya kesalahan, namun demikian kesalahan dan kekeliruan dipandang sebagai bagian wajar dan lumrah dalam belajar.

Secara umum, pendekatan pembelajaran yang digunakan adalah spiritualisasi Islam. Menurut Said Hawa (Hawwa, 2004). metode spiritualisasi Islam sama dengan *tazkiyah al-nafs* yang berarti mensucikan dan membersihkan diri dari beragam sifat buruk (tercela), dan menumbuhkan upaya untuk memperbaiki rohaninya dengan sifat-sifat baik (terpuji). Sehingga, *tazkiyah al-nafs* pada dasarnya tidak hanya terbatas pada penyusian diri, tetapi didalamnya mencakup pembinaan dan pengembangan diri (jiwa).

Adapun pendekatan spesifik yang bisa digunakan dalam pendidikan dan pembelajaran bagi kalangan lansia adalah sebagai berikut:

*Pertama*, Pembiasaan. Pendekatan pembiasaan secara umum merupakan pembiasaan untuk melakukan perbuatan baik dan meninggalkan beragam kebiasaan yang buruk melalui pendidikan, bimbingan, latihan, dan mujahadat atau optimalisasi. Pembiasaan dalam hal ini adalah cara yang dilaksanakan agar peserta didik terbiasa bersikap dan berperilaku sesuai ajaran agama, yang akan terbentuk dengan sendirinya oleh kebiasaan tersebut. Para pendidik bisa menerapkan beberapa pembiasaan praktik keagamaan bagi lansia ketika proses pembelajaran berlangsung, di antaranya:

- Pembiasaan untuk melafalkan doa, baik sebelum maupun sesudah belajar
- Pembiasaan Qira'atul Qur'an sebelum diselenggarakannya proses belajar-mengajar. Kegiatan ini bertujuan menanamkan sifat gemar membaca firman Allah, sehingga menjadi amalan wajib tiap harinya.
- Pembiasaan dzikrullah sebelum proses pembelajaran
- Pembiasaan membaca shalawat nabi sebelum proses pembelajaran

*Kedua*, Pemberian nasihat. Pemberian nasihat dilakukan dengan berbagai cara, sebagaimana dalam Al-Qur'an sendiri yang banyak berisi nasihat dengan sentuhan yang halus, lembut dan menggugah perasaan, sehingga jiwa menjadi tersentuh dan selanjutnya akan membentuk jiwa dan pribadi luhur. Oleh karena itu, dengan metode nasihat dapat memberi analisis dan membuat orang tersentuh atau tergugah jiwanya. Setelah seseorang merasa tersentuh jiwanya, maka otomatis akan mendorongnya untuk beramal dan berakhlak terpuji.

*Ketiga*, Keteladanan. Pribadi yang baik dapat diperoleh dengan beragam cara seperti *mujahadah*, latihan atau *riyadhah*. Selain itu, dapat pula melalui keteladanan, yaitu mencontoh dan meniru para pembimbing. Metode keteladanan berperan penting dalam upaya menggapai keberhasilan dalam penyelenggaraan pendidikan. Dalam term psikologi, seorang peserta didik akan meniru perilaku seorang guru. Dengan demikian, keteladanan baik dipandang sebagai salah satu tolak ukur dalam menilai suatu keberhasilan dalam hal pendidikan. Di antara sikap atau keteladanan guru yang bisa dijadikan tolak ukur terhadap peserta didik antara lain, bahwa seorang guru harus menanamkan pada jiwa dan hatinya untuk terus berperilaku yang baik, sehingga peserta didik diharapkan dapat meniru dan meneladaninya (Azman, 2018).

*Keempat*, Pendekatan Kisah. Pendidikan Islam memandang bahwa kisah memiliki fungsi edukatif yang besar dan tidak bisa diganti dengan bentuk penyampaian lain selain melalui bahasa. Sebab beagam kisah, khususnya yang ada dalam al-Quran dan hadis memiliki banyak

keistimewaan, serta akan berdampak edukatif psikologis secara sempurna, rapi serta memiliki jangkauan yang jauh seiring perkembangan zaman (Thoha, 2004).

Metode ini digunakan oleh guru agar menjadikan para murid dapat menirukan karakter yang diperankan para nabi maupun orang shaleh yang lainnya. Dengan kisah dalam Al-Qur'an itu dapat diambil hikmahnya bahwa melalui kisah-kisah tersebut, akan mengarah pada terserapnya nilai-nilai pribadi yang baik, yaitu bagaimana seseorang bisa berakhlak baik dan menjauhi akhlak buruk.

### 2.3. Materi Pembelajaran

Beberapa materi pendidikan Islam yang sebaiknya diberikan kepada peserta didik kalangan lanjut usia antara lain:

#### a. Tazkiyatul Aqidah

Akidah adalah materi pelajaran terpenting yang harus diberikan kepada peserta didik dalam pendidikan Islam karena berkaitan dengan keyakinan kepada terhadap Allah Swt. Beberapa materi yang diberikan dalam pelajaran akidah adalah tentang taqwa kepada Allah Swt. sifat-sifat Allah, dan segala hal tentang keimanan kepada Allah termasuk di dalamnya perkara yang perlu diimani seperti terhadap malaikat, kitab, rasul, hari akhir, qadha dan qadar. Termasuk perkara yang dapat menguatkan akidah adalah mempelajari tentang hakikat alam dan manusia, termasuk di dalamnya masalah jiwa (Ali, 2007).

Ketika menyampaikan materi akidah, agar dapat diterima dengan mudah oleh para lanjut usia antara lain bahwa pendidik harus menerangkan sifat-sifat Allah yang memiliki sifat Maha Pengasih dan Penyayang. Dengan demikian, peserta didik kalangan lanjut usia tersebut akan merasa aman dan tentram. Mereka juga akan terhindar dari rasa takut. Selain itu, materi akidah tersebut harus didasarkan pada dalil-dalil shahih berdasarkan al-Quran dan Sunnah (Sa'id Ismail Ali, 2008).

Setelah belajar tentang akidah, para lanjut usia diharapkan akan merubah segala perilakunya dan mampu memperbaiki dirinya ke arah yang lebih baik, serta menjalankan ajaran agama Islam secara sadar dan kaffah. Ketika sifat taqwa telah hadir dalam jiwa mereka, maka hal itu akan menjadikan para lansia merasakan hidupnya diliputi rasa aman tentram lahir dan batin. Ia juga tidak akan merasa takut dan cemas untuk menghadapi kematian.

Selain itu, jika seseorang ingin melakukan proses *tazkiyah al-nafs* (pembersihan jiwa), di antara hal paling utama adalah membersihkan akidahnya dari segala bentuk syirik dan kemusyrikan. Dan tidak sesuatu kepada selain Allah seperti datang kepada pada dukun, meminta pada kuburan yang dikeramatkan, dll..

Dengan kata lain, dalam materi akidah, harus diutamakan pendalaman ilmu tauhid, yakni meng-Esakan Allah dengan beribadah dan menyembah secara total hanya kepada Allah. Begitu pula semua bentuk peribadatan lainnya, baik dalam bentuk permohonan, cinta, takut, tawakal, taat, malu dan sebagainya yang terdapat dalam getaran hati, ucapan lidah maupun gerakan anggauta badan, semuanya dipersembahkan semata-mata kepada Allah, serta didasarkan pada contoh dari Rasulullah Saw. saja.

Sementara itu, di antara materi akidah, yang harus ditekankan pada lansia adalah:

- **Yakin pada Pertolongan Allah**
- **Memperhatikan kekuasaan Allah**
- Meyakini Adanya Kematian

#### b. Tazkiyatul Ibadah

Pembelajaran tentang ibadah sangat penting, sebab ibadah dipandang sebagai salah satu sarana yang menghubungkan dan mendekatkan makhluk dengan Khalik. Hal itu sebagaimana dinyatakan dalam salah satu hadis, bahwa Islam ditregakkan pada 5 sendi, yang dikenal dengan rukun Islam. Dan materi pokok yang diajarkan adalah pelajaran tentang shalat, sehingga para lansia dapat mengerjakan shalat lima waktu dengan benar, kemudian rutin berdzikir. Sedangkan implementasi dari materi ini adalah giat melaksanakan shalat berjamaah.

c. Tazkiyatul Akhlak.

Salah satu tujuan pemberian materi akhlak kepada para lanjut usia adalah agar mereka dapat mempraktikkan akhlak mulia dalam kehidupan mereka, sehingga mereka dapat hidup rukun dan berdamping, serta saling mengasihi dan menyayangi di antara sesama, baik dengan keluarga dekat maupun orang lain.

Secara umum pendidikan akhlak yang diberikan kepada para lansia adalah pelajaran tentang hubungan baik dengan sesama manusia, juga tentang keutamaan akhlak baik dan celaan terhadap jelek yang harus dihindari. Begitu penjelasan tentang akhlak, baik dari al-Qur'an, hadis Nabi, maupun keterangan para ulama tentang akhlak baik yang harus diikuti (al-Hazimi, 2009). Dengan materi akhlak ini, diharapkan dapat menghindarkan mereka dari beragam konflik dalam keluarga, karena karakter lansia seringkali seperti karakter anak kecil, yang tidak jarang memicu perpecahan dalam keluarga..

d. Melatih Jiwa Lansia untuk Menggapai Ketenangan Jiwa (Nafs al-Muthmainnah)

Berikut ini beberapa materi praktik yang dapat diberikan kepada para Lansia untuk menghaluskan jiwa mereka dan diharapkan akan mengantarkan mereka untuk memiliki ketenangan dan ketentraman jiwa:

**Pertama**, Dzikirullah. Dzikir kepada Allah adalah kiat utama dalam menggapai ketenangan jiwa. Tapi dengan dzikir yang benar. Dzikir dimaksud adalah selalu mengingat Allah dengan cara menghadirkan Allah dalam hati dan melafalkannya pada setiap waktu dan kesempatan. Misalnya ketika berada dalam suasana ketakutan berdzikir dengan membaca ta'awudz. Ketika berbuat dosa beristighfar atau taubat dan menjadi tenang kembali. Ketika mendapat kenikmatan berdzikir dengan hamdalah, maka diraihlah ketenangan. Begitu seterusnya. Dan yang tidak kalah pentingnya bahwa dzikir akan mendatangkan ketenangan pada jiwa setiap muslim yang mengamalkannya.

**Kedua**, Membaca ayat suci al Qur'an dan merenungkan maknanya. diketahui bahwa al Qur'an merupakan Kitab suci yang di dalamnya terdapat perkataan terbaik yang bersumber dari Allah, yang diturunkan di bulan penuh berkah yakni bulan Ramadhan. Oleh karena itu, siapapun yang membacanya, mendengar bacaannya dan mentadabburinya (mengkajinya) maka dipastikan akan mendapati ketenangan dalam hatinya. Tentu saja, dengan syarat bahwa hatinya dipenuhi rasa iman kepada Allah.

Hal itu sebagaimana dinyarakan dalam firman Allah Swt. yang artinya Allah telah menurunkan perkataan yang paling baik (yaitu) Al Quran yang serupa (mutu ayat-ayatnya) lagi berulang-ulang, gemetar karenanya kulit orang-orang yang takut kepada Tuhannya, kemudian menjadi tenang kulit dan hati mereka di waktu mengingat Allah. Itulah petunjuk Allah, dengan kitab itu Dia menunjuki siapa yang dikehendaki-Nya. Dan barangsiapa yang disesatkan Allah, niscaya tak ada baginya seorang pemimpin (QS. Al-Zaumar: 23).

Demikianlah, dengan memiliki jiwa yang tenang, diyakini bahwa seorang muslim akan dapat menapaki setiap tahapan kehidupan secara baik dan mendapat ridha Allah. Dan Allah telah memanggil orang yang jiwanya tenang untuk masuk ke dalam surganya (QS. Al-Fajr,[89]: 27-30).

*Ketiga, Membaca Shalawat.* Membaca shalawat kepada Nabi Muhammad akan meningkatkan kecintaan pembacanya kepada Nabi Muhammad Saw. Selain Faidah-faidah bershalawat kepada Nabi Saw. Dikemukakan oleh Ibn Qayyim al-Jauziah dalam kitabnya *Jalāl al-Afhām fi Fadhlī Shalāti wa al-Salām ‘alā Khair al-Anām* adalah sebagai berikut:

- Mentaati perintah Allah Swt.
- Akan mendapat anugerah sepuluh pujian dari Allah bagi yang membaca shalawat satu kali.
- Orang yang bershalawat kepada Nabi Saw. satu kali ditinggikan derajatnya dengan sepuluh derajat.
- Membaca shalawat satu kali kepada dicatat baginya sepuluh kebaikan.
- Membaca shalawat satu kali akan dihapus (diampuni) sepuluh dosanya.
- Orang yang bershalawat akan terkabul doanya, Karena shalawat menyebabkan terangkatnya doa ke hadapan Allah.
- Membaca shalawat menjadikan sebab diperolehnya syafa'at Nabi Muhammad Saw.
- Membaca shalawat menjadi sebab diampuninya dosa-dosa sebagaimana uraian yang telah lalu
- Membaca shalawat menjadi sebab dekatnya kedudukan seseorang dengan Rasulullah Saw. pada hari kiamat.
- Shalawat menyebabkan bersih dan sucinya jiwa seseorang yang membacanya.
- Shalawat menjadi sebab diberinya kabar gembira untuk masuk surga bagi orang yang membacanya
- Bershalawat kepada Nabi Saw. menjadi sebab diperolehnya keselamatan dari huru-hara hari kiamat.
- Shalawat menjadi sebab dikekalkannya oleh Allah Ta'ala pujian yang baik dihadapan para penghuni langit dan bumi bagi orang yang senantiasa membacanya.
- Shalawat menjadi sebab baiknya suatu majelis (pertemuan) dan terhindarnya orang yang membacanya di suatu majelis dari penyesalan yang terjadi pada hari kiamat
- Shalawat menghilangkan julukan *bakhil* (kikir) bagi orang yang membacanya ketika ia mendengar Nabi Saw. disebut dihadapannya.
- Shalawat menjadi sebab sempurnya cahaya seseorang yang rajin membacanya ketika menyeberangi diatas *Shirat* (jembatan yang dipasang diatas Neraka Jahanam pada Hari kiamat).
- Shalawat menjadi sebab dilimpahkannya keberkahan pada diri orang yang membacanya, amalnya, usianya, dan sarana-sarana untuk mencapai kemaslahatannya.
- Membaca shalawat menjadi sebab di curahkannya rahmat Allah Ta'ala.
- Shalawat menjadi sebab ditetapkan pijakan kaki ketika menyeberangi *Shirat* pada hari Kiamat.
- Membaca shalawat mengandung makna dzikir kepada Allah Swt. dan mengenali nikmat Allah yang di anugerahkan kepada hamba-hamba-Nya berupa diutusnnya Rasulullah Saw.

*Keempat, Membaca Istighfar.* Dalam ajaran Islam, Istighfar memiliki banyak keutamaan, yang akan dirasakan oleh pelafanya di dunia atau di akahirat. Di antara faidah istighfar antara lain:

- Istighfar akan menghapus dosa pelafalnya seperti api membakar dan menghanguskan kayu bakar. Maksudnya, istighfar dalam rangka bertaubat kepada Allah. Sebagaimana dinyatakan dalam firman Allah, yang artinya: "Dan barangsiapa yang mengerjakan kejahatan dan menganiaya dirinya, kemudian ia mohon ampun kepada Allah, niscaya ia mendapati Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang" (QS. al-Nisa, [4] 110).

- Istigfar akan mendatangkan rasa aman dari azab Allah. Maksudnya, bahwa Istighfar mengangkat dan menghilangkan azab Allah dari umat baik individu maupun kolektif, ketika melakukan dosa kepadaNya dan memohon ampunan kepada-Nya. (QS. al-Anfal,[8]: 33).
- Istigfar akan mendatangkan kenikmatan. Mereka yang selalu beristigfar ayang diberikan kehidupan yang lebih baik oleh Allah, juga akan memperoleh rasa aman, kedamaian dan ketenangan jiwa (QS. Hud: 3).
- Istigfar akan mendatangkan rezeki (memudahkan untuk medapatkan rezeki) dan akan menghilangkan beragama bentuk kesusahan. Maksudnya, bahwa dengan rutin beristighfar, maka Allah akan menghilangkan segala bentuk keluh kesah dan memberinya rezeki yang tidak terduga. Terkait hal ini, Rasulullah Saw. bersabda: Siapa saja yang selalu beristighfar kepada Allah, maka Dia akan menjadikan segala keluh kesah menjadi kegembiraan, dan kesempitan menjadi kelapangan (HR.Ahmad dan Abu Daud).

#### 2.4. Metode Pembelajaran Agama Islam

Ada beberapa metode yang pada dasarnya bisa digunakan untuk pendidikan dan pembelajaran Islam bagi lansia. Dan metode pendidikan yang digunakan tidak cukup hanya menggunakan satu metode saja. Setiap metode saling melengkapi satu sama lain. Dan setiap metode mempunyai kekurangan dan kelebihan masing-masing. Dengan menerapkan beberapa metode, diharapkan akan semakin mempermudah dalam proses pendidikan dan pembelajaran Islam bagi lansia.

Berikut ini beberapa metode yang dapat digunakan dalam pembelajaran agama Islam bagi lansia:

##### a. Metode Ceramah

Metode ceramah termasuk metode yang paling umum digunakan dalam proses pendidikan dan pembelajaran agama Islam. Metode ini dipandang paling efektif dan efisien. Praktik metode ini bahwa guru menjelaskan materi secara langsung kepada para lanjut usia. Misalnya dalam menjelaskan materi akidah seperti rukun iman, dll..

Metode ini sering digunakan dan dikenal masyarakat sebagai pengajian umum. Metode ini pula yang cukup baik digunakan untuk memberikan dorongan atau motivasi bagi para lanjut usia untuk selalu berpegang teguh kepada ajaran Islam (jalan Allah). Dimaklumi bahwa banyak faktor yang dialami dan terjadi kepada para lansia, seperti kondisi fisik yang menurun dan latar pendidikan, sehingga melalui metode ceramah, maka diyakini mereka terpengaruhi dengan isi ceramah tersebut, khususnya terkait ajaran Islam kepada lansia.

##### b. Metode Cerita

Manfaat dari metode cerita pada prinsipnya hampir mirip dengan metode ceramah seperti dijelaskan di atas. Namun demikian, metode cerita ini lebih sering dipraktikkan ketika menjelaskan atau menceritakan tentang kisah-kisah Nabi terdahulu atau beragam peristiwa mengandung hikmah yang dapat diambil nilai-nilai pelajarannya, seperti ketika memperingati peristiwa Isra' Mi'raj Rasulullah Saw. sehingga peringatan Isra' Mi'raj tersebut diisi dengan kisah atau sejarah perjalanan Nabi Isra' Mi'raj Nabi Muhammad Saw.

Selain itu, pendidikan menggunakan metode kisah ini ketika menceritakan pengalaman dari pendidik itu sendiri yang mengandung nilai hikmah dari perjalanan hidup pendidik. Misalnya, pendidik menceritakan tentang peristiwa duka atau kisah sedih yang dialaminya, dimana hal itu dapat diambil sisi hikmanya.

##### c. Metode Tanya Jawab

Fungsi metode ini antara lain untuk saling memberikan pertanyaan dan jawaban antara pendidik atau sesama peserta didik lansia. Pada praktiknya, pendidik atau pembimbing memberi waktu kepada para lansia usia untuk mengungkapkan berbagai pertanyaan tentang hal-hal yang berkaitan dengan agama Islam. Secara umum, metode ini sering dipraktikkan setelah ceramah. Namun tidak jarang pula digunakan secara full pada pelajaran tertentu.

d. Metode Demonstrasi

Secara umum, metode ini digunakan pada peserta didik lansia untuk lebih memperjelas sesuatu atau pelajaran yang telah diberikan kepada peserta didik dengan menggunakan metode ceramah. Praktiknya, para pendidik menggunakan metode ini dengan memberikan beberapa contoh melalui gerakan atau alat peraga tertentu. Ketika menjelaskan tentang shalat misalnya, yang diharuskan untuk menutup aurat, maka pendidik memperagakan gerakan menutup aurat, seperti memperagakan memakai kain sarung dan mukena bagi peserta didik lansia wanita.

e. Metode Keteladanan

Metode keteladanan ini secara umum ditujukan agar para peserta didik lansia memiliki motivasi untuk melakukan ibadah atau berakhlak baik. Praktiknya, para pendidik selalu bertutur kata yang baik dalam berbagai kesempatan khususnya ketika berceramah. Begitu pula dalam berbusana haruslah islami, senantiasa melaksanakan shalat berjamaah dan lain-lain..

f. Metode Menghafal

Metode menghafal bagi peserta didik lansia diberikan secara terbatas, seperti materi tentang hafalan bacaan shalat, do'a sehari-hari, kalimah thayyibah dll. Pada praktiknya, materi ini tidak diberikan secara khusus, melainkan disampaikan pada sela-sela penggunaan metode ceramah. Selain itu, penggunaan metode ini bertujuan untuk membiasakan para lansia dapat berdoa dan mendirikan shalat dengan melafalkan bacaan-bacaan yang sudah ditentukan syara'.

## 2.5. Media dan Sarana Pendidikan Agama Islam bagi Lansia

**Media dan sarana pendidikan Agama Islam (pembelajaran)** pada lansia harus disesuaikan dengan kondisi dan kebutuhan dari proses pembelajaran tersebut, sehingga benar-benar dapat menyalurkan pesan, dapat merangsang fikiran, perasaan, dan kemauan peserta didik sehingga dapat mendorong terciptanya proses belajar pada diri peserta didik dari kalangan lansia.

Pembelajaran agama Islam bagi lansia idelanya dilaksanakan di tempat khusus yang nyaman dan memiliki media pembelajaran yang baik, namun bisa dilaksanakan pula di ruangan tertentu atau mushalla, bahkan di rumah. Dengan kata lain, tempat pembelajaran bagi lansia bisa dilaksanakan secara fleksibel dengan syarat dapat memenuhi standar minimal tempat yang bisa dijadikan tempat pembelajaran dan jauh dari kebisingan yang dapat merusak konsentrasi peserta didik.

## 2.6. Pendidik

Untuk menunjang keberhasilan dalam pembelajaran Islam bagi lansia dibutuhkan seorang pendidik idela, yang memenuhi kualifikasi sebagai berikut:

*Pertama*, syarat-syarat pendidik berhubungan dengan dirinya sendiri, yaitu:

- Pendidik hendaknya senantiasa menyadari adanya pengawasan Allah kepadanya dalam segala perkataan dan perbuatan bahwa ia memegang amanat ilmiah yang diberikan Allah kepadanya untuk dijamin kepada yang lain.
- Pendidik hendaknya memelihara kemuliaan ilmu.
- Pendidik hendaknya bersifat zuhud.
- Pendidik hendaknya tidak berorientasi duniawi dengan menjadikan ilmunya sebagai alat untuk mencapai kedudukan, harta, prestise atau kebanggaan atas orang lain.
- Pendidik hendaknya menjauhi mata pencaharian yang hina dalam pandangan syara' dan menjauhi situasi yang bisa mendatangkan fitnah dan tidak melakukan sesuatu yang dapat menjatuhkan hara dirinya di mata orang banyak.
- Pendidik hendaknya memelihara syi'ar-syi'ar Islam, seperti melaksanakan shalat berjamaah di masjid, mengucapkan salam, dsb.
- Pendidik hendaknya rajin melakukan hal-hal yang disunahkan oleh agama, baik dengan lisan maupun perbuatan, seperti membaca al-Qur'an, berzikir dan shalat tengah malam.
- Pendidik hendaknya memelihara akhlak yang mulia dalam pergaulannya dengan orang banyak dan menghindarkan diri dari akhlak buruk.
- Pendidik hendaknya selalu mengisi waktu-waktu luangnya dengan hala-hal yang bermanfaat, seperti beribadah, membaca, mengarang, dsb.
- Pendidik hendaknya selalu belajar dan tidak merasa malu untuk menerima ilmu dari orang yang lebih rendah dari padanya, baik dari segi kedudukan maupun usianya.
- Pendidik hendaknya rajin meneliti, menyusun dan mengarang dengan memperhatikan keterampilan dan keahlian yang dibutuhkan untuk itu.

*Kedua*, syarat-syarat yang berhubungan dengan pelajaran (syarat-syarat paedagogis-didaktis), yaitu:

- Sebelum keluar dari rumah untuk mengajar, pendidik hendaknya bersuci dari hadas dan kotoran serta mengenakan pakaian yang baik dengan maksud mengagungkan ilmu dan syari'at.
- Ketika keluar dari rumah, pendidik selalu berdoa agar tidak sesat menyesatkan dan terus berzikir kepada Allah Swt. Artinya, sebelum mengajarkan ilmu, seorang pendidik harus membersihkan hati dan niatnya.
- Pendidik mengambil tempat pada posisi yang membuatnya dapat terlihat oleh semua peserta didik.
- Sebelum memulai proses pembelajaran,, pendidik hendaknya membaca sebagian dari ayat al-Qur'an agar memperoleh berkah dalam mengajar, kemudian membaca basmalah.
- Pendidik selalu mengatur volume suaranya agar tidak terlalu keras.
- Pendidik menjaga ketertiban majelis dengan mengarahkan pembahasan pada objek tertentu.
- Pendidik menegur peserta didik yang tidak menjaga sopan santun dalam kelas.
- Pendidik bersikap bijak dalam melakukan pembahasan, menyampaikan pelajaran dan jawaban pertanyaan.
- Pendidik hendaknya menutup setiap akhir kegiatan pembelajaran dengan kata-kata wallahu a'lam yang menunjukkan keikhlasan kepada Allah Swt.

*Ketiga*, syarat-syarat pendidik di tengah-tengah peserta didiknya, antara lain:

- Pendidik mengajar dengan niat mengharapkan ridha Allah
- Pendidik mencintai peserta didiknya seperti ia mencintai dirinya sendiri.
- Pendidik memotivasi peserta didik untuk menuntut ilmu seluas mungkin.
- Pendidik menyampaikan pelajaran dengan bahasa yang mudah dan berusaha agar peserta didiknya dapat memahami pelajaran.

- Pendidik melakukan evaluasi terhadap kegiatan belajar mengajar yang dilakukannya.
- Pendidik harus bersikap adil terhadap semua peserta didiknya.
- Pendidik berupaya untuk terus memantau perkembangan peserta didik, baik intelektual maupun akhlaknya.

### 2.7. Peserta didik (Lansia)

Di antara syarat peserta didik adalah sebagai berikut:

- Memiliki niat yang tulus (ikhlas)
- Memiliki kepribadian hanif dan kesiapan menerima ilmu (pendidikan)
- Memiliki niat yang kuat untuk merubah diri dan orang lain
- Bersih dari unsur yang merugikan diri, keluarga dan orang lain
- Senantiasa menjaga (Melaksanakan) shalat lima waktu
- Belajar dengan niat ibadah dalam rangka taqarrub ila Allah.
- Mengurangi kecenderungan pada kehidupan duniawi dibanding ukhrawi atau sebaliknya.
- Bersikap tawadhu' (rendah hati).

Mau belajar secara bertahap atau berjenjang dengan memulai pelajaran yang mudah

## 3. Kesimpulan

Dalam perspektif pendidikan Islam para lansia masih terkena kewajiban mencari ilmu, karena mencari ilmu dalam Islam merupakan kewajiban sepanjang hayat. Namun fokus demikian, pembelajaran lansia diarahkan dan bertujuan antara lain untuk meraih ketenangan ruhani dan ketenangan batin (*nafs muthmainnah*). Tujuan tersebut antara lain dengan pendidikan Islam melalui pendekatan *tazkuiyah al-Nafs.*, yang secara praktis melalui pendekatan : 1) pembiasaan; 2) pemberian nasihat; 3) keteladanan; 4) kisah; dan 5) spiritualisasi Islam

Beberapa materi yang disampaikan kepada lanjut usia adalah tazkiyah Akidah, ibadah, secara latihan menghaluskan jiwa melalui **dzikrullah, membaca al-Qur'an, membaca shalawat, membaca Istigfar, dll.** Materi tersebut dapat disampaikan melalui metode: ceramah, cerita, tanya jawab, demonstrasi, keteladanan dan metode menghafal (doa-doa sederhana dan kalimah thayyibah).

Dalam upaya mendukung terselenggaranya pendidikan Islam yang efektif bagi lansia idelanya dilaksanakan di tempat khusus yang nyaman dan memiliki media pembelajaran yang baik, namun bisa dilaksanakan pula di ruangan tertentu atau mushalla, bahkan di rumah. Selain itu, pendidik bagi lansia dibutuhkan seorang pendidik ideal, yang memenuhi kualifikasi tertentu dan memiliki akhalku karimah sehingga bisa diteladani oleh peserta didik. Namun tidak kalah pentingnya adalah peserta didik dari kalangan lansia pun harus memiliki kepribadian hanif, ikhlas dan kesiapan menerima pendidikan dan pembelajaran.

## Referensi

- al-Buny, J. A. (2012). *Mutu Manikam dari Kitab Al-Hikam*. Mutiara Ilmu.
- al-Hazimi, K. bin H. (2009). *Ushul at-Tarbiyah al-Islamiyah*. Dar al-Zaman.
- Ali, S. I. (2007). *Al Qur'an Al Karim wa Ru'yah Tarbawiyah*. Dar al-Fikr al-'Arabiy.
- Azman, Z. (2018). *Urgensi Keteladanan Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Membentuk Akhlak Siswa*.

XIV(01), 13.

- Faiz, A., Yandri, H., Kadafi, A., Mulyani, R. R., Nofrita, N., & Juliawati, D. (2019). Pendekatan Tazkiyatun An-Nafs untuk membantu mengurangi emosi negatif klien. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(1), 65. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v9i1.4300>
- Habibullah, M. R., & Nihayah, H. (2019). Metodologi Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Untuk Kaum Lansia Di Pondok Pesantren Lansia Al Hidayah Kelurahan Doromukti Kecamatan Tuban Kabupaten Tuban. *Al-Aufa: Jurnal Pendidikan Dan Kajian Keislaman*, 1(1), 40–54. <https://doi.org/10.36840/alaufa.v1i1.223>
- Hawwa, S. (2004). *Tarbiyatuna ar-Ruhiyah*. Dar al-Salam.
- Kiik, S. M., Sahar, J., & Permatasari, H. (2018). Peningkatan Kualitas Hidup Lanjut Usia (Lansia) Di Kota Depok Dengan Latihan Keseimbangan. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 21(2), 109–116. <https://doi.org/10.7454/jki.v21i2.584>
- Misnaniarti, M. (2017). Situation Analysis Of Elderly People And Efforts To Improve Social Welfare In Indonesia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 8(2), 67–73. <https://doi.org/10.26553/jikm.2017.8.2.67-73>
- Mujawir, M. S. 'Ali. (1983). *Muhammad Shalahuddin 'Ali Mujawir*. Dar al-Qalam.
- Mujib, A., & Mudzakkir, J. (2010). *Ilmu Pendidikan Islam*. Kencana Prenada Media Group.
- Nulhakim, L. (2019). *Konsep Bimbingan Tazkiyatun Nafs Dalam Membentuk Sikap Jujur Mahasiswa Bki Melalui Pembiasaan (Conditioning)*. 8(1), 25.
- Ramayulis, & Nizar, S. (2011). *Filsafat Pendidikan Islam: Telaah Sistem. Pendidikan dan Pemikiran Para Tokohnya*. Kalam Mulia.
- Sa'id Ismail Ali. (2008). *At-Tarbiyah al-Islamiah wa al-Nuhudh bi al-ummah*. Dar al-Fikr al-'Arabiy.
- Suprijanto. (2012). *Pendidikan Orang Dewasa dari Teori Hingga Aplikasi*. Bumi Aksara.
- Thoha, C. (2004). *Metodologi Pengajaran Agama*. Kerjasama IAIN Walisongo dengan Pustaka Pelajar.



© 2020 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/>).