

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pikun merupakan salah satu topik bahasan dalam al-Qur'an. Di mana al-Qur'an menyebutkan kata pikun ini tidak terlepas dari kondisi lansia. Lansia (lanjut usia) merupakan usia mendekati akhir siklus kehidupan manusia di dunia,<sup>1</sup> melalui munculnya penuaan secara alami pada setiap individu. Pada lansia, akan banyak mengalami penurunan, baik itu fisik, mental, sosial,<sup>2</sup> maupun psikis.<sup>3</sup> Tahapan lansia ini dimulai dari usia 60-an sampai akhir kehidupan.<sup>4</sup> Hal-hal yang berkaitan dengan fase lansia ini, dalam dunia kedokteran, dikenal dengan istilah geriatri dan gerontologi.<sup>5</sup> Pada fase ini, individu akan menghadapi berbagai macam permasalahan. Antara lain, menurunnya kekuatan fisik,<sup>6</sup> menurunnya aktivitas, sering mengalami gangguan kesehatan, menurunnya kemampuan psikis, dan sering juga disertai oleh penurunan daya ingat (pikun).<sup>7</sup>

Berkaitan dengan hal ini, suatu ketika Rasulullah Muhammad saw. pernah ditanya oleh orang-orang Arab Badui. "*Wahai, Rasulullah. Tidakkah kami ini harus berobat (jika sakit)?*" Beliau menjawab, "*Iya, wahai sekalian hamba Allah. Berobatlah, sesungguhnya Allah tidak menciptakan suatu penyakit, akan tetapi*

---

<sup>1</sup> Aliah B. Purwakania Hasan, *Psikologi Perkembangan Islami Menyingkap Rentang Kehidupan Manusia dari Prakelahiran Hingga Pasca Kematian* (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2008), 117.

<sup>2</sup> Azizah L. M., *Keperawatan Lanjut Usia*, Cet. 1 (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2011), 76.

<sup>3</sup> Riky Gunawan Siregar, "Gangguan Berpikir Dimensia (Pikun) pada Lansia," *Bahastra*, No. 2, Vol. 3 (Maret 2019), 183.

<sup>4</sup> Aliah B. Purwakania Hasan, *Psikologi Perkembangan Islami Menyingkap Rentang Kehidupan Manusia dari Prakelahiran Hingga Pasca Kematian*, 117.

<sup>5</sup> Hurlock E. B., *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Cet. 5 (Jakarta: Erlangga, 2002), 10.

<sup>6</sup> Komaruddin Hidayat, *Psikologi Kematian Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme* (Jakarta Selatan: Noura Books, 2015), 141.

<sup>7</sup> Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan*, Cet. 1 (Jakarta: Prenadamedia Group, 2011), 253.

menciptakan juga obat untuknya, kecuali satu penyakit.” Mereka bertanya, “Penyakit apakah itu, wahai Rasulullah?” Beliau menjawab, “Yaitu, penyakit tua (pikun).”<sup>8</sup>

Melalui term *arżal al-‘umur*, al-Qur’an menggambarkan penyakit pikun sebagai sebuah kondisi manusia tidak mampu mengingat apapun, bahkan pengetahuan yang pernah ia pelajari.<sup>9</sup> Kajian *tahlili* dengan pendekatan keilmuan tafsir *ilmī* dilakukan untuk menyelidiki maksud di balik term yang sebenarnya berarti *usia yang tua renta* atau *usia sangat tua* tersebut. Adapun alasan menggunakan metode ini karena untuk memperdalam pemikiran dan memperkuat penyelaman makna ayat. Sehingga, metode ini dapat membantu meningkatkan kemampuan beristinbat, memilih ragam makna, dan memilih pendapat ulama yang kuat.<sup>10</sup> Ditambah dengan pendekatan keilmuan tafsir ‘*ilmī* yang didasari oleh faktor perubahan perspektif muslim modern terhadap ayat-ayat al-Qur’an, terutama dengan munculnya temuan-temuan ilmiah modern pada abad ke-20.<sup>11</sup> Pendekatan ini berfungsi untuk memperkuat teori-teori ilmiah.<sup>12</sup>

Dengan menggunakan aplikasi *Al-Bāḥis Al-Qur’ānī* dan QuranBest Indonesia, term *arżal al-‘umur* tersebut ditemukan dalam dua ayat al-Qur’an dengan surah yang berbeda. Antara lain, surah an-Naḥl [16] ayat 70 dan surah al-Ḥajj [22]

---

<sup>8</sup> Saltanera, *Tirmidzi – 1961*, Ensiklopedi Hadits - Kitab 9 Imam (Lidwa, 2010).

<sup>9</sup> Kambali, “Kajian Ramadhan, Ini Doa Nabi Muhammad Mencegah Kepikunan dan Rahasia Baca atau Tilawah Al Quran,” *Tribun-Bali.com* (blog), diakses 5 Desember 2021, <https://bali.tribunnews.com/2020/05/09/kajian-ramadhan-ini-doa-nabi-muhammad-mencegah-kepikunan-dan-rahasia-baca-atau-tilawah-al-quran?page=all>.

<sup>10</sup> Yuliza, “Mengetahui Metode Al-Tafsir Al-Tahlili (Tafsir Al-Zamakhshari dan Tafsir Al-Razi),” *Liwaul Dakwah*, No. 2, Vol. 10 (Juli 2020), 54.

<sup>11</sup> Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur’an, *Fenomena Kejiwaan Manusia: Dalam Perspektif Al-Qur’an dan Sains* (Jakarta Timur: Badan Litbang dan Diklat Kementerian Agama Republik Indonesia, 2016), xxiii.

<sup>12</sup> Yuliza, “Mengetahui Metode Al-Tafsir Al-Tahlili (Tafsir Al-Zamakhshari dan Tafsir Al-Razi),” 53.

ayat 5.<sup>13</sup> Kedua ayat ini menjelaskan perubahan psikis pada lansia yang dianalogikan sebagaimana fase ketika masih bayi,<sup>14</sup> bahkan singkatnya disebut pikun.<sup>15</sup> Namun, melihat realita sekarang banyak juga tokoh mumpuni yang puncak kariernya justru pada usia lanjut. Misalnya, Nafsiah Mboi, Menteri Kesehatan terdahulu, yang dilantik pada usia 72 tahun. Beliau merupakan contoh lansia yang sehat optimal pada usianya. Contoh lain, ada dari ulama Islam sendiri, yakni Šālih Ibn Kaisān. Beliau adalah seorang ulama besar yang baru memulai belajar dan mencari ilmu ketika usianya tepat masuk kepala tujuh.<sup>16</sup>

Dalam dunia kedokteran, pikun atau demensia merupakan penyakit degeneratif bersamaan dengan pertambahan umur. Penyakit ini berupa melemahnya daya ingat.<sup>17</sup> Masalah psikologis satu ini merupakan gangguan otak yang kronis. Biasanya, berkembang secara perlahan, dengan permulaan gejala depresi ringan atau kecemasan yang terkadang disertai gejala kebingungan, yang kemudian menjadi parah disertai dengan hilangnya kemampuan intelektual umum atau demensia.<sup>18</sup> Sehingga, dapat dikatakan bahwa kecemasan merupakan awal mula terjadinya demensia.

---

<sup>13</sup> Developer Nuqāyah, *Al-Bāhīs Al-Qur'ānī* (t.k.: Furqon.co, 2017). Lihat juga dalam *QuranBest Indonesia*.

<sup>14</sup> Aḥmād Muṣṭafā Al-Marāgī, *Tafsīr Al-Marāgī*, Jilid 14 (t.p.: t.p., t.k.), [https://ia800908.us.archive.org/26/items/tafseer\\_mraghi/mraghi14.pdf](https://ia800908.us.archive.org/26/items/tafseer_mraghi/mraghi14.pdf), 108. Lihat juga dalam Jilid 17, [https://ia600908.us.archive.org/26/items/tafseer\\_mraghi/mraghi17.pdf](https://ia600908.us.archive.org/26/items/tafseer_mraghi/mraghi17.pdf), 89.

<sup>15</sup> Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsīr Al-Munīr*, Jilid 7 (Depok: Gema Insani, t.t.), 427. Lihat juga dalam Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsīr Al-Munīr*, Jilid 9 (Depok: Gema Insani, t.t.), 162.

<sup>16</sup> Ivan Aulia Ahsan, "Ulama yang Telat Belajar dan Mereka yang Jadi Alim di Usia Tua," [tirto.id](https://tirto.id), diakses 22 April 2022, <https://tirto.id/ulama-yang-telat-belajar-dan-mereka-yang-jadi-alim-di-usia-tua-dSp6>.

<sup>17</sup> Humas Uinsby, "Melawan Pikun," *Kolom UINSA* (blog), diakses 5 Desember 2021, <https://w3.uinsby.ac.id/melawan-pikun/>.

<sup>18</sup> Riky Gunawan Siregar, "Gangguan Berpikir Dimensia (Pikun) pada Lansia," 184.

Sebenarnya, kecemasan merupakan respons yang wajar dialami oleh setiap insan ketika menghadapi ancaman.<sup>19</sup> Namun, ketika perasaan cemas terjadi secara berlebihan, bahkan menjadi gangguan yang di kemudian hari disebut sebagai gangguan kecemasan (*anxiety disorder*), maka perasaan tersebut dapat menghambat fungsi seseorang dalam kehidupannya.<sup>20</sup>

Melansir dari artikel *Alzheimer's Indonesia*, pada abad ke-21 ini demensia telah diakui sebagai salah satu krisis kesehatan yang paling signifikan.<sup>21</sup> Hal ini disebabkan karena terdiagnosanya satu kasus setiap tiga detik terdapat tambahan satu orang yang menderita demensia. Jadi, apabila saat ini terdapat 50 juta penduduk yang menderita demensia, diperkirakan jumlahnya akan mencapai angka 75 juta penduduk pada 2030. Angka ini akan terus meningkat hingga 131,5 juta penduduk pada 2050.<sup>22</sup>

Kemudian, para ilmuwan juga telah menjuluki abad ke-21 ini sebagai abad kecemasan. Abad kecemasan (*age of anxiety*)<sup>23</sup> yang ditandai dengan berbagai macam bencana dan kemelut meresahkan yang terjadi hampir di seluruh lini kehidupan, baik pribadi maupun masyarakat. Kondisi tersebut dapat disaksikan secara langsung, seperti peperangan antarbangsa, krisis ekonomi, ledakan penduduk, pengungsi yang membanjir, pencemaran alam akibat industri, penghayatan agama yang dangkal, munculnya berbagai macam penyakit yang sulit

---

<sup>19</sup> Anonim, "Tatalaksana-Gangguan-Ansietas-Kecemasan-akibat-wabah-COVID-19.pdf," t.t.

<sup>20</sup> Novi Marlani dan Arif Rahman Hakim, "Pengaruh Metode Belajar dan Kecemasan Diri Terhadap Hasil Belajar Matematika Peserta Didik," Vol. 01, No. 01 (Desember 2015): 138.

<sup>21</sup> Yayasan Alzheimer Indonesia, "10 gejala awal Demensia Alzheimer - Alzheimer Indonesia," diakses 3 Januari 2022, <https://alzi.or.id/10-gejala-awal-demensia-alzheimer/>.

<sup>22</sup> Yuda Turana, *Stop Pikun di Usia Muda* (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2020), 4.

<sup>23</sup> Edi Saffan, "Urgensi Doa, Ikhtiar, dan Kesadaran Beragama dalam Kehidupan Manusia," *FITRA*, Vol. 2, No. 1 (Juni 2016): 21.

diatasi, pola kerja yang semakin canggih, dan lain sebagainya.<sup>24</sup> Dari pernyataan tersebut, jelaslah bahwa keadaan yang sedang dialami saat ini menimbulkan beban psikologis yang melanda manusia pada umumnya.<sup>25</sup>

Misalnya saja satu fenomena yang telah dan masih terjadi pada beberapa tahun terakhir ini, yakni penyebaran pandemi Covid-19. Pada April-Agustus 2020 lalu, Survei Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI) menemukan sejumlah gangguan kesehatan jiwa di masa pandemi. Selama lima bulan kemunculannya, ditemukan sebanyak 64,8% responden mengalami sejumlah masalah psikologis. Antara lain, depresi sebanyak 62%, cemas sebanyak 65%, dan trauma sebanyak 75%.<sup>26</sup>

Dari data tersebut, cemas menempati urutan kedua setelah trauma sebagai gangguan psikologis. Sehingga sangat perlu diperhatikan karena dampak kecemasan dapat menimbulkan kondisi tertekan, bahkan berkembang menjadi depresi (berat).<sup>27</sup> Pada 2017, Leonard melakukan sebuah tinjauan dan menemukan indikasi bahwa depresi kronik merupakan faktor pencetus demensia pada usia lanjut.<sup>28</sup> Wilson dan koleganya telah melakukan riset yang melibatkan dua kelompok orang dewasa yang berjumlah 1.256 orang. Riset mereka diawali tanpa adanya gangguan daya ingat. Setelah meneliti selama 12 tahun secara

---

<sup>24</sup> Ibid.

<sup>25</sup> Ibid.

<sup>26</sup> Sekar Gandhawangi, "Potensi Depresi dan Kecemasan Kian Tinggi Saat Pandemi Covid-19," *kompas.id*, diakses 3 Januari 2022, <https://www.kompas.id/baca/kesehatan/2021/04/14/potensi-depresi-dan-kecemasan-kian-tinggi-saat-pandemi-covid-19>.

<sup>27</sup> Yuda Turana, *Stop Pikun di Usia Muda*, 1.

<sup>28</sup> Ibid., 76.

berkelanjutan, ada sebanyak 482 orang mengalami gangguan kognitif ringan. Lalu, para peneliti menilai partisipan rentan terhadap perasaan cemas maupun depresi.<sup>29</sup>

Sifat manusia yang gampang berkeluh kesah tidak mempunyai ketenangan hati, selalu cemas, ketakutan, dan merasa kekurangan akan membuatnya mudah terserang beragam penyakit jiwa<sup>30</sup> dan penyakit tubuh pada manusia.<sup>31</sup> Manusia hanya ingin semua serba beres tanpa gangguan. Hal ini, telah termaktub dalam firman Allah Swt. Q.S. al-‘Ankabūt [29] ayat 10.<sup>32</sup>

Al-Qur’an merupakan petunjuk yang apabila dipelajari akan membantu menyelesaikan beragam problematika kehidupan dengan menemukan nilai-nilai yang dapat dijadikan sebagai pedoman hidup. Pikiran, rasa, dan karsa akan mengarah pada realitas keimanan yang dibutuhkan bagi stabilitas serta ketenteraman hidup pribadi dan masyarakat apabila al-Qur’an itu dihayati dan diamalkan.<sup>33</sup> Dalam hal ini, al-Qur’an mampu menjawab tantangan kontemporer, baik secara spiritual maupun material.<sup>34</sup> Hal ini, didasarkan atas firman Allah Swt. dalam Q.S. al-Isrā’ [17] ayat 82. Ayat ini, menurut Ṭaba’ṭabā’ī turun sebagai penawar atau obat dari beraneka ragam problematika yang dihadapi manusia. Di antaranya, penyakit-penyakit kejiwaan, yaitu keraguan dan kebimbangan batin yang dapat hinggap di hati orang-orang beriman.<sup>35</sup>

---

<sup>29</sup> Pangkalan Ide, *Gaya Hidup Penghambat Alzheimer* (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2008), 1.

<sup>30</sup> M. Wahid Nasrudin, “Gangguan Kecemasan dalam Perspektif Al-Qur’an (Pendekatan Psikologi)” (Skripsi Sarjana, Surabaya, UIN Sunan Ampel, 2018), 52.

<sup>31</sup> Musfir bin Said Az-Zahrani, *Konseling Terapi*, terj. Sari Narulita dan Miftahul Jannah (Jakarta: Gema Insani Press, 2005), 512.

<sup>32</sup> M. Wahid Nasrudin, “Gangguan Kecemasan dalam Perspektif Al-Qur’an (Pendekatan Psikologi)”, 52.

<sup>33</sup> M. Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur’an* (Bandung: IKAPI, 1996), 13.

<sup>34</sup> M. Yudhie Haryono, *Nalar Al-Qur’an* (Jakarta: Intimedia dan Nalar, 2002), 197.

<sup>35</sup> M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur’an*, vol. Vol. 7 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 530.

Dalam *Tafsir Jalālain*, surah an-Nahl [16] ayat 70, Ikrimah mengatakan bahwa barangsiapa yang selalu membaca al-Qur'an, maka ia tidak akan sampai kepada keadaan seperti ini (pikun).<sup>36</sup> Pernyataan ini menguatkan mukjizat al-Qur'an berupa kesehatan fisik serta dijauhkan dari usia yang lemah, yakni kepikunan.<sup>37</sup> Pencegahan pikun bisa melalui pola hidup sehat dan rangsangan otak sedini mungkin.<sup>38</sup>

Dari problem psikologis yang seringkali dialami oleh manusia tersebut menjadikannya daya tarik tersendiri, di mana telah diketahui dari hadis Rasulullah Muhammad saw. bahwa penyakit pikun itu tidak ada obatnya. Jadi, penting untuk mengetahui faktor penyebab pikun pada lansia, salah satunya diduga akibat problem *anxiety disorder* itu tadi, yang supaya kemudian dapat memicu langkah preventif dan kuratif sebagai upaya pencegahan dan pengobatan problem tersebut. Karena kepikunan dapat menyebabkan kualitas hidup penderita menjadi rendah dan interaksi sosial pun terganggu.<sup>39</sup>

Dengan demikian, persoalan ini sangatlah penting untuk dikaji lebih lanjut dalam sebuah penelitian. Oleh karena itulah, judul ***PIKUN DALAM AL-QUR'AN: Kajian Term Arzal Al-'Umur dan Relevansinya dengan Problem Anxiety Disorder*** diangkat dalam penelitian ini.

## **B. Rumusan Masalah**

Berangkat dari latar belakang di atas, maka diperoleh rumusan masalah sebagai berikut:

---

<sup>36</sup> Jalāl al-Dīn al-Maḥallī dan Jalāl al-Dīn as-Suyūṭī, *Tafsīr Jalālain* (t.k.: Daar Ibnu Katsir, t.t.), 674.

<sup>37</sup> Kambali, "Kajian Ramadhan, Ini Doa Nabi Muhammad Mencegah Kepikunan dan Rahasia Baca atau Tilawah Al Quran."

<sup>38</sup> Yuda Turana, *Stop Pikun di Usia Muda*, xv.

<sup>39</sup> Pangkalan Ide, *Gaya Hidup Penghambat Alzheimer*, 9.

1. Apa term *arzal al-'umur* dalam al-Qur'an?
2. Bagaimana relevansi pikun dalam al-Qur'an dengan problem *anxiety disorder*?

### C. Tujuan Penelitian

Sebuah penelitian, tentu memiliki tujuan akhir yang hendak dicapai. Berikut ini tujuan penelitian yang dimaksud:

1. Untuk mengetahui dan menganalisis term *arzal al-'umur* dalam al-Qur'an.
2. Untuk menganalisis relevansi pikun dalam al-Qur'an dengan problem *anxiety disorder*.

### D. Kegunaan Penelitian

Kegunaan penelitian adalah efek dari telah tercapainya tujuan penelitian.<sup>40</sup> Adapun penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan manfaat bagi seluruh kalangan. Manfaat yang diharapkan tersebut, antara lain sebagai berikut:

1. Kegunaan Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah khazanah keilmuan keagamaan Islam pada umumnya, dan bidang tafsir pada khususnya. Terutama, mengenai pikun dalam al-Qur'an. Dalam penelitian ini, ayat-ayat al-Qur'an yang mengandung term *arzal al-'umur* yang dimaknai lansia pikun kemudian direlevansikan dengan teori psikologi tentang *anxiety disorder* yang diduga menjadi penyebab terjadinya kepikunan. Dengan begitu, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya temuan-temuan terdahulu.

---

<sup>40</sup> Ridwan, *Metode & Teknik Proposal Penelitian* (Bandung: Alfabeta, 2010), 11.



## 2. Kegunaan Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat terhadap berbagai pihak, terutama pihak-pihak yang berkenaan dengan dunia pendidikan. Adapun kegunaan praktis yang dimaksud adalah sebagai berikut:

- a. Bagi civitas akademika, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bahan kajian lebih lanjut.
- b. Bagi pembaca, penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan mengenai kajian term *arżal al-‘umur* dan relevansi pikun dalam al-Qur’an dengan problem *anxiety disorder*, serta diharapkan pula dapat meminimalisir faktor pemicu kepikunan.
- c. Bagi pribadi, penelitian ini diharapkan dapat memperluas keilmuan dan menjadi bukti materi penyelesaian tugas akhir Program Studi Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri.

### E. Telaah Pustaka

Telaah pustaka atau dalam istilah asing disebut *literatur review* merupakan sebuah tahapan yang dilakukan dalam sebuah penelitian untuk mempelajari, mendalami, dan mengutip sedikit teori-teori dari beberapa literatur. Baik berupa jurnal, buku, majalah, atau karya tulis lainnya yang masih berkaitan dengan tema yang dibahas dalam penelitian.<sup>41</sup> Adapun landasan atau pustaka terdahulu yang telah penulis temukan guna menggarap penelitian ini, di antaranya sebagai berikut:

---

<sup>41</sup> Widodo, *Metodologi Penelitian Populer & Praktis* (Jakarta: Rajawali Pers, 2017), 75.

1. Skripsi berjudul *Psikologi Lansia dalam Al-Qur'an* karya Weztika Ranti, mahasiswi IAIN Bengkulu Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, yang terbit pada 2021. Skripsi ini bertujuan untuk menganalisis konsep-konsep psikologi lansia dalam al-Qur'an. Penelitiannya menggunakan penelitian kepustakaan dengan metode analisis isi yang menghasilkan makna lansia yang berkaitan dengan umur, perubahan fisik, perubahan psikis lansia (pikun), serta yang berkaitan dengan perubahan spiritual lansia. Kemudian, Weztika Ranti menggunakan teknik psikologi individual sebagai teknik konseling dalam menghadapi dinamika psikologi lansia.
2. Skripsi berjudul *Lansia dalam Al-Qur'an Kajian Term (Tafsir Asy-Syaikh, Al-Kibar, Al-Ajuz, Ardza Al-Umur)* karya Jejen Zainal Mutaqin, mahasiswa UIN Walisongo Semarang Jurusan Tafsir dan Hadis Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, yang terbit pada 2017. Skripsi ini bertujuan untuk membahas kata lansia dalam al-Qur'an menggunakan kajian term *asy-syaikh, al-kibar, al-'ajuz*, dan *arzal al-'umur*. Selain itu, skripsi ini juga bertujuan untuk menyikapi kondisi lansia beserta pengetahuan tentang permasalahan yang dihadapi lansia dan solusi dalam al-Qur'an terhadap permasalahan tersebut. Menggunakan metodologi *maudū'ī* dengan jenis penelitian pustaka. Adapun hasil penelitiannya adalah term *al-kibar* berarti orang tua yang sudah berkurang kekuatan atau bentuk fisik dan orang yang berumur lanjut yang dalam keadaan lemah serta harus dirawat atau dijaga atau dipelihara, term *asy-syaikh* berarti orang yang usianya lanjut dan orang tua yang terkemuka dalam masyarakat, term *al-ajuz* berarti seorang wanita

tua yang sudah tidak dapat lagi melahirkan (menopause), serta term *arż al-umur* berarti masa usia yang secara berangsur-angsur kembali seperti bayi tak berdaya fisik dan psikis serta menjadikan hidup tidak berkualitas lagi. Lalu, penelitian ini juga menghasilkan solusi bagi lansia agar tetap semangat dalam menjalani hidup dan tidak mudah putus asa.

3. Skripsi berjudul *Konsep Konseling Islam bagi Lansia dalam Mempersiapkan Kematian* karya Annisa Ramadhani, mahasiswi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi, yang terbit pada 2018. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui konsep konseling Islam bagi lansia dalam mempersiapkan kematian. Penelitian ini merupakan penelitian pustaka dengan menggunakan metode analisis isi buku yang memperoleh hasil penelitian lansia dapat menggunakan konsep hidup sakinah, perbaikan kualitas amal saleh, dan menjadi lansia bermakna untuk mengatasi rasa cemas, sedih, dan takut serta juga mempersiapkan kematiannya.
4. Artikel jurnal berjudul *Gangguan Berpikir Dimensia (Pikun) pada Lansia* karya Riky Gunawan Siregar dari Universitas Negeri Medan, yang terbit pada Maret 2019. Artikel ini bertujuan untuk mengetahui gangguan berpikir lansia melalui responden wanita di Dusun 1 Desa Celawan. Penelitian ini menggunakan instrumen berupa observasi, wawancara, dan studi kepustakaan dengan pendekatan kualitatif. Hasilnya berupa sebuah rujukan keilmuan bahwa faktor predisposisi merupakan faktor yang mempengaruhi terjadinya demensia pada lansia.

5. Artikel jurnal berjudul *Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam* karya Aditya Dedy Nugraha dari UIN Sunan Kalijaga Surabaya, yang terbit pada Juni 2020. Penelitian ini mengkaji apa itu kecemasan, bagaimana penelitian terdahulu mampu mengatasi kecemasan. Penelitian ini menggunakan metode *literature reviews* yang berasal dari Garuda (Garba Rujukan Digital) dari Kemenristek-Brin. Hasil penelitian yang diperoleh adalah selain psikoterapi, psikoterapi Islam juga sudah mulai digunakan untuk menurunkan tingkat kecemasan individu.
6. Buku berjudul *Stop Pikun di Usia Muda* karya Yuda Turana yang diterbitkan oleh PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta pada 2020. Buku ini bertujuan untuk menegaskan kembali berbagai peninggalan didikan pola hidup sehat, untuk menelusuri pandangan masa lalu yang bisa jadi membuat otak sakit; serta untuk mengingatkan bahwa stres dapat berdampak pada sakitnya otak atau bahkan kematian. Buku ini menghasilkan sebuah pengetahuan seberapa muda usia manusia, perilaku saat itulah yang menentukan otak mereka di usia tua.
7. Buku berjudul *Petunjuk Hidup Bebas Stres dan Cemas* karya Dale Carnegie yang diterbitkan oleh PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta pada 2019. Buku ini bertujuan untuk menangani stres, menghindari kelelahan, dan mengembangkan serta mempertahankan sikap mental positif. Hasil yang didapatkan adalah tips hidup dengan mental positif.

Dari beberapa telaah pustaka terdahulu yang telah dijabarkan di atas, baik berupa skripsi, artikel jurnal, maupun buku belum ada pembahasan yang sama dengan penelitian ini. Karena pembahasan pada penelitian ini lebih fokus pada

aspek psikis lansia, yakni pikun yang dikaji berdasarkan al-Qur'an. Pembahasan akan dibuat lebih mendalam dengan merelevansikan pikun dalam al-Qur'an dengan problem *anxiety disorder* yang selain dipandang dari al-Qur'an, juga dipandang dari segi psikologis. Selesai pembahasan tersebut, akan dikaji pula langkah preventif dan kuratif penyebab terjadinya kepikunan, yakni berupa *anxiety disorder*, yang ditinjau dari dua sisi, yakni al-Qur'an dan psikologi.

## F. Kajian Teoretis

Dalam sebuah penelitian ilmiah, sangat memerlukan kajian teoretis. Sebab, kajian teoretis dapat membantu memecahkan dan mengidentifikasi problem yang akan diteliti. Selain itu, dia juga dapat digunakan untuk memperlihatkan ukuran-ukuran atau kriteria yang dijadikan dasar untuk membuktikan suatu hal.<sup>42</sup> Adapun kajian teoretis yang digunakan dalam penelitian ini sebagai pisau analisis adalah sebagai berikut:

### 1. Metode Tafsir *Tahliḥī*

Secara bahasa, berarti menjadi lepas atau terurai. Metode *al-tahliḥī* juga disebut sebagai metode deskriptif analitis. Maksud dari metode ini adalah menafsirkan ayat-ayat al-Qur'an dengan cara mendeskripsikan uraian-uraian makna yang terkandung dalam ayat-ayat al-Qur'an. Hal ini dengan mengikuti tertib susunan surah-surah dan ayat-ayat al-Qur'an itu sendiri dengan sedikit banyak melakukan analisis di dalamnya.<sup>43</sup>

Dalam menerapkan metode *al-tahliḥī*, penelitian ini mengombinasikan dua metode *al-tahliḥī* dari aṭ-Ṭabarī dan al-Marāgī serta

---

<sup>42</sup> Abdul Mustaqim, *Epistemologi Tafsir Kontemporer* (Yogyakarta: Lkis Group, 2012), 20.

<sup>43</sup> Muhammad Amin Suma, *Studi Ilmu-Ilmu Al-Qur'an*, Cet. 2 (Jakarta: Pustaka Firdaus, 2001), 110.

satu teori ilmu balagh. Berikut ini pemaparan mengenai langkah-langkah yang ditempuh oleh kedua tokoh metode *al-tahfīfī* tersebut dalam menafsirkan al-Qur'an, yang kemudian menjadi pisau analisis pada penelitian ini:

Berikut langkah-langkah yang ditempuh Abū Ja'far Muḥammad ibn Jarīr ibn Yazid ibn Khalid aṭ-Ṭabarī, nama lengkap aṭ-Ṭabarī, dalam menafsirkan al-Qur'an. *Pertama*, menempuh jalan tafsir atau takwil. *Kedua*, menafsirkan ayat dengan ayat. *Ketiga*, menafsirkan ayat al-Qur'an dengan sunah/hadis Nabi Muhammad saw. *Keempat*, menggunakan analisis bahasa bagi lafaz yang riwayatnya diperselisihkan. *Kelima*, ketika menjelaskan makna kosa kata dan kalimat menggunakan eksplorasi syair dan analisis prosa Arab (lama). *Keenam*, memperhatikan aspek *i'rāb* dengan proses pemikiran analogis guna di-*taṣḥīḥ* dan di-*tarjīh*. *Ketujuh*, memaparkan ragam *qirā'at* guna mengungkap makna ayat. *Kedelapan*, memaparkan perdebatan dalam bidang fikih dan teori hukum Islam guna keperluan analisis dan istinbat hukum. *Kesembilan*, mencermati korelasi (*munāsabah*) ayat baik sebelum maupun sesudahnya meskipun dalam kadar yang relatif sedikit. *Kesepuluh*, melakukan sinkronisasi antarmakna ayat guna menangkap makna secara utuh.<sup>44</sup>

Berikut ini langkah-langkah yang ditempuh Aḥmad al-Muṣṭafā ibn Muṣṭafā ibn Muḥammad ibn 'Abd al-Mun'īn al-Qāḍī al-Marāgī, nama lengkap al-Marāgī, dalam menafsirkan al-Qur'an. *Pertama*, mengemukakan

---

<sup>44</sup> Yunus Hasan Abidu, *Tafsir al-Qur'an: Sejarah Tafsir dan Metode Para Mufasssir*, terj. Qadirun Nur & Ahmad Musyafiq (Jakarta: Gaya Media, 2007), 72.

ayat-ayat dari awal pembahasan; hanya satu atau dua ayat yang mengacu pada makna dan tujuan yang sama. *Kedua*, menjelaskan kosakata dan *syarḥ mufradāt*. *Ketiga*, menjelaskan makna global ayat. *Keempat*, menampilkan *asbāb al-nuzūl* berdasarkan riwayat yang sahih dan selalu melakukan kontekstualisasi ayat dengan melihat *asbāb al-nuzūl*-nya. *Kelima*, meninggalkan istilah-istilah terkait ilmu lain yang diperkirakan dapat menghambat para pembaca al-Qur'an, misalnya ilmu *naḥwu ṣaraf*, ilmu balagh, dan lain sebagainya. *Keenam*, menafsirkan al-Qur'an dengan bahasa baru yang mudah dipahami dengan tidak meninggalkan substansi penafsiran yang dilakukan oleh para ulama zaman terdahulu. *Ketujuh*, menunjukkan keterkaitan ayat-ayat al-Qur'an dengan pemikiran dan ilmu pengetahuan lain. *Kedelapan*, meninggalkan kisah-kisah *isrā'iliyāt*.<sup>45</sup>

Selain itu, dalam menerapkan metode *al-taḥlīlī* ini digunakan pula ilmu balagh guna mengontekstualisasikan penafsiran ayat terhadap problem *anxiety disorder*. Sehingga, tafsiran ayat yang didapat bukan hanya bersifat tekstual saja. Ilmu balagh merupakan ilmu yang mengemukakan isi hati yang indah dengan bahasa yang jelas, benar, fasih (melekat dalam hati), dan sesuai dengan keadaan lawan bicara.<sup>46</sup> Ilmu ini meliputi ilmu *ma'ānī*, ilmu *bayān*, dan ilmu *badī'* yang keseluruhannya akan diterapkan dalam penelitian ini.

---

<sup>45</sup> M. Khoirul Hadi, "Karakteristik Tafsir Al-Marāghī dan Penafsirannya Tentang Akal," *Hunafa: Jurnal Studia Islamika*, No. 1, Vol. 11 (Juni 2014): 163.

<sup>46</sup> Khamim dan Ahmad Subakir, *Ilmu Balaghah: Dilengkapi dengan Contoh-Contoh Ayat, Hadits Nabi dan Sais Arab*, (Kediri: IAIN Kediri Press, 2018), 8.

Adapun fungsi diterapkannya ketiga ilmu tersebut, antara lain *pertama*, ilmu *ma'ānī* berfungsi untuk mengetahui segi-segi kemukjizatan al-Qur'an, baik dari susunan lafaz yang dikemukakan dengan bahasa yang indah dan ringkas, maupun pengertiannya yang mendalam.<sup>47</sup> *Kedua*, dengan adanya ilmu *bayān* maka seseorang akan mampu mengetahui rahasia kalimat Arab, baik *naṣar* atau *naẓam*, tingkat perbedaan kefasihan kalimat, dan tingkat perbedaan tingkat balagh untuk dapat mengetahui tingkat kemukjizatan al-Qur'an.<sup>48</sup> *Ketiga*, dalam ilmu balagh terdapat penyempurna keilmuan, yakni ilmu *badī'* yang berfungsi untuk mengetahui keindahan kalimat, baik *ma'nawīyyah* atau *lafẓīyyah* usai menganalisis makna kalimat.<sup>49</sup>

Dengan demikian, pola kombinasi metode yang dilakukan adalah dengan cara mengambil langkah yang sekiranya sesuai dan diperlukan dalam pembahasan. Secara rinci, metode yang digunakan, meliputi: *pertama*, menjelaskan makna global ayat yang mengandung term *arḥal al-'umur*. *Kedua*, menampilkan *asbāb al-nuzūl* berdasarkan riwayat yang sah dan selalu melakukan kontekstualisasi ayat dengan melihat *asbāb al-nuzūl*-nya. *Ketiga*, menafsirkan ayat dengan ayat. *Keempat*, menafsirkan ayat al-Qur'an dengan sunah/hadis Nabi Muhammad saw. *Kelima*, menjelaskan kosa kata dan *syarḥ mufradāt*, terutama pada term *arḥal al-'umur*. *Keenam*, menafsirkan al-Qur'an dengan bahasa baru yang mudah dipahami dengan tidak meninggalkan substansi penafsiran yang dilakukan oleh para ulama

---

<sup>47</sup> Ibid., 12.

<sup>48</sup> Ibid., 112.

<sup>49</sup> Ibid., 156.



zaman terdahulu. *Ketujuh*, mencermati korelasi (*munāsabah*) ayat baik sebelum maupun sesudahnya meskipun dalam kadar yang relatif sedikit. *Kedelapan*, melakukan sinkronisasi antarmakna ayat guna menangkap makna secara utuh. *Kesembilan*, meninggalkan kisah-kisah *isrā'illiyāt*. *Kesepuluh*, menafsirkan ayat dengan kaidah ilmu balagh guna pengontekstualisasian ayat. *Kesebelas*, memaparkan perdebatan dalam bidang fikih dan teori hukum Islam guna keperluan analisis dan istinbat hukum, di mana seseorang yang pikun dianggap sebagai orang yang tidak berakal. *Keduabelas*, menunjukkan keterkaitan ayat-ayat al-Qur'an dengan pemikiran dan ilmu pengetahuan lain, yaitu ilmu psikologi tentang pikun (demensia) dan *anxiety disorder* (gangguan kecemasan).

## 2. Tafsir 'Ilmī

Dalam mengkaji al-Qur'an, para mufasir menggunakan berbagai bentuk metode penafsiran. Salah satunya, metode tafsir *tahḥīlī* yang telah dibahas sebelumnya. Penafsiran al-Qur'an secara *tahḥīlī* ini dapat menerapkan beberapa bentuk (corak) penafsiran.<sup>50</sup> Adapun dalam penelitian ini, corak penafsiran yang digunakan adalah tafsir 'ilmī.

Tafsir *ilmī* muncul akibat adanya perkembangan ilmu pengetahuan. Oleh sebab itu, tafsir ini menggunakan pendekatan alamiah atau dengan menggunakan teori-teori ilmu pengetahuan ketika menafsirkan al-Qur'an. Tafsir ini bekerja menafsirkan ayat-ayat kauniyah yang terkandung dalam al-Qur'an melalui cara penghubungan dengan ilmu-ilmu pengetahuan

---

<sup>50</sup> Yuliza, "Mengenal Metode Al-Tafsir Al-Tahlili (Tafsir Al-Zamakhshari dan Tafsir Al-Razi)", 50.

modern.<sup>51</sup> Fungsi dari kajian ini guna memperkuat teori-teori ilmiah, bukan sebaliknya.<sup>52</sup>

Namun, menafsirkan al-Qur'an dengan menggunakan pendekatan *ilmī* telah lama menjadi perdebatan di kalangan ulama klasik hingga modern. Menyikapi fenomena ini, Dekan Fakultas Ushuludin Universitas Al-Azhar Mesir, Prof. Dr. Abdul Fattah menyampaikan tiga syarat pendekatan sains dalam menafsirkan al-Qur'an dapat diterima. *Pertama*, hasil penafsiran al-Qur'an harus tetap dalam lingkup tujuan utama al-Qur'an diturunkan, yakni sebagai kitab hidayah. *Kedua*, harus terdapat unsur mengagungkan al-Qur'an. *Ketiga*, memastikan tidak ada kontradiksi antarayat kauniah yang menjadi dasar pengembangan temuan ilmiah dengan al-Qur'an dan sains.<sup>53</sup>

Selanjutnya, penafsiran term *arżal al-‘umur* dalam penelitian ini menerapkan prinsip-prinsip dasar tafsir *ilmī* berdasarkan kitab *Tafsir Ilmi Kemenag RI*, di mana prinsip-prinsip yang digunakan telah dirumuskan oleh para ulama. *Pertama*, memerhatikan arti dan kaidah-kaidah kebahasaan ayat-ayat yang mengandung term *arżal al-‘umur*. *Kedua*, memerhatikan konteks ayat yang ditafsirkan, sebab-sebab ayat dan surah al-Qur'an diturunkan, korelasi antarkata dan antarkalimat, serta memahami ayat tersebut secara komprehensif. *Ketiga*, memerhatikan hasil-hasil penafsiran dari nabi Muhammad saw., para sahabat, *tābiṭn* dan ulama tafsir, serta

---

<sup>51</sup> Rosalinda, "Tafsir Tahlili: sebuah Metode Penafsiran Al-Quran," *Hikmah*, No. 2, Vol. 17 (2019): 21.

<sup>52</sup> Yuliza, "Mengenal Metode Al-Tafsir Al-Tahlili (Tafsir Al-Zamakhshari dan Tafsir Al-Razi)", 53.

<sup>53</sup> Bagus Purnomo, "Prof. Abdul Fattah: Boleh Menafsirkan Al-Qur'an dengan Pendekatan Sains, Tapi dengan Tiga Syarat - Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an," diakses 11 Januari 2022, <https://lajnah.kemenag.go.id/berita/638-prof-abdullah-fattah-boleh-menafsirkan-al-qur-an-dengan-pendekatan-sains-tapi-dengan-tiga-syarat>.

memahami ilmu-ilmu al-Qur'an seperti *nāsikh-mansūkh*, *asbāb al-nuzūl*, dan sebagainya. *Keempat*, tidak menggunakan ayat-ayat yang mengandung isyarat ilmu (terkait tema penelitian) untuk menghukumi benar atau salah suatu hasil penemuan ilmiah. *Kelima*, memerhatikan kemungkinan satu kata atau ungkapan yang mengandung varian makna. *Keenam*, mengetahui objek bahasan ayat, termasuk penemuan-penemuan ilmiah yang terkait. *Ketujuh*, sebagian ulama menyarankan untuk menggunakan penemuan-penemuan ilmiah yang sudah mencapai taraf kebenaran ilmiah, sehingga akal manusia pun tidak dapat lagi menyangkal.<sup>54</sup>

### 3. Psikologi Perkembangan Menurut Al-Qur'an

Guna mengetahui batasan-batasan usia manusia beserta ciri-ciri yang melekat padanya, digunakanlah teori perkembangan manusia berdasarkan al-Qur'an. Teori ini dipilih karena al-Qur'an mampu menghadirkan penjelasan terkait tahap perkembangan manusia yang terkonsep, sistematis, integralistik, dan komprehensif. Di mana, penjelasan yang dimaksud mencakup berbagai macam aspek, baik aspek biologi, psikologi/kejiwaan, sosial ekonomi, maupun aspek teologis dan kesejarahan. Pendekatan al-Qur'an sangat manusiawi karena memosisikan manusia sebagai makhluk multidimensional, bukan *one dimension man*.<sup>55</sup>

Tahap perkembangan manusia menurut al-Qur'an dapat ditemui dalam firman Allah Swt., Q.S. ar-Rūm [30] ayat 54. Secara tegas, ayat ini

---

<sup>54</sup> Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, *Fenomena Kejiwaan Manusia: Dalam Perspektif Al-Qur'an dan Sains*, xxvi-xxvii.

<sup>55</sup> Subhan El Hafiz, *Dasar-Dasar Psikologi: Pendekatan Konseptual dan Praksis dari Perspektif Kontemporer hingga Nuansa Islam* (Jakarta Selatan: UHAMKA Press, 2013), 164.

menjelaskan tiga fase kehidupan yang dialami oleh manusia. Antara lain, fase pertama berupa keadaan lemah (usia bayi/masa kanak-kanak), fase kedua berupa keadaan kuat (dewasa), dan fase ketiga berupa kondisi lemah dan berubah (tua/lansia). Masing-masing fase tersebut berjalan dalam rentang waktu yang berbeda antarmanusia. Bahkan, tidak sedikit manusia yang tidak memenuhi ketiga fase tersebut karena misalnya baru anak-anak sudah diwafatkan oleh Allah Swt.<sup>56</sup>

#### 4. Teori Penuaan

Lebih dari 300 teori penuaan telah diselidiki selama berabad-abad. Hingga saat ini, teori penuaan dapat diklasifikasikan menjadi 2 kategori besar. Antara lain, teori penuaan terprogram (*programmed theories of aging*) dan teori penuaan akibat kerusakan (*error theories of aging*).<sup>57</sup>

Dalam penelitian ini, teori penuaan digunakan untuk menganalisis relevansi pikun dalam al-Qur'an dengan problem *anxiety disorder*. Maka dari itu, teori yang tepat guna dalam analisis tersebut adalah teori penuaan akibat kerusakan (*error theories of aging*). Tepatnya, teori pemisahan dan keausan (*wear and tear theory*) milik August Weismann, ahli biologi berkebangsaan Jerman.<sup>58</sup>

Weismann, melalui perbandingan dengan mesin menjelaskan kegunaan dan sifat sel, jaringan, serta organ (tubuh). Semakin sering mesin

---

<sup>56</sup> Subhan El Hafiz, *Dasar-Dasar Psikologi: Pendekatan Konseptual dan Praksis dari Perspektif Kontemporer hingga Nuansa Islam*, 164-165.

<sup>57</sup> Devian Aulia Fariz, "Pengaruh Pemberian Suplementasi Superoxide Dismutase (SOD) terhadap Kadar LDR Serum pada Lansia" (Skripsi Sarjana, Semarang, Universitas Diponegoro, 2015), 10.

<sup>58</sup> J. Alex Pangkahila, "Pengaturan Pola Hidup Dan Aktivitas Fisik Meningkatkan Umur Harapan Hidup", *Sport and Fitness Journal*, Vol. 1 No. 1, (June 2013): 4.

digunakan, semakin kurang baik pula kondisi mesin tersebut sampai pada akhirnya rusak total dan tidak dapat lagi dibenahi.<sup>59</sup>

## 5. Psikoterapi Spiritualitas Islam

Di akhir pembahasan nanti, hasil relevansi pikun dalam al-Qur'an dengan problem *anxiety disorder* akan diberikan arahan-arahan sebagai terapi kecemasan. Hal ini, bertujuan untuk meminimalisir faktor pemicu terjadinya kepikunan. Karena sebagaimana diketahui, penyakit pikun itu tidak ada obatnya. Maka, diperlukanlah upaya pencegahan sedini mungkin berupa *tune up* gaya hidup. Adapun metode yang diterapkan dalam terapi ini adalah metode psikoterapi spiritualitas Islam.

Psikoterapi spiritualitas Islam relevan dalam menangani kecemasan.<sup>60</sup> Psikoterapi Islami mempunyai hubungan yang erat dengan hakikat hidup dan kebahagiaan manusia. Manusia memerlukan interaksi dengan sesama manusia, alam, dan Allah.<sup>61</sup> Al-Qur'an bisa memberikan kesembuhan badan dan juga ketenangan jiwa. Hadis atau sunah Nabi Muhammad saw. memberikan kejelasan tujuan, orientasi, dan makna hidup.<sup>62</sup> Kemudian, al-Qur'an dan sunah Nabi Muhammad saw. harus dijadikan landasan dalam pengembangan manusia.<sup>63</sup>

---

<sup>59</sup> Tanti Tatang Irianti, dkk., *Penuaan dan Pencegahannya: Proses Faali, Biokimiawi, dan Molekuler* (D. I. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2021), 34.

<sup>60</sup> Ahmad Rusydi, *Kecemasan dan Psikoterapi Spiritual Islam* (Yogyakarta: Istana Publishing, 2015), 335.

<sup>61</sup> Zakiah Daradjat, *Psikoterapi Islam* (Jakarta: Bulan Bintang, 2002), 25-28.

<sup>62</sup> Sa'ad Riyādh, *Mausū'ah 'Ilm al-Nafs Wa al-'Ilāj al-Nafsī* (Kairo: Dār Ibn al-Jauzī, 2008), 45-69.

<sup>63</sup> Rusydi, *Kecemasan dan Psikoterapi Spiritual Islam*, 10.

Dalam penerapan metode psikoterapi spiritualitas Islam, penelitian ini menggunakan teori spiritualitas yang dikembangkan oleh John Swinton. Menurut Swinton, spiritualitas terdiri atas lima aspek. Di antaranya, makna hidup (*meaning*), nilai-nilai (*values*), keterhubungan (*connection*), transendensi (*transcendence*), dan aktualisasi (*becoming*).<sup>64</sup> Kerangka inilah yang digunakan sebagai acuan langkah preventif dan kuratif *anxiety disorder* sebagai faktor pemicu terjadinya kepikunan.

## G. Metode Penelitian

Metode penelitian merupakan sebuah prosedur penelitian, pencatatan, perumusan, dan penganalisisan masalah sampai pada penyusunannya. Hal ini, memiliki maksud dan tujuan untuk menguji keabsahan suatu pengetahuan atau dengan kata lain memecahkan suatu permasalahan berdasarkan hasil fakta empiris dan ilmiah.<sup>65</sup>

Guna menghasilkan sebuah karya tulis ilmiah yang memenuhi standar kualitas ilmiah dan sistematis, maka dari itu penelitian ini menggunakan teknik penganalisisan data sebagaimana berikut:

### 1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kepustakaan (*library research*) dengan menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian kepustakaan merupakan serangkaian kegiatan yang berhubungan dengan metode pengumpulan data pustaka, seperti penelitian yang berusaha

---

<sup>64</sup> Peter Gilbert, "The Spiritual Foundation: Awareness for Context People's Live Today," dalam *Spirituality, Values, and Mental Health*, ed. Marry Ellen Coyte, Peter Gilbert, & Vicky Nicholls (London: Jessica Kingley Publishers, 2007), 24.

<sup>65</sup> Dadan Rusmana, *Metode Penelitian Al-Qur'an dan Tafsir* (Bandung: CV. Pustaka Setia, 2015), 21.

mengumpulkan data dari khazanah literatur. Bisa berupa kitab-kitab, buku-buku kepastakaan, karya tulis, atau data lain yang berkaitan dengan permasalahan yang diteliti.<sup>66</sup> Data yang dikumpulkan ini, kemudian dianalisis untuk menjawab rumusan-rumusan masalah dengan menggunakan pendekatan keilmuan tafsir *'ilmī* dan psikologi.

Tafsir *ilmī* atau penafsiran al-Qur'an dengan pendekatan ilmiah ini merupakan salah satu bentuk tafsir untuk menafsirkan ayat-ayat kauniyah dan kosmologi, baik yang tertulis dalam al-Qur'an maupun yang ada di alam sekitar kita.<sup>67</sup> Pendekatan ini digunakan untuk meneliti ayat-ayat tentang pikun berdasarkan term *arżal al-'umur* yang dikaji secara *tahqīqī*. Adapun psikologi atau ilmu jiwa merupakan pendekatan penelitian yang mengkaji jiwa manusia dengan mengamati gejala perilakunya.<sup>68</sup> Pendekatan ini digunakan untuk mengkaji pikun dan penyebabnya dari sisi psikologis.

Alasan penelitian ini menggunakan penelitian kepustakaan dengan pendekatan kualitatif berbasis keilmuan tafsir *ilmī* dan psikologi adalah karena hendak menjelaskan suatu fenomena *anxiety disorder* sebagai gejala awal terjadinya kepikunan dengan sedalam-dalamnya dengan cara pengumpulan data sedalam-dalamnya pula, melalui pencarian jawaban al-Qur'an terkait pemaknaan term *arżal al-'umur* sebagai keadaan pikun pada lansia yang dibuktikan dengan temuan psikologi berupa *anxiety disorder*

---

<sup>66</sup> Mahmud, *Metode Penelitian Pendidikan* (Bandung: Pustaka Setia, 2011), 31.

<sup>67</sup> Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, *Fenomena Kejiwaan Manusia: Dalam Perspektif Al-Qur'an dan Sains*, ix.

<sup>68</sup> Abuddin Nata, *Metodologi Studi Islam*, Cet. 22 (Jakarta: Rajawali Pers, 2016), 50.

sebagai penyebab terjadinya kepikunan. Proses ini bertujuan untuk menunjukkan pentingnya kedalaman dan detail suatu data yang diteliti.<sup>69</sup>

## 2. Objek Penelitian

Objek penelitian merupakan sasaran ilmiah guna memperoleh data dengan tujuan dan manfaat tertentu secara objektif, valid, serta reliabel.<sup>70</sup> Objek material dalam penelitian ini berupa sumber data, dalam hal ini adalah al-Qur'an, khususnya ayat-ayat yang mengandung term *arżal al-‘umur*. Adapun objek formal dalam penelitian ini berupa data, yakni data yang berkaitan dengan makna term *arżal al-‘umur*, kepikunan, *anxiety disorder*, dan relevansi keduanya.

## 3. Sumber Data

Sumber data merupakan segala hal yang bisa memberikan informasi terkait data. Berdasarkan sumbernya, data dibedakan menjadi dua. Antara lain, data primer dan sekunder.<sup>71</sup> Adapun penjabarannya adalah sebagai berikut:

- a. Data primer (utama), yakni data yang digunakan secara khusus oleh penulis guna menyelesaikan permasalahan yang sedang ditangani. Data ini dikumpulkan langsung dari sumber pertama atau objek

---

<sup>69</sup> Oky Sugianto, "Penelitian Kualitatif, Manfaat dan Alasan Penggunaan," *BINUS UNIVERSITY BANDUNG - Kampus Teknologi Kreatif* (blog), diakses 26 Juni 2022, <http://binus.ac.id/bandung/2020/04/penelitian-kualitatif-manfaat-dan-alasan-penggunaan/>.

<sup>70</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Cet. 19 (Bandung: Alfabeta, 2012), 144.

<sup>71</sup> Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2001), 163.



penelitian dilakukan.<sup>72</sup> Adapun sumber data primer dalam penelitian ini diperoleh langsung dari kitab suci al-Qur'an.

- b. Data sekunder, yakni sumber yang dapat menjadi informasi atau data tambahan untuk memperkuat data primer.<sup>73</sup> Adapun sumber data sekunder dalam penelitian ini penulis peroleh dari beberapa kitab tafsir, terutama *Tafsīr At-Ṭabaṅī*, *Tafsīr Al-Marāḡī*, *Tafsīr Al-Munīr*, *Tafsīr Al-Azhar*, dan *Tafsīr Ilmi Kemenag* yang notabene merupakan kitab tafsir yang menggunakan metode *taḡlīlī* untuk satu kitab tafsir pertama, serta bercorak ilmi untuk ketiga kitab tafsir terakhir, sebagaimana metode dan pendekatan tafsir yang digunakan dalam penelitian ini. Selain itu, juga berasal dari buku, artikel jurnal, aplikasi *Al-Bāḡīs Al-Qur'ānī* dan QuranBest Indonesia untuk penelusuran ayat, aplikasi Ensiklopedi Hadits – Kitab 9 Imam, serta situs di internet yang berkenaan dengan penelitian yang dilakukan.

#### 4. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data ialah langkah awal dalam sebuah penelitian. Sebab, tujuan utama penelitian adalah untuk memperoleh data. Tanpa adanya langkah ini, maka penelitian akan kesulitan mendapatkan standar data yang telah ditetapkan.<sup>74</sup>

Berdasarkan jenis penelitian yang digunakan, yakni *library research*, maka teknik pengumpulan data menggunakan metode dokumentasi. Metode

---

<sup>72</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, Cet. 8 (Bandung: Alfabeta, 2009), 137.

<sup>73</sup> Sumadi Suryabrata, *Metodologi Penelitian* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 1998), 85.

<sup>74</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D* (Bandung: Alfabeta, 2007), 308.

dokumentasi yang digunakan dalam penelitian ini, meliputi mempelajari dan mencatat data yang telah didokumentasikan.<sup>75</sup>

Dalam hal ini, langkah pertama yang dilakukan adalah menggunakan metode *tahli* untuk menafsirkan ayat-ayat al-Qur'an terkait pikun berdasarkan term *arzal al-'umur*. Selain itu, dalam hal menafsirkan juga menggunakan pendekatan keilmuan tafsir '*ilmī* guna mendalami penafsiran serta pemahaman terhadap ayat-ayat tersebut, yakni melalui sumber data sekunder. Kemudian, menghimpun penjelasan-penjelasan psikologi mengenai kepikunan dan *anxiety disorder*, untuk kemudian mencari relevansinya dengan peristiwa kepikunan.

## 5. Analisis Data

Analisis data merupakan proses mengorganisasi dan mengurutkan data ke dalam pola, kategori, dan satuan uraian dasar sehingga dapat ditemukan tema dan dirumuskan hipotesis kerja seperti yang disarankan oleh data.<sup>76</sup> Karena jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kepustakaan, maka dalam teknik analisis data menggunakan metode analisis isi. Metode analisis isi merupakan sebuah alat penelitian yang difokuskan pada konten aktual dan fitur internal media. Teknik ini dapat digunakan oleh penulis untuk mengkaji perilaku manusia secara tidak langsung, yakni melalui analisis komunikasi mereka. Seperti, buku, teks, esai, koran, novel,

---

<sup>75</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: Rineka Cipta, 2012), 274.

<sup>76</sup> Sandu Suyoto, *Dasar Metodologi Penelitian* (Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015), 120.

artikel, majalah, lagu, gambar iklan, dan semua jenis komunikasi yang dapat dianalisis.<sup>77</sup>

Langkah awal dalam penelitian ini adalah mengkaji ayat-ayat al-Qur'an terkait pikun berdasarkan term *arż al al-'umur* mengikuti pola *tahkīfī* ayat milik al-Marāgī dan aṭ-Ṭabarī. *Kedua*, menerapkan prinsip-prinsip tafsir *'ilmī* dari *Tafsir Ilmi Kemenag* guna mendapatkan pemahaman psikologis secara lebih mendalam terkait kepikunan pada lansia. Secara sederhana, langkah-langkah tersebut guna menganalisis isi kandungan ayat-ayat dan menjelaskan makna-maknanya, mengeluarkan unsur-unsurnya, serta menghubung-hubungkan secara komprehensif.<sup>78</sup> *Ketiga*, baru menemukan esensi dan pesan moral yang bisa direlevansikan dengan problem *anxiety disorder* berdasarkan penerapan teori pemisahan dan keausan (*wear and tear theory*) milik August Weismann. *Keempat*, pembahasan pun diakhiri dengan upaya terapi kecemasan dengan menggunakan teori spiritualitas milik John Swinton.

## H. Sistematika Pembahasan

Agar penelitian dan penyusunan penelitian ini menjadi sistematis dan terarah, maka diperlukan adanya sistematika pembahasan. Di mana, dalam hal ini pembahasan dalam penelitian diklasifikasikan menjadi beberapa bab sesuai dengan latar belakang, rumusan masalah, dan kesimpulan hasil penelitian. Berikut sistematika pembahasan yang dimaksud:

---

<sup>77</sup> Milya Sari dan Asmendri, "Penelitian Kepustakaan (*Library Research*) dalam Penelitian Pendidikan IPA," *Natural Science*, Vol. 6, No. 1 (2020): 47.

<sup>78</sup> Ahmad Izzan, *Metodologi Ilmu Tafsir* (Bandung: Taafakur, 2007), 115.

Bab pertama merupakan pendahuluan. Pada bab ini, diberikan gambaran awal penelitian secara global yang terangkum dalam latar belakang masalah yang berkenaan dengan judul penelitian. Kemudian, dari latar belakang masalah tersebut memunculkan rumusan-rumusan masalah. Dari situ, disusunlah beberapa tujuan dan kegunaan penelitian yang diharapkan dapat tercapai. Selain itu, pada bab ini juga mencantumkan telaah pustaka yang berisi penelitian-penelitian terdahulu sebagai landasan awal yang membedakan penelitian ini dengan penelitian-penelitian tersebut. Setelah itu, kajian teoretis dipaparkan guna memberikan langkah-langkah berupa teori pemecahan masalah terhadap penelitian ini. Adapun metode yang digunakan pun juga dicantumkan sebagai pedoman penyajian data penelitian. Bab ini ditutup dengan penyajian sistematika pembahasan agar penelitian ini lebih terarah.

Kemudian, bab kedua akan memaparkan tahap perkembangan manusia menurut al-Qur'an. Di mana, nanti akan ditemukan bagaimanakah kondisi dan peran seorang lansia. Perannya yang tidak bisa menghindar dari adanya fenomena penuaan otak. Apalagi, setelah dikaitkan dengan fenomena kepikunan yang menjadi krisis kesehatan paling signifikan pada abad ini. Bab ini diakhiri dengan tokoh-tokoh lansia yang masih prima di usianya yang sudah barang tentu tidak muda lagi.

Bab ketiga akan memberikan penjelasan umum term *arż al al-'umur*. Ayat-ayat *arż al al-'umur* dalam al-Qur'an lalu ditampilkan untuk menyambut pembahasan terkait isi kandungan dan *asbāb al-nuzūl* ayat. Selain itu, sangat diperlukan pula penafsiran ulama terkait ayat-ayat *arż al al-'umur* guna memperoleh pemaknaan ayat secara lebih komprehensif. Munasabah dan sinkronisasi ayat kiranya juga diperlukan dalam hal kevalidan suatu ayat. Dari situ, mengingatkan

manusia terkait fikih dan teori hukum Islam yang menganggap pikun sebagai orang yang tidak berakal. Sebelum akhirnya membahas relevansi term *arżal al-‘umur* dengan dinamika psikologi lansia perihal kepikunan.

Selanjutnya, pada bab keempat akan dijabarkan relevansi pikun dalam al-Qur’an dengan problem *anxiety disorder*. Dalam hal ini, akan mengulas fenomena abad ke-21 yang dikenal sebagai abad kecemasan, sehingga kecemasan dirasa sebagai salah satu faktor utama penyebab kepikunan di era ini. Analisis kecocokan term *arżal al-‘umur* juga disertakan untuk menyebut lansia secara umum. Setelah itu disajikan beberapa upaya preventif dan kuratif (berupa psikoterapi) terhadap kepikunan sedini mungkin guna meminimalisir penderitanya.

Akhirnya, skripsi ditutup dengan bab akhir yang berisi kesimpulan dari semua gagasan yang telah dipaparkan. Hal ini, sangat penting dilakukan untuk mengetahui keaslian kajian penelitian. Selain itu, pada bab ini juga berisi saran yang ditujukan kepada para peneliti dalam bidang yang sejenis dan pihak yang memanfaatkan hasil kajian.