



Bimbingan Agama melalui Program Riyadhoh Camp dalam Meningkatkan Kualitas Hidup di PPPA Daarul Qur'an Yogyakarta



Alfi Syahrin Fadillah^{1*}

¹ Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta, Indonesia

* Corresponding Author: alfisyahrinfadillah@gmail.com

Abstract

This study aims to determine the process of implementing Religious Guidance through the riyadhoh camp program. And also to find out the effect of riyadhoh camp on improving the quality of life. This research uses research methods with qualitative data analysis. The results and impact of this study show that religious guidance through the riyadhoh camp program, whose activities consist of improving worship and increasing the practice of the Sunnah and leaving the haram, then added with the provision of spiritual shower and consultation on his life problems. The program that was carried out for 40 days was guided and reminded about what obligations and sunnahs could be done, and reported through mutaba'ah every day. The riyadhoh camp program cannot be a major factor in improving the quality of life. It's just that this riyadhoh program can be a program of habituation to good things and can be a factor in improving the quality of life.

Keywords:

Religious Guidance; Riyadhoh Camp; Quality of Life.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses pelaksanaan Bimbingan Agama melalui program riyadhoh camp. Dan juga untuk mengetahui pengaruh riyadhoh camp terhadap peningkatan kualitas hidup. Penelitian ini menggunakan metode penelitian dengan analisis data kualitatif. Hasil dan dampak penelitian ini menunjukkan bahwa bimbingan agama melalui program riyadhoh camp yang kegiatannya terdiri dari memperbaiki ibadah dan memperbanyak amalan sunnah dan meninggalkan yang haram, kemudian ditambah dengan pemberian siraman rohani dan konsultasi tentang masalah hidupnya. Program yang dilaksanakan selama 40 hari dibimbing dan diingatkan tentang kewajiban dan sunnah apa saja yang bisa dilakukan, dan dilaporkan lewat mutaba'ah setiap harinya. Program riyadhoh camp tidak bisa menjadi faktor utama dalam meningkatkan kualitas hidup. Hanya saja program riyadhoh ini dapat menjadi program pembiasaan hal-hal yang baik dan bisa menjadi salah satu faktor peningkatan kualitas hidup.

Kata Kunci:

Bimbingan Agama; Riyadhoh Camp; Kualitas Hidup.

Pendahuluan

Masa dewasa merupakan masa yang paling berat menurut beberapa orang, karena banyak hal yang sangat berubah dibandingkan dengan masa yang lainnya. Dari mulai ketergantungan

kepada orang tua harus segera berakhir karena sudah bukan waktunya. Kemudian peran ganda setelah lepas dengan ketergantungan orang tua ataupun setelah menikah. Peran ganda yang dimaksud adalah peran dalam kariernya dan juga peran ketika dirumah (Suami/istri). (Yudrik Jahja, 2011) masa dewasa awal merupakan periode penyesuaian diri terhadap pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial baru. Fase dewasa ini dapat ditemukan di usia 18 tahun hingga 40 tahunan.

Setiap masa atau fase memiliki tugas perkembangan, begitupun masa dewasa. Tugas perkembangan ini sangat perlu dan penting karena tugas perkembangan ini berfungsi sebagai chek point dalam setiap masanya. Jika tidak terselesaikan, maka akan mengalami masalah yang berarti, juga menjalani ataupun naik ke masa berikutnya maka akan mengalami hambatan. Menurut Hurlock (2009) pada remaja awal memiliki tugas perkembangan sebagai berikut: (a) mendapatkan suatu pekerjaan (b) memilih seorang teman hidup (c) belajar hidup bersama dengan suami istri membentuk suatu keluarga (d) membesarkan anak-anak (e) mengelola rumah tangga (f) menerima tanggung jawab sebagai warga negara (g) bergabung dalam suatu kelompok sosial. Sedangkan menurut R. J. Havighurst, 1953 (dalam Hurlock, 1996) tugas perkembangan masa dewasa ada 2 yakni: (a) memilih teman hidup. Di masa dewasa, individu mulai mencari teman yang dapat mengerti tentang perasaan dan pikirannya. Kemudian mengikatnya dengan pernikahan. (b) belajar hidup bersama suami istri. Menyatukan dua individu dengan latar belakang yang berbeda ini sangatlah susah, oleh karena itu perlu belajar dengan sama sama mengejar visi pernikahan.

Tidak semua individu yang sedang pada posisi dewasa mampu menyelesaikan tugas perkembangannya dengan baik. Ketidakmampuannya ini berdampak pada diri individu yang menimbulkan krisis. Krisis yang sering ditemukan dalam kasus tugas perkembangan dewasa salah satunya adalah *quarter life crisis*. Menurut Sandles (2002) Pada masa dewasa awal hampir semua mengalami *quarter life crisis*. Hal ini dapat berdampak buruk seperti penggunaan narkoba, delinquent behavior, gangguan emosional (Atwater & Duffy, 1999). Namun jika masa krisis ini terlewat maka signifikansi pada kualitas hidup akan meningkat. Kontribusi paling besar terhadap kualitas hidup di masa dewasa dipengaruhi oleh beberapa faktor, yakni: spiritualitas, karier pekerjaan, relasi dengan sesama, atribut personal dan lingkungan.

Pada masa dewasa, spiritualitas mereka akan semakin teguh dan juga sudah memiliki keberpihakan terhadap suatu golongan yang ia yakini. Dengan begitu spiritualitas di masa dewasa sangat membantu dalam mengentaskan masalah. Pada penelitian Nurul Qomaria Dkk (2019: 04) menjelaskan suatu Bimbingan Agama dengan model karantina selama waktu yang ditentukan. Hanya saja pada peserta Bimbingan Agama itu adalah remaja. Kemudian pada penelitian Listiawati (2006: 84-85) menunjukkan dampak Bimbingan Agama dengan metode ceramah dengan materi materi yang berkaitan tentang Pengembangan kepribadian (Akhlah),

dan Alquran, Hadits, Tafsir dapat membentuk perilaku santri. Bimbingan Agama dengan peserta usia dewasa masih sangat sedikit dilakukan. Padahal secara kematangan spiritualitas masa dewasa dapat dianggap sudah mantap dalam beragama.

Seiring berjalannya waktu dan banyaknya peneliti yang tertarik mengkaji, Bimbingan Agama terus mengalami perkembangan. Dari mulai Bimbingan Agama basis pondok pesantren ataupun Bimbingan Agama basis komunitas. Lembaga lembaga formal dan non formal pun ikut menerapkan bentuk-bentuk Bimbingan Agama melalui program-program dan kegiatannya. Setiap program bimbingan Agama di kontruks sesuai dengan kebutuhan lembaga, dengan kata lain program Bimbingan Agama ini memiliki tujuan dan target masing masing lembaga. Salah satunya lembaga Amil Zakat Nasional PPPA Daarul Quran.

PPPA Daarul Quran membuat program dengan konsep Bimbingan Agama untuk mengentaskan masalah para individu yang mengikutinya. Di masa pandemi seperti ini banyak orang-orang dewasa mengalami permasalahan hidup seperti terlilit hutang, kesulitan mendapatkan jodoh, *relationship toxic* dan permasalahan lainnya. Oleh karena itu rumusan masalah dalam penelitian ini diantaranya: Bagaimana proses pelaksanaan Bimbingan Agama melalui program Riyadhoh Camp dalam meningkatkan kualitas Hidup? Bagaimana Hasil Dari Riyadhoh Camp dalam meningkatkan kualitas Hidup?. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dengan menganalisis hasil pengumpulan data melalui observasi dan wawancara dengan pembimbing program Riyadhoh Camp di PPPA Daarul Quran Yogyakarta, serta dilengkapi dengan studi dokumentasi.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif. Menurut Galang (2016) metode kualitatif memiliki dua ciri, yang pertama yakni lebih banyak narasi, deskripsi, dokumen tertulis dibandingkan data berbentuk angka. Kemudian ciri kedua adalah kualitatif tidak memiliki aturan absolut atau rumus dalam mengolah dan menganalisis data. Penelitian ini melihat fenomena problematika individu ketika pandemi kemudian PPPA Daarul Quran mengadakan program Riyadhoh Camp dengan tujuan meningkatkan kualitas hidup individu. Subyek penelitian yang digunakan adalah peserta riyadhoh Camp yang terdiri dari 40 peserta dari beragam Usia dan daerah. Kemudian staff PPPA Daarul Quran selaku penyelenggara program

Prosedur pengumpulan data yang dilakukan adalah dengan wawancara dengan staff PPPA Daarul Quran yang bertanggung jawab terhadap program Riyadhoh Camp. Kemudian metode pengumpulan data lainnya menggunakan observasi pada kegiatan Riyadhoh Camp. Mengingat program ini dilaksanakan secara daring, maka observasi dan wawancara terkait data yang dibutuhkan ini dengan cara semi online. Sebagian kecil ada yang offline seperti wawancara kepada staff penyelenggara.

Sasaran peserta Riyadhoh Camp ini adalah individu yang mengalami krisis tentang kualitas hidup atau masa perkembangan yang belum terlewati. Kemudian lokasi kegiatan ini dilakukan secara daring, oleh karena itu peserta berada di domisili masing masing, di bimbing dan dimonitori dari yogyakarta. Metode Bimbingan Agama yang digunakan pada program Riyadhoh Camp ini yakni dengan bimbingan kelompok dan pengawasan ibadah seperti sholat wajib, amalan amalan sunnah. Diingatkan melalui aplikasi whatsapp grup setiap waktu waktu tertentu. Selain pengawasan, juga terdapat materi materi dari asatidz Daarul Quran. Materi ini disampaikan dengan metode ceramah, diskusi, dan konsultasi.

Bimbingan Agama secara definisi adalah upaya pemberian bantuan dalam bentuk pendekatan kerohanian dengan tujuan untuk mengatasi masalahnya dengan kesadaran agama sehingga mencapai kebahagiaannya (Arifin, 1978: 25). Bimbingan agama dilakukan untuk membantu individu memahami potensi diri, solusi terhadap permasalahannya. proses perbaikan ibadah kemudian menambah amalan-amalan sunnah dengan di bimbing oleh Asatidz Daarul Quran adalah salah satu bentuk dari Bimbingan Agama.

Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian tentang Bimbingan Agama melalui Program Riyadhoh Camp ini adalah penyelenggara program adalah PPPA Daarul Quran cabang Yogyakarta. Program ini dilaksanakan selam 40 hari dengan sistem camp Online. Program ini bukan kali pertama, sebelumnya program ini dilaksanakan di bulan ramadhan dan di bulan-bulan sebelumnya. Kegiatan ini seharusnya dilakukan secara offline. Akan tetapi karena pandemi maka pelaksanaannya diganti dengan sistem online.

Peserta yang mengikuti riyadhoh Camp terdiri dari beragam daerah dan usia, dari mulai yang paling muda yakni usia 22 tahun dan yang paling tua berusia 50 tahun. Riyadhoh Camp ini bertujuan untuk membantu individu untuk terlepas dari masalah-masalah hidupnya dengan mendekatkan diri kepada Allah SWT dengan meninggalkan yang haram, memenuhi kewajiban dan menambah amalan sunnah. Untuk alat asesmen pada Riyadhoh Camp ini menggunakan metode mengingat kembali 10 dosa besar yang pernah dilakukan. Karena 10 dosa besar itulah yang diyakini bahwa menjadi sumber permasalahan hidup. Oleh karena itu materi yang disampaikan pada Riyadhoh Camp ini terkait 10 dosa besar dan cabang-cabangnya. Berikut adalah jadwal materi Riyadhoh Camp:

Tabel 1. Jadwal materi Riyadhoh Camp

No	Hari/ Tanggal	Materi	pemateri
1	Kamis, 29 Oktober 2020	40 hari lunas hutang, menjemput jodoh, Qobul Hajat	Ust. Ahmad Irfan
2	Sabtu, 31 Oktober 2020	Menghapus 10 Dosa Besar	KH. Hendi Irawan Saleh
3	Kamis, 5 November 2020	Riyadhoh Menjemput Jodoh	KH. Jaya Rukmana
4	Ahad, 7 November 2020	Bersama dalam kebaikan	Hakam El Farizi

Untuk pemantauan atau bimbingan Ibadah dan Amalan Harian dipantau melalui grup Whatsapp. Setiap jam sholat kemudian pengingat pengingat lainnya disampaikan di grup tersebut. Untuk pendataan dan pemantauan secara data dilakukan dengan pengisian Google form mutaba'ah Harian. Dari mutaba'ah tersebut pembimbing bisa mengetahui progres harian para peserta Riyadhoh Camp.



Gambar 1. Penyampaian materi dari KH. Hendi Irawan Saleh



Gambar 2. Undangan salah satu materi Riyadhoh Camp

Hasil Penelitian ini menunjukkan bahwa bimbingan Agama Melalui Program Riyadhoh Camp yang dilaksanakan oleh PPPA Daarul Quran Yogyakarta dianggap dapat meningkatkan kualitas hidup. Pada pelaksanaannya, Riyadhoh Camp ini memaksimalkan ibadah yang wajib, menambah ibadah yang sunnah dan meninggalkan yang haram. Ketiga faktor itu menjadi tolak ukur kesuksesan kegiatan Riyadhoh Camp.

Berkaitan dengan kegiatan Bimbingan Agama melalui Program Riyadhoh Camp, tujuan dari program Riyadhoh ini dapat menyelesaikan permasalahan yang dicatat pada asesment awal dengan memaksimalkan ibadah wajib, menambah ibadah sunnah, dan meninggalkan hal-hal yang diharamkan. Permasalahan yang dituliskan oleh para peserta beragam, seperti: terlilit hutang, sulit mendapatkan jodoh, belum dikaruniai anak, kesulitan dalam beribadah, omzet menurun, dan lain-lain. Dari permasalahan ini kebanyakan permasalahan penyelesaian tugas perkembangannya. Dengan peserta yang dapat digolongkan kepada masa dewasa ini ranah yang berkontribusi terhadap kualitas hidupnya adalah salah satunya ranah spiritualitas-agama (Vini:2006)

Definisi kualitas hidup menurut Cohan & Lazarus (dalam Handinii, 2011) adalah keunggulan seseorang yang dapat dinilai dari kehidupan mereka. Keunggulan itu dapat berupa tujuan hidupnya, kontrol pribadinya, hubungan interpersonal, perkembangan pribadi, intelektual dan kondisi materi. Aspek-aspek dalam kualitas hidup menurut WHO (1996) terdapat 4 aspek, yakni: (1) kesejahteraan fisik, (2) kesejahteraan psikologi, (3) hubungan sosial yang diantaranya hubungan pribadi, dukungan sosial dan aktivitas seksual, (4) hubungan dengan lingkungan. Diantaranya sumber keuangan, kebebasan, keamanan fisik, keamanan kesehatan dan perawatan sosial.

Dengan begitu jika ke empat aspek itu terpenuhi maka kualitas hidup pun tercukupi, begitupun sebaliknya jika salah satu dari keempat aspek itu tidak terpenuhi maka kualitas hidup menurun. Dari permasalahan peserta Riyadhoh Camp terdapat beberapa aspek kualitas hidup yang belum terpenuhi. Dengan bimbingan Agama melalui Riyadhoh Camp para peserta dibimbing agar bisa menyelesaikan permasalahannya. Bentuk penyelesaian masalahnya bisa dengan pemenuhan permasalahannya seperti yang belum dapat jodoh kemudian dipertemukan dengan jodohnya dengan ikhtiar memaksimalkan ibadah. Ada juga dengan penggantian dengan yang lebih baik. Misalkan bisnis usaha pailit kemudian tidak dengan kembalinya kerugian dengan uang, juga dapat dengan dipertemukan dengan orang-orang yang mengajak merintis usaha baru dengan lingkungan yang mendukung.

Penutup

Berdasarkan penelitian diatas maka proses Bimbingan Agama Melalui Program Riyadhoh yang dilaksanakan oleh PPPA Daarul Quran dilaksanakan selama 40 hari dengan bimbingan dan pengawasan ibadah wajib, sunnah dan meninggalkan yang diharamkan. Kemudian diberikan materi-materi sesuai dengan permasalahan umum para peserta, penyampaian materinya berbentuk ceramah dan diskusi, juga dilakukan konsultasi dengan sesi tanya jawab. Dengan pembiasaan ini diharapkan para peserta dapat mengaplikasikan pembiasaan hal hal baik di seluruh aspek kehidupannya.

Bimbingan Agama Melalui Program riyadhoh dapat meningkatkan Kualitas hidup karena pada aspek aspek kualitas hidup terdapat tugas perkembangan masa dewasa. Jika tugas perkembangan diselesaikan maka kualitas hidup pun akan meningkat. Kemudian permasalahan yang terdapat pada peserta Riyadhoh Camp adalah masalah tugas perkembangan. Dengan begitu jika permasalahannya terbantu oleh program Riyadhoh Camp maka secara tidak langsung Kualitas Hidupnya akan meningkat.

Berdasarkan kesimpulan di atas dapat disampaikan saran bagi lembaga terkait pengembangan program dan peneliti selanjutnya. Yakni pertama, perlu membuat asesmen perkembangan perminggu atau per 10 hari, dengan begitu bisa memantau progres tiap minggunya, dan dapat dievaluasi jika terjadi kendala. Kedua, perlu melibatkan pembimbing yang benar benar fokus pada program tersebut agar tidak fluktuatif dalam proses membimbing, dan juga menjaga kepercayaan para peserta.

Daftar Pustaka

- Arifin, H.M. (1976). Pokok-Pokok Pikiran tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama, Jakarta: Bulan Bintang.
- Endang Fourianalistyawati, Ratih Arruum Listiyandin, Titi Sahidah Fitriana. (2017). Hubungan Mindfulness dan Kualitas Hidup Orang Dewasa. *Jurnal positive psychology*, 1(2), 1-13
- Junaidy. Debby, Endang Retno Surjaningrum. (2014). Perbedaan Kualitas Hidup Dewasa Awal Bekerja Dan yang tidak Bekerja. *Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi*, 3(2), 102-107
- Maulidya. Faricha, Mirta Adelina, Faizal Alfi Hidayat. (2016). Periodesasi Perkembangan Dewasa. *Jurnal Agama Islam*. 1(2). 1-10
- Putri. Alifia Fernanda. (2019). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas perkembangannya. *Journal Of School Counseling*, 3(2), 35-40
- Usman. Nurul Qomaria, Deden Sumpena, Asep Saepulrohim. (2019). Bimbingan Agama Melalui Program Dauroh Qolbiyah Dalam Membentuk Kepribadian Muslim. *Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, konseling, dan Psikoterapi Islam* 7(4), 409-422
- Wardhani. Vini. (2006). Gambaran kualitas hidup dewasa muda berstatus lajang melalui adaptasi instrumen Whoqol-Bref dan SRPB. (Unpublished master's thesis) Universitas Indonesia, Depok, Indonesia.