

Hubungan Antara Membaca Buku dengan Kognitif Santri di Pondok Pesantren Baitul Qurro' Jakarta

Mohammad Labib^{1*}, Tri Ariguntar², Yusri Hapsari³, Dhea Charientania Eryanti⁴

^{1,2,3,4}Prodi Kedokteran Fakultas kedokteran dan kesehatan (FKK)

Universitas Muhammadiyah Jakarta, Indonesia

Email: labibmmr@gmail.com ^{1*}

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah diketahuinya hubungan antara membaca buku dengan kognitif santri di pondok pesantren baitul qurro' Jakarta. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif dengan observasi langsung, tidak langsung dan wawancara terhadap para santri. Dari hasil penelitian didapatkan minat baca santri tinggi yang juga berpengaruh terhadap kognitif santri sehingga prestasi akademiknya meningkat. Latar belakang penelitian ini adalah Pondok Pesantren Al-qur'an Baitul Qurro' Jakarta. Minat membaca buku cukup tinggi, khususnya buku cerita fiksi. Penelitian ini adalah berkenaan dengan pengamatan peneliti di Pondok Pesantren Al-qur'an Baitul Qurro' Jakarta. Peneliti memperhatikan terdapat minat membaca buku cukup tinggi, khususnya buku cerita fiksi atau novel. Berawal dari fenomena inilah, peneliti mengangkat tema tentang membaca buku. Dan setelah diperhatikan secara tidak langsung santri menjadi positif kegiatannya dikarenakan aktivitas membaca ini. Karena santri memerlukan memanfaatkan waktu luang agar tidak terjerumus kepada hal-hal yang negatif. Dikarenakan kurangnya kegiatan ekstrakurikuler adalah faktor resiko penyakit.

Kata Kunci: *buku, Membaca, Kognitif, Kesehatan.*

Abstract

The purpose of this study was to determine the relationship between reading books and cognitive students at the Baitul Qurro' Islamic boarding school in Jakarta. The research method used is descriptive qualitative with direct, indirect observation and interviews with the students. The background of this research is Pondok Pesantren Al-Qur'an Baitul Qurro' Jakarta. Interest in reading books is quite high, especially fiction books. This research is about observations at Pondok Pesantren Al-Qur'an Baitul Qurro' Jakarta. Researchers noticed that there was a fairly high interest in reading books, especially fiction books or novels. Starting from this phenomenon, the researcher raised the theme of reading books. And after being noticed, the students indirectly became positive activities because of this reading activity. Because students need to take advantage of their free time so they don't fall into negative things. Due to lack of extracurricular activities is a risk factor.

Keywords: *Book, Reading, Cognitive, Health.*

PENDAHULUAN

Sebagai latar belakang maupun pendahuluan penelitian ini sebetulnya didasari bahwa hobi adalah berkaitan dengan neurosains dan kesehatan kognitif, isalnya: berolahraga. Maupun bermusik, menggambar, dll termasuk membaca buku. Lalu kaitannya dengan bermusik, misalnya alat musik drum. Unsur-unsur seperti snare, tom-tom, cymbal, hi-hat, pedal drum, dsb dapat menghasilkan aktifnya hormon dopamin yang memacu kondisi rileks dan menghilangkan stres. Jadi merupakan hal

yang awalnya tidak berkaitan langsung dengan kedokteran, setelah diteliti menjadi diketahui berkaitan erat.

Dalam ilmu kedokteran, penatalaksanaan pasien ditangani dengan anamnesis, pemeriksaan fisik, tata laksana pengobatan, hingga edukasi pasien. Dalam konteks manajemen teknis, ini adalah hal yang harus diatur pimpinan lembaga, terkhusus pada lembaga pendidikan pesantren yaitu di Poskestren (pos kesehatan pesantren). Dalam mengurus masalah kesehatan di Pondok Pesantren, khususnya di UKS Sekolah. Harus dapat ditangani dengan baik, khususnya pendekatan personal peserta didik. Melalui teknik gemar membaca, para santri disajikan bahan bacaan untuk melatih dan memperkuat kesehatan rohani-nya dikarenakan mentalnya baik.

Membaca buku agama islam dapat meningkatkan pengetahuan agama islam . Bentuknya dapat fiksi dan non fiksi (novel islami). Santri di Pondok pesantren Baitul Qurro' Jakarta setelah diamati. Para santrinya senang membaca buku fiksi maupun buku Non fiksi (misalnya buku agama islam). Kegiatan sehari-hari santri dipenuhi dengan rutinitas yang padat. Selain mempelajari ilmu khas pesantren dan ilmu Al-qur'an. Dari Subuh hingga isya' aktivitas santri adalah padat. Tetapi juga memiliki waktu luang, sehingga disaat memiliki waktu luang inilah perlu dipikirkan kegiatan untuk mengisi waktu luang tersebut. Misalnya: kegiatan ekstrakurikuler berolahraga. Kemudian juga bersholat atau "*Diba'an*" bersama dan membaca buku.

Kesehatan adalah istilah yang lebih luas dari kedokteran. Istilah kedokteran dikaitkan dengan profesi dokter. Sementara istilah kesehatan lebih luas tidak hanya untuk profesi dokter tetapi juga tenaga kesehatan lainnya selain dokter. Kemudian hal ini dikaji dengan permasalahan pendidikan, baik pendidikan kedokteran, maupun pendidikan ilmu lainnya pada umumnya, dikarenakan dengan pendidikan inilah yang diharapkan mewujudkan akhlakul karimah.

Pendidikan adalah hal yang penting dikarenakan dapat menentukan profesi peserta didik berikutnya. Pembahasan pendidikan adalah hal yang berkaitan dengan Ilmu Manajemen, khususnya manajemen pendidikan. Meskipun tentunya antara kegiatan pendidikan dengan praktek adalah hal yang berbeda, tetapi dalam artikel ini menjadi menarik, dikarenakan penelitian ini dilaksanakan di lembaga pendidikan dan memiliki unit kesehatan sekolah (UKS) dimana menyelenggarakan kegiatan Praktek Dokter. Penelitian ini berusaha mewujudkan kondisi sehat melalui kegiatan membaca buku agama islam.

METODE

Kualitatif deskriptif dengan mengamati objek dan tempat penelitian kemudian dokumentasi dilakukan untuk membantu pengamatan penelitian. Teknis metode penelitian yang dilakukan salah satunya adalah mewawancarai responden, yaitu santri pondok pesantren Baitul Qurro' Jakarta. Dengan keterangannya baik secara khusus, yaitu santri yang memang hobi membaca buku, maupun secara umum yaitu seluruh santri dilakukan wawancara, dan sebelumnya padahal kurang menyukai membaca buku atau tidak menyukai membaca buku. Karena pada prinsipnya hobi tidak hanya membaca buku tetapi banyak. Dan Hobi inilah yang dapat mengaktifkan hormon-hormon kebahagiaan yaitu : dopamin, serotonin, oksitosin, dan endorfin. Kemudian hormon pencetus kebahagiaan tersebut memunculkan perilaku positif dalam kegiatan sehari-hari. Dalam konteks kegiatan di sekolah, kejenuhan dapat dihilangkan dengan melakukan kegiatan yang menyenangkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peneliti berusaha mencari aktivitas responden yang berpotensi merusak kesehatan, sehingga daripada melakukan hal yang merusak kesehatan lebih baik menjalani hobi yang positif. Salah satu kebiasaan buruk siswa/i sekolah adalah merokok. Kebiasaan merokok menjadi tema yang menarik

untuk dibahas dikarenakan menjadi masalah kesehatan yang masyarakat mengetahui bahwa kegiatan merokok dapat merugikan kesehatan sebagaimana yang tertera pada bungkus rokok, tetapi masyarakat tetap mengkonsumsinya. Dari sisi ekonomi, yang dimana dalam hal ini menjadi pelaku bisnis tembakau, tentunya mindsetnya adalah mendapatkan keuntungan finansial. Dan sebetulnya apabila di analisis, dengan larisnya penjualan rokok, berarti kebutuhan masyarakat terhadap rokok ini tinggi, itulah yang memacu perusahaan rokok tetap memproduksi rokok. Meskipun menurut agama islam, misalnya di Muhammadiyah sudah difatwakan haram tetapi masyarakat tetap mengkonsumsi rokok.

Di dalam penelitian ini dilakukan pemasangan rak buku tambahan, disamping rak buku yang sudah tersedia. Dari pengamatan peneliti mendapatkan penemuan bahwa sebetulnya siswa dan siswi kurang menyukai berkunjung ke Perpustakaan. Perpustakaan yang dimiliki di Pondok Pesantren Al-qur'an Baitul Qurro' Jakarta tergolong sepi pengunjung. Sehari bisa hanya 1 atau 2. Bahkan tidak ada sama sekali. Memang saat ini ruangan perpustakaan di Pondok Pesantren Al-qur'an Baitul Qurro' Jakarta berlokasi terpisah dengan gedung sekolah. Dengan ditambahkannya rak buku tambahan dekat asrama santri, antusiasme santri untuk membaca menjadi meningkat. Jenis buku yang disajikan juga turut mempengaruhi. Santri menyukai buku selain buku pelajaran sekolah, untuk melepaskan kejenuhan.

Aspek Ekonomi Kesehatan Dalam Penelitian ini. Sebagaimana telah diketahui bersama, setiap pelayanan atau pengobatan dokter seringkali dibebankan biaya dalam kegiatannya. Oleh karena itu, kalau bisa seseorang jangan sampai sakit dimana diikhtiarkan dengan cara berperilaku sehat karena merupakan aspek preventif, promotif bahkan rehabilitatif. Tanpa disadari kegiatan rehabilitatif dapat dilakukan dengan melakukan hobi yang menyenangkan, salah satunya adalah membaca buku. Karena dalam jiwa yang sehat terdapat pula fisik yang sehat. Rumah sakit adalah tempat merawat orang sakit. Meskipun tidak semua pasien dirawat inap, ada yang pasien rawat jalan.

Manajemen rumah sakit merupakan keilmuan yang luas pembahasannya. dapat meluas ke luar institusi rumah sakit dalam aspek ekonomi kesehatan. Maupun kedokteran preventif, kedokteran rehabilitatif, sosiologi kedokteran, kedokteran komunitas, kedokteran Pesantren, kedokteran islam dan bidang kedokteran di luar rumah sakit lainnya. Ekonomi kesehatan merupakan aspek kedokteran yang dapat meluas ke dalam berbagai aspek kemasyarakatan, karena masyarakat terdiri dari berbagai macam profesi, berbagai macam budaya, berbagai macam adat kebiasaan serta mindset yang berbeda terhadap kesehatan.

Aspek pendidikan memiliki keterkaitan dalam perumahasakitan. Dikarenakan setiap pelayanan kedokteran baik dokter umum atau spesialis, dan baik kasus penyakit gawat darurat maupun tidak gawat. Dalam konteks kedokteran pencegahan, tentunya lebih mencegah daripada mengobati, apalagi apabila harus sampai di rawat di rumah sakit. Selain masalah biaya, Sekolah pasien juga terganggu.

Dalam pelayanan kedokteran di Indonesia, dikenal istilah dokter umum dan dokter spesialis. Pada dasarnya masyarakat memiliki permintaan yang berbeda-beda. Dari sisi dokter, sebetulnya tidak menjadi masalah. Istilah "dokter umum" adalah istilah pasar. Bukan istilah ilmiah maupun istilah yang ditetapkan oleh Konsil Kedokteran Indonesia (KKI). Kemudian ada istilah "dokter keluarga". dan "dokter layanan primer". Seharusnya dua istilah yang digunakan. Dokter dalam menjalankan profesinya dapat diremehkan oleh masyarakat. Perilaku masyarakat inilah yang dapat mempengaruhi. Kaitannya dengan dokter yang berpraktek di lembaga pendidikan atau Pesantren. Tentunya ini berbeda dengan dokter yang memiliki tempat praktek di masyarakat luas. Pandangan santri-santri di Pondok Pesantren Al-Qur'an Baitul Qurro' Jakarta, misalnya. Sikap dan pandangan dokter terhadap pasien yang merupakan warga pesantren dapat memiliki ciri khas tersendiri.

Relevansi dan Kebermanfaatan Kajian

Membicarakan mengenai hobi dapat dikaitkan juga dengan kedokteran dan kesehatan. Secara jasmani maupun rohani, apabila seseorang " *happy* " dengan kehidupannya, maka berpengaruh terhadap semangat kerja dan semangat belajar bagi yang sedang bersekolah. Dan apabila dikaji dalam pandangan islam, keseimbangan hidup adalah ditekankan. Antara bekerja dengan menjalani hobi. Sesuai prinsip " *Rabbana Atiina Fiddunya Hasanah, wa fil aakhirati hasanah*". Menjalani hobi, termasuk membaca buku. Sebetulnya selain hobi membaca, bisa saja kegiatan lain seperti berolahraga, memainkan alat musik, serta melakukan berbagai aktivitas seni termasuk menggambar. Itu semua bentuk kegiatan ekstrakurikuler yang berpengaruh positif terhadap prestasi akademik di sekolah.

Kaitannya dengan ilmu kedokteran maupun pelayanan dokter di pondok pesantren Al-qur'an Baitul Qurro' Jakarta. Mengang Bidang perbukuan atau literasi pada awalnya tidak berhubungan langsung dengan praktek dokter. Tetapi secara tidak langsung kegiatan membaca buku adalah bagian dari kegiatan edukasi pasien, promotif, serta preventif kedokteran. Melalui ilmu pengetahuan yang didapatkan dari membaca buku, dikarenakan santri sering keluar-keluar wilayah pesantren, yang disebabkan jenuh dan bosan. Kesehatan adalah bidang yang luas. Misalnya, yang sebelumnya hanya dikenal kesehatan jasmani atau fisik dan rohani atau jiwa, sebetulnya perlu dikembangkan kesehatan ekonomi atau kesehatan hobi. Kesehatan hobi merupakan hal yang sebetulnya sudah ada di masyarakat, tetapi belum banyak di dalami secara ilmiah. Dalam penelitian ini hendak mendalami juga dengan permasalahan hobi dengan kesehatan. Kemudian dikaitkan dengan kegiatan membaca.

Peneliti memiliki analisis bahwa perilaku merokok tidak disebabkan oleh Peneliti memiliki analisis bahwa perilaku merokok tidak disebabkan oleh ketidaktahuan terhadap bahaya rokok tetapi dikarenakan justru merasa " heroik " apalagi rasa solidaritas dengan teman-teman. Mengamati masalah rokok di Pondok Pesantren, peneliti berpikir dapat saja seorang peserta didik tidak mengetahui bahaya rokok sehingga siswa/i tersebut menghisap rokok tembakau ataupun rokok elektrik. Meskipun demikian bisa saja seorang peserta didik mengetahui bahaya rokok tetapi tetap merokok. Untuk menanyakan permasalahan penyakit akibat rokok. Perlu didalami dan ditanyakan kembali tentang alasan merokok responden. Masalah kesehatan di Indonesia sebetulnya bukan hanya masalah rokok, tetapi perilaku keseharian yang lainnya juga dapat mempengaruhi kesehatan. Misalnya: pola makan banyak lemak, goreng-menggoreng, dan rendah serat maupun mengandung bahan-bahan yang kurang sehat.

Tujuan dari kajian ini, antara lain:

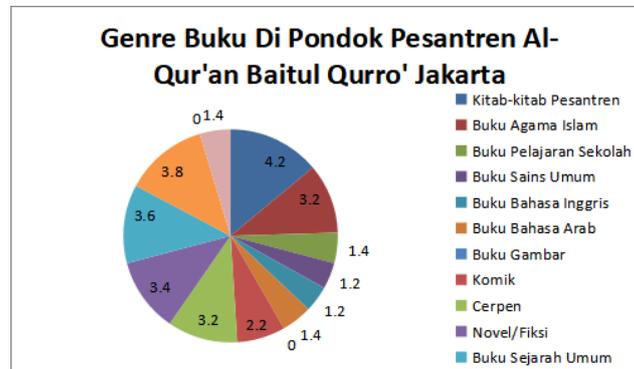
Selain itu, hasil penelitian dapat memberikan implikasi pada upaya peningkatan manajemen kesehatan di Pesantren melalui kegiatan membaca buku. Sedangkan Potensi Kebaharuan (Novelty), yaitu: (1) Model *focus group discussion* (FGD) mengenai bahwa kegiatan membaca buku dengan kognitif adalah suatu rangkaian yang sebetulnya berkaitan, (2) Membaca buku dapat berperan dalam pencegahan penyakit, khususnya gangguan jiwa.

Kesehatan di Pesantren

Kognitif berasal dari kata " *Cognition* " yang berarti daya pikir, kecerdasan, kemampuan menalar, daya hafal, maupun daya pemahaman seorang peserta didik terhadap suatu mata pelajaran. Pengertian Kognitif ini nantinya dapat berkembang menjadi perilaku dan tindakan seorang peserta didik tersebut yang dalam hal ini adalah akhlak dan perilaku peserta didik. Berkaitan dengan bidang pembahasan kesehatan komunitas, penelitian kesehatan yang dilakukan di lembaga pendidikan,

menjadi menarik disamping dilakukan di pelayanan klinik atau rumah sakit, dikarenakan kajian penelitiannya tidak berfokus pada penyakit-penyakit, tetapi juga aspek lain seperti dinamika kegiatan belajar mengajar, pengamatan terhadap pembelajaran pesantren, observasi penelitian yang tidak hanya pasien tetapi adalah peserta didik SMP-SMA, dan lain sebagainya. Kajian tentang masalah kognitif ini diharapkan dapat menggabungkan antara bidang kedokteran, kesehatan, edukasi, rohani dan neurosains.

Grafik 1



Gambar 1



Keterangan gambar : berdiskusi dengan pemerhati pendidikan dan pemuda mengenai masalah hobi dan membaca buku.

Gambar 2



(Keterangan: Mengamati kegiatan santri di Perpustakaan)

SIMPULAN

Dari hasil penelitian didapatkan data bahwa terdapat hubungan antara kegiatan membaca buku dengan kognitif yang merupakan penekanan khusus dari aspek kecerdasan emosional, prestasi akademik, maupun atau perilaku keseharian santri. Sebelumnya memang di Pondok Pesantren Al-qur'an Baitul Qurro' Jakarta mengalami permasalahan jenuh dengan rutinitas akademik, sehingga dengan membaca buku dapat membantu mengurangi stres. Karakteristik yang diteliti dalam penelitian ini antara lain; seluruh siswa/i SMP dan SMA yang sekaligus adalah merupakan santriwan/santriwati di Pondok Pesantren Al-qur'an Baitul Qurro' Jakarta. Termasuk yang tidak suka atau tidak hobi membaca. Tetapi dengan diadakannya kegiatan membaca ini, peserta didik yang tidak suka membaca mau tidak mau ikut serta, sehingga tergerak untuk membaca buku juga dan tertarik dengan buku-buku.

DAFTAR PUSTAKA

- Archambault, K., Porter-Vignola, É., Brière, F. N., & Garel, P. (2020). Feasibility and preliminary effectiveness of a drum circle activity to improve affect in patients, families and staff of a pediatric hospital. *Arts & Health*, 12(3), 221–235.
- Ascenso, S., Perkins, R., Atkins, L., Fancourt, D., & Williamon, A. (2018). Promoting wellbeing through group drumming with mental health service users and their carers. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-Being*, 13(1), 1484219.
- Bruin, L. De. (2021). Instrumental Music Education in the time of COVID-19 : Maintaining connection , community , and relationality with students. *Autumn 2020*, 1–15.
- Debbie (2018). *The Best Brain Possible.. 7 Ways Reading Benefits Your Brain*. Diakses pada 2022.
- Heidi M.(2021). *Benefits of Reading Books: How It Can Positively Affect Your Life*. . Healthline. Diakses pada 2022
- Permatasari, I., Wijayanto, A., & Kristina, D. (2020). Extensive Reading on Wattpad and Its Benefits to Students' English Skills: Students' Perceptions. *ELS Journal on Interdisciplinary Studies in Humanities*, 3(4), 518–530.
- Sedikides, C., Leunissen, J., & Wildschut, T. (2021). The psychological benefits of music-evoked nostalgia. *Psychology of Music*, 03057356211064641.
- Tahmidaten, L., & Krismanto, W. (2020). Permasalahan budaya membaca di Indonesia (Studi pustaka tentang problematika & solusinya). *Scholaria: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 10(1), 22–33.
- Tomioka, K., Kurumatani, N., & Hosoi, H. (2016). Relationship of having hobbies and a purpose in life with mortality, activities of daily living, and instrumental activities of daily living among community-dwelling elderly adults. *Journal of Epidemiology*, 26(7), 361–.
- Wagstaff, J. V. (2020). Benefits of the Habit of Reading. *Marriott Student Review*, 3(4), 29.
- Wang, Y. (2018). 'Emergent Reading and Brain Development', in D. Farland-Smith (ed.), *Early Childhood Education*, IntechOpen, London. 10.5772/intechopen.82423.
- Whitten, C., Labby, S., & Sullivan, S. L. (2019). The impact of pleasure reading on academic success. *Journal of Multidisciplinary Graduate Research*, 2(1)
- Woods, K. J. (2021). Listening in anger : neuroscience , psychology and phenomenology understand music as a mood regulator. 1–20.