

CABARAN PEMBELAJARAN HADIS DALAM KALANGAN WARGA EMAS: KAJIAN KES DI MADRASAH IBNU MAS'UD NILAI

THE CHALLENGES OF LEARNING HADITH AMONG ELDERLY: A CASE STUDY AT MADRASAH IBNU MAS'UD, NILAI

Maisarah Saidin¹
Latifah Abdul Majid²

¹Fakulti Pengajian Quran dan Sunnah, Universiti Sains Islam Malaysia (USIM), Malaysia,
(E-mail: maisarah@usim.edu.my)

²Fakulti Pengajian Islam, Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM), Malaysia,
(Email: umilm@ukm.edu.my)

Article history

Received date : 28-5-2025

Revised date : 29-5-2025

Accepted date : 18-6-2025

Published date : 22-9-2025

To cite this document:

Saidin, M.. & Abdul Majid, L. (2025). Cabaran pembelajaran hadis dalam kalangan warga emas: Kajian kes di Madrasah Ibnu Mas'ud Nilai. *Journal of Islamic, Social, Economics and Development (JISED)*, 10 (76), 509 – 522.

Abstrak: Penghayatan terhadap ilmu hadis dan amalan sunnah berperanan penting sebagai benteng bagi menghadapi cabaran di usia lanjut. Justeru, kajian ini bertujuan mengenalpasti cabaran yang dihadapi oleh warga emas ketika mempelajari hadis serta tahap penghayatan mereka terhadap pengamalan sunnah dalam kehidupan seharian. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, kajian ini menganalisis dokumen dan temu bual separa berstruktur terhadap pakar hadis serta penghuni pondok warga emas. Hasil kajian mendapati bahawa antara cabaran yang sering dihadapi oleh warga emas adalah cabaran kognitif, fizikal, penguasaan bahasa dan persekitaran pembelajaran. Walaupun menghadapi pelbagai cabaran, praktik terhadap amalan sunnah masih dilakukan bergantung kepada tahap kesihatan dan kemampuan warga emas. Kajian ini memberi implikasi terhadap keperluan kurikulum pembelajaran hadis yang lebih inklusif kepada warga emas agar penghayatan mereka terhadap amalan sunnah dapat dimaksimumkan.

Kata Kunci: Cabaran; Pembelajaran Hadis; Warga emas

Abstract: Devotion to hadith knowledge and following Sunnah are especially significant as an ethical and moral shield against old age challenges. Toward that end, the present study endeavors to determine the main challenges for the elderly when it comes to studying hadith, and how actively they practice Sunnah during their livelihoods. Following a qualitative descriptive design, the study employed document analysis and semi-structured interviews with hadith experts and elderly residents in religious learning institutions. The findings indicate that some of the common problems faced by the elderly include cognitive, physical, language ability, and learning environment issues. Despite all these issues, keeping up with Sunnah does not waver, based on the health status of the individual and their capacity. This study implies that a

more extensive syllabus of hadith study should be provided for the elderly, to maximize their appreciation and practice of the Sunnah.

Keywords: *Challenges; Hadith learning; Elderly.*

Pengenalan

Menurut Jabatan Perangkaan Malaysia (Jabatan Kebajikan Masyarakat Malaysia, 2017), penduduk berusia lebih 60 tahun dijangka mencapai lebih 15% daripada jumlah penduduk negara menjelang tahun 2030. Kadar peningkatan ini menjurus kepada pelbagai implikasi yang melibatkan masyarakat, ekonomi, dan sistem sokongan negara. Situasi ini akan mencetuskan permintaan yang tinggi terhadap perkhidmatan kesihatan serta keperluan untuk menyediakan pelbagai infrastruktur yang mesra warga emas. Berdasarkan klasifikasi oleh *World Assembly on Aging in 1982*, individu berusia 60 tahun ke atas ini dirujuk sebagai warga emas (Kementerian Pembangunan Wanita Keluarga dan Masyarakat, tt.).

Warga emas sering dilihat sebagai golongan yang mempunyai kebijaksanaan yang tinggi, memiliki pengalaman luas serta menyumbang secara signifikan kepada masyarakat. Abu Hayyan (1999) dan al-Alusi (2010) yang merupakan antara sarjana Islam terkenal telah menjelaskan bahawa warga emas adalah mereka yang telah mengalami kelemahan dari segi kekuatan fizikal dan pancaindera. Perubahan ini dapat dilihat melalui penurunan daya ingatan, kemampuan berfikir dan berkomunikasi sama seperti keadaan mereka ketika di awal usia yang kecil. Perubahan dan kemerosotan kekuatan fungsi tubuh, intelek, dan jiwa, menjadikan mereka golongan rentan yang mudah terdedah kepada pelbagai risiko dan cabaran hidup termasuk gangguan kesihatan dan kesunyian (Zakaria & Mohd Kusrin; 2023).

Kajian yang dijalankan oleh Wijayanti et al. (2024) menunjukkan bahawa masalah kognitif dalam kalangan warga emas sering menyebabkan penurunan kepercayaan diri, isolasi sosial, dan tekanan mental. Selain itu, Ishak & Alavi (2024) menyatakan bahawa antara faktor warga emas lebih mudah terdedah dan mengalami kesunyian adalah disebabkan tinggal berasingan daripada ahli keluarga atau kehilangan pasangan dan perubahan hidup. Oleh itu, kehidupan harian mereka perlu diisi dan dipenuhi dengan pelbagai aktiviti ibadah dan pengisian rohani agar kesejahteraan spiritual, emosi dan fizikal dapat diperkukuhkan. Meluangkan masa serta menyibukkan diri dengan aktiviti penambahan ilmu dan kelas agama bukan sahaja dapat mengisi masa lapang mereka dengan perkara bermanfaat tetapi juga memberi ketenangan jiwa serta mengeratkan hubungan sosial sesama mereka.

Kajian Literatur

Seiring dengan peningkatan usia, keperluan untuk memahami ajaran Islam secara lebih mendalam terutamanya aspek ibadah semakin meningkat dalam kalangan warga emas. Selain al-Quran sebagai asas rujukan, hadis juga memainkan peranan penting sebagai panduan untuk memahami dengan lebih jelas isi tersurat dan tersirat yang terkandung dalam al-Quran. Terangkum dalamnya ajaran-ajaran yang berkaitan ketauhidan, akhlak, moral dan tidak hanya terhad kepada perkara ibadah sahaja. Oleh kerana itu, tidak dapat dinafikan bahawa pembelajaran hadis sangat penting kepada warga emas. Hal ini kerana, pendidikan agama serta pengamalan sunnah yang terkandung dalam hadis membantu warga emas memahami tuntutan ibadah dan memberi panduan yang signifikan dalam mengatur arah tujuan kehidupan harian mereka. Perkara ini dapat dilihat dalam kajian yang dilaksanakan oleh Zakaria dan Mohd Kusrin (2023) yang menyatakan bahawa amalan beragama membantu warga emas

mendekatkan diri kepada Allah SWT, mengatasi masalah kesunyian dan kemurungan, dan mengekalkan istiqamah dalam beribadah. Amalan seperti solat, zikir dan membaca al-Quran bukan sahaja dapat membantu mengurangkan tekanan yang dihadapi, bahkan memberikan ketenangan kepada emosi dan jiwa warga emas.

Selain itu, penglibatan warga emas dalam aktiviti berkaitan keagamaan juga dapat mengurangkan sindrom kesunyian dan ketahanan emosi yang rendah. Sokongan sosial yang diperoleh melalui komuniti agama dan masyarakat setempat dapat memberikan mereka rasa kekitaan dan dihargai, di samping membantu menilai semula situasi, serta memfasilitasi penyelesaian masalah dan membuat keputusan (Ashaari et al. 2022). Program penghayatan ibadah yang dilaksanakan di pusat jagaan warga emas, seperti simulasi ibadah haji dan umrah, pengajian tafsir al-Quran, dan tahsin ibadah juga merupakan salah satu kaedah bagi memenuhi hak beragama mereka (Zakaria dan Mohd Kusrin, 2023). Pada usia lanjut, kesedaran tentang kehidupan selepas mati menjadi lebih mendalam. Justeru, pendidikan agama juga dapat membantu warga emas memahami tujuan hidup dan tuntutan agama dengan jelas serta lebih mempersiapkan diri untuk menghadapi alam kematian (Siren, 2015).

Pendidikan agama berperanan penting dalam membentuk keimanan dan ketakwaan individu, termasuk dalam kalangan warga emas. Melalui pemahaman yang mendalam terhadap sumber rujukan al-Quran dan hadis-hadis Nabi Muhammad SAW, warga emas dapat meningkatkan penghayatan spiritual mereka, yang seterusnya menjadi panduan dalam menjalani kehidupan seharian. Sebagai contoh, pendidikan agama membantu individu memahami nilai-nilai seperti kesopanan, kejujuran, kesabaran, dan keadilan, yang menjadi asas penting dalam pembentukan moral dan etika yang kuat pada diri seseorang muslim (Romlah, S. & Rusdi, 2023). Saidin dan Abdul Majid (2025) menegaskan bahawa amalan keagamaan yang dilaksanakan melalui aktiviti Sunnah seperti solat berjemaah dan puasa sunat serta aktiviti fizikal memberikan kesan positif terhadap kesejahteraan mental, spiritual dan emosi dalam kalangan warga emas. Justeru, penglibatan dalam aktiviti keagamaan juga dapat memperkukuhkan hubungan sosial dan memberikan sokongan emosi, yang amat bermakna bagi warga emas dalam menghadapi cabaran usia lanjut. Oleh itu, pendidikan agama bukan sahaja memperdalam keimanan, tetapi juga berfungsi sebagai panduan praktikal dalam kehidupan harian mereka.

Kajian terdahulu menunjukkan peningkatan dalam penyertaan warga emas dalam kelas-kelas pengajian agama, terutamanya melalui institusi seperti Pusat Aktiviti Warga Emas (PAWE). Di Negeri Selangor sahaja, sebanyak 16 buah PAWE telah ditubuhkan sehingga akhir tahun 2019 dengan keahlian seramai 1,632 orang, tidak termasuk lapan buah PAWE baharu yang mula beroperasi pada Februari 2020 (Selangor Kini, 2024). Walaupun perkembangan ini menunjukkan minat warga emas terhadap pendidikan agama, kajian yang memfokuskan kepada pedagogi pengajaran hadis kepada golongan ini masih terbatas.

Selain itu, kebanyakan kelas atau program pengajian hadis yang tersedia untuk orang awam tidak mengambil kira kesesuaian dengan tahap pemahaman dan keperluan khusus warga emas. Kadangkala ilmu hadis yang disampaikan agak kompleks dan sukar difahami oleh warga emas, sekaligus menyebabkan mereka kurang berminat untuk mempelajarinya. Hal ini turut diakui Darussamin (2020) yang menyatakan bahawa pembelajaran hadis lebih kompleks berbanding mempelajari al-Quran kerana ia melibatkan kajian terhadap teks hadis dan sanad atau rangkaian perawi hadis. Tambahan pula, proses transmisi dan verifikasi kesahihan hadis memerlukan penelitian yang teliti dan sistematik, yang mungkin menjadi cabaran bagi sesetengah individu terutamanya warga emas untuk memahaminya. Walhal, hadis dan sunnah nabi merupakan

sumber rujukan dan panduan utama yang perlu diamalkan oleh semua lapisan masyarakat Islam lebih-lebih lagi warga emas. Penghayatan terhadap hadis nabi dan amalan sunnah bukan sahaja dapat memperkukuhkan ibadah dan rohani mereka, bahkan juga berperanan sebagai benteng bagi menghadapi cabaran di usia lanjut. Justeru, kajian ini bertujuan mengenalpasti cabaran yang dihadapi oleh warga emas dalam mempelajari hadis serta tahap penghayatan mereka terhadap pengamalan sunnah dalam kehidupan seharian.

Metodologi

Penyelidikan ini dilaksanakan menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, dengan analisis dokumen dan temu bual sebagai kaedah utama dalam pengumpulan dan analisis data. Pendekatan ini dipilih kerana ia membolehkan penyelidik meneroka secara mendalam pengalaman dan persepsi warga emas terhadap pembelajaran hadis, serta mengenal pasti cabaran dan tahap penghayatan sunnah dalam kehidupan mereka. Bagi mencapai objektif kajian, data dikumpulkan melalui tinjauan literatur komprehensif berkaitan pembelajaran hadis dalam kalangan warga emas, dengan sumber utama terdiri daripada buku akademik, artikel jurnal berindeks, kertas kerja persidangan, dan tesis yang diperoleh daripada pangkalan data seperti Scopus, Google Scholar, dan MyJurnal. Pada waktu yang sama, kajian ini juga melibatkan temu bual separa berstruktur terhadap warga emas yang terdiri daripada penghuni Pondok Warga Emas Madrasah Ibnu Mas'ud, Sungai Mahang, Nilai, Negeri Sembilan. Informan yang terlibat dipilih menggunakan teknik persampelan bertujuan. Sebanyak lima orang informan yang berusia antara 60 hingga 78 tahun dan tinggal di pondok tersebut sekurang-kurang 6 bulan dan mampu berkomunikasi dengan baik serta bersedia untuk berkongsi pengalaman mereka dilibatkan dalam temubual ini. Temu bual separa berstruktur dilaksanakan secara individu bersama setiap informan, dengan set soalan panduan yang disediakan terlebih dahulu. Temu bual dirakam dengan kebenaran informan dan kemudiannya ditranskripsikan secara verbatim untuk tujuan analisis. Temu bual ini bertujuan untuk mengenal pasti cabaran yang mereka hadapi ketika mempelajari hadis serta tahap penerapan sunnah dalam kehidupan seharian. Konklusinya, data yang diperoleh dianalisis secara tematik seperti yang disarankan oleh Braun dan Clarke (2006). Proses ini bertujuan mengenal pasti pola dan isu utama yang berkaitan dengan pembelajaran hadis oleh warga emas serta tahap penghayatan mereka terhadap amalan sunnah. Proses analisis dijalankan melalui beberapa peringkat iaitu pembacaan awal bagi memahami data, seterusnya kod awal dijana dengan mengenal pasti ayat atau frasa penting. Dalam kajian ini, kod awal seperti cabaran yang dihadapi, kitab dan rujukan hadis yang digunakan serta amalan sunnah yang diamalkan; digunakan dalam kajian ini. Seterusnya proses pencarian tema yang bertepatan dengan objektif kajian serta pelaporan dapatan data dalam bentuk petikan langsung yang relevan daripada informan dinyatakan dalam kajian ini.

Dapatan dan Perbincangan

Proses pengajaran dan pembelajaran hadis dalam kalangan warga emas perlu mengambil kira pelbagai faktor, cabaran yang dihadapi dan tahap keupayaan yang berbeza-beza. Oleh itu, kajian ini membincangkan cabaran yang sering berlaku dan dihadapi oleh warga emas ketika sesi pembelajaran hadis. Di samping itu, kajian juga mengenalpasti tahap penghayatan mereka terhadap amalan-amalan sunnah berdasarkan praktis pengamalan dalam kehidupan seharian.

Cabaran Yang Dihadapi Warga Emas Ketika Pembelajaran Hadis

Cabaran kognitif

Pelbagai cabaran intelektual yang berkait rapat dengan perubahan semula jadi akibat proses penuaan akan dihadapi oleh warga emas. Seiring dengan peningkatan usia, mereka berisiko mengalami kehilangan keupayaan disebabkan kemerosotan fungsi kognitif seperti daya ingatan yang lemah, kesukaran menumpukan perhatian, dan penurunan keupayaan menyelesaikan masalah. Dalam al-Quran, terdapat beberapa ayat yang menyentuh tentang kemerosotan dan kehilangan keupayaan apabila menginjak usia emas antaranya sebagaimana Firman Allah Taala:

وَمَنْ تُعَمِّرْهُ نُنَكِّسْهُ فِي الْخَلْقِ أَفَلَا يَعْقِلُونَ

Maksudnya: “Dan barang siapa yang Kami panjangkan umurnya, niscaya Kami kembalikan dia kepada kejadian (asal). Maka apakah mereka tidak memikirkan?”
(Surah Yasin 36:68)

Selain itu, firman Allah:

وَاللَّهُ خَلَقَكُمْ ثُمَّ يَتَوَفَّاكُمْ ۚ وَمِنْكُمْ مَنْ يُرَدُّ إِلَىٰ أَرْدَلِ الْعُمُرِ لِكَيْ لَا يَعْلَمَ بَعْدَ عِلْمٍ شَيْئًا ۚ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ قَدِيرٌ

Maksudnya: Dan Allah yang menciptakan kamu (dari tiada kepada ada); kemudian Ia menyempurnakan tempoh umur kamu; (maka ada di antara kamu yang disegerakan matinya), dan ada pula di antara kamu yang dikembalikannya kepada peringkat umur yang lemah (peringkat tua kebudak-budakan), sehingga menjadilah ia tidak ingat akan sesuatu yang telah diketahuinya; sesungguhnya Allah Maha Mengetahui, lagi Maha Kuasa.

(Surah al-Nahl 16: 70)

Berdasarkan ayat tersebut, jelas menunjukkan bahawa Allah berkuasa dalam menciptakan manusia dan menentukan perjalanan hidup mereka, sedari lahir hingga ke fasa kelemahan semasa usia tua. Proses penuaan adalah proses semula jadi yang menjurus kepada kelemahan dalam pelbagai aspek khususnya daya pemikiran, kefahaman dan keupayaan fizikal. Dalam menerangkan proses penciptaan manusia, Ibn Kathir (1998) telah mentafsirkan bahawa Allah SWT menciptakan manusia daripada tiada, kemudian mematikan mereka, dan sebahagian daripada mereka dipanjangkan usia sehingga mengalami kelemahan fizikal dan mental pada usia tua. Allah juga telah menganugerahkan akal kepada manusia, yang memungkinkan mereka berfikir, merancang, mencipta memori, berkomunikasi, dan bergerak. Namun, pada peringkat usia emas ini, manusia kehilangan kekuatan kognitifnya, menjadi nyanyuk, dan bergantung kepada orang lain seperti di usia kanak-kanak. Keadaan ini telah mengingatkan kita bahawa segala kekuatan dan kebolehan yang manusia miliki adalah pinjaman daripada Allah, dan Dia berkuasa untuk menarik kembali nikmat-nikmat ini. Kenyataannya hal ini dapat dilihat pada pesakit Demensia atau Alzheimer, di mana keupayaan kognitif mereka secara beransur-ansur merosot seterusnya menyebabkan ingatan menjadi lemah dan mudah lupa. Natijahnya, mereka memerlukan bantuan orang lain untuk menjalani rutin harian. Justeru, situasi yang berlaku ini menunjukkan betapa terhadnya kemampuan manusia tanpa kuasa Allah. Hakikatnya, keadaan ini adalah sebahagian daripada ketetapan Allah sebagai tanda kekuasaanNya terhadap makhluk ciptaanNya dan sebagai peringatan tentang ketidakupayaan manusia tanpa kuasaNya.

Dalam usaha mempelajari hadis, faktor kognitif merupakan antara cabaran yang sering dihadapi warga emas. Menurut Lai et al. (2022) dari segi kognitif, kemerosotan daya ingatan dan keupayaan pembelajaran akibat penuaan menyebabkan mereka sukar menumpukan perhatian dan mengingat serta mengalami penurunan keupayaan menyelesaikan masalah. Hal ini turut diakui informan yang menyatakan kesukaran dalam menghafal kerana mudah lupa.

“Tapi tu lah makcik ni kalau masa nak menghafal tu kadang Insya Allah dapat lah tapi bila dah lepas tu dah lupa balik. Tu yang susah, makcik pun tak tahu macam mana nak kuatkan daya ingatan tu.”

(Informan 4, 2024)

Akibat dari permasalahan ini, warga emas mungkin mengambil masa lebih lama untuk memahami dan mengingat sesuatu hadis. Dalam konteks pembelajaran hadis dalam kalangan warga emas, pelbagai cabaran perlu dihadapi dan ianya bergantung kepada tahap ilmu dan usia mereka. Justeru, pemilihan topik dan teks hadis yang bersesuaian dengan tahap, kemampuan dan keperluan mereka amat penting bagi memastikan pemahaman dan penghayatan terhadap ajaran Islam khususnya dalam aspek kerohanian dan ibadah dapat ditingkatkan. Hal ini disokong oleh pakar hadis:

“Dia tengok kepada status warga emas itu ye. Cabaran dia tengok kepada status ataupun tahap ilmu yang ada pada warga emas. Warga emas pula tahap umur dia macam mana. Kalau warga emas tu dah lanjut sangat maknanya banyaklah dia punya halangan. Kalau warga emas tu maknanya baru nak masuk warga emas, dia mungkin ada keupayaan untuk ni kan. Kita baca macam hadis 40, hadis Riadhus Salihin. Maknanya kita sebutkan tadi tu maknanya dari kerohanian kan, dari sudut ibadat. Jadi kalau Riadhus Salihin tu sesuailah. Mustiqah hadis, Hadis 40.”

(Mohd Amin, 2025)

Oleh yang demikian, perancangan topik dan kandungan pengajaran hadis perlu mengambil kira perbezaan tahap ilmu dan usia warga emas. Pemilihan topik dan teks hadis yang mudah dan bersesuaian dengan tahap kemampuan, kefahaman dan keperluan warga emas sangat penting. Ini bertujuan memastikan keberkesanan proses pengajaran dan pembelajaran hadis kepada golongan ini seterusnya membantu mereka menghayati apa yang dipelajari dengan lebih mendalam.

Cabaran Fizikal

Tahap kesihatan warga emas yang menurun seperti mudah keletihan, mempunyai masalah pendengaran, dan pelbagai penyakit kronik turut membatasi keupayaan mereka untuk menghadiri kelas pengajian secara berkala (Ai Jing. C. & Mohd Noor, 2022). Sebagaimana perkongsian oleh seorang informan, faktor kesihatan sering membatasi penglibatan mereka dalam aktiviti keagamaan dan pembelajaran.

“Makcik pun sakit juga ada tiga serangkai ni. Sakit tapi iye lah makan ubat lah. Makcik rehat di bilik, biasa lah kadang-kadang penat. Penghuni-penghuni sini saling membantu antara satu sama lain, contoh kalau makcik tak pergi solat jemaah atau kelas ustaz, mereka akan ketuk bilik untuk tengok sihat ke tak kan...”

(Informan 2, 2024)

Tidak dinafikan bahawa faktor kesihatan yang semakin merosot dalam usia emas menjadi cabaran utama kepada mereka untuk sentiasa menyertai kelas pengajian hadis. Namun, hal ini dilihat tidak menjadi penghalang mutlak, tambahan pula sokongan sosial oleh rakan seusia terbukti menjadi elemen penting dalam menyemarakkan semangat dan dorongan kepada satu sama lain untuk terus menyertai aktiviti tersebut.

Cabaran Bahasa

Penggunaan bahasa Arab dalam hadis menjadi salah satu cabaran kepada mereka kerana tidak semua warga emas mempunyai latar belakang pendidikan formal dalam bahasa tersebut. Rentetan dari faktor kekurangan dan ketidakupayaan terhadap bahasa ini menyebabkan sebahagian besar mereka sukar memahami matan hadis secara langsung dan hanya bergantung sepenuhnya kepada penjelasan dalam bahasa Melayu. Perkara ini dijelaskan oleh salah seorang informan yang menyatakan bahawa beliau tidak menguasai bahasa Arab dan hanya bergantung pada penerangan ustaz:

“Makcik pernah belajar sebelum ni, tetapi kurang ingat sikit la. Bahasa Arab tak reti, jawi pun tak pandai. Makcik hanya boleh bahasa Melayu je. Tapi, makcik ingatlah hadis yang ustaz ajar, perkara yang paling penting, maknanya buat baik ke orang lain. Contohnya, makcik jadi grab kat kawan-kawan sini, makcik tak ambil duit. Tolong-tolong orang kan...”

(Informan 2, 2024).

Berdasarkan penjelasan tersebut, jelas memperlihatkan bahawa walaupun terdapat cabaran dalam aspek bahasa, warga emas tetap berupaya menghayati inti pati ajaran hadis, terutamanya apabila ia disampaikan dalam bentuk yang mudah difahami dan berasaskan contoh kehidupan harian. Menurut Che' Sharif et al. (2015), kebanyakan warga emas lebih fokus kepada matan hadis kerana ia membolehkan mereka memahami ajaran agama dengan lebih praktikal dan relevan dengan kehidupan seharian. Maka, pendekatan andragogi yang bersifat kontekstual, penggunaan cerita atau analogi, serta pengajaran berasaskan nilai amat penting bagi memastikan pemahaman mereka terhadap hadis tidak terbatas hanya kerana halangan bahasa. Hal ini turut disokong oleh kajian Zakaria dan Mohd Kusrin (2023) yang menyatakan pendekatan yang menekankan nilai dan makna dapat meningkatkan kesejahteraan dan motivasi warga emas dalam mengamalkan ajaran agama dalam kehidupan seharian mereka. Tambahan pula, penggunaan teknik penceritaan yang ditekankan oleh Agos Salim dan Hamzah (2024) sangat penting untuk kefahaman warga emas di samping mengelakkan mereka cepat bosan ketika belajar. Di samping itu, kajian tersebut juga menekankan aspek peranan tenaga pengajar untuk mempermudah penyampaian dengan meringkaskan isi pembelajaran dengan jelas, menekankan mesej moral, komunikasi dua hala serta mengaitkan dengan situasi semasa warga emas secara tidak langsung ia dapat membantu mereka mengaplikasikan kandungan pengajaran dalam kehidupan seharian, walaupun tanpa memahami teks asal dalam bahasa Arab. Hal ini turut menunjukkan bahawa pembelajaran berasaskan makna dan nilai lebih memberi kesan berbanding pendekatan tekstual yang terlalu akademik untuk kumpulan ini.

Cabaran Persekitaran

Menurut Ismail et al. (2017), persekitaran pembelajaran yang kurang mesra terhadap warga emas, seperti penggunaan bahan bacaan yang tidak sesuai dengan tahap pemikiran mereka dan bersifat terlalu akademik, boleh mengurangkan minat dalam mendalami ilmu hadis. Hal ini selari dengan pendapat informan yang menyatakan bahawa beliau cenderung memilih tempat pengajian yang memberikan pengisian ilmu yang bermakna dan selari dengan ajaran al-Quran

dan Sunnah. Mereka tidak sekadar mencari aktiviti untuk mengisi masa lapang, tetapi lebih menitikberatkan kualiti pengajaran serta kredibiliti tenaga pengajar. Dalam proses pemilihan pusat pengajian, kebanyakan daripada mereka mengambil pendekatan yang teliti, termasuk menilai terlebih dahulu bahan rujukan yang digunakan dan mengikuti sesi percubaan sebelum membuat keputusan. Faktor seperti jadual pembelajaran yang tidak terlalu padat dan keberkesanan penyampaian oleh tenaga pengajar juga menjadi pertimbangan utama dalam menentukan kesesuaian program dengan keperluan mereka. Sebagaimana dikongsi oleh salah seorang informan:

“Makcik kalau cari tempat, cari tempat yang mana kita ada pengisian yang betul-betul bermakna lah. Tak nak lah datang untuk mengisi masa lapang je. Maksudnya, kalau kata contoh lah kalau ustaz yang mengajar tak berapa baik atau tak menepati apa yang makcik cari, makcik keluar lah cari tempat lain. Masa mula-mula nak sertai pun, masa sesi interview, makcik tanya dulu buku apa yang digunakan dan sama ada pengajaran mereka ikut al-Quran dan Sunnah atau tak. Sebelum buat keputusan, makcik pergi ke beberapa tempat untuk menilai sendiri. Ada sesetengah tempat yang kurang menekankan aspek itu, jadi makcik cari yang lebih sesuai. Di sini, makcik lihat program yang ditawarkan agak baik. Mereka juga ada tempoh percubaan selama dua minggu. Dalam tempoh itu, bukan sahaja mereka menilai kita, tetapi kita juga boleh menilai sama ada program ini sesuai dengan keperluan kita atau tidak. Makcik tengok program di sini tak ada lah padat sangat, ustaz yang mengajar pun baguslah, memang sesuai dengan apa yang makcik nak.”

(Informan 1, 2024)

Oleh hal yang demikian, untuk mengatasi cabaran yang telah dinyatakan, pendekatan pengajaran yang inklusif dan mesra terhadap warga emas perlu diterapkan. Penggunaan teknik visual dan bercerita boleh digunakan bagi meningkatkan pemahaman warga emas terhadap hadis terutama yang berkaitan dengan pengalaman hidup mereka. Selain itu, penggunaan saiz tulisan yang besar dan bantuan audio bagi warga emas yang mempunyai masalah penglihatan, dan kaedah pembelajaran yang interaktif dalam kumpulan yang kecil boleh membantu meningkatkan keberkesanan proses pembelajaran (Ali et al. 2024). Tambahan pula tenaga pengajar perlu menyesuaikan kaedah penyampaian mereka agar sesuai dengan keupayaan fizikal dan kognitif warga emas. Pendekatan yang realistik membolehkan mereka mengamalkan ajaran yang dipelajari dengan lebih mudah dan berkesan dalam kehidupan seharian. Sehubungan dengan itu, kajian Saidin et al. (2023) mencadangkan agar para pendidik mengaplikasikan pelbagai teknik pengajaran dan pembelajaran yang sesuai dengan keadaan semasa dan keperluan murid. Penggunaan teknologi multimedia sebagai perantara dalam penyampaian maklumat dapat menjadikan proses pembelajaran lebih menarik dan interaktif, sekali gus membantu warga emas memahami dan menghayati ilmu yang disampaikan dengan lebih baik. Penggunaan strategi yang lebih inklusif dapat menjadikan pembelajaran hadis menjadi satu pengalaman yang bermakna dan tidak membebankan golongan warga emas sekaligus dapat membantu mereka untuk beramal soleh dengan hadis yang sahih.

Penghayatan Amalan Sunnah dalam Kalangan Warga Emas

Berdasarkan hasil temu bual bersama warga emas di Madrasah Ibnu Mas'ud, didapati bahawa amalan sunnah telah menjadi satu rutin yang dianggap penting dan sering diamalkan oleh mereka sepanjang menetap di pondok ini. Keadaan ini berbeza jika dibandingkan dengan kehidupan mereka sebelum menjadi penghuni pondok. Antara aktiviti sunnah yang kerap dilakukan oleh mereka termasuk:

Solat Berjemaah

Solat berjemaah merupakan aktiviti harian utama warga emas yang menghuni pondok tersebut. Aktiviti ini dilaksanakan penghuni pada setiap waktu solat. Amalan ini bukan sahaja menjadi rutin ibadah tetapi juga menjadi elemen penting dalam mencipta suasana harmoni dalam kalangan penghuni.

“...di sini terdapat lebih kurang 38 orang penghuni. Setiap kali waktu solat, semua akan solat berjemaah bersama. Jika ada seorang yang tak hadir, jiran-jiran akan perasan dan mula cari lah keberadaan dia.”

(Informan 1)

Kehadiran setiap individu dalam solat berjemaah sentiasa dinantikan, dan jika ada penghuni yang tidak hadir untuk solat berjemaah, rakan-rakan mereka akan segera bertanya khabar dan mencari sebab ketiadaan tersebut. Ini mencerminkan sokongan moral dan keprihatinan yang tinggi dalam kalangan penghuni, sekali gus mewujudkan suasana kasih sayang antara mereka.

Aktiviti solat berjemaah dilihat bukan hanya sekadar ibadah tetapi juga satu mekanisme sosial, spiritual, dan psikologi yang penting dalam kehidupan warga emas. Amalan solat secara berjemaah mempunyai kepentingan yang besar dan memberikan kesan positif kepada individu yang mengamalkannya. Dari perspektif psikospiritual, solat berjemaah boleh menjadi terapi yang berkesan dalam era moden. Menurut Syafi’I dan Mulya (2024), solat berjemaah mempunyai hubungan yang signifikan dengan psikoneuroimunologi kerana memberikan kesan positif kepada sistem imun tubuh melalui pengurangan kebimbangan. Aktiviti ini membantu menurunkan tahap stres kerana ia mengandungi elemen kontemplasi, meditasi, dan relaksasi yang bukan sahaja membantu individu melegakan tekanan tetapi juga meningkatkan kesihatan mental dan daya tahan tubuh. Dari segi neurosains, solat berjemaah merangsang peningkatan neurotransmitter yang membantu mengurangkan hormon kortisol, sekaligus memberikan ketenangan dan kedamaian fikiran.

Selain itu, setiap rukun solat memberikan manfaat saintifik tertentu. Sebagai contoh, posisi sujud merupakan satu-satunya gerakan di mana kepala berada lebih rendah daripada jantung, yang seterusnya meningkatkan aliran darah ke otak. Peningkatan aliran darah ini memberikan kesan positif terhadap ingatan, tumpuan, psikologi, dan keupayaan kognitif lain. Semasa sujud, tenaga elektromagnetik yang terkumpul dari atmosfera dikeluarkan secara berkala melalui kesan pembumian, menghasilkan rasa tenang (Ahmed Sayeed & Prakash, 2013). Aktiviti kognitif semasa solat berjemaah berupaya meningkatkan keupayaan otak untuk berubah dan menyesuaikan diri sepanjang hayat (neuroplasticity otak) melalui tindakan berulang yang memberi manfaat kepada kesihatan mental dan spiritual apabila diamalkan secara konsisten (Syafi’I dan Mulya, 2024).

Membaca al-Quran

Aktiviti membaca dan menghafal al-Quran di Madrasah Ibnu Mas'ud merupakan salah satu program utama yang sangat diminati oleh warga emas. Kelas ini diadakan setiap pagi pada waktu dhuha dan menjadi medium penting untuk penghuni memperbaiki bacaan al-Quran mereka. Setiap warga emas akan mengikuti sesi pembelajaran ini di bawah bimbingan para asatizah yang berpengalaman. Bagi kebanyakan penghuni, kelas ini merupakan salah satu sebab utama mereka memilih untuk menetap di pondok ini, kerana mereka ingin meningkatkan kefahaman dan penguasaan al-Quran yang mungkin kurang diberi perhatian semasa usia muda. Hal ini diakui informan:

“Tahsin Al-Quran. Nanti selepas tahsin dengan Ustaz kita akan mengaji ikut kumpulan setiap orang. Sebab bila kita dekat sini. Mestilah.. kita nak cuba kalau setidak-tidaknya. Membaca Quran tu jadi kebiasaan pada kita kan. Kalau dekat rumah. Kita banyak lagho kan”.

(Informan 4)

“Kita ada tahsin Qur'an. Lepas tu Ustaz semak kita bacaan kita. Kalau siapa yang hafal Ustaz semakkan hafazan. Then Jumaat.. jumaat kita baca surat kahfi dengan tadabbur quran.”

(Informan 1)

Tenaga pengajar akan memastikan bahawa setiap individu diberi perhatian dan sokongan, termasuk bagi mereka yang mungkin lebih perlahan dalam pembelajaran. Rakan-rakan penghuni juga saling menyokong, menciptakan perasaan ukhuwah dan persaudaraan yang mendalam. Aktiviti membaca dan menghafal al-Quran ini bukan sahaja membantu penghuni mendekatkan diri kepada Allah (s.w.t.) tetapi juga memberikan ketenangan jiwa, mengurangkan tekanan, dan mengisi masa lapang mereka dengan aktiviti yang bermanfaat. Aktiviti seperti pengulangan bacaan, hafalan, dan penumpuan membantu merangsang otak, memantapkan memori, dan meningkatkan daya fokus. Dalam proses ini, otak dilatih untuk mengenal pasti huruf, mengingat bacaan, dan memperhatikan tajwid, sekali gus mengasah ingatan dan memperbaiki fungsi kognitif. Ini disokong oleh kajian Tobing et al. (2022), yang mendapati bahawa warga emas yang kerap membaca al-Quran menunjukkan fungsi kognitif yang lebih baik, terutama jika dilakukan lebih dari 15 minit secara konsisten.

Pengamalan Qailullah

Pengamalan qailullah dalam kalangan penghuni madrasah biasanya dilaksanakan apabila terdapat masa terluang, walaupun jadual harian mereka agak padat. Mereka berpeluang mengamalkan qailullah sebelum waktu Zuhur, bergantung kepada kelapangan masa yang ada. Sebagaimana dinyatakan oleh salah seorang informan:

“Kalau ada kesempatan mak cik buat lah. Kadang-kadang tak sempat jugak sebab kita habis kelas pukul... Tahsin pagi sampai pukul 11.30 kan. Masuk kelas balik pukul 12.30. Kadang kita balik tu ada lah nak masak ke apa. Kadang-kadang tak sempat juga lah. Kalau ada peluang antara pukul 11.30-12.45 tu sampai masuk waktu zuhur tu, ada juga lah qailullah.

(Informan 5).

Qailullah, atau tidur siang sekejap, berpotensi memainkan peranan penting dalam meningkatkan kecerdasan intelektual warga emas. Berdasarkan beberapa kajian yang menyokong manfaat tidur siang, qailullah dapat membantu mengukuhkan prestasi kognitif dan daya ingatan warga emas, terutamanya dalam menghadapi kemerosotan fungsi kognitif yang berkaitan dengan usia. Kajian Fadzil and Othman (2021) mendapati bahawa tidur siang secara rutin dapat memperbaiki fungsi neurokognitif dalam kalangan awal remaja. Individu yang tidur siang selama 5 hingga 7 hari dalam seminggu cenderung menunjukkan peningkatan dalam ketepatan perhatian dan penaaakulan bukan verbal secara berterusan, tanpa bergantung kepada jumlah atau kualiti tidur malam. Walaupun kajian ini dijalankan dalam kalangan remaja awal, manfaat serupa boleh diaplikasikan pada warga emas kerana tidur siang memberi peluang untuk memulihkan sel-sel yang rosak akibat keletihan mental. Ini terbukti berdasarkan kajian Abdul Rahman & Mohamed Ramli (2018) yang menyatakan bahawa tidur atau berehat daripada

berfikir atau bekerja memberi peluang kepada sel-sel baru untuk menggantikan sel-sel yang rosak akibat penggunaan tenaga untuk berfikir dan bekerja. Sel-sel yang lemah dan mati akibat keletihan mental hanya dapat diganti apabila otot-otot serta organ tubuh berehat sepenuhnya.

Selain itu, bagi warga emas yang mungkin mengalami kemerosotan kognitif, tidur siang dapat membantu mengekalkan ketajaman pemikiran, meningkatkan reaksi dalam tugas yang melibatkan ingatan spatial, serta menguatkan daya ingatan. Hal ini disokong oleh kajian Chang et al. (2022) yang menjelaskan bahawa mereka yang mengamalkan tidur siang secara kerap menunjukkan reaksi yang lebih pantas dalam tugas yang menguji ingatan spatial berbanding mereka yang tidur siang dengan kekerapan sederhana. Kurang tidur, walaupun jangka pendek, boleh memberi kesan kepada keseluruhan domain kognitif, termasuk perhatian, ingatan kerja, kelajuan pemprosesan, ingatan jangka pendek, dan penaakulan. Pengamalan tidur sebentar pada waktu tengahari juga membantu menguatkan daya ingatan, di samping meningkatkan kreativiti dan memberi dorongan untuk meneruskan kerja pada sebelah petang (Mednick, S. & Ehrman, E; 2006). Manfaat ini penting bagi warga emas kerana ia membantu mereka kekal produktif dan bersemangat, sekali gus meningkatkan kesejahteraan emosi dan sosial mereka.

Senaman Dan Aktiviti Fizikal

Di Madrasah Ibnu Mas'ud, aktiviti fizikal dan senaman seperti berjalan kaki mengelilingi kawasan pondok dilaksanakan warga emas pada waktu pagi mengikut kemampuan fizikal penghuni.

“Pagi-peggi lepas syuruk tu kan kan sebelum masa sarapan tu kita pusing jalan-jalan kawasan pondok ni. Macam pusing kaabah lah. Kita pusing. Ramai-ramai. Kadang-kadang sendiri. Sentiasa bergeraklah, jemur kain belakang tu...”

(Informan 2)

“Kadang lepas zikir pagi tu lepas isra', habis tu pusing. Jalan pusing pondok ni. Kadang ada yang enam kali. Kadang dua tiga round ke empat round. Dalam 30 minit lah macam tu...”

(Informan 3)

Senaman berjalan kaki menawarkan pelbagai manfaat kesihatan fizikal kepada warga emas. Aktiviti ini mudah dilakukan, tidak memerlukan peralatan khas, dan boleh disesuaikan mengikut kemampuan individu. Senaman berjalan kaki laju selama 12 minggu secara signifikan meningkatkan kelenturan, kekuatan otot anggota bawah, dan daya tahan kardiovaskular di kalangan wanita warga emas (Wang et al. 2024). Secara umum, berjalan kaki laju terbukti meningkatkan kecergasan kardiovaskular, kekuatan otot, dan komposisi badan. bukti menunjukkan bahawa berjalan kaki laju berintensiti tinggi (80–85%) lebih berkesan berbanding berjalan kaki laju berintensiti sederhana (60–75%) dalam meningkatkan kapasiti aerobik warga emas.

Amalan senaman yang disarankan ini bukan sahaja mendekatkan kita kepada sunnah Nabi SAW yang aktif dan sihat, malah terbukti berdasarkan penyelidikan moden sebagai kaedah untuk membantu pembangunan intelektual, kognitif serta memupuk kecerdasan emosi warga emas secara positif.

Kesimpulan

Kajian ini mendapati bahawa warga emas menghadapi pelbagai cabaran dalam mendalami ilmu agama khususnya proses pembelajaran hadis. Antara cabaran utama yang dihadapi adalah kemerosotan daya ingatan, masalah kesihatan, keterbatasan dalam penguasaan bahasa Arab, serta persekitaran dan bahan pembelajaran yang tidak bersesuaian dengan tahap ilmu dan usia warga emas. Namun, sokongan sosial dan kaedah pengajaran yang bersesuaian, seperti pendekatan mesra warga emas dapat membantu mereka mengatasi cabaran tersebut. Selain itu, program pembelajaran hadis perlu disesuaikan dengan keperluan dan minat mereka, di samping memastikan peranan tenaga pengajar yang sabar serta persekitaran pembelajaran yang fleksibel. Dari sudut penghayatan terhadap sunnah nabawi, kesemua warga emas mengakui bahawa amalan tersebut telah menjadi rutin harian mereka sepanjang menetap di madrasah berbanding kehidupan sebelum menjadi penghuni di pusat pengajian ini. Amalan-amalan ini dilakukan setiap hari sehinggakan sekiranya tidak melakukan fikiran terasa tidak tenang dan kehidupan harian tidak lengkap kerana merasakan keperluan untuk melakukannya setiap hari. Implikasi kajian ini menunjukkan bahawa pengajaran dan pembelajaran hadis kepada warga emas memerlukan pendekatan yang lebih holistik dan bersesuaian dengan keperluan mereka. Hasil kajian diharapkan menjadi garis panduan kepada pihak berkepentingan dalam merangka kurikulum dan strategi pengajaran dan pembelajaran hadis yang lebih berkesan kepada warga emas. Kajian lanjutan disarankan untuk meneroka keberkesanan penggunaan teknologi dalam pembelajaran hadis, serta faktor motivasi yang mendorong mereka untuk terus mempelajari hadis. Diharapkan usaha ini dapat meningkatkan kualiti pengajaran dan memastikan warga emas terus memperoleh manfaat daripada ajaran Islam sepanjang hayat mereka.

Penghargaan

Kajian ini didanai oleh Universiti Sains Islam Malaysia (USIM) dengan kerjasama Dar al-Qari Resource melalui skim geran USIM-Industri [PPPI/USIM-INDUSTRI/FPQS/USIM/13624]. Penghargaan khusus juga diberikan kepada Pusat Kajian al-Quran dan al-Sunnah, Fakulti Pengajian Islam, Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM), atas kepercayaan dan peluang yang diberikan melalui pelantikan sebagai penyelidik pasca-doktoral (KQ02023).

Rujukan

Al-Quran

- Abdul Rahman, N. H. & Mohamed Ramli, F. Z. (2018). Spesifikasi Qailullah Menurut Perspektif Al-Quran dan Al-Sunnah. *Proceeding of The International Conference on Contemporary Issues In al-Quran and Hadith 2018 (THIQAH 2018)*. ILIM, 15-29.
- Abu Hayyan, Muhammad bin Yusuf. (1999). *Tafsir Al-Bahr Al-Muhit*. Beirut: Dar Al-Fikri.
- Agos Salim, A. S. & Hamzah, M. I. (2024). Persepsi Warga Emas Terhadap Teknik Pengajaran Dalam Pendidikan Dewasa Di Pondok Unais. *International Journal of Advanced Research in Islamic Studies and Education (ARISE)*, 4 (2), 61-71.
- Ahmed Sayeed, S. & Prakash A. (2013). The Islamic Prayer (Salah>Namaaz) and Yiga Togetherness in Mental Health. *Indian Journak of Psychiatry*, 55 (2), 224-230.
- Ai Jing, C., & Mohd Noor, H. (2022). Konsep Penuaan Aktif di Malaysia: Satu Penelitian Awal. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 7(2), 1-29. <https://doi.org/10.47405/mjssh.v7i2.1204>
- Al-Alusi, Syihab Al-Din Mahmud bin Abdullah. (2010). *Ruh Al-Ma'ani Fi Tafsir Al-Quran Al-'Adhim Wa Al-Sab'u Al-Masani*. Beirut: Dar Al-Kutub Al-Ilmiyah.
- Ali, N. H., Zulkiply, S. R. I, Abdullah, M. N. & Eizani, N. I. S. (2024). Meneroka Isu dan Cabaran Warga Emas Dalam Penggunaan ICT: Satu Kajian Literature. *E-Prosiding Persidangan Antarabangsa Sains Sosial & Kemanusiaan Kali Ke 9*, 693-706.
- Ashaari, M. F., Norhisham, N. A. S., Mohamad Rasit, R. & Abd Khafidz, H. (2022). Sumber Sokongan Sosial untuk Warga Emas. *Jurnal Pengajian Islam*, 15 (1) 208-223.
- Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), p.77-101. Retrieved http://eprints.uwe.ac.uk/11735/2/thematic_analysis_revised_-_final.pdf
- Chang, H. J., Yang, K. I., Chu, M. K., Yun, C. H. & Kim, D. (2022). Association Between Nap and Reported Cognitive Function and Role of Sleep Debt: A Population-Based Study. *Journal of Clinical Neurology*. Jul,18(4),470-477. <https://doi.org/10.3988/jcn.2022.18.4.470>.
- Che' Sharif, N., Alavi, K., Subramaniam, P., & Ahmad Zamani, Z. (2015). Pengalaman dan Faktor Pengabaian Warga Emas dalam Komuniti. *Journal of Social Science and Humanities*, 10(1), 118-133.
- Darussamin, Z. (2020). *Kuliah Ilmu Hadis 1*. Yogyakarta: Kalimedia.
- Fadzil, N. F. & Othman, S. A. (2021). Interrelation between Qai'lullah, Blue Light Exposure and Neurocognitive Performances: A Short Review. *Journal of Quranic Sciences and Research*. 2 (2), 1-7.
- Ibnu Kathir, Ismail bin Umar. (1998). *Tafsir al-Quran al-'Azim*. Beirut: Dar Kutub al-'Ilmiyyah.
- Ishak, N. A. S. & Alavi, K. (2024). Meneroka Kesunyian Dan Keperluan Sokongan Emosi Ke Arah Kesejahteraan Hidup Warga Emas. *Jurnal Wacana Sarjana*, 8 (1), 1-11.
- Ismail, S., Abu Bakar, S., Mariam Abd. Majid, M., Abdul Razak, A. Z. & Ahmad Nazri, N. A. S. (2017). Analisis Keperluan Warga Emas Terhadap Pendidikan Pondok: Kajian di Pondok Rahmaniah Lubuk Tapah. *Persidangan Antarabangsa Pengajian Islamiyyat Kali Ke-3 (IRSYAD2017)*, 60-70.
- Jabatan Kebajikan Masyarakat Malaysia. (2017). *Dasar Warga Emas Negara*. <https://www.jkm.gov.my/>
- Kementerian Pembangunan Wanita Keluarga dan Masyarakat. (T.t). *Dasar Kesihatan Warga Emas Negara*. <https://www.kpwkm.gov.my/kpwk m/>
- Lai, W. H., Hon, Y. k., Pang, G. M. H, Chong, E. M. G., Nordin, N., Tiong, L. L., Tan, S. H., Sopian, R. A., Lee, Y. F., Rosli, N. (2022). Dementia of The Ageing Population in

- Malaysia: A Scoping Review of Published Research. *Aging and Health Research*, 2 (2), 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.ahr.2022.100077>
- Mednick, S. & Ehrman, E. (2006). *Take a nap! Change your life*. New York, NY: Workman Publishing.
- Mohd Amin, M. F., temubual oleh Ismail, F. U. N., Nilai, 7 Januari 2025.
- Romlah, S. & Rusdi. (2023). Pendidikan Agama Islam Sebagai Pilar Pembentukan Moral dan Etika. *Al-Ibrah*, 8 (30), 67-85.
- Saidin, M. & Abdul Majid, L. (2025). The Balance of Life Quality Among The Elderly Through The Practice of Sunnah Nabawiyah: A Study at Madrasah Ibnu Mas'ud, Malaysia. *International Journal of Academic Research in Business & Social Science*, 15 (2), 105-117. DOI:10.6007/IJARBS/v15-i2/24499
- Saidin, N. F., Mohd Bukhari, N. A. & Yue, W. S. (2023). Penggunaan Teknologi Multimedia Terhadap Keberkesanan Pengajaran dan Pembelajaran Dalam Sistem Pendidikan di Malaysia. *Isu Dalam Pendidikan*, 46, 44-57.
- Selangor Kini. (2024). Cakna Kebajikan Warga Emas, Negeri Sasar Bina Pusat Aktiviti di Setiap Parlimen. <https://selangorkini.my/>
- Siren, N. R. (2015). Psikologi dan Penerimaan Warga Emas di Kompleks Warga Emas al-Jenderami. *Jurnal Usuluddin*, 41 (1), 73-93.
- Syafi'i, M. H. & Mulya, A. (2024). Literature Study on The Impact of Congregational Morning Prayer on Academic Anxiety: A View on Psychospiritual and Psychoneuroimmunology in Students. *Journal of Islamic Communication and Counseling*, 3 (1), 73-90.
- Tobing, Y. V. L, Boy, E, Mukhtasor, A. S. & Furqoni, A. (2022). The Effect of Reading the Qur'an on the Cognitive Function of the Elderly. *MAGNA MEDIKA Berk Ilm Kedokteran dan Kesehatan*, 9(2), 183– 189.
- Wang, Y., Lu, Y., Fang, Z., Yan, H., Li, J., Ye, Z., Yu, Y. & Shan, W. (2024). Brisk Walking Improves Motor Function and Lower Limb Muscle Strength in Chinese Women Aged 80 Years and Older. *Scientific Reports*, 14: 7933. <https://doi.org/10.1038 /s41598-024- 55925-6>
- Wijayanti, I., Sandi, D. H., Pusparini, A., Haslinda, N., Rahma, H. S. & Suyono, H. (2024). Menjaga Ingatan Lansia: Studi Kasus Penurunan Fungsi Kognitif pada Lansia di Sompok Sriharjo Bantul untuk Pengembangan Rancangan Intervensi Berbasis Komunitas. *Seminar Nasional Psikologi*. 233-245.
- Zakaria, Z. & Mohd Kusrin, Z. (2023). Kepentingan Amalan Beragama Bagi Warga Emas dan Perlaksanaannya di Pusat Jagaan Terpilih di Malaysia. *Journal of Contemporary Islamic Law*. 8(2), 1-9. <https://doi.org/10.26475/jcil.2023.8.2.01>