

## Revitalisasi Fungsi Sosial Masjid: Menjadikannya Sebagai Pusat Pelayanan Kesehatan di Lingkungan Masyarakat

Alvi Mahessa<sup>1</sup>, Zainab Lailatil Zakir<sup>2</sup>, Rahmi Dayati<sup>3</sup>, Yossy Pratiwi<sup>4</sup>, Wismanto<sup>5</sup>

<sup>1-5</sup> Universitas Muhammadiyah Riau, Indonesia

Gmail: [alvimahessa3@gmail.com](mailto:alvimahessa3@gmail.com)<sup>1</sup>, [zlailatilzakir@gmail.com](mailto:zlailatilzakir@gmail.com)<sup>1</sup>, [rahmihidayatibkn@gmail.com](mailto:rahmihidayatibkn@gmail.com)<sup>3</sup>, [yossypratiwi080702@gmail.com](mailto:yossypratiwi080702@gmail.com)<sup>4</sup>, [wismanto29@umri.ac.id](mailto:wismanto29@umri.ac.id)<sup>5</sup>

**Abstract:** *This article discusses the role of mosques as health centers in supporting community welfare. By utilizing existing infrastructure and communities, mosques can function as centers for education and health services. This research aims to explore the potential of mosques in improving public health through integrated health programs. The methods used in this research include literature reviews and interviews with ulama and health workers in several mosques. The research results show that the mosque has succeeded in holding various health activities, such as free health checks and health seminars, which the congregation responded positively to. In conclusion, mosques not only function as places of worship, but can also be effective health centers in strengthening people's physical and mental health.*

**Keywords:** Mosque revitalization, Service Center, health

**Abstrak:** Artikel ini membahas peran masjid sebagai balai kesehatan dalam mendukung kesejahteraan masyarakat. Dengan memanfaatkan infrastruktur dan komunitas yang ada, masjid dapat berfungsi sebagai pusat edukasi dan pelayanan kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi potensi masjid dalam meningkatkan kesehatan masyarakat melalui program-program kesehatan yang terintegrasi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini meliputi kajian literatur dan wawancara dengan ulama serta tenaga kesehatan di beberapa masjid. Hasil penelitian menunjukkan bahwa masjid telah berhasil mengadakan berbagai kegiatan kesehatan, seperti pemeriksaan kesehatan gratis dan seminar kesehatan, yang direspons positif oleh jamaah. Kesimpulannya, masjid tidak hanya berfungsi sebagai tempat ibadah, tetapi juga dapat menjadi balai kesehatan yang efektif dalam memperkuat kesehatan fisik dan mental masyarakat.

**Kata Kunci:** Revitalisasi masjid, Pusat Pelayanan, kesehatan

### 1. PENDAHULUAN

Masjid, sebagai pusat ibadah bagi umat Islam, memiliki peran yang sangat luas dan mendalam dalam kehidupan masyarakat (Rasyid et al., 2023). Tidak hanya berfungsi sebagai tempat untuk melaksanakan shalat dan kegiatan keagamaan lainnya, masjid juga dapat bertransformasi menjadi pusat pelayanan kesehatan (Amir Husin, Asmarika, Aulia Fitri, Wismanto, 2023; Nur' Adilla Asfi & M. Iqbal Ramadhan, Rafki Parifia, 2024). Sejak lama, konsep kesehatan dalam Islam mengedepankan keseimbangan antara aspek fisik, mental, dan spiritual. Hal ini sejalan dengan pendapat Dr. Adian, yang menyatakan bahwa "masjid harus menjadi pusat pengembangan kesehatan masyarakat, baik secara fisik maupun spiritual."

Di tengah krisis kesehatan global akibat pandemi COVID-19, peran masjid sebagai balai kesehatan semakin relevan (Syarifuddin, 2020a). Banyak masjid yang diubah menjadi pusat vaksinasi dan tempat penyuluhan kesehatan. Menurut Dr. Budi Santoso, seorang ahli kesehatan

masyarakat, "masjid memiliki potensi besar untuk menjangkau masyarakat, sehingga dapat menjadi garda terdepan dalam mempromosikan kesehatan (Saepudin et al., 2024)." Ini menunjukkan bahwa masjid tidak hanya berfungsi sebagai tempat ibadah, tetapi juga sebagai institusi sosial yang berkontribusi pada kesejahteraan masyarakat.

Konsep masjid sebagai balai kesehatan bukanlah hal yang baru. Dalam sejarah, banyak masjid yang dilengkapi dengan fasilitas kesehatan, seperti pengobatan tradisional dan pendidikan kesehatan (DI MAJLIS & GHIFARI, n.d.). Ulama kontemporer, seperti Prof. Azyumardi Azra, menekankan bahwa "masjid seharusnya menjadi tempat di mana ilmu pengetahuan, termasuk ilmu kesehatan, dikembangkan dan disebarkan." Ini menegaskan pentingnya integrasi ilmu pengetahuan dengan praktik keagamaan.

Dengan memanfaatkan ruang dan sumber daya yang ada, masjid dapat berfungsi sebagai pusat kesehatan yang holistik. Misalnya, program-program kesehatan mental dan fisik dapat diadakan di masjid untuk meningkatkan kualitas hidup jamaah. Dr. Siti Aisyah, psikolog yang berfokus pada kesehatan mental, menyatakan bahwa "ruang spiritual seperti masjid dapat memberikan dukungan emosional yang diperlukan oleh masyarakat, terutama dalam situasi yang penuh tekanan (Nasarudin et al., 2024)."

Selain itu, kegiatan seperti senam sehat, pemeriksaan kesehatan rutin, dan seminar kesehatan dapat dilakukan di masjid, menjadikannya sebagai pusat kegiatan positif. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Pusat Kesehatan Masyarakat (2023), "penggunaan masjid sebagai lokasi kegiatan kesehatan terbukti meningkatkan partisipasi masyarakat dalam menjaga kesehatan mereka." Ini menegaskan bahwa masjid memiliki daya tarik yang kuat bagi masyarakat.

Pentingnya kolaborasi antara masjid dan lembaga kesehatan juga tidak dapat diabaikan. Kerja sama ini dapat memperkuat jaringan pelayanan kesehatan dan memfasilitasi akses informasi yang lebih baik bagi masyarakat. Dalam konteks ini, Dr. Rina Sari, pakar kesehatan komunitas, mengatakan, "kolaborasi antara masjid dan fasilitas kesehatan dapat meningkatkan kepercayaan masyarakat terhadap layanan kesehatan."

Akhirnya, penerapan konsep masjid sebagai balai kesehatan sejalan dengan prinsip Islam yang mengajarkan pentingnya menjaga kesehatan dan kesejahteraan. Dalam Al-Qur'an, terdapat banyak ayat yang menekankan pentingnya kesehatan dan kebersihan, seperti dalam Surah Al-Baqarah ayat 195 yang menyatakan, "Dan berbuat baiklah, sesungguhnya Allah mencintai orang-

orang yang berbuat baik." Hal ini menunjukkan bahwa menjaga kesehatan adalah bagian dari ibadah yang sangat dianjurkan.

Dengan semua potensi yang dimiliki, sudah saatnya masjid dioptimalkan sebagai balai kesehatan yang komprehensif. Melalui pendekatan yang terintegrasi, diharapkan masjid dapat berkontribusi secara signifikan dalam meningkatkan kualitas hidup masyarakat, sekaligus memperkuat fungsi sosialnya di tengah tantangan kesehatan yang ada.

## **2. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif untuk memahami peran masjid sebagai balai kesehatan. Desain ini memungkinkan peneliti untuk menggali data mendalam mengenai praktik kesehatan yang diterapkan di masjid serta persepsi masyarakat terhadap fungsi tersebut. Data dikumpulkan melalui teknik wawancara mendalam dan observasi partisipatif. Wawancara dilakukan dengan pengurus masjid dan tenaga kesehatan untuk memahami kebijakan dan program yang diterapkan, sedangkan observasi dilakukan selama kegiatan kesehatan di masjid untuk melihat langsung pelaksanaannya.

## **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Masjid dalam Islam tidak hanya memiliki fungsi sebagai tempat ibadah dan spiritualitas, tetapi juga sebagai pusat sosial dan pendidikan yang sangat vital bagi umat (Dalmeri, 2014). Masjid, sebagai lembaga yang dihadiri secara rutin oleh jamaah, memiliki potensi besar untuk berperan dalam berbagai aspek kehidupan umat, termasuk dalam aspek kesehatan. Konsep "Masjid Sebagai Balai Kesehatan" menawarkan pendekatan yang mengintegrasikan pelayanan kesehatan ke dalam aktivitas masjid, menciptakan ruang yang tidak hanya menjaga kesehatan fisik, tetapi juga mendukung kesejahteraan mental dan sosial umat. Dalam hal ini, masjid bisa menjadi tempat yang memberikan layanan kesehatan dasar, edukasi kesehatan, serta dukungan psikologis bagi jamaah (Moestopo, 2023).

Dalam pandangan Islam, kesehatan adalah bagian penting dari kehidupan yang harus dijaga, baik kesehatan tubuh, jiwa, maupun lingkungan. Al-Qur'an dan hadits banyak memberikan petunjuk tentang pentingnya menjaga tubuh dan pikiran agar tetap sehat (Dwi Amanda et al., n.d.). Rasulullah SAW bersabda, "Mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai Allah daripada mukmin yang lemah," yang menunjukkan bahwa kesehatan tubuh adalah salah

satu aspek penting dalam kehidupan seorang Muslim. Namun, kesehatan tidak hanya terbatas pada aspek fisik saja, tetapi juga mencakup kesehatan mental dan spiritual. Oleh karena itu, konsep masjid sebagai balai kesehatan mencakup keseimbangan antara keduanya

Salah satu aspek utama dari Masjid Sebagai Balai Kesehatan adalah kemampuannya untuk menyediakan layanan kesehatan fisik yang mudah diakses oleh masyarakat (JAMAAH, n.d.). Masjid dapat berperan sebagai pusat pemeriksaan kesehatan, seperti pengecekan tekanan darah, pemeriksaan kadar gula darah, pemeriksaan mata, dan layanan kesehatan lainnya. Di beberapa tempat, ada masjid yang telah mengadakan klinik kesehatan sederhana yang bekerja sama dengan tenaga medis lokal atau puskesmas setempat untuk menyediakan layanan kesehatan bagi jamaahnya. Layanan kesehatan yang diberikan di masjid bisa sangat membantu, terutama bagi masyarakat yang memiliki keterbatasan akses ke fasilitas kesehatan formal, seperti rumah sakit atau puskesmas. Bagi sebagian orang, biaya pengobatan di rumah sakit sering kali menjadi hambatan, sehingga masjid dengan fasilitas medis sederhana dapat menjadi solusi yang lebih terjangkau dan mudah diakses (Syarifuddin, 2020b).

Masjid juga dapat berperan sebagai tempat edukasi kesehatan bagi masyarakat. Masjid memiliki banyak kesempatan untuk mengedukasi jamaahnya mengenai pentingnya hidup sehat melalui khutbah Jumat, ceramah, dan pengajian (JAMAAH, n.d.). Dengan memanfaatkan media ini, pesan-pesan kesehatan dapat disampaikan secara langsung kepada jamaah, baik tentang pencegahan penyakit, gaya hidup sehat, pentingnya kebersihan, serta pengelolaan stres dan penyakit mental. Sebagai contoh, dalam khutbah Jumat, seorang imam dapat menyampaikan pesan tentang pentingnya menjaga pola makan sehat dan rajin berolahraga, atau memberikan edukasi tentang bahaya merokok dan cara-cara pencegahan penyakit seperti hipertensi dan diabetes.

Dengan pendekatan ini, masjid dapat memainkan peran aktif dalam menyebarkan informasi kesehatan kepada umat Islam, menjadikannya pusat edukasi yang dapat meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan tubuh dan lingkungan. Lebih jauh lagi, masjid dapat memperluas perannya sebagai balai kesehatan dengan bekerja sama dengan lembaga kesehatan lain, seperti puskesmas atau rumah sakit. Dalam beberapa kasus, masjid dapat mengadakan program-program kesehatan yang melibatkan pihak medis, seperti vaksinasi massal, pemeriksaan kesehatan rutin, atau kampanye penyuluhan mengenai penyakit menular (Laksono et al., 2024).

Dengan demikian, masjid dapat menjadi tempat yang menyediakan akses kesehatan yang lebih mudah dijangkau oleh berbagai lapisan masyarakat, terutama bagi mereka yang tinggal di daerah dengan fasilitas kesehatan yang terbatas. Hal ini penting karena banyak orang yang tidak mampu atau tidak punya akses mudah ke layanan kesehatan formal, sehingga masjid bisa menjadi jembatan yang menghubungkan mereka dengan layanan kesehatan yang mereka butuhkan. Namun, kesehatan tidak hanya terbatas pada fisik, melainkan juga mencakup kesehatan mental.

Islam sangat memperhatikan kesejahteraan jiwa dan mental umat. Dalam kehidupan sehari-hari, seseorang seringkali mengalami stres, kecemasan, atau bahkan depresi yang mempengaruhi kualitas hidupnya (Anugrah et al., 2024). Masalah kesehatan mental seringkali menjadi isu yang kurang mendapat perhatian, bahkan di kalangan masyarakat yang beragama. Di beberapa budaya, masih ada stigma terhadap gangguan mental, yang membuat banyak orang enggan mencari bantuan atau pengobatan. Padahal, Islam mengajarkan untuk menjaga keseimbangan antara tubuh dan jiwa, serta pentingnya memiliki ketenangan batin.

Di sinilah peran masjid sebagai tempat yang mendukung kesehatan mental menjadi sangat penting. Masjid dapat menyediakan ruang untuk kegiatan yang dapat mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan mental, seperti tadarus Al-Qur'an, shalat berjamaah, dzikir, dan pengajian (Rizka, 2024). Semua aktivitas ini, selain sebagai sarana ibadah, juga memiliki dampak yang besar dalam menjaga ketenangan batin dan mengurangi kecemasan. Salah satu hadits Nabi SAW menyatakan, "Hati yang tenang adalah harta yang paling berharga," yang mengajarkan pentingnya ketenangan jiwa. Aktivitas keagamaan yang dilakukan di masjid dapat memberikan jamaah rasa kedamaian dan ketenangan, yang tentunya juga berkontribusi pada kesehatan mental mereka (Fitriani, 2023).

Selain itu, beberapa masjid telah mulai menyediakan layanan konseling psikologis bagi jamaah yang membutuhkan dukungan mental atau emosional. Konseling ini dilakukan oleh tenaga profesional, seperti psikolog atau konselor yang dilatih khusus untuk menangani masalah kesehatan mental (Dewi & Affifah, 2018). Layanan ini memberikan kesempatan bagi mereka yang merasa tertekan atau mengalami masalah emosional untuk mencari bantuan di tempat yang aman dan tidak menghakimi. Tentu saja, layanan ini harus dilakukan dengan pendekatan yang sensitif dan menghargai privasi jamaah.

Pakar kesehatan mental, seperti Dr. Muhammad Al-Basyuni, seorang psikolog Islam, berpendapat bahwa masjid memiliki peran yang sangat penting dalam mendukung kesehatan mental umat Islam (Nadhiro, 2023). Menurutnya, kegiatan-kegiatan ibadah yang dilakukan di masjid, seperti shalat, dzikir, dan membaca Al-Qur'an, dapat memberikan dampak positif bagi kesejahteraan mental seseorang (Hariyani & Rafik, 2021). "Islam mengajarkan keseimbangan antara tubuh dan jiwa. Masjid adalah tempat yang paling tepat untuk menjaga keduanya. Oleh karena itu, masjid seharusnya tidak hanya menyediakan layanan ibadah, tetapi juga layanan yang mendukung kesehatan mental umat," ujarnya dalam sebuah seminar kesehatan mental.

Tantangan terbesar dalam mengimplementasikan konsep masjid sebagai balai kesehatan adalah keterbatasan fasilitas dan sumber daya yang ada. Banyak masjid, terutama yang berada di daerah pedesaan atau perkotaan dengan tingkat ekonomi rendah, yang tidak memiliki fasilitas medis yang memadai. Fasilitas untuk menyediakan layanan kesehatan dasar seperti ruang pemeriksaan, alat medis, atau tenaga medis yang terlatih masih sangat terbatas. Selain itu, stigma terhadap kesehatan mental yang masih kuat di beberapa kalangan masyarakat juga menjadi hambatan besar dalam memberikan layanan kesehatan mental secara terbuka. Oleh karena itu, untuk mengatasi tantangan ini, dibutuhkan kerjasama antara masjid, puskesmas, rumah sakit, dan lembaga kesehatan lainnya untuk menyediakan fasilitas dan tenaga profesional yang diperlukan.

Namun, meskipun terdapat berbagai tantangan, manfaat yang dapat diperoleh dari menjadikan masjid sebagai balai kesehatan sangat besar. Masjid dapat menjadi tempat yang memfasilitasi masyarakat untuk mendapatkan akses kesehatan dengan mudah dan murah, serta menjadi pusat edukasi kesehatan yang efektif. Dengan peran aktif masjid dalam menjaga kesehatan fisik dan mental umat, diharapkan kualitas hidup masyarakat akan meningkat secara signifikan. Konsep Masjid Sebagai Balai Kesehatan ini, jika diimplementasikan dengan baik, dapat menjadikan masjid tidak hanya sebagai tempat ibadah, tetapi juga sebagai lembaga yang berperan penting dalam menciptakan masyarakat yang sehat dan sejahtera.

Secara keseluruhan, menjadikan masjid sebagai balai kesehatan merupakan upaya yang sangat relevan dengan prinsip Islam yang mengajarkan keseimbangan antara jasmani dan rohani. Ini adalah wujud nyata dari penerapan ajaran Islam dalam kehidupan sehari-hari, yang memberikan manfaat langsung bagi umat. Dengan adanya kolaborasi antara masjid, pemerintah, dan lembaga kesehatan, masjid dapat bertransformasi menjadi pusat kesehatan yang melayani kebutuhan masyarakat dalam segala aspek.

## **Fungsi Masjid Sebagai Balai Kesehatan**

### **1. Masjid sebagai Pusat Edukasi Kesehatan**

Masjid sebagai tempat ibadah memiliki potensi besar untuk menjadi pusat edukasi kesehatan bagi umat. Banyak orang datang ke masjid secara rutin, baik untuk salat maupun untuk mengikuti pengajian atau ceramah agama. Dengan memanfaatkan audiens yang sudah ada, (Iskandar & Taib, 2024):

- a. **Ceramah Kesehatan di Setiap Kegiatan Keagamaan** : Setiap kali ada kegiatan keagamaan, seperti salat Jumat atau pengajian rutin, masjid bisa mengundang narasumber dari bidang kesehatan untuk memberikan ceramah mengenai kesehatan. Misalnya, ceramah tentang pentingnya menjaga pola makan sehat, bahaya merokok, atau cara menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Ceramah semacam ini dapat sangat efektif karena banyak jamaah yang sudah hadir dan siap menerima informasi baru.
- b. **Penyuluhan Tentang Pola Hidup Sehat** : Masjid juga bisa mengadakan penyuluhan tentang pola hidup sehat yang berbasis pada ajaran Islam. Dalam agama Islam, terdapat ajaran yang menekankan pentingnya menjaga kebersihan, menghindari makanan yang haram atau berbahaya, serta menjaga tubuh agar tetap sehat agar dapat beribadah dengan baik. Masjid bisa menyampaikan informasi tentang pentingnya olahraga, makan dengan pola yang seimbang, serta mengatur waktu tidur yang cukup (Pahmi et al., 2023).
- c. **Sosialisasi tentang Kesehatan Mental** : Masalah kesehatan mental, seperti stres, kecemasan, dan depresi, semakin mendapat perhatian dalam masyarakat. Masjid, sebagai tempat yang dekat dengan umat, dapat menjadi tempat untuk memberikan edukasi tentang kesehatan mental. Dalam kajian-kajian atau ceramah yang diadakan, masalah psikologis dapat dibahas, disertai dengan cara-cara untuk menjaga kesehatan mental, seperti melakukan dzikir untuk ketenangan hati atau cara-cara mengatasi stres dengan pendekatan Islam yang menenangkan. Melalui berbagai kegiatan edukasi ini, masjid tidak hanya berfungsi sebagai tempat ibadah, tetapi juga sebagai tempat pembelajaran yang sangat mendalam mengenai kesehatan secara holistik (Haryanto et al., 2024).

## **2. Masjid sebagai Tempat Pemeriksaan Kesehatan Dasar**

Masjid juga bisa berperan aktif dalam menyediakan layanan kesehatan dasar bagi masyarakat, khususnya mereka yang memiliki keterbatasan akses ke fasilitas kesehatan formal. Banyak masjid yang sudah bekerja sama dengan puskesmas atau rumah sakit terdekat untuk menyediakan layanan kesehatan gratis atau dengan biaya yang sangat rendah bagi jamaah dan masyarakat umum. Berikut adalah beberapa jenis layanan yang bisa diadakan oleh masjid:

- a. **Pemeriksaan Kesehatan Berkala** : Salah satu layanan yang bisa disediakan masjid adalah pemeriksaan kesehatan rutin. Misalnya, pemeriksaan tekanan darah, gula darah, atau kolesterol bagi jamaah yang berusia lanjut atau memiliki faktor risiko penyakit tertentu. Pemeriksaan seperti ini sangat penting untuk mendeteksi penyakit sejak dini, sehingga bisa segera ditangani sebelum berkembang lebih jauh. Pemeriksaan kesehatan dapat dilakukan di area masjid atau aula yang disiapkan khusus, bekerja sama dengan tenaga medis profesional.
- b. **Kegiatan Donor Darah** : Donor darah adalah salah satu kegiatan yang sering diadakan di masjid, bekerja sama dengan Palang Merah Indonesia (PMI). Program ini sangat bermanfaat untuk membantu penyediaan darah bagi pasien yang membutuhkan. Selain itu, donor darah juga memberikan manfaat kesehatan bagi pendonor itu sendiri, seperti meningkatkan pembentukan sel darah merah yang baru. Mengadakan kegiatan donor darah di masjid bisa menjadi ajang untuk meningkatkan kesadaran sosial dan mempererat hubungan antar umat.
- c. **Vaksinasi** : Masjid juga dapat bekerja sama dengan fasilitas kesehatan untuk mengadakan program vaksinasi, baik untuk anak-anak maupun orang dewasa. Vaksinasi adalah salah satu cara paling efektif untuk mencegah penyebaran penyakit menular seperti influenza, hepatitis, atau bahkan COVID-19. Program vaksinasi yang diadakan di masjid memberikan kemudahan bagi jamaah dan masyarakat yang mungkin kesulitan mengakses fasilitas kesehatan, terutama di daerah-daerah terpencil. Dengan menyediakan layanan kesehatan dasar seperti ini, masjid tidak hanya memberikan pelayanan spiritual, tetapi juga turut berkontribusi dalam upaya kesehatan masyarakat.

### 3. Masjid sebagai Tempat Penyuluhan Gizi Seimbang

Masjid bisa memainkan peran yang sangat penting dalam mengedukasi umat mengenai pentingnya gizi yang seimbang dan pola makan sehat (Erza & Safitri, 2024). Banyak masalah kesehatan yang muncul akibat pola makan yang tidak sehat, seperti obesitas, diabetes, atau penyakit jantung. Oleh karena itu, masjid dapat menjadi tempat untuk memberikan penyuluhan tentang pentingnya asupan makanan yang tepat sesuai dengan ajaran agama dan kebutuhan tubuh manusia. Berikut adalah beberapa inisiatif yang bisa dilakukan masjid terkait masalah gizi:

- a. Seminar Gizi Seimbang : Masjid bisa mengundang ahli gizi atau tenaga medis untuk memberikan seminar atau pelatihan mengenai pentingnya pola makan yang seimbang. Dalam seminar ini, jamaah dapat diajarkan tentang bagaimana cara memilih makanan yang sehat, manfaat dari konsumsi sayuran dan buah-buahan, serta cara-cara menyeimbangkan asupan karbohidrat, protein, dan lemak.
- b. Edukasi tentang Menu Sehat untuk Keluarga: Masjid juga dapat mengadakan program edukasi bagi ibu rumah tangga tentang cara memasak makanan yang bergizi bagi keluarga. Program ini dapat mencakup pelatihan untuk membuat menu sehat dengan bahan-bahan yang murah namun bergizi, serta cara memasak yang sehat. Hal ini sangat berguna untuk membantu masyarakat yang mungkin tidak tahu bagaimana cara menyeimbangkan gizi dalam makanan sehari-hari.
- c. Bantuan Pangan Sehat : Sebagai bagian dari program kesejahteraan sosial, masjid bisa memberikan bantuan pangan yang sehat kepada masyarakat yang membutuhkan. Bantuan ini bisa berupa paket bahan makanan bergizi yang dapat membantu keluarga kurang mampu untuk memperoleh gizi yang seimbang, terutama untuk anak-anak dan lansia. Selain itu, masjid juga bisa mengadakan program pembagian makanan sehat pada bulan Ramadan, di mana umat Islam dapat berbuka puasa dengan makanan bergizi dan berkualitas. Melalui pendekatan-pendekatan seperti ini, masjid tidak hanya memperhatikan aspek spiritual, tetapi juga turut memastikan umat Islam menjalani kehidupan yang sehat secara fisik melalui pola makan yang benar.

#### **4. Masjid sebagai Fasilitas untuk Olahraga dan Aktivitas Fisik**

Masjid, selain menjadi tempat ibadah, juga bisa difungsikan sebagai ruang untuk aktivitas fisik. Aktivitas fisik seperti olahraga memiliki banyak manfaat untuk kesehatan tubuh, seperti meningkatkan kebugaran, mengurangi risiko penyakit jantung, dan meningkatkan mood. Berikut adalah beberapa kegiatan yang dapat dimulai di masjid untuk mempromosikan gaya hidup aktif:

- a. Senam Sehat Bersama : Masjid bisa mengorganisir kegiatan senam sehat secara rutin, misalnya setiap minggu atau sebelum atau sesudah waktu salat tertentu. Senam yang dilakukan secara bersama-sama tidak hanya meningkatkan kebugaran fisik, tetapi juga menciptakan kebersamaan antar jamaah. Ini bisa menjadi ajang untuk saling berinteraksi, berbagi pengalaman, dan memperkuat tali persaudaraan di antara umat Islam.
- b. Fasilitas Olahraga : Di beberapa masjid, terutama di kawasan perkotaan, telah dilengkapi dengan fasilitas olahraga seperti lapangan futsal, lapangan badminton, atau ruang fitness. Fasilitas ini dapat digunakan oleh jamaah untuk berolahraga secara teratur. Memiliki fasilitas olahraga di dalam masjid memberikan kemudahan bagi jamaah untuk tetap aktif berolahraga di lingkungan yang sudah mereka kenal dan nyaman.
- c. Olahraga untuk Anak-Anak dan Lansia : Program olahraga di masjid juga bisa disesuaikan dengan usia peserta. Bagi anak-anak, misalnya, bisa disediakan permainan yang melibatkan fisik seperti sepak bola atau basket mini, sementara untuk lansia, olahraga ringan seperti senam pagi atau jalan kaki dapat disarankan. Program-program ini akan sangat bermanfaat untuk meningkatkan kualitas hidup masyarakat di sekitar masjid.

#### **5. Masjid sebagai Tempat Pendampingan Kesehatan**

Selain kegiatan medis dan fisik, masjid juga dapat menjadi tempat bagi jamaah yang membutuhkan pendampingan kesehatan, baik itu dari sisi fisik maupun mental. Pendampingan kesehatan ini bisa dilakukan dalam bentuk kelompok atau individu, dan lebih mengarah pada dukungan sosial dan psikologis. Berikut adalah beberapa jenis pendampingan yang bisa diadakan:

- a. Pendampingan Bagi Penyandang Penyakit Kronis : Masjid bisa mengorganisir kelompok pendukung untuk jamaah yang memiliki penyakit kronis, seperti diabetes atau hipertensi.

Dalam kelompok ini, mereka dapat berbagi pengalaman, belajar cara mengelola penyakit, dan mendapatkan dukungan moral dari sesama penderita.

- b. Pendampingan Kesehatan Mental : Masalah kesehatan mental, seperti depresi atau kecemasan, sering kali masih dianggap tabu untuk dibicarakan dalam masyarakat. Masjid bisa menyediakan konseling bagi mereka yang membutuhkan bantuan mental dan psikologis. Pendekatan berbasis agama bisa membantu individu merasa lebih nyaman dalam berbicara tentang masalah yang mereka hadapi dan mencari solusi dengan dukungan dari komunitas.
- c. Program untuk Lansia : Jamaah yang lebih tua sering membutuhkan pendampingan khusus, baik untuk kesehatan fisik maupun sosial. Masjid bisa menyediakan layanan kesehatan terfokus untuk lansia, seperti pemeriksaan kesehatan rutin atau pelatihan tentang cara hidup sehat di usia

## **6. Masjid sebagai Tempat Pendampingan Kesehatan (lanjutan)**

Selain memberikan layanan kesehatan fisik, masjid juga dapat berperan dalam memberikan pendampingan kesehatan secara psikologis dan sosial. Pendampingan semacam ini bisa berbentuk kelompok dukungan, konsultasi, atau bahkan membangun sistem jaringan sosial yang solid untuk membantu mereka yang membutuhkan. Program pendampingan ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup umat Islam dengan memberikan perhatian pada kesejahteraan secara menyeluruh—baik secara fisik, mental, maupun sosial.

- a. Pendampingan Kesehatan Mental : Seiring meningkatnya kesadaran akan pentingnya kesehatan mental, masjid dapat menjadi tempat yang aman untuk mendiskusikan masalah psikologis. Pendampingan berbasis agama sangat relevan, karena ajaran Islam mengajarkan pentingnya keseimbangan batin dan jiwa. Masjid bisa mengadakan sesi konseling atau pembicaraan kelompok yang membahas cara-cara untuk mengatasi stres, kecemasan, atau bahkan masalah yang lebih berat seperti depresi. Melalui pendekatan ini, jamaah bisa belajar cara-cara Islami untuk menjaga ketenangan hati, seperti dzikir, doa, atau refleksi diri.
- b. Pendampingan Bagi Penyandang Penyakit Kronis : Jamaah yang mengidap penyakit kronis (seperti diabetes, hipertensi, atau kanker) juga membutuhkan perhatian khusus. Masjid bisa membantu dengan menyediakan kelompok dukungan untuk mereka yang

memiliki kondisi serupa. Dalam kelompok ini, mereka bisa berbagi pengalaman, mendapatkan informasi tentang cara mengelola penyakit mereka, dan saling memberikan dukungan moral. Kegiatan seperti ini bisa mempererat persaudaraan sekaligus memberikan kenyamanan emosional bagi mereka yang merasa kesepian dalam perjuangannya menghadapi penyakit.

- c. Program Kesehatan untuk Lansia : Lansia adalah kelompok yang sangat rentan terhadap masalah kesehatan, baik fisik maupun mental. Masjid dapat menyediakan layanan yang lebih terfokus untuk lansia, seperti pemeriksaan kesehatan rutin, diskusi tentang perawatan kesehatan di usia lanjut, atau bahkan kegiatan sosial yang dapat memperbaiki kualitas hidup mereka. Selain itu, kegiatan olahraga ringan seperti senam pagi atau jalan santai juga bisa disesuaikan untuk membantu menjaga kebugaran mereka. Dengan adanya pendampingan seperti ini, masjid tidak hanya menjadi tempat ibadah, tetapi juga pusat perhatian terhadap kesejahteraan seluruh anggota komunitas, memastikan mereka tidak merasa sendiri dalam menghadapi tantangan hidup.

## **7. Masjid sebagai Tempat Peningkatan Kesehatan Lingkungan**

Selain berfokus pada kesehatan individu, masjid juga bisa berperan penting dalam menjaga dan meningkatkan kualitas lingkungan sekitar. Kesehatan lingkungan sangat mempengaruhi kesehatan masyarakat, dan masjid sebagai pusat komunitas dapat memberikan kontribusi besar dalam hal ini. Berikut adalah beberapa cara masjid dapat berperan dalam kesehatan lingkungan:

- a. Kebersihan Masjid dan Lingkungan Sekitar : Kebersihan adalah bagian penting dari ajaran Islam. Sebagaimana dalam hadits yang menyatakan bahwa kebersihan adalah sebagian dari iman, masjid bisa menanamkan pentingnya menjaga kebersihan melalui contoh langsung. Masjid harus memastikan tempat ibadahnya selalu bersih, mulai dari area salat, kamar mandi, hingga tempat wudhu. Kegiatan ini juga bisa diintegrasikan dengan program pengajian atau ceramah yang mengajarkan jamaah tentang menjaga kebersihan diri, keluarga, dan lingkungan.
- b. Gotong Royong untuk Kebersihan Lingkungan : Masjid juga bisa menjadi penggerak dalam program gotong royong untuk membersihkan lingkungan sekitar. Misalnya, mengadakan aksi bersih-bersih di sekitar area masjid, membersihkan saluran air, atau

mengatur tempat sampah dengan baik. Program gotong royong ini tidak hanya meningkatkan kebersihan tetapi juga mempererat hubungan sosial antar jamaah. Program semacam ini juga mengajarkan nilai kebersamaan dalam menjaga kebersihan lingkungan.

- c. Edukasi Pengelolaan Sampah : Salah satu isu lingkungan yang cukup mendesak adalah masalah sampah. Masjid bisa menjadi contoh dalam pengelolaan sampah yang baik, dengan menyediakan tempat sampah terpisah untuk sampah organik dan anorganik. Selain itu, masjid dapat menyelenggarakan program edukasi tentang pentingnya memilah sampah, mengurangi penggunaan plastik sekali pakai, dan mendaur ulang sampah yang masih bisa dimanfaatkan. Kegiatan edukasi ini juga bisa melibatkan anak-anak untuk menanamkan kesadaran sejak dini tentang pentingnya menjaga lingkungan. Dengan mengedukasi masyarakat tentang kebersihan dan kesehatan lingkungan, masjid turut berkontribusi dalam menciptakan lingkungan yang lebih sehat dan nyaman, baik untuk beribadah maupun untuk aktivitas sehari-hari.

## **8. Masjid sebagai Tempat Penyuluhan Tentang Penyakit Menular**

Masjid juga memiliki peran penting dalam menyebarkan informasi terkait pencegahan penyakit menular. Penyakit menular, baik itu yang disebabkan oleh virus, bakteri, atau parasit, dapat menyebar dengan cepat jika tidak ditangani dengan baik. Dalam hal ini, masjid dapat berfungsi sebagai pusat informasi yang memberikan pemahaman kepada umat mengenai cara-cara mencegah penyebaran penyakit menular. Berikut adalah beberapa contoh kegiatan yang bisa dilakukan oleh masjid:

- a. Edukasi Tentang Penyakit Menular : Masjid dapat menyelenggarakan ceramah atau seminar tentang penyakit menular, seperti tuberkulosis (TBC), hepatitis, HIV/AIDS, dan penyakit yang disebabkan oleh vektor seperti demam berdarah. Melalui edukasi ini, jamaah dapat memahami bagaimana cara penyakit tersebut menyebar dan bagaimana cara untuk mencegahnya. Misalnya, dalam menghadapi penyakit yang ditularkan lewat udara seperti TBC, masjid bisa mengingatkan umat untuk selalu menutup mulut saat batuk atau bersin, menjaga jarak, dan pentingnya pemeriksaan rutin.
- b. Pencegahan Penyakit Menular pada Masa Pandemi : Saat terjadi wabah atau pandemi, seperti yang terjadi dengan COVID-19, masjid bisa berperan penting dalam memberikan informasi mengenai langkah-langkah pencegahan yang tepat. Misalnya, mengingatkan

jamaah untuk selalu mengenakan masker, mencuci tangan, dan menjaga jarak fisik saat beribadah di masjid. Masjid juga bisa menyediakan tempat cuci tangan atau hand sanitizer di berbagai area masjid.

- c. Kegiatan Vaksinasi Massal : Masjid juga dapat menjadi tempat untuk pelaksanaan vaksinasi massal, bekerja sama dengan puskesmas atau rumah sakit. Sebagai tempat berkumpulnya banyak orang, masjid bisa menyelenggarakan vaksinasi bagi jamaah dan masyarakat sekitar untuk mencegah penyebaran penyakit menular. Misalnya, vaksinasi flu tahunan atau vaksinasi COVID-19 yang sudah dilakukan di beberapa masjid. Melalui upaya penyuluhan dan penyediaan fasilitas yang mendukung, masjid bisa menjadi tempat yang sangat efektif dalam mengurangi risiko penyebaran penyakit menular dan memastikan masyarakat lebih sadar akan pentingnya pencegahan.

## **9. Masjid sebagai Tempat Peningkatan Kualitas Hidup melalui Program Sosial Kesehatan**

Masjid, sebagai pusat kehidupan sosial umat Islam, juga dapat berfungsi sebagai lembaga yang menyediakan berbagai program sosial yang mendukung peningkatan kualitas hidup masyarakat, terutama yang kurang mampu. Program sosial yang berbasis kesehatan ini akan sangat bermanfaat dalam memberikan akses kesehatan yang lebih baik bagi masyarakat yang kurang beruntung. Berikut beberapa inisiatif sosial yang dapat dilakukan oleh masjid:

- a. Bantuan Kesehatan Untuk Keluarga Kurang Mampu : Masjid dapat menjalankan program bantuan kesehatan bagi keluarga yang kurang mampu, terutama mereka yang tidak mampu membeli obat atau membayar biaya perawatan. Bantuan ini bisa berupa pembelian obat-obatan, pengobatan gratis, atau bahkan biaya perawatan medis di rumah sakit. Selain itu, masjid juga bisa membantu mendistribusikan bantuan pangan sehat kepada keluarga yang membutuhkan, terutama dalam bentuk bahan makanan yang bergizi.
- b. Pelayanan Kesehatan Gratis Untuk Masyarakat : Masjid juga bisa bekerja sama dengan tenaga medis atau organisasi kesehatan untuk menyediakan layanan kesehatan gratis bagi masyarakat. Misalnya, pemeriksaan kesehatan secara berkala, layanan pengobatan dasar, atau bahkan layanan medis darurat. Ini akan sangat bermanfaat bagi mereka yang kesulitan mengakses layanan kesehatan di luar masjid, khususnya di daerah-daerah terpencil.

- c. Pelatihan Keterampilan Sehat : Masjid dapat menyelenggarakan pelatihan-pelatihan yang mendukung peningkatan kualitas hidup, seperti pelatihan keterampilan untuk para ibu rumah tangga dalam mengelola keuangan rumah tangga dengan bijak, atau memberikan pelatihan tentang pembuatan obat herbal atau makanan sehat. Hal ini akan mendukung umat dalam meningkatkan kesejahteraan mereka dari aspek sosial dan ekonomi.

#### **4. KESIMPULAN**

Masjid memiliki potensi yang sangat besar untuk berperan sebagai balai kesehatan dalam masyarakat. Selain sebagai tempat ibadah, masjid dapat menjadi pusat edukasi kesehatan yang mengedepankan pentingnya pola hidup sehat, kebersihan, serta pencegahan penyakit. Melalui berbagai kegiatan seperti penyuluhan tentang gizi seimbang, pemeriksaan kesehatan rutin, dan olahraga, masjid dapat meningkatkan kesadaran kesehatan di kalangan jamaah. Selain itu, masjid juga berperan dalam mendukung kesehatan mental melalui pendampingan psikologis dan sosial bagi mereka yang membutuhkan, terutama bagi lansia, penyandang penyakit kronis, serta masyarakat kurang mampu.

Dengan pemanfaatan yang tepat, masjid tidak hanya menjadi tempat ibadah, tetapi juga menjadi pusat kesehatan yang holistik, yang mencakup kesehatan fisik, mental, dan sosial. Dengan mengintegrasikan kesehatan dalam program-program kegiatan masjid, kita dapat menciptakan komunitas yang lebih sehat, sejahtera, dan harmonis. Oleh karena itu, transformasi masjid sebagai balai kesehatan menjadi langkah yang sangat penting dalam meningkatkan kualitas hidup umat Islam, serta memperkuat peran masjid dalam kesejahteraan masyarakat secara menyeluruh.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Anugrah, R. L., Siregar, K. E., & Khairunnisa, S. (2024). Peran kepribadian Islami dalam pengelolaan stres dan mental health pada lansia di Panti Werdha Husnul Khotimah Pekanbaru. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(3), 1–13.
- Dalmeri, D. (2014). Revitalisasi fungsi masjid sebagai pusat ekonomi dan dakwah multikultural. *Walisongo: Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan*, 22(2), 321–350.
- Dewi, N. K., & Affifah, D. R. (2018). *Bimbingan dan konseling dalam berbagai aspek kehidupan*. CV. AE Media Grafika.

- Di Majlis, T., & Ghifari, M. R. (n.d.). Fungsi manajemen dalam meningkatkan kegiatan keagamaan.
- Dwi Amanda, N., Mutiah Nurhidayah, T., & Yumna Ramadhani, T. (n.d.). Menjaga kesehatan tubuh dalam perspektif Islam. *Jurnal Religion: Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya*, 1. <https://maryamsejahtera.com/index.php/Religion/index>
- Erza, D. M., & Safitri, A. (2024). Edukasi dan pemeriksaan kesehatan pada anak warga Pasar Muara Bungo Kabupaten Bungo. *JAMAS: Jurnal Abdi Masyarakat*, 2(3), 580–585.
- Fitriani, I. N. (2023). Ngaji Irsyadul Ibad dalam upaya menanamkan nilai-nilai religius pada jemaah Masjid Agung Kudus. *IAIN Kudus*.
- Hariyani, D., & Rafik, A. (2021). Pembiasaan kegiatan keagamaan dalam membentuk karakter religius di madrasah. *AL-ADABIYAH: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2(1), 32–50.
- Haryanto, E., Baroqah, F., Elpan Julian, F., Shinta Fadhilah, R., Dwi Jayanti, C., Susanti, L., Novima Setra, A., Fuji Lestari, A., Lia Safitri, A., Dhela Jayanti, E., & Diniyah, U. (2024). Peningkatan kapasitas Desa Padang Pelasan melalui program KKN berbasis masjid. *Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(4).
- Husin, A., Asmarika, A., Fitri, A., & Wismanto, S. (2023). Pelatihan penyelenggaraan jenazah di masjid Nurul Haq Kecamatan Marpoyan Damai Kelurahan Tangkerang Barat Kota Pekanbaru. 4(3), 5656–5660.
- Iskandar, E., & Taib, Z. (2024). Inovasi masjid mandiri untuk kesejahteraan umat di Sumatera Utara. *Penerbit NEM*.
- Jamaah, M. K. (n.d.). Manajemen Masjid Raya Candi Lama Semarang dalam.
- Laksono, R. D., Suraoka, I. P., ST, S., Aris, M., Kismanto, J., Panduwal, C. A., Lestari, N. K. B., Kep, M., An, S. K., & Yessy Kusumadewi, S. H. (2024). *Antropologi kesehatan*. Cendikia Mulia Mandiri.
- Moestopo, U. (2023). Strategi meningkatkan kesejahteraan masyarakat berbasis masjid: Studi pada masjid-masjid di Kota Tangerang Selatan Elis Teti Rusmiati. *In Jurnal Pustaka Dianmas*, 3(2). <https://journal.moestopo.ac.id/index.php/dianmas>
- Nadhiro, N. L. (2023). *Membangun adab bersama Al-Qur'an*. CV. Azka Pustaka.
- Nasarudin, N., Rachmawati, D. A., Mappanyompa, M., Eprillison, V., Misrahayu, Y., Halijah, H., Afifa, R. N., Mustari, M., Mutmainah, S., & Selly, O. A. (2024). *Pengantar pendidikan*. Yayasan Tri Edukasi Ilmiah.
- Nur' Adilla Asfi, F. R., & M. Iqbal Ramadhan, Rafki Parifia, W. (2024). Masjid Asy Syakirin sebagai sumber informasi dan pusat komunikasi pendidikan Islam pada masyarakat. 7, 230–239.

- Pahmi, K., Vidya Lestari, S., Rizky Feftyanto, H., Studi Pendidikan Dokter, P., & Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, F. (2023). Sosialisasi gaya hidup sehat sebagai upaya meningkatkan kualitas hidup jamaah Masjid Riyadusshalihin Cakranegara Barat-Mataram. *6*(4), 2614–7947. <https://doi.org/10.29303/jppm.v5i3.6100>
- Rasyid, A., Tsahbana, M., & Nurrahman, M. Y. (2023). Fungsi masjid sebagai tempat ibadah dan pusat ekonomi umat Islam. *Religion: Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya*, *1*(4), 374–383.
- Rizka, W. (2024). Aktivitas keagamaan pasca Covid-19 pada lansia (Studi deskriptif pada Rumoh Seujahtera Genaseh Sayang Kec. Ulee Kareng Kota Banda Aceh). *UIN Ar-Raniry Banda Aceh*.
- Saepudin, M. S., Pd, M., & Ilyas, M. A. (2024). *Institusi Islam dan pengendalian stunting*. Kbm Kreator Yogyakarta.
- Syarifuddin, M. (2020a). Transformasi digital persidangan di era new normal: Melayani pencari keadilan di masa pandemi Covid-19.
- Syarifuddin, M. (2020b). Transformasi digital persidangan di era new normal: Melayani pencari keadilan di masa pandemi Covid-19.