

**PELAKSANAAN BIMBINGAN DZIKIR DALAM MENINGKATKAN
KEBAHAGIAAN LANSIA DI PANTI ASUHAN DAN LANSIA AL-
HIKMAH SEMARANG**

(Analisis Bimbingan Konseling Islam)

Skripsi

Di ajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna Memeroleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Oleh :

ETIK FITRIYASARI

NIM.1601016055



**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNNIVERISTAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG**

2021

NOTA PEMBIMBING

Lamp. : -

Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

UIN Walisongo Semarang

di Semarang

Assalamu'alaikumWr. Wb.

Setelah membaca, mengadakan koreksi dan melakukan perbaikan sebagaimana mestinya, maka kami menyatakan bahwa skripsi saudara :

Nama : Etik Fitriyasari
NIM : 1601016055
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam
Judul : **Pelaksanaan Bimbingan Dzikir Dalam Meningkatkan Kebahagiaan Lansia di Panti Asuhan dan Lansia Semarang (Analiss Bimbingan Konseling Islam)**

Dengan ini kami setuju, dan mohon agar segera diujikan. Demikian, atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikumWr. Wb.

Semarang, 24 November 2021

Pembimbing,



Dr. H. Sholihan, M. Ag

NIP. 19600604 199403 1 004

SKRIPSI

**PELAKSANAAN BIMBINGAN DZIKIR DALAM MENINGKATKAN KEBAHAGIAAN
LANSIA DI PANTI ASUHAN DAN LANSIA AL-HIKMAH SEMARANG**

(Analisis Bimbingan Konseling Islam)

Disusun Oleh :

Etik Fitriyasari

1601016055

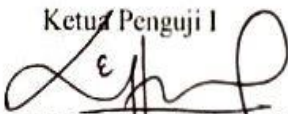
Telah dipertahankan di Depan Dewan Penguji

Pada tanggal 17 Desember 2021 dan dinyatakan lulus memenuhi syarat

Guna memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Susunan Dewan Penguji

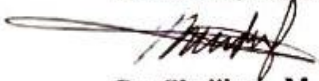
Ketua Penguji I


Dr. Ema Hidayanti, S.Sos.I, M.S.I.
NIP. 198203072007102001

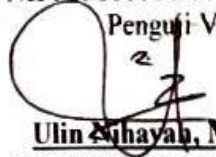
Penguji II


Yuli Nurkhasanah, S.Ag., M.Hum
NIP. 197107091997032005

Sekretaris/penguji II

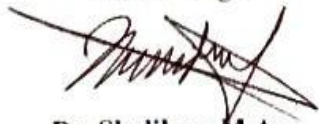

Dr. Sholihan, M.Ag
NIP. 196006041994031004

Penguji V


Ulin Shihayah, M.Pd.I.
NIP. 198807022018012001

Mengetahui

Pembimbing I


Dr. Sholihan, M.Ag

NIP. 196006041994031004

Disahkan oleh

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

tanggal 04 Januari 2022


Dr. H. Iyus Supena, M.Ag
NIP. 197204102001121003

HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi di lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun Yang belum/tidak diterbitkan, sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka.

Semarang, 17 Desember 2021

Etik Fitriyasari

NIM 1601016055

KATA PENGATAR

Alhamdulillahirabbil' alamin, segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang senantiasa mencurahkan rahmat, taufik, serta hidayah-Nya kepada penulis, sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik-baiknya. Shalawat serta salam tak lupa penyusun haturkan kepada Nabi Muhammad SAW. Setelah melalui beberapa proses yang cukup panjang, dengan mengucapkan syukur akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari doa dan bantuan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung, untuk itu dengan hormat dan kerendahan hati penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. H. Imam Taufiq, M. Ag, selaku Rektor UIN Walisongo Semarang
2. Dr. H. Ilyas Supena, M. Ag., selaku Dekan Fakultas Dakwah Dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang,
3. Dr. Ema Hidayanti, S.sos.,I., M.SI selaku Ketua Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.
4. Dr. H. Sholihan, Mg, Ag., selaku wali dosen dan dosen pembimbing yang bersedia meluangkan waktu untuk membimbing penulis selama masa perkuliahan.
5. Seluruh Bapak/Ibu Dosen Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang yang telah menjadi pendidik yang baik selama penulis duduk di bangku perkuliahan.
6. Pengurus dan anggota Panti Asuhan dan Lansia Al-Hikmah Semarang yang telah memberikan izin penelitian, meluangkan waktu, pikiran serta ilmu yang bermanfaat.
7. Bapak H. Tasmata dan Ibu Hj. Sunarti, kedua orang tua saya yang sangat saya cintai dan sayangi, terimakasih selalu merawat dan mendidik, dengan sepenuh hati dan selalu mendoakan agar penulis dapat sukses kedepannya
8. Kakak-kakak saya Eko Radito Nur Kartiko, Eva kartikasari dan keponakan saya Vanya Fatindilovia, Naura Faustindilovia, Alisa Qirandilovia dan Arkhana Gaisan Mahardika yang selalu menyemangati, mendoakan,dan menemani selama penyelesaian skripsi.
9. Sahabat-sahabat yang saya cintai sampai sekarang Mella Rosania, Sekar Langit, Sarah Ayu, Yusrlia, Reffri Monita, Ardita Aulia yang selalu menyemangati, mendoakan,dan menemani selama penyelesaian skripsi.

10. Sahabat dan rekan seperjuangan BPI' 16 dan teman-teman BPI angkatan 2016 yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.
11. Seluruh teman-teman PPL di PKBI Kota Semarang, KKN posko 116 di desa Polobogo, Kecamatan Getasan, Kabupaten Semarang yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.
12. Semua pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu-persatu, yang telah mendoakan dan semangat. Semoga semuanya bernilai ibadah dihadapan Allah SWT. Peneliti menyadari skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Meskipun sederhana dan banyak kekurangan, mudah-mudahan dapat bermanfaat bagi para pembacanya khususnya mahasiswa jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam UIN Walisongo Semarang, Amin.

Semarang, 17 Desember 2021

Etik Fitriyasari

NIM.1601016055

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan Alhamdulillah, setelah melalui proses yang panjang, skripsi ini dapat terselesaikan.

Dengan ketulusan hati saya yang paling dalam, saya persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua saya, Bapak H. Tasmat dan Ibu Hj.Sunarti yang telah merawat dan mendidik dari kecil sampai sekarang dengan kasih sayang yang tak pernah berkurang, selalu mendoakan dimanapun diri ini berada agar selalu baik kedepannya. Semoga beliau selalu sehat lahir batin dan selalu diberkahi oleh Allah SWT.
2. Wali Dosen, sekaligus Dosen Pembimbing skripsi saya, Bapak Dr. H. Sholihan, M.Ag yang telah membimbing saya dari masa perkuliahan sampai berada di titik akhir ini. Terimakasih Bapak, atas segala ilmu yang diberikan, kesabaran, dan kebaikan Bapak yang sangat amat saya syukuri.
3. Civitas akademika UIN Walisongo Semarang, khususnya Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi, jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam.

MOTTO

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا ۝

“Wahai orang-orang yang beriman! Ingatlah kepada Allah, dengan mengingat (namanya) sebanyak-banyaknya¹”.

¹ Al-Quran terjemahan, forum pelayanan Al-quran, QS. Al-Ahzab Ayat 41

ABSTRAK

Etik Fitriyasari (1601016055). Pelaksanaan Bimbingan Dzikir dalam Meningkatkan Kebahagiaan LANSIA di Panti Asuhan dan Lansia Al-HIKMAH Semarang (Analisis Bimbingan Konseling Islam).

Penelitian ini membahas tentang pelaksanaan Bimbingan Dikir dalam meningkatkan kebahagiaan lansia di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang. Penelitian ini di latar belakang masalah lansia yang tidak merasakan kebahagiaan di masa hidupnya yang sudah cukup berusia. Tujuan penelitian ini yang pertama adalah yang pertama untuk mengetahui mengenai bimbingan dzikir bagi lansia dalam meningkatkan kebahagiaan di Panti Asuhan Dan Lansia Di Al-Hikmah Semarang, yang kedua menganalisis Bimbingan Konseling Islam terhadap pelaksanaan bimbingan dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan lansia di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang.

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif, karena ini menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis. Pada teknik pengumpulan data ini menggunakan metode observasi, wawancara dan dokumentasi. Sumber data primer dalam penelitian ini yaitu ketua Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang. Adapun sumber data sekunder yaitu buku, jurnal, skripsi, surat kabar dan penelitian lainnya. Metode analisis data menggunakan metode Milles dan Huberman, meliputi reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian ini adalah pertama pelaksanaan Bimbingan Dzikir dapat meningkatkan Kebahagiaan bagi lansia dan mengetahui faktor yang membuat lansia merasakan kebahagiaan di masa yang cukup umur saat ini, dalam hal ini peran bimbingan konseling Islam yang merupakan pembimbing bagi lansia agar hidupnya selaras dengan ketentuan yang Allah ajarkan, jadi bimbingan dzikir mampu memberikan kebahagiaan yang bisa ditunjukkan dengan adanya makna manfaat dari berdzikir kepada Allah. Faktor lain yang bisa menjadikan para lansia berbahagia di Panti Asuhan dan lansia Al-Hikmah antara lain mereka bisa berinteraksi dengan teman sebaya atau teman senasib sehingga para lansia merasa bahagia.

Yang kedua menganalisis menunjukkan bahwa bimbingan dan konseling islam dalam pelaksanaan bimbingan dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan lansia di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah yakni : Bimbingan Konseling Islam berpengaruh terhadap meningkatnya kebahagiaan bagi seorang lansia melalui bimbingan dzikir meningkatkan kebahagiaan bagi seorang lansia. Dengan metode bimbingan secara langsung sangat berpengaruh terhadap seorang lansia untuk kebahagiaan didunia dan di akhirat kelak.

Kata Kunci : Bimbingan Dzikir, Lansia, Kebahagiaan, Bimbingan Konseling Islam

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	Error! Bookmark not defined.
PERSETUJUAN PEMBIMBING	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERNYATAAN	iv
KATA PENGATAR	v
PERSEMBAHAN	vii
MOTTO	viii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI	x
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1. Latar Belakang	1
2. Rumusan Masalah	5
3. Tujuan dan Manfaat Penelitian	5
4. Tinjauan Pustaka	6
5. Metode Penelitian.....	10
6. Sistematika Penulisan.....	15
BAB II	17
KERANGKA TEORI	17
1. Bimbingan Dzikir	17
a. Pengertian Bimbingan Dzikir	17
b. Keutamaan Dzikir	18
c. Macam-macam Dzikir	19
d. Manfaat Dzikir untuk Kebahagiaan	20
2. Kebahagiaan.....	22
a. Pengertian kebahagiaan.....	22
b. Faktor-faktor tentang pengaruh kebahagiaan	23
c. Aspek-aspek Kebahagiaan	27
d. Ciri-ciri Kebahagiaan Pada Lansia	28
3. Lansia/ Lanjut Usia	28
a. Pengertian Lansia.....	28

b. Ciri-ciri Lanjut Usia	29
c. Tugas Perkembangan Lansia	30
4. Bimbingan Konseling Islam	31
a. Pengertian Bimbingan Konseling Islam.....	31
b. Tujuan Bimbingan Konseling Islam	32
c. Fungsi Bimbingan Konseling Islam	33
d. Asas-asas Bimbingan Konseling Islam	33
BAB III	37
GAMBARAN UMUM DAN PELAKSANAAN BIMBINGAN DZIKIR BAGI LANSIA DALAM MENINGKATKAN KEBAHAGIAAN DI PANTI ASUHAN DAN LANSIA AL-HIKMAH SEMARANG..	37
A. Gambaran Umum Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semrang	37
1. Sejarah Berdirinya Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang.....	37
2. Tujuan Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang.....	38
3. Program kerja Di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang.....	39
4. Visi Dan Misi Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang.....	40
5. Struktur Organisasi Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang	40
B. Pelaksanaan Bimbingan Dzikir Dalam Meningkatkan Kebahagiaan Di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang.....	43
BAB IV	66
ANALISIS BIMBINGAN KONSELING ISLAM TERHADAP PELAKSANAAN BIMBINGAN DZIKIR DALAM MENINGKATKAN KEBAHAGIAAN LANSIA DI PANTI ASUHAN DAN LANSIA AL-HIKMAH SEMARANG	66
A. Analisis Bimbingan Dan Konseling Islam Terhadap Bimbingan Dzikir Dalam Meningkatkan Kebahagiaan Lansia di Panti Lansia Al-Hikmah Semarang.....	66
B. Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam di Panti Asuhan dan Lansia Al-Hikmah	68
C. Fungsi Bimbingan Dan Konseling Islam di Panti Asuhan dan Lansia Al-Hikmah... ..	69
D. Metode Bimbingan dan Konseling Islam di Panti Asuhan dan Lansia Al-Hikmah ...	71
BAB V	73
PENUTUP	73
A. Kesimpulan	73
B. Saran	75
C. Penutup	75

DAFTAR PUSTAKA

DRAF WAWANCARA

LAMPIRAN

BIODATA PENULIS

BAB I

PENDAHULUAN

1. Latar Belakang

Lanjut usia (Lansia) merupakan tahapan akhir perkembangan pada daur kehidupan manusia. Menurut UU nomer 13 tahun 1998 batasan lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas². Populasi lansia meningkat sangat cepat. Pada tahun 2020 jumlah lansia diprediksi sudah menyamai jumlah balita. Sebelas persen dari 6,9 milyar penduduk dunia adalah lansia. Populasi penduduk di Indonesia merupakan populasi terbanyak keempat dari sesudah China, India, dan Amerika Serikat. Menurut data World Health Statistic 2013, penduduk China berjumlah 1,35 milyar, India 1,24 milyar, Amerika Serikat 313 juta³ dan Indonesia berada di urutan keempat pada tahun 2020 diperkirakan jumlah Lansia sekitar 80.000.000.⁴

Peningkatan jumlah penduduk lanjut usia membawa dampak yang negatif karena berpotensi menimbulkan masalah kesehatan fisik maupun kesehatan jiwa. Dampak negatif yang ditimbulkan antara lain adalah takut akan kesepian dan juga sadar akan kematian yang menimbulkan kecemasan bagi lansia dan dapat menurunkan kebahagiaan bagi lansia

Menurut Suardiman, lansia memiliki tiga kebutuhan hidup yaitu kebutuhan rasa aman, kebutuhan rasa memiliki atau dimiliki dan kebutuhan aktualisasi diri⁵. Dalam pandangan Agama Islam pada surah Al-Isra ayat 23 yang berisi tentang kewajiban anak adalah memberikan perhatian dan menjaga martabat orang tua, karena

² Misnaniarti, Analisis Situasi Penduduk Lanjut Usia dan Upaya Peningkatan Kesejahteraan Sosial di Indonesia. Vol.8 No. 2 Juli 2017(Palembang: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya,2017) hal 68

³ Stefanus Mendes Kiik, Junaiti Sahar dan Henny Permatasari, Peningkatan Kualitas Hidup Lanjut Usia (LANSIA) di Kota Depok dengan Latihan Keseimbangan. Vol.21 No.2 2018(Depok: Nursing Universitas Indonesia, 2018) hlm 10

⁴ Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Populasi Lansia Diperkirakan Terus Meningkat Hingga Tahun 2020, 26 November 2013. Diakses dari [http://www.p2ptm.kemkes.go.id/kegiatan-p2ptm/aceh/populasi-lansia-diperkirakan-terus-meningkat-hingga-tahun-2020#:~:text=Pada%20tahun%202000%20jumlah%20Lansia,34%25\)%20dari%20total%20populasi](http://www.p2ptm.kemkes.go.id/kegiatan-p2ptm/aceh/populasi-lansia-diperkirakan-terus-meningkat-hingga-tahun-2020#:~:text=Pada%20tahun%202000%20jumlah%20Lansia,34%25)%20dari%20total%20populasi) , pada tanggal 2 Maret 2021

⁵ Stefanus Mendes Kiik, Junaiti Sahar dan Henny Permatasari, Peningkatan Kualitas Hidup Lanjut Usia (LANSIA) di Kota Depok dengan Latihan Keseimbangan. Vol.21 No.2 2018(Depok: Nursing Universitas Indonesia, 2018) hlm 110

memberikan perhatian dan menjaga martabat orangtua merupakan hal yang sangat penting, agar fisik dan psikis pada lansia dapat terjaga dengan baik.⁶

Lansia merupakan periode akhir dari rentang kehidupan manusia. Ada beberapa lansia yang menjalani masa tuanya dengan keluarga, ada yang menjalani masa tuanya berada di panti dan ada pula lansia yang menjalankan hidup sendiri karena telah ditinggal pergi oleh pasangannya atau tidak mempunyai saudara dan anak. Menurut Ericson, usia lanjut ditandai dengan adanya integritas ego atau kepuasan. Jika prestasi usia lanjut telah sampai standar yang telah ditetapkan sendiri sewaktu muda, maka mereka akan mengalami integritas ego dan kebahagiaan, serta merasa puas terhadap diri sendiri terhadap prestasi yang dicapai. Sebaliknya orang-orang yang merasa bahwa mereka telah gagal dengan harapan-harapan yang telah ditanam dimasa mudanya, maka mereka akan putus asa karena menyadari bahwa kesempatan untuk mencapai tujuan hidupnya semakin kecil dari tahun ketahun, mereka akan merasa kecewa dan tidak bahagia⁷

Kebahagiaan merupakan konsep subjektif bagi individu yang memiliki tolak ukur berbeda tentang kebahagiaan. Kebahagiaan terdiri atas kepuasan akan masalalu, optimis akan masa depan, dan kebahagiaan di masa kini. Kebahagiaan di masa usia lanjut ada tiga kebahagiaan yaitu penerimaan, pengasihan dan juga penghasilan. Apabila lansia tidak memenuhi ketiga kebahagiaan tersebut, maka tidak mungkin seorang lansia bisa hidup bahagia. Salah satu yang dapat menentukan kebahagiaan lansia adalah kedekatan dengan keluarga, dan juga keselarasan perilaku dengan ajaran agama yang menghasilkan pada diri manusia yang baik dapat memunculkan perasaan bahagia. Perasaan bahagia akibat peristiwa religius juga memperlihatkan kebahagiaan yang dirasakan oleh lansia mereka karena telah berhasil mencapai apa yang mereka harapkan. Kebahagiaan mendapatkan pemaknaan yang berbeda-beda pada seseorang, menurut Aristoteles kebahagiaan dimaknai oleh setiap individu adalah berbeda-beda, tergantung dari faktor-faktor yang mempengaruhi mereka. Faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan menurut Myers antara lain hubungan yang akrab dan saling mendukung, jaringan sosial, kebiasaan berfikir positif, dan melakukan serta terlibat dalam aktivitas. Selain itu menurut Mustofa menyebutkan sumber

⁶ Stefanus Mendes Kiik, Junaiti Sahar dan Henny Permatasari, "Peningkatan Kualitas Hidup Lanjut Usia (LANSIA) di Kota Depok dengan Latihan Keseimbangan". Vol.21 No.2 2018(Depok: Nursing Universitas Indonesia, 2018) hlm 110

⁷ Inastasya, Skripsi "Storytelling Untuk Meningkatkan Kebahagiaan Pada Lansia" (MALANG : Unniversitas Muhammadiyah Malang, 2020) hlm. 05

kebahagiaan didapat dari kekayaan, jabatan atau posisi, prestasi pada bidang tertentu dan penerimaan positif oleh lingkungan⁸

Makna dzikir secara bahasa berakar dari kata dzakara yang artinya mengingat, mengenang, memperhatikan, mengenal, mengerti dan mengambil pelajaran dzikir artinya menjaga sesuatu. Dzikir dapat berfungsi sebagai metode psikoterapi, karena dengan banyak melakukan dzikir hati akan menjadi tenang, damai, serta tidak mudah digoyahkan oleh pengaruh lingkungan dan budaya global. Saat pelaksanaan dzikir, akan ada aspek-aspek yang dapat dikaji seperti meditasi, relaksasi, kaitannya dengan penurunan gangguan mental dan timbulnya efek-efek positif seperti ketenangan atau kestabilan emosi.⁹

Dzikir dapat digunakan sebagai intervensi untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar manusia khususnya lansia dengan meningkatkan kebahagiaan bagi lansia, dimana dengan melakukan dzikir kepada Allah SWT dalam kurun waktu yang tidak terlalu lama akan memberikan ketenangan, dzikir ini muncul melalui rasa tenang pendahiran keagungan dan keindahan Allah SWT. Menurut Al-Ghazali, dzikir dibagi menjadi lima kategori, yaitu kategori yang pertama menjelaskan dzikir perantara kita untuk selalu mengingat tuhan, kemudian mengalihkan perhatian utama kita dari dunia kepada tuhan dan akhirat. Kategori kedua menjelaskan dzikir sebagai macam oleh meditasi atau mental yang memupuk kondisi jiwa tertentu atau sikap batin yang saleh, seperti takut, cinta atau berterimakasih kepada tuhan, selalu mengalihkan pemikiran kepada peristiwa-peristiwa yang terkait dengan kematian dan kecintaan tuhan. Kategori ketiga melibatkan pelafalan kalimat suci secara terus menerus sambil mengingatnya untuk memupuk cinta seperti yang dilafalkan dan diingatnya. Kategori keempat menggambarkan situasi manusia ideal yang dicapai melalui praktik dzikir mental yang panjang. Dalam situasi ini, hati manusia selalu dipusatkan pada ingatan kepada Tuhan, seperti pikiran manusia yang jatuh cinta kepada kekasihnya ingatannya yang selalu tertuju pada sang kekasih. Kategori kelima merupakan kelompok yang

⁸ Boy Hilman, "Pengertian Kebahagiaan (Happiness)" diakses dari <https://www.universitaspikologi.com/2018/05/pengertian-dan-aspek-kebahagiaan-happiness.html?m=1#top>, pada tanggal 12 Maret 2021

⁹ Muh. mu'inudinillah basri, "penuntun dzikir dan doa berdasarkan sunnah Nabi" (surakarta: Indiva Media Kreasi, 2008), hlm 10

paling teknis dan spesifik metode pengosentrasian pikiran yang paling intensif tanpa melibatkan aktivitas lain yang bisa mengganggu konsentrasi ini¹⁰

Pada pandangan Islam, dzikir merupakan salah satu ritual yang memiliki unsur terapeutik. Dzikir secara emosional dapat memunculkan emosi-emosi positif seperti dapat meningkatkan kebahagiaan pada lansia, perasaan cinta dan kenikmatan, memberikan ketenangan, ketentraman, tidak cemas, tidak stres dan tidak depresi. Efek dalam menjalankan berdzikir yaitu dapat melenyapkan rasa kegelisahan, keresahan dan kecemasan dalam hati. Pada surat Ar-Ra' d ayat 28 yang berbunyi :

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

“... (yaitu) orang-orang yang telah beriman dan hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah. Ingatlah hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tentram” .

Salah satu Panti LANSIA yang berkomitmen menanggapi tentang keagamaan pada LANSIA dalam kategori memberikan Bimbingan Dzikir bagi LANSIA akan menjadi sasaran penelitian ini adalah Panti Asuhan dan LANSIA Al-Hikmah Semarang. Panti lansia ini adalah salah satu dari sekian panti lansia di Indonesia yang membantu berkontribusi membantu pemerintah dalam meminimalisir permasalahan pada LANSIA atau lanjut usia. Kegiatan yang ada di Panti asuhan dan Lansia kegiatan yang bersifat positif dilandasi dengan jiwa yang bermoral, beragama, serta mandiri. Melihat fenomena ini, penulis tertarik untuk mengkaji lebih detail tentang bagaimana upaya Bimbingan Dzikir dalam Meningkatkan Kebahagiaan LANSIA di Panti Asuhan dan Lansia Al-Hikmah Semarang.

Problem yang terjadi terhadap lansia terdapat pada dirinya sendiri, lansia merasa bahwa dirinya sendiri tidak merasakan kebahagiaan dan merasakan kecemasan pada dirinya karena diusianya saat ini yang sudah tidak muda lagi. Lansia mengkhawatirkan tentang perubahan fisik, dan memikirkan kelangsungan hidup, keluarga dan masa depan, bahkan juga kematian.

Manfaat dari dzikir bagi lansia adalah untuk menghilangkan kesusahan hati dan membuat lansia lebih dekat dan berserah diri kepada Allah SWT. Dalam Bimbingan Konseling Islam menjelaskan bahwa Bimbingan Konseling Islam merupakan proses pemberian bantuan terhadap individu agar hidup selaras dengan

¹⁰ Muh.mu'inudinillah basri, *penuntun dzikir dan doa berdasarkan sunnah Nabi* (surakarta:Indiva MediaKreasi, 2008), hlm 12

ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

Panti asuhan dan lansia Al-Hikmah di Semarang mempunyai program seperti pengajian setiap harinya, sehabis magrib para lansia melakukan pengajian bersama-sama seperti membaca Al-Qur' an dan berdzikir bersama-sama dengan penghuni dan pengurus panti, sedangkan sehabis shalat isya' yakni pada pengkajian kitab-kitab, al Qur' an dan Al Hadits. Setiap hari Minggu penghuni panti melakukan kerja bakti, senam pagi, jalan-jalan pagi, dan kegiatan keagamaan lainnya seperti pelaksanaan ibadah sehari-hari yakni menjalankan shalat lima waktu berjamaah, membaca Al Qur' an, berjanji, mujahadahan dan lain-lain. Dari program kegiatan di Panti tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian di panti asuhan dan lansia Al-Hikmah.

Bimbingan Konseling Islam merupakan proses pemberian bantuan terhadap individu agar hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat. Upaya pendekatan dalam Bimbingan Konseling Islam ini adalah melihat sudut pandang dari Bimbingan dan Konseling Islam, bagaimana upaya Panti Asuhan dan LANSIA di Al-Hikmah Semarang dalam pelaksanaan Bimbingan Dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan Pada Lansia. Dari latar belakang yang sudah peneliti paparkan, maka peneliti akan melakukan penelitian dengan **judul PELAKSANAAN BIMBINGAN DZIKIR DALAM MENINGKATKAN KEBAHAGIAAN LANSIA DI PANTI ASUHAN DAN LANSIA AL-HIKMAH SEMARANG (ANALISIS BIMBINGAN KONSELING ISLAM).**

2. Rumusan Masalah

Dari latar belakang di atas, rumusan masalah yang akan dikaji oleh peneliti didalam skripsi ini, sebagai berikut:

1. Bagaimana pelaksanaan bimbingan dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan lansia di Panti Asuhan dan Lansia Al-Hikmah?
2. Bagaimana pelaksanaan Bimbingan Dzikir meningkatkan kebahagiaan lansia dalam analisis Bimbingan dan Konseling Islam di Panti Asuhan dan Lansia Al-Hikmah?

3. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka tujuan dari penelitian ini adalah :

- a. Untuk mendeskripsi tentang pelaksanaan bimbingan dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan lansia di Panti Asuhan dan Lansia Al-Hikmah.
- b. Untuk mendeskripsikan tentang analisis bimbingan dan konseling Islam terhadap bimbingan dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan lansia di Panti Asuhan dan Lansia Al-Hikmah.

2. Manfaat Penelitian

Terdapat dua manfaat dari penelitian ini yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis.

- a. Manfaat teoritis hasil penelitian ini diharapkan memberikan ilmu yang bermanfaat khususnya bidang sosial dan sebagai bahan pertimbangan penelitian lain yang akan melakukan penelitian yang berkait tentang bimbingan dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan pada lansia.
- b. Manfaat Praktis
 1. Hasil penelitian ini diharapkan akan memperluas pemikiran dan pengalaman penulis.
 2. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai tambahan informasi dan relevansi bagi para pembaca khususnya Fakultas Dakwah Dan Komunikasi agar memperoleh pengalaman dan pengetahuan yang luas.
 3. Penelitian ini dapat memberikan informasi dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap keluarga atau masyarakat tentang bagaimana memperlakukan lansia khususnya lansia yang berada di Panti Lansia Al-Hikmah.
 4. Dari penelitian ini diharapkan dapat memeberikan manfaat dan informasi dalam memperlakukan para lansia yang tinggal di Panti Lansia Al-Hikmah

4. Tinjauan Pustaka

Dalam telaah pustaka ini peneliti akan mendeskripsikan beberapa penelitian yang dilakukan peneliti terdahulu yang ada relevansinya dengan judul skripsi ini. Adapun karya-karya tersebut adalah :

1. Penelitian Iin Nasri Impasari dengan judul skripsi Makna Kebahagiaan pada Lansia Muslim yang tinggal di Panti Tresna Werdha Teratai Pemalang, tahun 2017. Dalam penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan menggunakan wawancara dan observasi di Panti jompo. Berdasarkan analisis data hasil penelitian yang telah di lakukan

menunjukkan bahwa semua lansia Muslim merasa bahagia tinggal di Panti Tresna Werdha Teratai Palembang dan semua memaknai kebahagiaan sebagai perasaan senang, mereka merasa senang karena kebutuhan hidupnya terpenuhi dan terjamin, para lansia Muslim mempunyai banyak teman dan tidak perlu memikirkan biaya hidup.

2. Penelitian Dyah Ayu Mastuti dengan judul skripsi *Kebahagiaan pada Lanjut Usia di Tinjau dari Dukungan Keluarga Tahun 2016*. Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan alat ukur skala kebahagiaan dan skala dukungan keluarga, adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan keluarga dengan kebahagiaan pada lanjut usia. Hal tersebut dapat diketahui bahwa semakin tinggi pula dukungan kebahagiaan keluarga maka semakin tinggi pula kebahagiaan pada lanjut usia, sebaliknya apabila semakin rendah dukungan keluarga yang diberikan maka semakin rendah pula kebahagiaan pada lanjut usia.
3. Penelitian Muhammad Yani (2016) dengan judul skripsi *Metode Pembinaan Agama Terhadap Lansia untuk Kebahagiaan Hidup Masa Tua*, dalam metode penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan melakukan wawancara dan observasi ditempat yang akan diteliti. Masa lansia adalah masa yang paling rentan dengan masalah yang sering dianggap dalam kehidupannya, tidak jarang membuat lansia menjadi tidak merasakan kebahagiaan yang sepatutnya diperoleh dalam kehidupannya ini. Untuk itu majelis ta' lim Nurul Adzkia mendirikan majelis ta' lim ini untuk mewartakan lansia menuju kehidupan kebahagiaan yang nantinya memperoleh khusnul kehotimah di akhir hidupnya. Dalam majelis ta' lim memiliki metode sendiri dalam menghantarkan lansia sesuai dengan visi dan misi yang diharapkan saat pertama kali akan didirikannya majelis, metode yang digunakan adalah dengan cara shering yang dalam kenyataan praktiknya belum bisa dikatakan sukses menyentuh hati lansia, malah justru seringnya membuat lansia bingung dan lansia membuat tema pembicaraan diluar tema permasalahan, walau begitu tidak menjadi masalah oleh Pembina, yang terpenting lansia dapat merasa bahwa bukan dia sendiri yang mempunyai masalah dan menjadi tua.

4. Penelitian Inastasya dengan judul Storytelling untuk Meningkatkan Kebahagiaan pada Lansia (2020), Penelitian ini menggunakan teknik pemilihan partisipan dengan purposive sampling. Teknik ini merupakan teknik penentuan sampel atau pemilihan sampel penelitian dengan mempertimbangkan atau dengan tujuan tertentu. Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, dapat disimpulkan bahwa storytelling dapat meningkatkan kebahagiaan pada lansia. Hal ini dibuktikan pada peningkatan skor skala kebahagiaan pada kelompok eksperimen saat pretest dan posttest. Kemudian, dapat dilihat pada hasil uji Mann Whitney pada kelompok kontrol dan eksperimen yang memiliki perbedaan. Hasil lain juga dapat dilihat pada hasil observasi pada partisipan selama proses intervensi.
5. Penelitian Ria Desy Purnamasari dengan judul penelitian Kebahagiaan (Happiness) pada Lansia Muslim ditinjau dari Partisipasi Aktivitas Keagamaan Metode yang dilakukan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan menggunakan instrumen penelitian berupa skala kebahagiaan (Oxford Happiness Questionnaire) dan skala partisipasi dalam aktivitas keagamaan. Skala pengukuran kebahagiaan (happiness) digunakan untuk mengetahui tingkat kebahagiaan (happiness) lansia muslim.
 - a. Ada hubungan positif yang sangat signifikan antara partisipasi dalam aktivitas keagamaan dengan kebahagiaan (happiness). Hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi partisipasi dalam aktivitas keagamaan maka akan semakin tinggi pula kebahagiaan (happiness). Sebaliknya, semakin rendah partisipasi dalam aktivitas keagamaan maka akan semakin rendah pula kebahagiaan (happiness).
 - b. Tingkat kebahagiaan (happiness) lansia muslim pada penelitian ini tergolong sedang, begitu juga dengan tingkat partisipasi dalam aktivitas keagamaan lansia muslim yang juga tergolong sedang. Berdasarkan hasil Rerata Empirik (RE) yang lebih besar dari Rerata Hipotetik (RH) menunjukkan bahwa kebahagiaan (happiness) dan partisipasi dalam aktivitas keagamaan pada lansia muslim lebih tinggi dari dugaan peneliti.

- c. Partisipasi dalam aktivitas keagamaan memiliki sumbangan efektif (SE) terhadap kebahagiaan (happiness) pada lansia muslim sebesar 17,97%. Artinya 82,03% berasal dari faktor-faktor lain yang turut berpengaruh terhadap kebahagiaan (happiness) lansia muslim diluar faktor partisipasi dalam aktivitas keagamaan akan tetapi tidak diperhatikan dalam penelitian ini.

Beberapa hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa penelitian Bimbingan Dzikir Dalam Meningkatkan Kebahagiaan LANSIA telah banyak dilakukan, meskipun dalam penelitian ini secara tema memiliki kesamaan terhadap penelitian terdahulu, namun ada perbedaan yang mendasar yang perlu digaris bawahi. Penelitian Iin Nasri Impasari menggunakan Bimbingan Konseling Islam sebagai sudut pandang menganalisis kebahagiaan lansia muslim di Panti Tresna Werdha Teratai Pemalang. Penelitian Dyah Ayu Mastuti mengfokuskan tentang hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan keluarga dengan kebahagiaan pada lanjut usia. Penelitian Muhammad Yani menggunakan Bimbingan Konseling Agama sebagai sudut pandang tentang lansia menuju kehidupan kebahagiaan yang nantinya memperoleh khushul kehotimah di akhir hidupnya. Penelitian Inastasya menggunakan teknik pemilihan partisipan dengan purposive sampling dengan menggunakan teknik tersebut dapat meningkatkan kebahagiaan pada lansia. Penelitian Ria Desy Purnamasari, mengfokuskan tentang skala kebahagiaan (Oxford Happiness Questionnaire) dan skala partisipasi dalam aktivitas keagamaan. Skala pengukuran kebahagiaan (happiness) digunakan untuk mengetahui tingkat kebahagiaan (happiness) lansia muslim.

Penulis mengambil rujukan dari beberapa penelitian terdahulu karena penulis cukup relevan dengan penelitian yang akan penulis teliti. Sedangkan penelitian yang akan dilakukan memiliki perbedaan secara subyek, obyek dan waktu. Jika beberapa riset sebelumnya lebih mengfokuskan tentang kebahagiaan lansia dengan skala ukur kebahagiaan, maka pada penelitian ini menyajikan tentang Bimbingan Dzikir Meningkatkan Kebahagiaan khususnya bagi LANSIA. Sehingga penulis memfokuskan pada program kerja Panti Asuhan dan LANSIA Al-Hikmah dalam Bimbingan Dzikir Meningkatkan Kebahagiaan Lansia di Semarang dan menganalisis dalam sudut pandang Bimbingan Konseling Islam.

5. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah menggunakan penelitian kualitatif, menurut Denzin & Lincol menyatakan bahwa penelitian kualitatif adalah penelitian yang menggunakan latar alamiah dengan menafsirkan fenomena yang terjadi dan dilakukan dengan jalan yang melibatkan berbagai metode yang ada. Erickson menyatakan bahwa penelitian kualitatif berusaha menemukan dan menggambarkan secara naratif kegiatan yang dilakukan dan dampak dari tindakan yang dilakukan terhadap kehidupan mereka.

Dari beberapa pendapat para ahli dapat disimpulkan bahwa penelitian kualitatif adalah pengumpulan data pada suatu latar alamiah dengan maksud menafsirkan fenomena yang terjadi dimana peneliti adalah sebagai instrument kunci, pengambilan sampel sumber data dilakukan secara purposive dan snowbal, teknik pengumpulan dengan triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif/kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi.¹¹ Penelitian ini disebut dengan penelitian kualitatif dengan mengumpulkan data suatu latar alamiah dengan menafsirkan fenomena karena data-data yang disajikan berupa pernyataan-pernyataan yang berkaitan dengan Pelaksanaan Bimbingan Dzikir dalam Meningkatkan Kebahagiaan LANSIA di Panti Asuhan dan Lansia Al-HIKMAH Semarang dengan di analisis menggunakan Bimbingan Konseling Islam.

2. Pendekatan Penelitian

Pendekatan penelitian kualitatif pada umumnya digunakan pada penelitian untuk menghasilkan Grounded Theory, yaitu teori yang dihasilkan berupa teori substantif. Ketetapan interpretasi bergantung kepada ketajaman analisis, objektivitas, sistematis dan sistematis. Oleh karena itu, judgement penelitian dalam penggunaan penafsiran makna yang terkandung di dalamnya sangat diperlukan

Penelitian kualitatif adalah jenis penelitian yang temuan-temuannya tidak diperoleh melalui prosedur kuantifikasi, perhitungan statistik, atau bentuk cara-cara lainnya yang menggunakan ukuran angka. Penelitian kualitatif prinsipnya

¹¹ Ilham Junaid, "Analisis Data Kualitatif Dalam Penelitian Pariwisata" Vol.10 No.1 feb2016 (Makassar: politeknik pariwisata makassar, 2016) hlm 60-61

untuk memahami objek yang diteliti secara mendalam. Creswell menjelaskan bahwa tujuan penelitian kualitatif pada umumnya mencakup informasi tentang fenomena utama yang dieksplorasi dalam penelitian, partisipan peneliti dan lokasi penelitian.

Penelitian kualitatif bertujuan memperoleh teori-teori atau hukum-hukum hubungan kausalitas yang general yang memungkinkan peneliti melakukan prediksi dan pengendalian seperti yang dilakukan pada penelitian ilmu alam, penelitian kualitatif berupaya membangun pemahaman dan penjelasan atas perilaku manusia sebagai makhluk sosial.

Creswell, menjelaskan bahwa pendekatan kualitatif adalah pendekatan untuk membangun pernyataan pengetahuan berdasarkan perspektif konstruktif (misalnya, makna-makna yang bersumber dari pengalaman individu, nilai-nilai sosial dan sejarah, dengan tujuan untuk membangun teori atau pola pengetahuan tertentu), atau berdasarkan perspektif partisipatori (misalnya: orientasi terhadap politik, isu, kolaborasi, atau perubahan), atau keduanya. Creswell menjelaskan bahwa didalam penelitian kualitatif, pengetahuan dibangun melalui interpretasi terhadap multi perspektif yang beragam dari masukan segenap partisipan yang terlibat didalam penelitian, tidak hanya penelitian semata. Sumber datanya bermacam-macam, seperti catatan observasi, catatan wawancara pengalaman individu, dan sejarah.¹² Penelitian ini disebut penelitian kualitatif karena data-data yang disajikan pernyataan-pernyataan yang berkaitan dengan Pelaksanaan Bimbingan Dzikir dalam Meningkatkan Kebahagiaan LANSIA di Panti Asuhan dan Lansia Al-HIKMAH Semarang dengan Analisis Bimbingan Konseling Islam.

3. Sumber Data

Sumber data dalam penelitian adalah subyek dari mana data dapat diperoleh. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, data diartikan sebagai kenyataan yang ada yang berfungsi sebagai bahan sumber untuk menyusun suatu pendapat, keterangan yang benar, dan keterangan atau bahan yang dipakai untuk penalaran dan penyelidikan. Jadi yang dimaksud sumber data dari uraian diatas adalah subyek penelitian dimana data menempel. Sumber data dapat berupa benda, gerak, manusia, tempat dan sebagainya.

¹² Ajat Rukajat, *Pendekatan Penelitian Kualitatif* (Yogyakarta:CV Budi Utama,2018) hlm3-5

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif. Data kualitatif adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan dan lain-lain secara holistik dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah. Sumber data merupakan sumber dimana data dapat diperoleh. Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer dan sekunder.

a. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh langsung dari subjek penelitian, dalam hal ini peneliti memperoleh data atau informasi langsung dengan menggunakan instrumen-instrumen yang telah ditetapkan. Adapun sumber primer dari penelitian ini adalah ketua pengurus Panti Asuhan dan Lansia di Al-Hikmah Semarang. Jenis data yang diperoleh yaitu data wawancara dengan ketua pengurus Panti Asuhan dan Lansia di Al-Hikmah Semarang dan lansia yang ada di panti tersebut.

b. Data Sekunder

Data Sekunder menurut Sugiyono data sekunder merupakan sumber data yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data, misalnya melalui orang lain atau lewat dokumen. Sumber data sekunder merupakan sumber data pelengkap yang berfungsi melengkapi data yang diperlukan data primer. Penelitian ini menggunakan data tertulis yang berhubungan dengan tema yang bersangkutan baik itu dari jurnal, buku, surat kaba dan sebagainya.

4. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan kegiatan penelitian yang terpenting adalah pengumpulan data, penelitian ini menggunakan data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh langsung dari lapangan atau data yang secara langsung diperoleh dari sumber pertama dengan melalui observasi dan wawancara dengan masyarakat terkait yang diletili mengenai perilaku sosial sedangkan data sekunder diperoleh dari instansi-instansi yang terkait, perpustakaan, dari buku, monografi, atau penelitian-penelitian lain yang dianggap relevan. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu :

a. Observasi-Partisipasi

Mencakup berbagai strategi lapangan yang dilaksanakan secara bersamaan melalui analisis dokumen, wawancara informan/responden, keterlibatan langsung, pengamatan dan introspeksi. Peneliti tidak hanya sekedar “ melihat” tapi juga “ merasakan” kelompok kelompok orang yang diamatinya. Penelitian ini berisi proses-proses pengamatan dan ingatan. Pada penelitian ini, penulis ingin melihat bagaimana pelaksanaan bimbingan dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan bagi lansia yang berada di panti al-hikmah di Semarang.

b. Wawancara Terbuka

Interview atau disebut juga wawancara atau kuisioner lisan adalah sebuah dialog yang dilakukan oleh peneliti untuk memperoleh informasi dari informan yang mendalam, yang dilakukan dalam jangka waktu yang relatif lama. Wawancara dilakukan dengan bertanya langsung kepada informan dengan menggunakan pedoman wawancara. Dalam penelitian ini informan dapat berasal dari lansia yang ada di panti tersebut dan pegawai yang ada di Panti Al-Hikmah Semarang.

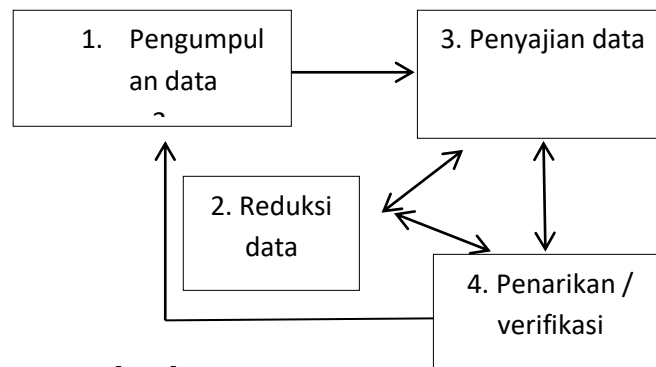
c. Dokumentasi

Menurut Sugiyono “ Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang” . Dokumentasi dalam penelitian ini mengambil segala kegiatan dilaksanakan sejak awal penelitian hingga akhir penelitian dengan menggunakan kamera, alat perekam (Handphone), dan catatan kecil agar mendapatkan informasi tentang Panti Asuhan dan Lansia di Al-Hikmah Semarang.

5. Teknik Analisis Data

Analisis data menurut Patton adalah proses mengatur urutan data, mengorganisasikan kedalam suatu pola, kategori dan ke satuan uraian dasar. Sedangkan menurut Bogdan dan Bikler analisis data kualitatif adalah upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, memilah-milihnya menjadi satuan yang dapat dikelola, mensistensiskannya, mencari dan menemukan pola, menemukan apa yang penting dan yang dipelajari, dan memutuskan apa yang dapat diceritakan kepada orang lain.

Menurut Milles dan Huberman, tahapan analisis data digambarkan sebagai berikut:



a. Pengumpulan data

Dalam hal ini peneliti melakukan pengumpulan data penelitian berupa hasil wawancara, observasi serta dekumensi lapangan secara objektif. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara, observasi oleh klien yang berkaitan tentang Bimbingan Dzikir dalam Meningkatkan Kebahagiaan Pada LANSIA di Panti Al-Hikmah Semarang dengan di analisis Bimbingan Konseling Islam.

b. Reduksi data

Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya. Reduksi data merujuk pada proses pemilihan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan, pengabstrakan dan transformasi data “kasar” yang terjadi dalam catatan – catatan lapangan tertulis. Reduksi data berlangsung terus menerus selama proyek kualitatif berlangsung sampai laporan tersusun. Dalam penelitian ini, peneliti menyeleksi dan merangkum data yang diperoleh lalu difokuskan pada hal-hal yang berkaitan tentang Bimbingan Dzikir dalam Meningkatkan Kebahagiaan Pada LANSIA di Panti Al-Hikmah Semarang. Dengan data yang telah direduksi, maka akan memberikan gambaran yang jelas, mempermudah peneliti melakukan pengumpulan data selanjutnya.

c. Penyajian data

Alur yang paling penting selanjutnya dari analisis data adalah penyajian data. Penyajian data adalah sekumpulan informasi tersusun yang memberikan kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. Dalam tahap penelitian ini, peneliti menyusun sekumpulan informasi dalam bentuk uraian, foto, atau gambar sejenisnya yang berkaitan tentang dengan Bimbingan

Dzikir dlm Meningkatkan Kebahagiaan Pada LANSIA di Panti Al-Hikmah Semarang.

d. Penarikan kesimpulan atau verifikasi

Adapun yang dimaksud dengan verifikasi data adalah usaha untuk mencari, menguji, mengecek kembali atau memahami makna atau arti, keteraturan, pola-pola, penjelasan, alur, sebab-akibat, atau preposisi. Sedangkan kesimpulan dapat berupa deskripsi atau gambaran suatu obyek yang sebelumnya masih remang-remang atau gelap sehingga setelah diteliti menjadi jelas, dapat berupa hubungan kausal atau interaktif, hipotesis atau teori.¹³ Pada penelitian ini, peneliti mengambil intisari dari serangkaian kategori hasil penelitian berdasarkan observasi, wawancara dan dokumentasi hasil penelitian.

6. Sistematika Penulisan

Guna memberikan gambaran yang jelas tentang skripsi ini, penulis memberikan sistematika dalam penulisan skripsi dengan penjelasan dan garis besar. Skripsi ini terdapat lima bab susunan. Adapun susunan tersebut diantaranya :

Bab pertama, pendahuluan yang berisi latar belakang, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, tinjauan pustaka, metode penelitian, dan sistematika penulisan.

Bab kedua, kerangka teori, pada bab ini berisi, Bimbingan Dzikir Dalam Meningkatkan Kebahagiaan Pada Lansia terdiri dari, pengertian Bimbingan dan dzikir, keutamaan dzikir dan macam-macam dzikir. Sedangankan bagian teori tentang kebahagiaan terdiri dari: pengertian kebahagiaan, faktor-faktor kebahagiaan dan aspek-aspek dari kebahagiaan. Bagian teori tentang lansia terdiri dari : pengertian lansia, ciri-ciri lansia dan tugas perkembangan lansia. Bagian dari teori tentang Bimbingan Konseling Islam diantaranya yaitu pengertian Bimbingan Konseling Islam, tujuan Bimbingan Konseling Islam, fungsi Bimbingan Konseling Islam dan asas-asas Bimbingan Konseling Islam

Bab ketiga, berisi tentang data-data yang akan dianalisis diantaranya : profil tentang Peran Bimbingan Dzikir Dalam Meningkatkan Kebahagiaan Pada LANSIA Di Panti Asuhan dan LANSIA Al-Hikmah Semarang.

¹³ Ahmad Rijali, *Analisis Data Kualitatif* Vol.17 No.33 januari-juni 2018 (Banjarmasin: UIN Antasari Banjarmasin, 2018) hlm 82-84

Bab keempat, berisi tentang analisis penulisan yang meliputi, pelaksanaan Bimbingan Dzikir dalam Meningkatkan Kebahagiaan LANSIA di Panti Asuhan Al-Hikmah Semarang dengan analisis Bimbingan Konseling Islam.

Bab kelima, penutup, yang berisi kesimpulan, saran-saran dan penutup.

BAB II

KERANGKA TEORI

1. Bimbingan Dzikir

a. Pengertian Bimbingan Dzikir

Kata Bimbingan berasal dari bahasa Inggris *guidance* dengan akar kata *guide* yang artinya menunjukkan. Kata bimbingan dipergunakan untuk beberapa fungsi antara lain, bimbingan skripsi. Sedangkan dalam konteks psikologi, bimbingan berarti pemberian bantuan psikologis kepada orang yang membutuhkan agar didapat mengatasi atau menyelesaikan sendiri permasalahan yang dihadapi, sedangkan dalam konteks psikologi, bimbingan berarti pemberian bantuan psikologis kepada orang yang membutuhkan agar didapat mengatasi atau menyelesaikan sendiri permasalahan yang dihadapi.¹⁴

Arti dzikir dari segi bahasa, dzikir berasal dari kata *dzakara*, *yadzku*, *dzukr/dzikr* yang artinya merupakan perbuatan dengan lisan (menyebut, menuturkan, mengatakan) dan dengan hati (mengingat dan menyebut). Kemudian ada yang berpendapat bahwa *dzukr* (*bidlammi*) saja, yang dapat diartikan pekerjaan hati dan lisan, sedang *dzikir* (*bilkasri*) dapat diartikan khusus pekerjaan lisan. Sedangkan dari segi peristilahan, dzikir tidak terlalu jauh pengertiannya dengan makna-makna lughawinya semula, bahkan di dalam kamus modern seperti al-Munawir, al-Munjid, dan sebagainya, sudah pula menggunakan pengertian-pengertian istilah seperti *adz-dzikr* dengan arti bertasbih, mengagungkan Allah swt. dan seterusnya.¹⁵

Menurut Syekh Abu Ali ad-Daqqaq yang dikutip oleh Joko S. Kahhar & Gilang Vita Madinah mengatakan, "Dzikir adalah tiang penopang yang sangat kuat atas jalan menuju Allah swt. Sungguh dzikir adalah landasan bagi hari itu sendiri. Tidak ada seorang pun yang dapat mencapai Allah SWT, kecuali mereka yang dengan terus-menerus berdzikir kepada-Nya. Dzun Nuun al-Mishri menegaskan pula mengenai dzikir bahwa, "Seseorang yang benar-benar dzikir kepada Allah SWT, maka ia akan lupa segala sesuatu selain dzikirnya Allah SWT,

¹⁴ Anwar M. fuad, 2019 *Landasan Bimbingan dan Konseling Islam*, Yogyakarta : CV Budi Utama

¹⁵ Madinah cita gilang dakhar joko, 2017, *Berzikir kepada Allah kajian spritual masa dzikir dan majelis* Yogyakarta: sajah-press

akan melindunginya dari segala sesuatu, dunia akan diberi ganti dari segala sesuatu.

Menurut seligman dan khavari mengemukakan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi kebahagiaan individu adalah agama. Individu yang menjalankan perintah agama dengan baik termasuk dzikir akan memperoleh suatu kebahagiaan. Hal ini dikarenakan efek yang ditimbulkan oleh *dzikrullah* seperti meditasi yang dapat memberikan efek ketenangan. Ketika dzikir telah menembus seluruh bagian tubuh bahkan ke setiap sel-sel dari tubuh itu sendiri, maka hal ini akan berpengaruh terhadap tubuh (fisik) dengan merasakan getaran yang lemas dan menembus serta menyatunya dzikir ke seluruh tubuh. Pada saat inilah tubuh manusia merasakan relaksasi atau pengendoran saraf sehingga ketegangan-ketegangan jiwa (stress) akibat dari tidak terpenuhinya kebutuhan baik kebutuhan jasmani maupun kebutuhan rohani akan berkurang bahkan bisa saja hilang sama sekali sehingga individu akan merasakan kebahagiaan.¹⁶

b. Keutamaan Dzikir

Dzikir memiliki keutamaan yang sangat banyak sekali di antaranya :

1. Dzikir merupakan amalan yang sangat di sukai oleh Allah Dzikir lebih utama dari jihad memerangi musuh, sehingga jihad disertai dzikir menjadi amalan yang tak tertandingi.
2. Dzikir adalah amalan yang menyelamatkan dari azab Allah, Muadz berkata : *"Tidak ada sesuatu hal yang lebih menyelamatkan dari azab kubur daripada dzikrullah"*
3. Dzikir adalah amalan yang menjaga diri dari gangguan setan dalam hadis diumpamakan bahwa dzikir bagaikan benteng manusia dari kejaran musuh. Sebagaimana orang yang sulit selamat dari kejaran musuh yang lebih kuat darinya kecuali masukke benteng yang rapat dan kuat. Demikian juga seorang tidak selamat dari setan kecuali dengan berdzikir yang bener dan ikhlas.
4. Dzikir menjadi penenang dan pententruman hati dzikir membawa ketenangan bagi yang ketakutan karena menghadirkan kebersamaan

¹⁶ Jasmadi & Lailatul Musrimah, "Hubungan Kualitas Dzikir Dengan Kebahagiaan Pada Mahasiswa Aktivis Dakwah dan Kampus (ADK) Unsiya" jurnal: Psikoislamedia, Vol.01 No.01 Tahun 2016. Hlm.16-15

dengan Allah yang Mahakuat. Dzikir melahirkan ketenangan bagi yang di rundung suka, karena dzikir menyadarkan bahwa Allah tidak akan.

sekalipun menzalimi hambanya. Karena Allah telah menyediakan pahala yang besar bagi mereka yang bersabar.¹⁷

(Qs. Al-Baqarah : 155-157)

{ وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ (155) الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاغِبُونَ (156) أُولَٰئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ (وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ 157) }

Artinya : *Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepada kalian dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan, “Inna lillahi wainna ilaihi raji’ un.” Mereka itulah yang mendapat keberkatan yang sempurna dan rahmat dari Tuhannya, dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk.*

Dzikir menambah rejeki dan menjadikan hidup nyaman (Qs. Hud: 3)

وَأَنِ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ ثُمَّ تُوبُوا إِلَيْهِ يُمַغْفِرْ لَكُمْ مَتَاعًا حَسَنًا إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى وَ يُؤْتِ كُلَّ ذِي فَضْلٍ فَضْلَهُ ۖ وَإِن تَوَلَّوْا فَإِنِّي أَخَافُ عَلَيْكُمْ عَذَابَ يَوْمٍ كَبِيرٍ

Artinya : *Dan hendaklah kamu memohon ampunan kepada Tuhanmu dan bertobat kepada-Nya, niscaya Dia akan memberi kenikmatan yang baik kepadamu sampai waktu yang telah ditentukan. Dan Dia akan memberikan karunia-Nya kepada setiap orang yang berbuat baik. Dan jika kamu berpaling, maka sungguh, aku takut kamu akan ditimpa azab pada hari yang besar (Kiamat).*

c. Macam-macam Dzikir

Dzikir mempunyai pengaruh yang sangat dahsyat dalam menentramkan hati, menjernihkan pikiran, menenangkan hidup dan mendatangkan keberkahan setiap amal yang di lakukan dan dzikir memiliki beberapa bentuk.

¹⁷ Muh.mu@inudinillah basri, @penuntun dzikir dan doa berdasarkan sunnah Nabi@ (surakarta:Indiva MediaKreasi, 2008), hlm20-21

Dzikir sabyan fikri, yaitu berzikir dengan hati dan pikiran, hati memahami apa yang diucapkan oleh lisan dan akal, merenungkan makna dan konsekuensinya sebagaimana lisan mengucapkan Allahu Akbar. Hati berusaha menghadirkan kebesaran Allah, pikiran memikirkan kebesaran Allah, sehingga benar-benar hati dan pikiran menyakini kebesaran Allah diatas seluruh Makhluk-Nya. Maka perintah Allah adalah segala-galanya, demikian mengucapkan Alhamdulillah hati dan pikiran menghadirkan berbagai macam nikmat, keindahan, dan rahmat Allah yang luas dan kasih sayang-Nya dipenjuru semesta.¹⁸

d. Manfaat Dzikir untuk Kebahagiaan

Seseorang yang berdzikir akan merasakan beberapa manfaat, selain merasakan ketenangan batin dan kebahagiaan juga terdapat manfaat lainnya antaralain :

1. Dzikir merupakan ketetapan dan syarat kewalian. Artinya, para kekasih Allah itu biasanya selalu istikamah dalam berdzikir kepada Allah. Sebaliknya, siapa yang lupa atau berhenti dari dzikirnya, ia telah melepaskannya dari derajat mulia itu.
2. Dzikir merupakan kunci dari ibadah-ibadah yang lain. Dalam dzikir terkandung kunci pembuka rahasia-rahasia ibadah yang lainnya. Hal itu diakui oleh Sayyid Ali Al-Mursifi bahwa tidak ada jalan lain untuk merawat atau membersihkan hati para muridnya kecuali terus menerus melakukan dzikir kepada Allah
3. Dzikir merupakan syarat atau perantara untuk masuk hadirat Ilahi. Allah adalah Zat Yang Mahasuci sehingga Dia tidak dapat didekati kecuali oleh orang-orang yang suci pula.
4. Menurunkan rahmat Allah, sebagaimana sabda Rasulullah SAW, “ Orang-orang yang duduk untuk berdzikir, malaikat mengitari mereka, Allah melimpahkan rahmat-Nya, dan Allah juga menyebut (membanggakan) mereka kepada malaikat di sekitarnya.”

Dzikir mempunyai manfaat yang besar terutama dalam dunia modern seperti sekarang, manfaat dzikir dalam kehidupan menurut Amin Syukur antara lain :

1. Dzikir memantapkan iman

¹⁸ Muh.mu@inudinillah basri, @penuntun dzikir dan doa berdasarkan sunnah Nabi@ (surakarta:Indiva MediaKreasi, 2008), hlm 27-35

Jiwa manusia akan terawasi oleh apa dan siapa yang selalu melihatnya. Ingat kepada Allah berarti lupa kepada yang lain, ingat yang lain berarti lupa kepada-Nya. Melupakan-Nya akan mempunyai dampak yang luas dalam kehidupan manusia.

2. Dzikir dapat menghindarkan dari bahaya

Dalam kehidupan ini, seseorang tak bisa lepas dari kemungkinan datangnya bahaya. Hal ini dapat diambil pelajaran dari peristiwa Nabi Yunus As yang tertelan ikan. Pada saat seperti itu Yunus As berdoa: *la ilaha illa anta subhanaka inni kuntu minadhalimin* (tiada Tuhan selain engkau, maha suci engkau, sesungguhnya aku adalah termasuk orang-orang yang dhalim) (al- Anbiya' :27). Dengan doa dan dzikir itu Yunus As dapat keluar dari perut ikan.

3. Dzikir menumbuhkan energi akhlak

Kehidupan modern yang ditandai juga dengan dekadensi moral, akibat dari berbagai rangsangan dari luar, khususnya melalui mass media. Pada saat seperti ini dzikir yang dapat menumbuhkan iman dapat menjadi sumber akhlak. Dzikir tidak hanya dzikir substansial, namun dzikir fungsional. Dengan demikian, betapa penting mengetahui, mengerti (ma' rifat) dan mengingat (dzikir) Allah, baik terhadap nama-nama maupun sifatsifat-Nya, kemudian maknanya ditumbuhkan dalam diri secara aktif, karena sesungguhnya iman adalah keyakinan dalam hati, diucapkan dalam lisan dan direalisasikan dalam amal perbuatan.

Jadi dzikir sangat bermanfaat bagi seseorang dalam kehidupan sehari-hari, memberi semangat untuk melakukan kegiatan yang baik, bisa sebagai terapi jiwa, dapat menghindarkan dari bahaya, dan memantapkan iman seorang¹⁹ dan dapat meningkatkan kebahagiaan. Kebahagiaan merupakan suatu hal yang menyenangkan, suka cita, membawa kenikmatan serta tercapainya sebuah tujuan. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia bahagia diartikan

¹⁹ Ayu Efita Sari, Skripsi: Pengaruh Pengamalan Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Di Majelis Dzakirin Kamulan Durenan Trenggalek (Tulungagung: IAIN TULUNGAGUNG, 2015), hlm. 19-23

sebagai keadaan atau perasaan sangat tentram bebas dari segala yang menyusahkan.²⁰

2. Kebahagiaan

a. Pengertian kebahagiaan

Istilah *happiness* atau kebahagiaan seringkali dikaitkan dengan aliran baru di bidang psikologi, yaitu psikologi positif yang lebih menekankan pada aspek positif karakteristik yang dimiliki manusia. Hingga saat ini terdapat banyak pengertian mengenai kebahagiaan.

Menurut Hurlock mengatakan bahwa kebahagiaan merupakan gabungan dari adanya sikap menerima (*acceptance*), kasih sayang (*affection*) dan prestasi (*achievement*). Sikap menerima orang lain dipengaruhi oleh sikap menerima diri sendiri dalam penyesuaian sosial dimana dalam penyesuaian sosial diperlukan adanya daya tarik fisik yang akan menimbulkan rasa cinta dan penerimaan dari orang lain, sedangkan cinta merupakan hasil sikap penerimaan orang lain di dalam lingkungan. Selain itu, prestasi juga salah satu esensi kebahagiaan. Prestasi ini timbul karena adanya kerja keras, pengorbanan, kompetensi dan mempunyai tujuan yang realistis. Ketiga esensi kebahagiaan ini harus dapat dijalani secara bersamaan.

Teori kebahagiaan berikutnya yang juga bisa menjelaskan kaitan antara prestasi dengan kebahagiaan adalah judgement theory. Teori ini menjelaskan bahwa kebahagiaan merupakan hasil perbandingan antara kondisi-kondisi nyata dengan sebuah standar. Dikatakan bahagia apabila kondisi-kondisi nyata melebihi standar, sebaliknya apabila kondisi-kondisi nyata berada di bawah standar akan memunculkan ketidakbahagiaan. Standar yang digunakan sebagai pembanding oleh individu ditentukan sendiri oleh individu yang bersangkutan. Ada tiga teori psikologis yang digunakan untuk memprediksi standar yang digunakan individu sebagai perbandingan terhadap kondisi nyata, yaitu teori perbandingan sosial (*social comparison theory*), teori adaptasi (*adaptation theory*), teori frekuensi rata-rata (*the range frequency theory*). Terkait dengan prestasi, menurut teori adaptasi, individu menggunakan pengalaman di masa yang lalu sebagai standar pembanding atas kondisi saat ini. Jika kondisi sekarang lebih baik dibandingkan

²⁰ Okiana Budi Ashari, Skripsi: "Apakah Orang Miskin Tidak Bahagia? Studi Fenomenologi Tentang Kebahagiaan di Dusun Deliksari" (Semarang: UNNES, 2016), Hlm. 7

kondisi lalu, ia akan bahagia. Selanjutnya, teori kebahagiaan yang bisa digunakan untuk menjelaskan kaitan antara pencapaian prestasi dengan kebahagiaan lansia adalah *activity theories*. Dalam teori tersebut dinyatakan bahwa kebahagiaan merupakan hasil aktivitas yang dilakukan individu dengan sebaik-baiknya. Menurut Csikszentmihalyi, aktivitas dicetuskan oleh masalah yang dihadapi individu. Aktivitas berpotensi membahagiakan jika tingkat permasalahannya sesuai dengan tingkat kemampuan individu. Jika masalah terlalu mudah akan berakibat membosankan, dan jika terlalu sulit akan memunculkan kecemasan.

Menurut Diener dan kawan-kawan mendefinisikan kebahagiaan sebagai suatu penilaian seseorang terhadap kehidupan mereka baik saat ini dan tahun-tahun sebelumnya. Evaluasi ini mencakup reaksi emosional seseorang terhadap suatu kejadian, mood dan penilaian mereka terhadap kepuasan hidup, fulfillment dan kepuasan perkawinan dan kepuasan kerja. Individu dengan kebahagiaan tinggi akan lebih mampu mengatasi dan mengontrol emosi dalam dirinya dan mampu dengan lebih baik menghadapi hidup di masa mendatang. Individu yang level kebahagiaan rendah sebaliknya akan memandang peristiwa yang terjadi dalam hidupnya sebagai peristiwa yang tidak menyenangkan sehingga menimbulkan emosi negatif pada dirinya. Diener mendefinisikan kebahagiaan subjektif sebagai cara individu mengevaluasi kehidupannya dan terdiri dari beberapa variabel, seperti kepuasan hidup dan kepuasan pernikahan, rendahnya tingkat depresi dan kecemasan, serta adanya emosi dan suasana hati yang positif.²¹

b. Faktor-faktor tentang pengaruh kebahagiaan

1. Penghasilan

Peneliti menganalisis data dari tiga subjek menyimpulkan bahwa semua subjek tampak ayem tenteram, kebutuhan terpenuhi dari penghasilan yang diperoleh, dan tenang pada usia tua. Pada saat peneliti datang subjek tersenyum, menyapa, sopan, mau senda gurau, terbuka, berbicara jelas, enak di dengar, dan kadang tertawa tampak gembira.

2. Usia

Peneliti menganalisis data dari tiga subjek menyimpulkan bahwa semua subjek tenang, senang, ayem tenteram, dan tidak nggresula (menggerutu,

²¹ Lukmanul hakim dan Niken hartati, "sumber-sumber kebahagiaan lansia ditinjau dari dalam dan luar tempat tinggal panti jompo" *jurnal bimbingan dan konseling*, vol.5 No. 1 thn 2014 hlm 37-40

mengeluh), dan belum terdengar hidup susah atau menderita di usia tua. Tampak dan terdengar dari pembicaraannya bahwa lansia tersebut sadar dirinya sudah tua sehingga makin dekat dengan kematian. Bahkan subjek tiga sudah meramal dirinya meninggal tiga tahun yang lalu.

3. Agama

Peneliti menganalisis data dari tiga subjek bahwa ketiga subjek tampak ceria, tidak ada penyesalan di usia tua, sayang kepada cucu, taat ajaran agama Islam, mendekatkan diri kepada Tuhan, sholat di saf depan, tampak merasa tenang, senang, mengisi uang ke kotak infak di masjid, sopan terhadap tamu, berpakaian sederhana bersih, pendengaran penglihatan masih jelas, dihargai/dihormati tetangga, dan teman-temannya.

4. Budaya

Peneliti menganalisis data dari tiga subjek bahwa tiga lansia tersebut pernah berjasa terhadap masyarakat di lingkungan tempat tinggalnya, dahulu pernah diakui, dan dihargai; kini sudah lansia masih dihargai dan jasanya sebagai kenangan. Tradisi masyarakat Jawa menghargai orang tua, setiap pada hari raya Idul Fitri dikunjungi saudaranya, anak-anaknya/cucunya, dimohon maaf, dan doa restunya. Lansia yang dikunjungi pada hari raya tersebut umumnya merasa senang.

5. Bersyukur kepada Tuhan

Peneliti menganalisis data dari tiga subjek bahwa rasa syukur subjek satu, dua, dan tiga diwujudkan dengan cara mendekatkan diri kepada Tuhan dan rajin sholat ke masjid; agar hidupnya lebih tenang. Subjek satu kadang mengucapkan syukur sambil menangis karena merasa disayang Allah. Subjek dua sambil sedekah dari hasil panen kepada saudaranya yang kekurangan agar bebannya menjadi ringan. Subjek tiga bersyukur karena merasa kenikmatannya atas pemberian Allah dan kadang berkunjung ke rumah saudaranya naik sepeda tua.²²

Menurut Seligman faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan dibagi menjadi dua yaitu faktor Internal dan faktor eksternal:

²² Mulyono, "faktor-faktor psikologis yang mempengaruhi kebahagiaan pada lanjut usia suku jawa diKlaten" jurnal: psikologis kebahagiaan, vol.4 No.1 tahun 2015 hlm16-17

1. Faktor Internal

Menurut Seligman, terdapat faktor internal yang berkontribusi terhadap kebahagiaan :

a. Kepuasan terhadap masalah. Kepuasan terhadap masalah terdapat tiga cara:

- ✓ Melupakan pandangan masa lalu sebagai penentu masa depan seseorang.
- ✓ Bersyukur terhadap hal-hal baik dalam hidup akan meningkatkan kenangan-kenangan positif.
- ✓ Memafkan dan melupakan akan mengubah kepahitan menjadi kenangan yang netral atau bahkan positif.

b. Optimisme Terhadap Masa Depan

c. Kebahagiaan Pada Masa Sekarang. Kebahagiaan masa sekarang melibatkan dua hal, yaitu:

- ✓ *Pleasure* (kenikmatan) yaitu kesenangan yang memiliki komponen indrawi dan emosional yang kuat, perasaan-perasaan dasar seperti gairah, rasa senang dan nyaman.
- ✓ *Gratification* (Gratifikasi) yaitu kegiatan yang sangat disukai oleh seseorang namun tidak selalu melibatkan perasaan tertentu, dan durasinya lebih lama dibandingkan pleasure, kegiatan yang memunculkan gratifikasi umumnya memiliki komponen seperti menantang, membutuhkan keterampilan, konsentrasi.

2. Faktor Eksternal

Menurut Seligman (2005), faktor-faktor eksternal yang mempengaruhi kebahagiaan adalah :

a. Kehidupan sosial

Seligman dan Ed Diener menemukan bahwa semua orang (kecuali satu), mereka adalah termasuk orang-orang yang paling berbahagia, yang sedang dalam berhubungan romantis. Orang-orang yang berbahagia, mereka sangat

sedikit meluangkan waktu dalam kesendirian mereka lebih suka berkumpul dan menghabiskan waktu bersama teman-teman dan mereka bersosialisasi.

b. Agama atau religiusitas

Seseorang yang religius lebih bahagia dan lebih puas dengan kehidupannya dibandingkan seseorang yang tidak religius. Hal ini dapat disebabkan oleh tiga hal. Pertama, efek psikologis yang ditimbulkan oleh religiusitas cenderung positif, mereka yang religius memiliki tingkat penyalahgunaan obat-obatan, kejahatan, perceraian dan bunuh diri yang sangat rendah. Hal ini karena di dalam agama terdapat peraturan-peraturan yang mengaturnya. Kedua, adanya keuntungan emosional dari agama berupa dukungan sosial dari mereka yang bersama-sama membentuk kelompok agama yang simpatik. Ketiga, agama pada dasarnya memunculkan harapan terhadap masa depan dan makna dalam hidup.

c. Pernikahan

Pernikahan memiliki pengaruh yang jauh lebih besar dibanding uang yang mempengaruhi kebahagiaan seseorang. Seseorang yang menikah cenderung lebih bahagia daripada mereka yang tidak menikah. Lebih bahagianya individu yang telah menikah bisa karena pernikahan menyediakan keintiman psikologis dan fisik, konteks untuk memiliki anak, membangun rumah tangga, dan mengafirmasi identitas serta peran sosial sebagai pasangan dan orang tua.

d. Uang

Keadaan keuangan yang dimiliki seseorang pada saat tertentu menentukan kebahagiaan yang dirasakannya akibat peningkatan kekayaan. Individu yang menempatkan uang di atas tujuan yang lainya juga akan cenderung menjadi kurang puas dengan pemasukan dan kehidupannya secara keseluruhan. Seligman menyatakan bahwa banyak data yang

mengenai pengaruh kekayaan dan kemiskinan terhadap kebahagiaan.²³

e. Aktivitas sehari-hari

Lansia yang berada di panti asuhan atau panti jompo menjalani aktivitas sehari-hari layaknya lansia pada lainnya, mereka melakukan kegiatan sehari-hari seperti mencuci baju, mencuci piring, dan berinteraksi dengan sesama lansia yang berada disana, oleh karena itu para lansia merasa lebih bahagia karena mereka mempunyai banyak teman sebaya yang merasa senasib satu sama lain, dan mereka merasa bebas melakukan aktivitas apapun, dan para lansia merasa bahagia karena banyak teman untuk berbagi cerita.

c. Aspek-aspek Kebahagiaan

Aspek-aspek kebahagiaan menurut Seligman sebagai berikut :

1. Terjalannya hubungan positif dengan orang lain, hubungan positif bukan sekedar memiliki teman, pasangan, ataupun anak, tetapi dengan menjalin hubungan positif dengan individu yang ada disekitar. Hubungan positif akan tercipta bila adanya dukungan sosial yang membuat individu mampu mengembangkan harga diri, meminimalkan masalah-masalah psikologis, kemampuan pemecahan masalah yang adaptif dan membuat individu menjadi sehat secara fisik.
2. Keterlibatan penuh, keterlibatan penuh bukan hanya pada karir, tetapi juga dalam aktivitas lain seperti hobby dan aktivitas bersama keluarga. Dengan melibatkan diri secara penuh, bukan hanya fisik yang beraktivitas, tetapi hati dan pikiran juga turut serta dalam aktivitas tersebut.
3. Penemuan makna dalam keseharian, dalam keterlibatan penuh dan hubungan positif dengan orang lain tersirat satu cara lain untuk dapat bahagia, yakni menemukan makna dalam apapun yang dilakukan. Individu yang bahagia akan menemukan makna disetiap apapun yang dilakukannya.

²³ Natanael Lewi dan Shanty Sudarji, "Faktor-Faktor Pendukung Kebahagiaan Pada Empat Narapidana Wanita Di Lapas Wanita Kelas II A Tangerang" Jurnal: PSIBERNETIKA Vol. 8 No. 2, Tahun 2005. Hlm 122-123

4. Optimisme yang realistik, orang optimis ditemukan lebih berbahagia. Mereka tidak mudah cemas karena menjalani hidup dengan harapan. Individu yang mengevaluasi dirinya dengan cara yang positif, akan memiliki kontrol yang baik terhadap hidupnya, sehingga memiliki impian dan harapan yang positif tentang masa depan.
5. Resiliensi, orang yang berbahagia bukan berarti tidak pernah mengalami penderitaan. Karena kebahagiaan tidak bergantung pada seberapa banyak peristiwa menyenangkan yang dialami. Melainkan sejauh mana seseorang memiliki resiliensi, yakni kemampuan untuk bangkit dari peristiwa yang tidak menyenangkan sekalipun.²⁴

d. Ciri-ciri Kebahagiaan Pada Lansia

Ciri orang bahagia ialah adanya emosi positif. Menurut Fredrickson ada empat emosi positif antara lain:

1. Joy (keceriaan)
Keriang, keceriaan, kegembiraan merupakan emosi positif yang berdampak pada fisik dan fisiologis. Orang yang rasa humornya tinggi akan memperkuat system kekebalan tubuh, meningkatkan kebugaran jasmani dan menghilangkan pengaruh buruk emosi negatif.
2. Interest (ketertarikan)
Orang yang berbahagia cenderung memperlihatkan perilaku menolong. Orang yang berbahagia akan tertarik untuk berbagi kebahagiaan dengan orang lain, orang akan menjadi ramah dan baik hati.
3. Contentment (kepuasan)
Membangun emosi positif lebih banyak dalam kehidupan akan meningkatkan prestasi yang lebih tinggi, orang yang berbahagia berpikir fleksibel, inklusif, kreatif dan reseptif.
4. Love (cinta)
Mencintai, berteman, cinta antara ibu dan anak sangat besar sekali pengaruhnya terhadap kesehatan fisik. Cinta membuat orang menjadi lebih baik, meningkatkan kepercayaan diri, melupakan kekurangan orang lain.²⁵

²⁴ <http://www.universitaspsikologi.com/2018/05/pengertian-dan-aspek-kebahagiaan> ,diakses pada tanggal 30oktober 2020 pk1:19.00

²⁵Erlina, SKRIPSI: Hubungan Penyesuaian Diri Terhadap Kesepian Dengan Kebahagiaan Pada Lanjut Usia (Masyarakat Labuh Baru Barat Pekanbaru) (PEKANBARU: UIN Sultan Syarif Kasim,2010) hlm.15

3. Lansia/ Lanjut Usia

a. Pengertian Lansia

Menurut UU No.13 Tahun 1998 dan 68-78 Tahun (WHO) Pengertian Lansia secara umum adalah, dapat di simpulkan bahwa seseorang disebut lansia jika ia telah berusia 65 tahun ke atas. Namun terdapat beberapa batasan-batasan umur yang mencakup batasan umur orang yang masuk di dalam kategori lansia, diantaranya adalah 60 tahun.

Menurut Prayitno, lansia merupakan dua kesatuan dari fakta sosial dan biologi, sebagai fakta sosial lansia merupakan suatu proses penarikan diri dari berbagai status yang diberikan oleh masyarakat yang dilihat dalam kacamata struktur masyarakat. melemahnya manusia secara fisik maupun kesehatannya. Para lansia memang merupakan individu yang mengalami penurunan fungsi fisik maupun sosialnya, maka dari itu seringkali lansia merasa dasingkan dan tidak diperhatikan oleh keluarganya. Seringkali lansia di letakkan oleh keluarganya di lembaga kemasyarakatan atau panti jompo untuk merawat lansia tersebut.²⁶

Lansia merupakan usia yang mendekati akhir siklus kehidupan manusia di dunia. Usia tahap ini dimulai pada usia 60 tahun sampai akhir hidupnya. Pada usia lanjut seseorang akan mengalami penurunan baik fisik maupun psikis. Barbara Newman dan Philip Newman membagi masa lansia menjadi 2 periode, yaitu :

- 1) Masa dewasa akhir / later adulthood (60-75 tahun)
- 2) Usia sangat tua/ very old age (75 tahun sampai meninggal dunia).²⁷

Lanjut usia adalah periode penutup rentang hidup seseorang, yaitu suatu periode dimana seseorang beranjak jauh dari periode terdahulu. Tahap usia lanjut merupakan tahap terjadinya penuaan dan penurunan, yang lebih jelas daripada usia baya. Pada usia lanjut, terjadi penurunan kemampuan fisik aktivitas menurun, sering mengalami gangguan kesehatan, dan mereka cenderung mengalami kurangnya semangat²⁸.

²⁶ Dayana sabila, SKRIPSI : Strategi Program Meningkatkan Kebahagiaan Lansia (Studi pada Pondok Lansia Al-Ishlah Kecamatan Blimbing Kota Malang) (MALANG : Unniversitas Muhammadiyah Malang, 2019), hlm 12-13

²⁷ Iin Nasri Impisari, SKRIPSI: Makna Kebahagiaan Pada Lansia Muslim Yang Tinggal Di Panti Tresna Werdha Teratai Palembang (PALEMBANG: UIN Raden Fatah, 2017), hlm 20

²⁸ Mei Fitriani, Problem Psikospiritual Lansia Dan Solusinya Dengan Bimbingan Penyuluhan Islam (Studi Kasus Balai Pelayanan Sosial Cepiring Kendal) Jurnal: Ilmu Dakwah, Vol.36 No.01, tahun juni 2016, hlm 76

b. Ciri-ciri Lanjut Usia

Ciri-ciri lansia adalah sebagai berikut :

1. Lansia merupakan periode kemunduran.

Kemunduran pada lansia sebagian datang dari faktor fisik dan faktor psikologis. Motivasi memiliki peran yang penting dalam kemunduran pada lansia. Misalnya lansia yang memiliki motivasi yang rendah dalam melakukan kegiatan, maka akan mempercepat proses kemunduran fisik, akan tetapi ada juga lansia yang memiliki motivasi yang tinggi, maka kemunduran fisik pada lansia akan lebih lama terjadi.

2. Lansia memiliki status kelompok minoritas.

Kondisi ini sebagai akibat dari sikap sosial yang tidak menyenangkan terhadap lansia dan diperkuat oleh pendapat yang kurang baik, misalnya lansia yang lebih senang mempertahankan pendapatnya maka sikap sosial di masyarakat menjadi negatif, tetapi ada juga lansia yang mempunyai tenggang rasa kepada orang lain sehingga sikap sosial masyarakat menjadi positif.

3. Menua membutuhkan perubahan peran.

Perubahan peran tersebut dilakukan karena lansia mulai mengalami kemunduran dalam segala hal. Perubahan peran pada lansia sebaiknya dilakukan atas dasar keinginan sendiri bukan atas dasar tekanan dari lingkungan. Misalnya lansia menduduki jabatan sosial di masyarakat sebagai Ketua RW, sebaiknya masyarakat tidak memberhentikan lansia sebagai ketua RW karena usianya

4. Penyesuaian yang buruk pada lansia.

Perlakuan yang buruk terhadap lansia membuat mereka cenderung mengembangkan konsep diri yang buruk sehingga dapat memperlihatkan bentuk perilaku yang buruk. Akibat dari perlakuan yang buruk itu membuat penyesuaian diri lansia menjadi buruk pula. Contoh : lansia yang tinggal bersama keluarga sering tidak dilibatkan untuk pengambilan keputusan karena dianggap pola pikirnya kuno, kondisi inilah yang menyebabkan lansia menarik diri dari lingkungan, cepat tersinggung dan bahkan memiliki harga diri yang rendah.²⁹

c. Tugas Perkembangan Lansia

Individu dalam setiap tahapan usia memiliki tugas dan perkembangan

²⁹ Siti Nur Kholifah,  Keperawatan Gerontik  Desember 2016. Diakses dari <http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wp-content/uploads/2017/08/Keperawatan-Gerontik-Komprehensif.pdf> , pada tanggal 08 Maret 2021 pukul 12.00

yang berbeda, begitu juga dengan usia lansia. Lansia memiliki tugas perkembangan untuk mencapai integritas diri yang utuh. Menurut Havighurst ada enam jenis tugas perkembangan yang harus dilakukan oleh lansia yaitu:

1. Menyesuaikan diri dengan kekuatan fisik dan kesehatan tubuh yang menurun

Pada lansia sering diartikan sebagai masa kemunduran atau masa berkurangnya fungsi-fungsi fisik yang merupakan suatu perubahan pada sel-sel tubuh bukan karena penyakit khusus tapi karena proses menua. Dengan menurunnya fungsi gerak pada lansia akan berdampak pada aktifitas sehari-hari. Dampak dari perubahan tersebut adalah timbulnya stress pada lansia.

2. Menyesuaikan diri dengan masa pensiun dan pendapatan yang menurun.

Pensiun adalah kondisi dimana individu tersebut telah berhenti bekerja pada suatu pekerjaan yang biasa dilakukan. Dengan kata lain masa pension mempengaruhi aktivitas seseorang dari situasi kerja ke situasi luar pekerjaan. Sedangkan berdasarkan pandangan psikologi, pensiun dapat dijelaskan sebagai suatu masa transisi ke pola hidup. Transisi ini meliputi perubahan peran dalam lingkungan social, perubahan minat, nilai dan perubahan dalam segenap kehidupan lansia.

3. Menyesuaikan Diri dengan Kematian Pasangan

Penyesuaian diri merupakan proses tercapainya keseimbangan antara apa yang diinginkan individu dan harapannya dengan apa yang dilihat dan dialami individu dan merupakan proses yang berkelanjutan antara diri sendiri, orang lain, dan dunia sekitar. Ciri- ciri individu yang dapat menyesuaikan diri dengan baik adalah individu yang dapat mengatasi diri dan masalah yang sedang dihadapi dengan cara yang tepat tanpa mengganggu aktivitas ataupun hubungannya dengan orang lain. Penyesuaian diri yang baik akan menimbulkan kepuasan psikis sehingga menimbulkan kebahagiaan, yang tampak dengan tidak terdapatnya perasaan kecewa, gelisah, lesu, depresi, dan tidak bersemangat. Penyesuaian diri yang baik juga akan tampak dalam kerja atau kegiatan yang efisien. Lansia melakukan penyesuaian diri. terhadap perubahan yang ia alami salah satunya penyesuaian diri terhadap hilangnya pasangan hidup.³⁰

³⁰ Andi Umi Hani Sahra, SKRIPSI  Gambaran Pencapaian Tugas Perkembangan Psikososial Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Kassi-Kassi Makassar  (MAKASAR : Universitas Hasanuddin Makassar, 2018), hlm 16-17

4. Bimbingan Konseling Islam

a. Pengertian Bimbingan Konseling Islam

Istilah bimbingan merupakan terjemah dari kata bahasa Inggris yaitu “*guidance*” yang berasal dari kata kerja *to guide* yang berarti menunjukkan, memberi jalan, atau menuntun orang lain ke arah tujuan yang lebih bermanfaat bagi hidupnya dimasa kini dan akan datang.

Dalam bahasa Arab kata *guide* bahasa Arab adalah الإرشاد yang artinya artinya pengarahan, bimbingan dan juga bisa berarti menunjukkan atau membimbing. Hal tersebut dapat dilihat dalam firman Allah aurat Al-Kahfi:10 yang artinya : “ *(Ingatlah) tatkala pemuda-pemuda itu mencari tempat berlindung ke dalam gua, lalu mereka berdoa ‘ a ‘ Wahai Tuhan kami berikanlah rahmat kepada kami dari sisi-Mu dan sempurnakanlah bagi kami petunjuk yang lurus dalam urusan kami (ini)’* ” . (Qs. Al-Kahfi : 10) (alQur’ an, 1985:444).³¹

Ada beberapa definisi tentang bimbingan dan konseling Islam :

1. Aunur Rahim Faqih, “ bimbingan Islam” diartikan sebagai proses pemberian bantuan terhadap individu agar hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.
2. Samsul Munir Amir dalam bukunya “ Bimbingan dan Konseling Islam” menurut beliau bimbingan konseling Islam adalah suatu proses pemberian bantuan terarah, kontinu dan sistematis kepada setiap individu agar ia dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung didalam tuntunan Al-Qur’ an dan hadist.
3. Hellen A, istilah “ Bimbingan Islam” berarti proses pemberian bantuan yang terarah dan berkelanjutan serta sistematis terhadap individu, agar dia dapat mengembangkan fitrah agama yang dimilikinya secara optimal, dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Qur’ an nur karim dan sunnah Rasulullah.

³¹ Baidi Bukhori, “Dakwah Melalui Bimbingan dan Konseling Islam” Vol. 5 No.1 (Semarang: UIN Semarang, 2014) hal 8

b. Tujuan Bimbingan Konseling Islam

Melalui tujuan Bimbingan Konseling Islam dapat diketahui seluk beluk sebuah ilmu yang membedakan dengan ilmu-ilmu yang lainnya, tujuan memberikan panduan penting terhadap harapan yang ingin dicapai dan dihasilkan. Melalui tujuan pula, dapat diukur sejauh mana keberhasilan sesuatu yang telah dilaksanakan, apakah telah sesuai dengan kaedah yang berlaku atau masih belum seutuhnya dapat tercapai. Oleh karena itu, bimbingan konseling islam harus memiliki tujuan terukur sebagai dasar pelaksanaan layanan bimbingan konseling islam.³².

Secara umum tujuan bimbingan konseling islam adalah untuk membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai suatu kebahagiaan hidup didunia dan diakhirat. Sedangkan tujuan bimbingan dari bimbingan dan konseling islam sebagai berikut :

1. Memperoleh pemahaman yang lebih baik terhadap dirinya.
2. Mengarahkan dirinya sesuai dengan potensi yang dimilikinya ke arah tingkat perkembangan yang optimal.
3. Mampu memecahkan sendiri masalah yang dihadapinya
4. Mempunyai wawasan yang lebih realitis serta penerimaan yang objektif tentang dirinya
5. Dapat menyesuaikan diri secara lebih efektif terhadap dirinya maupun lingkungannya sehingga memperoleh kebahagiaan dalam hidupnya
6. Mempunyai taraf aktualisasi diri sesuai dengan potensi yang dimilikinya
7. Terhindar dari gejala-gejala kecemasan dan perilaku salah suai.³³

c. Fungsi Bimbingan Konseling Islam

Dengan adanya tujuan tujuan umum dalam Bimbingan Konseling Islam dapat dirumuskan fungsi dari Bimbingan dan Konseling Islam sebagai berikut:

1. Fungsi preventif, yakni membantu individu menjaga atau mencegah timbulnya masalah bagi dirinya.
2. Fungsi kuratif atau korektif, membantu individu memecahkan masalah yang sedang dihadapi dan dialaminya,

³² Tarmizi, *Bimbingan Konseling Islam* (Medan: Perdana Publishing, 2018) hlm 35

³³ Anas Rohman, *Peran Bimbingan dan Konseling Islam Dalam Pendidikan* Vol.4 No.1 2016 (Semarang: Unniversitas Wahid Hasyim, 2016) hlm146

3. Fungsi preservatif, yakni membantu individu menjaga agar situasi dan kondisi yang semula tidak baik (mengandung masalah) yang telah menjadi baik (terpecahkan) itu kembali menjaditidak baik (menimbulkan masalah kembali)
4. Fungsi development atau pengembangan, yakni membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik agar tetap baik atau menjadilebih baik, sehingga tidak memungkinkannya menjadi sebab munculnya masalah baginya.³⁴

d. Asas-asas Bimbingan Konseling Islam

Dalam pelaksanaan bimbingan konseling islam, perlu diperhatikan beberapa asas pada bimbingan konseling islam. Asas-asas bimbingan konseling islam yang dimaksud adalah asas ketauhidan, asas amaliah, asas akhlatul kharimah, asas profesional/keahlian, asas kerahasiaan.

1. Asas Ketauhidan

Tauhid berarti meng-Esakan Tuhan pencipta semesta alam yang tidak ada sekutu bagi-Nya dengan keyakinan yang bulat. Sehingga yakin bahwa Allah Maha Kuasa dan tidak ada yang menandingi-Nya. Inilah yang menjadi inti ajaran agama, Iman tentang adanya Tuhan dan ke-Esaan-Nya akan memberi hidup dunia dan akhirat.

Tauhid merupakan pokok kajian utama dalam Islam, tauhid atau akidah menjadi sangat penting untuk ditanamkan kepadasetiap muslim. Oleh karena itu, sejakawal konseling islamangاتفokus kepada penegakan fungsi tauhid pada posisi dan proporsi yang benar. Dalam perspektif konseling Islam, penyebabklien/konseli yang mengalami masalah bukan hanya disebabkan karena kurang percaya diri saja akan tetapi karena kurangnya iman dan hubungan yang baik dengan Allah Swt. Maka alternatif penyelesaiannya juga berorientasi pada penegakan akidah atau tauhid.

2. Asas Amaliah

Kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat akan mencapai manakala manusia mempersiapkan diri dengan melaksanakan amal saleh dan berakhlak mulia, hanya dengan beriman dan beramal saleh-lah manusia dapat memeprtahankan fitrah atau kesucian diri seperti awal kejadiannya. Amal saleh yang dilakukan manusia

³⁴ Hasan Bastoni, *Menuju Bimbingan Konseling Islam* Vol.1 No.1 Juli-Des 2017 (Kudus: STAIN KUDUS, 2017) hlm 101

pada hakikatnya bukanlah untuk orang lain, juga bukan untuk Allah, tetapi semua perbuatan itu akan kembali kepada yang melakukannya. Hal ini berarti jika klien melakukan kebaikan maka dampaknya adalah kebaikan pula yang akan diterimanya. Demikian juga sebaliknya jika klien melakukan kejahatan atau tindakan yang tidak terpuji, maka dampaknya berupa keburukan juga akan diterimanya.

Dalam Islam perkataan dan perbuatan harus selaras dan seimbang, oleh karena itu Allah sangat murka kepada orang-orang yang hanya pandai mengatakan tetapi tidak melakukan apa yang ia katakan (Q.S. As-Saff/61: 2). Oleh karenanya sebelum memberikan bimbingan, konselor harus terlebih dahulu tampil sebagai sosok seorang yang konsisten dan benar-benar telah mengamalkan yang ia katakan atau ilmu yang ia miliki.

3. Asas Akhlakul Karimah

Asas ini merupakan proses sekaligus tujuan dari konseling Islam dari sisi tujuan, klien diharapkan memiliki akhlak yang mulia. Sedangkan pada prosesnya, interaksi antarkonselor dan klien harus didasari pada akhlak yang baik berdasarkan norma-norma yang berlaku. Sebagaimana tugas yang diemban oleh Rasulullah adalah memperbaiki akhlak manusia. Allah juga memberikan predikat kepada Rasulullah sebagai manusia yang memiliki budi perkerti yang baik (Q.S. Al-Qalam/68: 4).

4. Asas profesional

Usaha bimbingan konseling perlu dilakukan atas keahlian secara sistematis dengan menggunakan prosedur, teknik dan alat (instrumentasi bimbingan dan konseling) yang memadai. Oleh karena itu para konselor perlu mendapat latihan secukupnya, sehingga dengan itu akan dapat dicapai keberhasilan usaha pemberian layanan. Pelayanan bimbingan konseling adalah pelayanan profesional yang diselenggarakan oleh tenaga-tenaga ahli yang khusus dididik untuk pekerjaan itu.

Asas keahlian selain mengacu kepada kualifikasi konselor (misalnya pendidikan sarjana bidang bimbingan dan konseling), juga kepada pengalaman. Teori dan praktek bimbingan konseling perlu dipadukan. Oleh karena itu, seorang konselor ahli harus benar-benar menguasai teori dan praktek konseling secara baik. Seorang guru atau pembimbing dapat memberikan bantuan yang efektif jika mereka dapat memahami dan mengerti persoalan, sifat, kebutuhan, minat dan

kemampuan anak didiknya. Karena itu, bimbingan yang efektif menuntut secara mutlak pemahaman diri anak secara keseluruhan. Karena tujuan bimbingan dan pendidikan dapat dicapai jika programnya didasarkan atas pemahaman diri anak didiknya. Sebaliknya bimbingan tidak dapat berfungsi efektif jika konselor kurang pengetahuan dan pengertian mengenai motif dan tingkah laku konseli, sehingga usaha preventif dan perawatan tidak dapat berhasil baik.

“ Apabila suatu pekerjaan diserahkan kepada yang bukan ahlinya, maka tunggulah kehancurannya” . Demikian hadis yang pernah disabdakan oleh Rasulullah Saw. Hadis diatas menghendaki agar setiap urusan harus ditangani oleh ahlinya. Demikian juga halnya dengan konseling Islami, seorang konselor hendaknya memang pakar dibidangnya dan memiliki kualifikasi akademik yang baik.

5. Asas Kerahasiaan

Asas kerahasiaan, yaitu menuntut dirahasiakannya segenap data dan keterangan tentang peserta didik (klien) yang menjadi sasaran layanan, data atau keterangan yang tidak boleh dan tidak layak diketahui oleh orang lain. Dalam hal ini guru pembimbing/konselor berkewajiban penuh memelihara dan menjaga semua data dan keterangan itu sehingga kerahasiaannya benar-benar terjamin. Asas kerahasiaan merupakan asas kunci dalam upaya bimbingan konseling. Jika asas ini benar-benar dijalankan, maka para penyelenggara bimbingan dan konseling disekolah berjalan dengan baik.³⁵

³⁵ Dedi Sahputra Napitupulu, “Dasar-Dasar Konseling Dalam Al-Qur’an” Vol.7 No.2 Des 2017 (Sumatra Utara: UIN SumatraUtara,2017) hlm 55-58

BAB III

GAMBARAN UMUM DAN PELAKSANAAN BIMBINGAN DZIKIR BAGI LANSIA DALAM MENINGKATKAN KEBAHAGIAAN DI PANTI ASUHAN DAN LANSIA AL-HIKMAH SEMARANG

A. Gambaran Umum Panti Asuhan Dan Lansia Al-Himkah Semarang

1. Sejarah Berdirinya Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang

Masa lanjut usia (lansia) atau menua menurunkan tahap paling akhir dari siklus kehidupan seseorang. WHO (2009) menyatakan pada masa lanjut usia menjadi empat golongan, yaitu pertengahan (*middleage*) 45-59 tahun, lanjut usia (*elderly*) 60-74 tahun, lanjut usia tua (*old*) 75– 90 tahun dan usia sangat tua (*very old*) di atas 90 tahun. Setyonegoro, sebagaimana dikutip oleh Ananda Ruth Naftali, Yulius Yusak Ranimpi, M. Aziz Anwar mengungkapkan bahwa, lanjut usia (*geriatric age*) dibagi menjadi 3 batasan umur, yaitu *young old* (usia 70-75 tahun), *old* (usia 75-80 tahun), dan *very old* (usia > 80 tahun). Berdasarkan berbagai pendapat para ahli, dapat disimpulkan bahwa lansia merupakan seseorang yang berusia di atas 60 tahun. Lansia memiliki permasalahan kompleks seiring dengan masa transisi yang di alami lansia. Lansia juga kerap mengalami masalah sosial, berupa keterasingan dari masyarakat karena penurunan fungsi fisik yang dialami, misalnya berkurangnya kepekaan pendengaran, maupun cara bicara yang kadang sudah tidak dapat dimengerti. Para lansia juga menghadapi masalah psikologis, yaitu munculnya kecemasan dalam menghadapi kematian pada lanjut usia.³⁶

Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang merupakan suatu lembaga sosial yang memiliki tanggung jawab dalam pelayanan pengganti fisik, mental, sosial dan keagamaan pada lansia. Sehingga mendapatkan kesempatan yang luas, tepat dan memadai bagi perkembangan kepribadian sesuai dengan ajaran islam. Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang berdiri pada bulan september pada tahun 1991 yang diketuai oleh bapak KH. Muhammad Muzamil. Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang, hanya mengelola anak yatim/piatu saja seiring berjalannya waktu dari

³⁶ Ananda R N, Yulius YR, M. Aziz Anwar, *jurnal Kesehatan Spiritual dan Kesiapan Lansia dalam Menghadapi Kematian*, diakses pada tanggal 19 Agustus 2021 pukul 18.30

pihak Dinas Sosial Kota Semarang kontrabusi dengan panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang untuk menampung lansia yang terlantar di Kota Semarang.

Latar belakang berdirinya Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah adalah awal berdirinya panti al-hikmah hanya menampung anak yatim/piatu karena banyak anak yatim/piatu yang telantar di jalan dan dari pihak keluarga yang tidak mampu membiayai kehidupan anak tersebut sehingga dititipkan di panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang. Tetapi banyaknya lansia yang terlantar maka dari itu dari pihak Dinas Sosial Kota Semarang berkerjasama dengan Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang untuk menampung lansia yang terlantar dan mempunyai masalah sosial yang keberadaanya di jalan, pasar dan tempat lainnya. Dari adanya kerjasama antara Dinas Sosial Kota Semarang dengan Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah maka dari Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang menerima tawaran berkerja sama dengan Dinas Sosial Kota Semarang untuk menampung lansia yang terlantar agar mendapatkan penanganan yang layak. Menjawab permasalahan tersebut dibutuhkan suatu wadah yang dapat menampung dan membimbing pada lansia tersebut.

2. Tujuan Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang

Adapun tujuan dari Panti asuhan dan lansia al-hikamah semarang di antaranya yakni :

- a. Memberikan pelayanan serta perlindungan sekaligus membimbing keagamaan kepada lansia yang Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial. Agar memperoleh kehidupan yang layak antara lain yakni mendapatkan makanan yang bergizi, mendapatkan tempat tinggal yang layak, pendidikan mengenai keagamaan, pmendapatkan pelayanan kesehatan. Hal ini menjelaskan bahwa Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah memberikan pelayanan serta perlindungan sekaligus membimbing kepada lansia. Tujuannya agar seorang lansia meperoleh kehidupan yang layak dan mempunyai pondasi keagamaan yang kuat, agar dimasa tua seorang lansia mersakan kebahagiaan.
- b. Membentuk generasi Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial menjadi generasi yang beriman, berilmu, berakhlaq mulia, terampil, mandiri, jujur dan bertanggungjawab. Hal ini menjelaskan bahawa Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang mempunyai tujuan bahwa dimasa tua seorang lansia harus

memiliki beriman, berakhlak mulia dan bertanggungjawab. Dengan adanya tujuan tersebut seseorang lansia memiliki tujuan yang lebih jelas dimasa tuanya dan di masa akhir kelak nanti.

- c. Memberikan bimbingan mental, agama, budi pekerti, bimbingan sosial, saling menghormati/menghargai, tanggung jawab keluarga, sosial. Hal ini panti asuhan dan lansia al-hikmah selalu mengajarkan kepada seorang lansia mengenai menghormati/menghargai dan tanggungjawab kepada apa yang dilakukan dan selalu menghormati/menghargai yang sudah apa yang terjadi di kehidupan. Di panti asuhan dan lansia al-hikmah memberikan bimbingan mental, keagamaan, budi pekerti dan bimbingan sosial agar seorang lansia mempunyai tujuan hidup dimasa tuanya dan di masa akhir kelak karna seorang lansia di panti asuhan dan lansia al-hikmah ini diajarkan mengenai keagamaan untuk kehiduapannya.

3. Program kerja Di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang

Salah satu upaya Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah dalam membekali lansia pada aspek kepercayaan diri adalah melalui pendidikan keagamaan yang dilaksanakan setiap hari di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah. Pendidikan keagamaan disini bertujuan untuk membentuk karakter pribadi seorang lansia yang beriman dan bertakwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa, berilmu, berakhlakul karimah, disiplin, dan percaya diri. Melalui berbagai kegiatan meliputi :

a. Pengajian

Kegiatan pengajian ini dilaksanakan setiap hari sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan oleh pengasuh yang ditunjuk oleh lansia. Adapun pelaksanaannya adalah setelah shalat maghrib dan shalat isya' di masjid panti asuhan dan lansia al-hikmah. Pengajian ini diikuti oleh lansia yang masih sanggup untuk berjalan. Bagi lansia yang mengikuti pengajian setelah shalat maghrib yakni belajar membaca al Qur' an dan setelah shalat isya' yakni pada pengkajian kitab-kitab, al Qur' an dan Al Hadits. Untuk pengkajian kitab-kitab, ini disampaikan langsung oleh pimpinan panti asuhan yakni Bapak Muzamil.

b. Kegiatan keagamaan lainnya

Bagi lansia yang tidak dapat mengikuti kegiatan pengajian disebabkan jarak kamar tidur dengan masjid cukup agak jauh, dari pihak panti asuhan dan lansia

al-hikmah semarang mempunyai program kerja yakni bimbingan keagamaan. Pengurus-pengurus panti medatangi lansia untuk memberikan ceramah tentang keagamaan dan membimbing lansia untuk selalu berdzikir sehabis sholat atau setiap saat untuk selalu mengingat Kepada Allah Swt.

4. Visi Dan Misi Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang

Adapun visi di panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang adalah Kreatif Mandiri dan Berprestasi. Hal ini diwujudkan dalam misi di panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang, yakni:

1. Mewujudkan Generasi Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial (PMKS) menjadi mandiri.
2. membentuk generasi penyandang masalah kesejahteraan sosial (PMKS) yang berbudi luhur, terampil dan bertanggung jawab.
3. membentuk generasi penyandang masalah kesejahteraan sosial (PMKS) yang berbudi luhur, terampil dan bertanggung jawab.

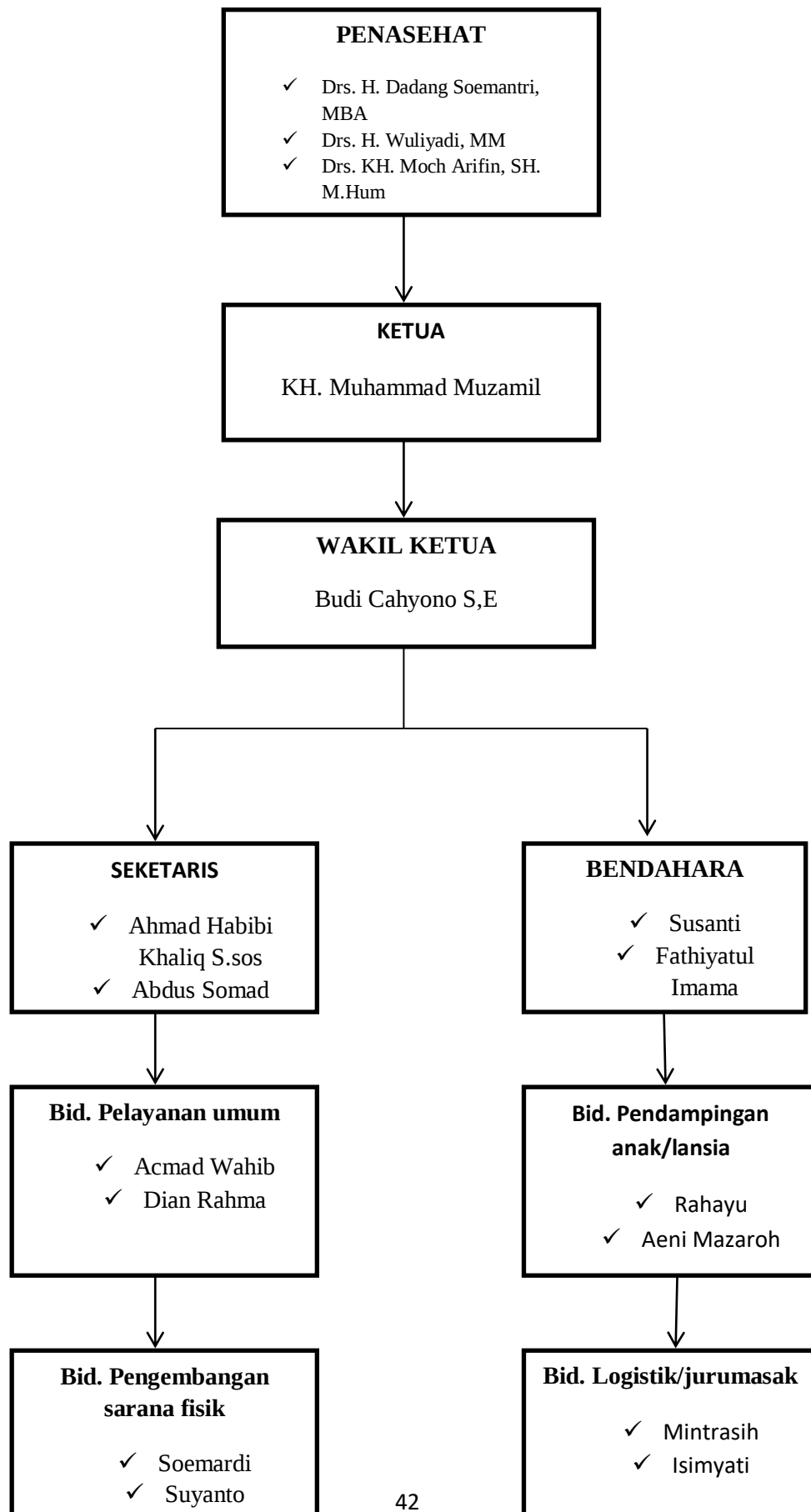
5. Struktur Organisasi Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang

Struktur organisasi Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah membawahi beberapa bidang , dengan tujuan agar tidak terjadi tumpang tindih antar pengurus serta terciptanya rasa tanggung jawab dari seluruh pengurus perlu adanya pembagian kerja dan koordinasi yang baik dan benar. Adapun struktur kepengurusan Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah sebagai berikut:

1. Penasehat di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah ini berfungsi sebagai Menjaga dan memastikan pelaksanaan kerja dan kegiatan Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah sesuai dengan visi, misi dan tujuan. Memberikan masukan kepada ketua dalam menetapkan Program Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah . Memberikan masukan kepada ketua umum dalam pelaksanaan program Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah.
2. Ketua di panti asuhan dan lansia al-hikmah ini berfungsi sebagai mengoordinasikan seluruh kegiatan pada Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah, menyusun rencana kegiatan yang akan di laksanakan dan memimpin di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang.
3. Wakil Ketua di panti asuhan dan lansia al-hikmah membantu mengoordinasikan seluruh kegiatan yang di laksanakan di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah.

4. Sekertaris di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah ini berfungsi Membantu pelaksanaan tugas Ketua dan Wakil Ketua. Menjalankan peran Ketua dan/atau Wakil Ketua saat Ketua dan/atau Wakil Ketua berhalangan.
5. Bendahara Di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah ini berfungsi sebagai pengolahan data keuangan juga mengatur manajemen keuangan di panti asuhan dan lansia di al-hikmah semarang.
6. Bid. Pelayanan umum di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah berfungsi sebagai mengumpulkan, pengolahan dan penyusunan data sebagai bahan pelayanan umum. Bahwa pada bidang ini memberikan peyanan seperti pengumpulan data pada lansia maupun anak yatim di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah semarang.
7. Bid. Pendampingan anak/lansia di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah berfungsi sebagai pendampingan kepada seoarang lansia/anak yang memiliki masalah ataupun mengajak dan mengajarkan kepada seorang lansia/anak mengenai keagamaan, kedisplinana, kemandiriian dan rasa tanggungjawab terhadap sesuatu.
8. Bid. Pengembangan sarana fisik di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah ini berfungsi memantau pengemabangan motorik dan kemampuan kepada anak dan seorang lansia di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah.
9. Bid. Logistik/jurumasak di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah ini berfungsi sebagai pengolahan makanan dan memasak untuk makan setiap hari yang bergizi bagi anak dan lansia di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang.

Struktur organisasi Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah terdiri dari :



B. Pelaksanaan Bimbingan Dzikir Dalam Meningkatkan Kebahagiaan Di Pant Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang

Ketua Pant Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang yang bernama KH. Muhammad Muzail beliau seorang ketua dan sekaligus sebagai pembimbing bimbingan dzikir para lansia di pant tersebut. Pada bimbingan dzikir ini dilaksanakan oleh lansia yang berada di Pant Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah, beliau bapak KH. Muhammad Muzail memberikan pelaksanaan bimbingan kepada seorang lansia yang merasakan ketidakbahagiaan ataupun masalah yang di rasakan oleh lansia. KH. Muhammad Muzamil memberikan Bimbingan Dzikir kepada seorang lansia dengan tujuan agar seorang lansia menjadi generasi yang beriman, berakhlak mulia dan selalu ingat kepada Allah swt. Seorang lansia merasakan kebahagiaan di dunia dan di akhirat, dimasa hidupnya yang sudah tidak muda lagi seorang lansia di berikan pelajaran keagamaan untuk bekal nanti diakhirat.

Adanya Bimbingan Dzikir bagi lansia di Pant Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang agar memberikan bantuan atau pertolongan yang diberikan lansia atau sekelompok lansia dalam menghindari atau mengatasi kesulitan-kesulitan dalam hidupnya, agar lansia atau sekumpulan seseorang dapat mencapai kesejahteraan. Ketua pant asuhan dan lansia al-hikmah semarang bapak KH. Muhammad Muzail memberikan Bimbingan Dzikir terhadap seorang lansia yang berada di pant asuhan dan lansia al-hikmah selama menjalani bimbingan dzikir seperti seorang lansia merasakan kebahagiaan, selalu dekat kepada Allah SWT , merasakan selalu bersyukur apa yang Allah berikan kenikmatan yang diberikan, dan selalu menaati perintah Allah SWT. Bahwa Ketua Pant Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah menhatakan dzikir merupakan ingat kepada Allah SWT, bahwa jika melalukan dzikir selalu mengingat kepada Allah SWT dan selalu dekat kepada Allah SWT. Dengan sarana apa saja baiksecara dhohir atau dalam batin. Orang yang senantiasa berdzikir maka akan merasa tentram dan tenang dalam hidupnya sebagaimna firman Allah SWT. Dalam QS Al-Ra'd ayat 28 yang berbunyi :

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ ۖ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya: “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tentram.” (QS Al-Ra’ d ayat 28)

Dzikir adalah menyebut nama Allah dengan membaca tasbih (*subhanallah*), membaca tahlil (*la ilahailallah*), membaca tahmid (*alhamdulillah*), membaca taqdis (*quddusun*), membaca takbir (*allahuakbar*), membaca hauqollah (*la hawla walaquwwata illa billah*), membaca hasbalah (*hasbiyallah*), membacabasmalah (*bismillahirrahmanir rahim*), membaca al-qur' an al majid dan membaca doa-doa yang ma' tsur, yaitu doa yang diterimadari Nabi SAW.³⁷ Dzikir merupakan ibadah yang paling ringan, sekaligus paling besar kedudukannya dan paling utama di sisi-Nya. Hal ini dikarenakan gerak lidah adalah gerakan yang paling ringan dan paling mudah dari setiap anggota badan lainnya. Seandainya anggota badan lainnya bergerak sebanyak lidah bergerak (karena dzikir), niscaya ia akan letih, dan yang demikian itu tidak mungkin dilakukan.

Menurut Ketua Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikamah Bimbingan dzikir mempunyai keutamaan bagi seorang lansia dalam kehidupan sehari-hari adalah:

1. Zikir dapat menghilangkan kesedihan, kegundahan, depresi, perasaan takut, cemas, dan khawatir.
2. Zikir menghapus dosa dan menyelamatkannya dari azab Allah karena zikir merupakan suatu kebaikan yang besar dan kebaikan menghapus dosa dan menghilangkannya.
3. Zikir menghasilkan pahala, keutamaan, dan karunia Allah
4. Zikir menjadi sebab mendapatkan rahmat dari Allah dan permohonan ampunan dari para malaikat-Nya.
5. Banyak berzikir dapat menjauhkan seseorang dari kemunafikan karena orang munafik sangat sedikit berzikir kepada Allah.
6. Zikir adalah amalan yang paling baik, paling suci, dan paling tinggi derajatnya.
7. Zikir dapat menumbuhkan perasaan cinta kepada Allah, sedangkan cinta kepada Allah adalah sumber kebahagiaan, dan semua itu akan mudah dicapai jika kita selalu berzikir.
8. Zikir merupakan sarana untuk kembali kepada Allah yang akan membawa seseorang berserah diri kepada Allah.
9. Zikir dapat menyebabkan seseorang dekat kepada Allah.

³⁷ Teungku Hasbi Ash-Shiddieqiy, Pedoman Dzikir Dan Doa, (Jakarta: Bulan Bintang,1990), hal. 36.

10. Dengan berzikir, lidah seseorang akan terjaga dari ucapan-ucapan dosa, seperti gibah, memaki, berbohong, perkataan kotor, dan perkataan sia-sia.
11. Seseorang yang berzikir secara istikomah (terus- menerus) akan selamat dari melupakan dirinya, yang menyebabkan kecelakaan dunia dan akhirat.
12. Orang yang menyibukkan diri dengan berzikir akan mendapatkan karunia lebih banyak dari pada orang-orang yang berdoa.
13. Zikir adalah intisari ibadah
14. Zikir merupakan pintu makrifatullah.
15. Zikir merupakan penyebab ingatnya seseorang kepada Allah. Zikir diperintahkan untuk dilaksanakan dimanapun, kapanpun dan dalam keadaan bagaimanapun.

Bahwa bentuk- bentuk dzikir dibagi menjadi empat bentuk dzikir antara lain yakni dzikir qalbiyah, dzikir Aqliyah, Dzikir lisan dan Dzikir Amaliyah bahwa ketua di panti asuhan dan lansia al-hikmah menerapkan kepada seorang lansia untuk melakukan bentuk-bentuk pada dzikir tersebut. Berikut penjelasannya :

a) Dzikir qalbiyah

Merupakan hal yang sangat mendasar bagi keimanan seseorang. Hati itu ibarat cermin. Semakin bersih dan bening hati seorang mukmin, maka semakin jelas ia memandang hakikat kebenaran. Dimanapun dirinya berada, ia merasa kehadiran Allah begitu dekat.

Dalam hati yang bening akan nampak muda merasakan getaran-getaran Allah dalam jiwanya. Namun bila hatinya kotor, maka sangat sulit menangkap hakikat keberadaan Allah yang begitu dekat. Ia tidak mampu menangkap hakikat keberadaan Allah yang begitu dekat. Ia tidak mampu menangkap sinyal. Sinyal gaib yang diperlihatkan oleh *Rabb* yang Maha Perkasa.

Seseorang yang melakukan dzikir *qalbiyah* tidak akan berlarut-larut dalam kesedihan, ketakutan, kecemasan dan kegelisahan.

أَلَيْسَ اللَّهُ بِكَافٍ عَبْدَهُ وَيُخَوِّفُونَكَ بِالَّذِينَ مِنْ دُونِهِ وَمَنْ يُضْلِلِ اللَّهُ فَمَا لَهُ مِنْ هَادٍ

Artinya : “Bukankah Allah yang mencukupi hamba-Nya? Mereka menakutkanmu dengan (sesembahan) yang selain Dia. Barangsiapa dibiarkan sesat

*oleh Allah maka tidak seorang pun yang dapat memberi petunjuk kepadanya.” QS. Az-Zumar (39):36*³⁸

b) Dzikir Aqliysh

Kemampuan mengkap bahasa Allah dibalik setiap gerak alam semesta ini. Menyadari bahwa semua gerak alam, Allah-lah yang menjadi sumber gerak dan yang menggerakkannya. Berarti Dia senantiasa hadir dan terlibat dalam setiap peristiwa kejadian-kejadian alam, setiap peristiwa sejarah dan dalam setiap tindakan kita. Kita masuk dalam madrasah Allah. Dzikir aqliyah atau dzikir akal adalah mengkap bahasa, gerak, kehendak dan keterlibatan Allah dalam setiap tindakan manusia, penciptaan, kejadian-kejadian dalam sejarah dan gerakan-gerakan alam semesta. Setiap pepohonan yang tumbuh, pergantian malam dan siang dan sebagainya merupakan kekuasaan dan kebesaran-Nya.

Dengan dzikir aqliyah, kaum muslimin dipacu untuk senantiasa berpikir tentang penciptaan alam semesta serta makhluk-makhluk yang penghuninya, termasuk makhluk-makhluk kecil.

c) Dzikir lisan

Buah dari dzikir hati dan akal. Setelah melakukan dzikir hati dan akal, barulah lisan berfungsi untuk senantiasa berdzikir, memahasucikan dan mengagungkan Allah SWT. Selanjutnya, lisan berdoa dan berkata-kata dengan benar, jujur baik dan bermanfaat. Orang yang merasa hatinya hadir di hadapan Allah, dan sadar bahwa dirinya selalu berada dalam pengawasan-Nya disebut *muraqabah*. Dengan demikian *muraqabah* berarti sebuah kesadaran akan pengawasan Allah SWT yang akan mendorong seorang muslim untuk melakukan apa yang disebut muhasabah. Muhasabah adalah upaya untuk memperhitungkan dan mengevaluasi diri saat akan melakukan suatu perbuatan. Baginya ada pertimbangan, apakah perbuatan baik atau buruk, bermanfaat atau tidak dan juga untuk menilai kembali motivasi yang mendasarinya suatu perbuatan tersebut. Dalam hal ini *muraqabah* berarti berperan sebagai metode atau jalan menuju muhasabah.

d) Dzikir Amaliyah

³⁸ Muhammad Arifin Ilham, Panduan zikir dan 7 Surah Pilihan, (Jakarta : Katalog Dalam Terbitan, 2016). Hlm 08-12

Sebenarnya cita-cita kita semua adalah dzikir Amaliyah. Dan ini sebenarnya goal (hasil akhir yang ingin dicapai) dari dzikir artinya taqwa, yaitu akhlak yang mulia. Ini intinya adalah syari' at Allah.

Dalam berdzikir ini sebenarnya sedang dalam proses pembersihan hati dan diri kita, karena setiap lafaz dzikir punya kekuatan. Setiap dzikir kita merupakan sebuah tali yang dapat menghubungkan secara langsung dengan Allah, dan tiap kita berhubungan dengan Allah terdapat pengisian penguatan rohani. Dosa-dosa kita di bersihkan, dan setelah bersih baru diisi, dan inilah yang disebut tahalli dalam bahasa tasawuf. Gelas misalnya, ketikan mau diisi dibersihkan terlebih dahulu dan setelah bersihbaru diisin *nur* (cahaya) Allah. Hal ini sebagaimana telah disebutkan dalam Al-Qur'an,

إِنَّ الْمُسْلِمِينَ وَالْمُسْلِمَاتِ وَالْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ وَالْقَنَاتِ وَالصَّادِقِينَ وَالصَّادِقَاتِ وَالصَّابِرِينَ وَالصَّابِرَاتِ وَالْخَاشِعِينَ وَالْخَاشِعَاتِ وَالْمُتَصَدِّقِينَ وَالْمُتَصَدِّقَاتِ وَالصَّائِمِينَ وَالصَّائِمَاتِ وَالْحَافِظِينَ فُرُوجَهُمْ وَالْحَافِظَاتِ وَالذَّاكِرِينَ اللَّهَ كَثِيرًا وَالذَّاكِرَاتِ ۚ أَعَدَّ اللَّهُ لَهُمْ مَغْفِرَةً وَأَجْرًا عَظِيمًا

Artinya :” Sungguh, laki-laki dan perempuan muslim, laki-laki dan perempuan mukmin, laki-laki dan perempuan yang tetap dalam ketaatannya, laki-laki dan perempuan yang benar, laki-laki dan perempuan yang sabar, laki-laki dan perempuan yang khusyuk, laki-laki dan perempuan yang bersedekah, laki-laki dan perempuan yang berpuasa, laki-laki dan perempuan yang memelihara kehormatannya, laki-laki dan perempuan yang banyak menyebut (nama) Allah, Allah telah menyediakan untuk mereka ampunan dan pahala yang besar” . (QS. Al Ahzaab (33): 35)

Ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang membeikan bimbingan dzikir kepada seorang lansia di panti asuhan dan lansia dengan menggunakan metode secara langsung terhadap seorang lansia. Ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang melakukan bimbingan dzikir ini secara bersamaan dan sebisa mungkin ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah melakukan bimbingan dzikir kepada seoang lansia dengan cara bercerita atau memberikan pengajian agar seorang lansia merasakan nyamanan dalam melakukan bimbingan dzikir. Ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang melakukan bimbingan dzikir kepada lansia dengan membaca ayat-ayat pendek antara lain yakni :

- a) Membaca istigfar 100 kali

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الْعَظِيمَ

Astaghfiruallahal ‘azhiim

Artinya : “ *Aku mohon ampun kepada Allah Yang Maha Agung*”

- b) Membaca Isti’adzah

أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ

A ‘uudzu billaahi minasy-syaithaanir rajiim

Artinya : “ *Aku berlindung kepada Allah dari godaan setan yang terkutuk* “

- c) Membaca Basmallah

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Bismillaahirrahmaanirrahim

Artinya : “Dengan menyebut nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang”

- d) Membaca surah Al-fatihah

- بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Bismillāhirrahmānirrahīm

Artinya :”Dengan nama Allah Yang Maha Pengasih, Maha Penyayang”

- الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ

Alḥamdu lillāhi rabbil‘ālamīn

Artinya : “Segala puji bagi Allah, Tuhan seluruh alam”

- الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

rahmānir rahīm."

Artinya: "*Yang Maha Pengasih, Maha Penyayang.*"

- مَلِكِ يَوْمِ الدِّينِ

Māliki yaumid dīn

Artinya : “ Pemilik hari pembalasan”

- **إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ**

Iyyāka na'budu wa iyyāka nasta'in

Artinya : “Hanya kepada Engkaulah kami menyembah dan hanya kepada Engkaulah kami mohon pertolongan”

- **إِهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ**

Ihdinaş-şirāṭal-mustaqīm

Artinya : “ Tunjukilah kami jalan yang lurus”

- **صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ ۚ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ**

Sirāṭallażīna an'amta 'alaihim gairil-magḍubi 'alaihim wa laḍ ḍāllīn

Artinya : “ (Yaitu) jalan orang-orang yang telah Engkau beri nikmat kepadanya; bukan (jalan) mereka yang dimurkai, dan bukan (pula jalan) mereka yang sesat “

e) Membaca Ayat Kursi

اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ ۚ لَا تَأْخُذُهُ سِنَّةٌ وَلَا نَوْمٌ ۚ لَهُ مَا فِي السَّمَوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ ۚ مَنْ ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ ۚ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ ۚ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِّنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ ۚ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ ۚ وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا ۚ وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ

"Alloohu laa ilaaha illaa huwal hayyul qoyyuum, laa ta'khuduhuu sinatuw walaa naum. Lahuu maa fissamaawaati wa maa fil ardli man dzal ladzii yasyfa' u ' indahuu illaa biidznih, ya' lamu maa baina aidiihim wamaa kholfahum wa laa yuhiithuuna bisyai' im min ' ilmihi illaa bimaa syaa' wasi' a kursiyyuhus samaawaati wal ardlo walaa ya' uduhuu hifdhuhumaa wahuwal ' aliyyul ' adhiim"

Artinya : “ Allah, tidak ada Tuhan (yang berhak disembah) melainkan Dia Yang Hidup kekal lagi terus menerus mengurus (makhluk-Nya); tidak mengantuk dan tidak tidur. Kepunyaan-Nya apa yang di langit dan di bumi. Tiada yang dapat memberi syafa' at di sisi Allah tanpa izin-Nya? Allah mengetahui apa-apa yang di hadapan mereka dan di belakang mereka, dan mereka tidak mengetahui apa-apa dari ilmu Allah melainkan apa yang dikehendaki-Nya. Kursi Allah meliputi langit dan bumi. Dan Allah tidak merasa berat memelihara keduanya, dan Allah Maha Tinggi lagi Maha Besar".

f) Membaca surah Al-Insyirah

- أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ

Alam nashrah laka sadrak

Artinya : Bukankah Kami telah melapangkan dadamu (Muhammad)?

- وَوَضَعْنَا عَنْكَ وِزْرَكَ

Wa wa d'ana 'anka wizrak

Artinya : dan Kami pun telah menurunkan bebanmu darimu,

- الَّذِي أَنْقَضَ ظَهْرَكَ

azii anqada zahrak

Artinya : yang memberatkan punggungmu,

- وَرَفَعْنَا لَكَ ذِكْرَكَ

Wa raf 'ana laka zikrak

Artinya : dan Kami tinggikan sebutan (nama)mu bagimu.

- فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

Fa inna ma'al usri yusra

Artinya : Maka sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan,

- إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ

Inna ma'al 'usri yusra

Artinya :sesungguhnya beserta kesulitan itu ada kemudahan.

- فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ

Fa iza faragh ta fansab

Artinya : Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain),

- وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ

Wa ilaa rabbika far ghab

Artinya : dan hanya kepada Tuhanmulah engkau berharap.

g) Membaca surah Al-Zalzalah

- إِذَا زُلْزِلَتِ الْأَرْضُ زُلْزَالَهَا

Izaa zul zilatil ardu zil zaalaha

Artinya : “Apabila bumi diguncangkan dengan guncangan yang dahsyat”

- وَأَخْرَجَتِ الْأَرْضُ أَثْقَالَهَا

Wa akh rajatil ardu athqoolaha

Artinya : “dan bumi telah mengeluarkan beban-beban berat (yang dikandung)nya”

- وَقَالَ الْإِنْسَانُ مَا لَهَا

Wa qoolal insaanu ma laha

Artinya : “Dan manusia bertanya, "Apa yang terjadi pada bumi ini?"

- يَوْمَئِذٍ تُحَدِّثُ أَخْبَارَهَا

Yawmaa izin tuhad dithu akhbaaraha

Artinya : “Pada hari itu bumi menyampaikan beritanya”

- بِإِنَّ رَبَّكَ أَوْحَىٰ لَهَا

Bi-anna rabbaka awhaa laha

Artinya : “karena sesungguhnya Tuhanmu telah memerintahkan (yang sedemikian itu) padanya

- يَوْمَئِذٍ يَصْدُرُ النَّاسُ أَشْتَاتًا لِّيُرَوْا أَعْمَالُهُمْ

Yawma iziy yas durun naasu ash tatal liyuraw a'maalahum

Artinya : “Pada hari itu manusia keluar dari kuburnya dalam keadaan berkelompok-kelompok, untuk diperlihatkan kepada mereka (balasan) semua perbuatannya”

- فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ

Famaiy ya'mal mithqala zarratin khai raiy-yarah

Artinya : “Maka barangsiapa mengerjakan kebaikan seberat zarrah, niscaya dia akan melihat (balasan)nya”

- وَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرًّا يَرَهُ

Wa maiy-y'amal mithqala zarratin sharraiy-yarah

Artinya : “dan barangsiapa mengerjakan kejahatan seberat zarrah, niscaya dia akan melihat (balasan)nya.”

h) Membaca surah Al-Ikhlas

- قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ

Qul huwal laahu ahad

Artinya : “ Katakanlah (Muhammad), "Dialah Allah, Yang Maha Esa.”

- اللَّهُ الصَّمَدُ

Allah hus-samad

Artinya : “ Allah tempat meminta segala sesuatu “

- لَمْ يَلِدْ ۖ وَلَمْ يُولَدْ

Lam yalid wa lam yuulad

Artinya : “ (Allah) tidak beranak dan tidak pula diperanakkan “

- وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ

Wa lam yakul-lahu kufuwan ahad

Artinya : “ Dan tidak ada sesuatu yang setara dengan Dia”

i) Membaca surah An-Anas

- قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ

Qul a'uzu birabbin naas

Artinya : “ Katakanlah, "Aku berlindung kepada Tuhannya manusia”

- مَلِكِ النَّاسِ

Malikin naas

Artinya : “ Raja manusia”

- إِلَهِ النَّاسِ

Ilaahin naas

Artinya : “ sembahkan manusia “

- مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ

Min sharril was waasil khannaas

Artinya : “ dari kejahatan (bisikan) setan yang bersembunyi”

- الَّذِي يُوسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ

Al lazii yuwas wisu fii suduurin naas

Artinya : “yang membisikkan (kejahatan) ke dalam dada manusia,”

- مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ

Minal jinnati wan naas

Artinya : “ dari (golongan) jin dan manusia.”

j) Membaca Tasbih, Tahmid, Tahlil dan takbir

- سبحان الله

Subhanallah

Artinya : Maha Suci Allah.

- الحمد لله

Alhamdulillah

Artinya : Segala Puji Bagi Allah

- الله أكبر

Allahu Akbar

Artinya : Allah Maha Besar.

Ayat – ayat Al-Qur’an mengenai tentang dzikir antarlain yakni :

1. وَادْكُرُوا اللَّهَ فِي أَيَّامٍ مَّعْدُودَاتٍ ۚ فَمَنْ تَعَجَّلَ فِي يَوْمَيْنِ فَلَا إِثْمَ عَلَيْهِ وَمَنْ تَأَخَّرَ فَلَا إِثْمَ عَلَيْهِ ۚ لِمَنِ اتَّقَىٰ ۚ وَآتَقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّكُمْ تُحْشَرُونَ

Artinya: “Dan berdzikirlah (dengan menyebut nama) Allah dalam beberapa hari yang berbilang. Barangsiapa yang ingin cepat

berangkat (dari Mina) sesudah dua hari, maka tiada dosa baginya. Dan barangsiapa yang ingin menanggihkan (keberangkatannya dari dua hari itu), maka tidak ada dosa pula baginya, bagi orang yang bertakwa. Dan bertakwalah kepada Allah, dan ketahuilah, bahwa kamu akan dikumpulkan kepada-Nya.” (Al Baqarah: 203)³⁹

2. فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَكُنْ مِنَ السَّاجِدِينَ ۝

Artinya: "maka bertasbihlah dengan memuji Tuhanmu dan jadilah engkau di antara orang yang bersujud (sholat)". (Al Hijr Ayat 98)⁴⁰

3. فَسُبْحَانَ اللَّهِ حِينَ تُمْسُونَ وَحِينَ تُصْبِحُونَ

Artinya: "Maka bertasbihlah kepada Allah pada petang hari dan pada pagi hari (waktu subuh)" (Ar Rum Ayat 17)⁴¹

4. وَمِنَ اللَّيْلِ فَسَبِّحْهُ وَإِدْبَارَ النُّجُومِ

Artinya: "Dan pada sebagian malam bertasbihlah kepadanya dan (juga) pada waktu terbenamnya bintang-bintang (pada waktu fajar)". (Surah At Thur Ayat 49)⁴².

Jadi, ketua panti asuhan lansia setiap melakukan bimbingan dzikir terhadap lansia selalu seorang lansia melakukan bacaan ayat-ayat di atas setiap waktu dan juga setiap sehabis sholat. Bahwa dengan melakukan bacaan ayat-ayat diatas seorang lansia merasakan kebahagiaan seperti selalu dekat kepada Allah SWT, selalu bersyukur apa yang dimiliki dan selalu sabar dalam menghadapi sesuatu serta bersedia diri kepada Allah SWT.

Tujuan adanya bimbingan dzikir ini menurut ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang yakni bahwa dengan adanya bimbingan dzikir ini agar seorang lansia selalu dekat kepada Allah SWT , juga seorang lansia selalu ingat segala sesuatu segala masalah ataupun seorang lansia merasakan kesedihan,

³⁹ Forum pelayanan Al-Quran, Al Baqarah: 203

⁴⁰ Forum pelayanan Al-Quran, Al Hijr Ayat 98

⁴¹ Forum pelayanan Al-Quran, Ar Rum Ayat 17

⁴² Forum pelayanan Al-Quran, Surah At Thur Ayat 49

gelisah, kecewa dll mintalah petunjuk kepada Allah SWT dan hanya Allah yang memberikan kemudahan kebahagiaan bagi hambanya.

Berdasarkan wawancara Ketua Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang, menyampaikan bahwa dalam melaksanakan Bimbingan Dzikir ini dilakukan secara langsung dengan lansia tidak dengan adanya Bimbingan Dzikir saja tetapi juga adanya tausiah atau pengajian untuk lansia untuk selalu mengingat kepada Allah apapun maslaahnya selalu meminta petunjuk kepada Allah karena segala masalah apapun selalu ada jalan keluarnya dan selalu berdoa kepada Allah SWT. Adapun lansia juga bercerita mengenai permasalahannya, yakni seorang lansia merasa kurang bahagia karena kurangnya kasih sayang dari keluarga seharusnya dimasa tuanya dihabiskan dengan keluarga atau kerabat terdekat tetapi lansia menghabiskan waktunya hanya seorang diri tidak ditemani dengan keluarga. Di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah ada lansia yang merasakan tidak bahagia dikarenakan kesehatan lansia yang mengakibatkan lansia tidak merasa tenang dan dari pihak keluarga anaknya menitipkan lansia di panti dikarenakan anak dari lansia tersebut tidak sanggup untuk membiayai dan merawat lansia tersebut. Hal ini seharusnya seorang anak harus merawat orangtuanya harus berbakti kepada orang tua, dan tidak seharusnya di titipkan di panti lansia. Adapun seorang lansia yang mempunyai masalah mengenai ekonomi yang membuat lansia tersebut merasakan gangguan mental dan depresi.

Dengan adanya permasalahan seorang lansia dengan adanya Bimbingan Dzikir membantu seorang lansia yang awalnya merasakan keresahan merasakan tidak tenang hatinya dengan mengikuti bimbingan dzikir ini lansia lebih tenang lebih bahagia dari sebelumnya, merasa bahwa segala sesuatu permasalahan yang dirasakan pasti ada jalan keluarnya. Jika selalu bersyukur selalu berdoa dzikir dan tidak lupa selalu sholat⁴³.

Hasil wawancara, penulis menganalisis meningkatnya kebahagiaan pada lansia yakni dengan adanya dukungan keluarga atau kerabat, diberi kasih sayang kepada keluarga, dirawat dimasa tuanya dengan keluarga membuat seorang lansia merasa lebih merasakan kenyamanan kebahagiaan di lingkungan keluarga. Dan

⁴³ Wawancara dengan KH. Muhammad Muzamil ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang, 7 Agustus 2021

adanya Bimbingan Dzikir membuat lansia tersebut merasakan ketenangan, kebahagiaan dan selalu berserah diri kepada Allah SWT.

Berdasarkan alur perkembangan manusia pada umumnya, bahwa setiap orang pasti mengalami masing-masing dari tugas perkembangan dimana ia berada. Bahwa masa tua itu terbagi dalam beberapa waktu serta keadaan. Sehingga banyak faktor pula yang menimbulkan kebahagiaan bisa terjadi di seorang lansia, terlebih dalam segi spiritualitas⁴⁴. Bahwa dari wawancara dengan seorang lansia di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang, seorang lansia merasakan kebahagiaan karna adanya keluarga, ekonomi dan aktivitas religius, antara lain yakni :

a) Faktor Keluarga

Keluarga memiliki peranan yang sangat penting dalam upaya mengembangkan pribadi anak. Perawatan orang tua yang penuh kasih sayang dan pendidikan tentang nilai-nilai kehidupan, baik agama maupun sosial budaya yang diberikannya merupakan faktor yang kondusif untuk mempersiapkan anak menjadi pribadi dan anggota masyarakat yang sehat. Dari pernyataan tersebut seorang anak seharusnya merawat orang tua yang telah membesarkan anaknya dari masih bayi hingga dewasa. Tetapi yang dialami seorang lansia di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah dari pihak keluarga dan anak lansia tersebut memilih menitipkan orang tuanya di Panti Asuhan Dan Lansia Di Al-Hikmah penyebabnya dari keluarga dan anak tidak sanggup untuk merawat dan mengasuh orangtuanya di masa tuanya⁴⁵.

b) Faktor Ekonomi

Pada lansia ditandai menurunnya produktifitas kerja, memasuki masa pensiun atau berhentinya pekerjaan utama. Hal ini mengakibatkan menurunnya pendapatan yang terkait pemenuhan kebutuhan sehari-hari seperti sandang pangan, papan, kesehatan, rekreasi, dan kebutuhan sosial⁴⁶. Hal ini menyebabkan seorang lansia di panti asuhan dan lansia al-hikmah mengalami penyakit kesehatan

⁴⁴ Nur Fauziyah dkk. 2020. *Faktor-Faktor Penunjang Kebahagiaan Pada Lanjut Usia*. Jurnal Bimbingan Konseling Islam. Vol. 01, No.01.hlm.26

⁴⁵ Wawancara dengan KH. Muhammad Muzamil ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang, 7 Agustus 2021

⁴⁶ Asniti, K. 2008. *Subjective Well-Being Pada Lansia*. Jurnal Dakwah, Vol.18, No.02, Juli-Desember 2018

mental yang membuat lansia tersebut mengalami depresi karna faktor ekonomi dan masalah lainnya⁴⁷ . Tetapi dengan adanya bimbingan dzikir pada lansia seorang lansia merasakan efek setelah melakukan bimbingan dzikir yakni menumbuhkan perasaan cinta kepada Allah, sedangkan cinta kepada Allah adalah sumber kebahagiaan, dan semua itu akan mudah dicapai jika kita selalu berzikir.

c) Faktor Aktivitas Religius

Aktivitas religius menjadi tema yang mempengaruhi kebahagiaan lansia. Keselarasan antara perilaku dan ajaran agama akan menghasilkan penilaian bahwa individu telah menjadi manusia yang baik dan dapat memunculkan perasaan bahagia. Dalam kondisi ini seorang lansia lebih memilih untuk menenangkan dirinya dengan banyak shalat, agar dekat dengan Tuhannya serta mendapatkan ketenangan hidup seperti yang mereka inginkan.

Peristiwa dan perasaan bahagia yang timbul karena aktivitas religius dapat membuat lansia bahagia saat para lansia berhasil memenuhi harapan dan cita-cita mereka. Berdasarkan telic theory disebutkan bahwa sebuah kebahagiaan muncul ketika suatu tujuan atau kebutuhan dapat terpenuhi.

Berdasarkan hasil analisis di Panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang bahwa seorang lansia merasakan kebahagiaan dalam melakukan aktivitas religius dapat berdampak seorang lansia merasakan ceria, bahagia artinya tidak ada penyesalan di usia mereka sekarang. Tampak dari mereka lebih menyayangi kepada anak cucunya, bisa berkumpul dengan teman-teman di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang semakin semangat (meningkat keimanannya) dengan menambah ketaatan dalam beribadah sesuai ajaran agama.

Masa tua dan lansia merupakan masa dimana seseorang mengalami banyak perubahan, baik secara fisik maupun mental. Selain itu juga, banyak diantara mereka yang mengalami kecemasan, stres,

⁴⁷ Wawancara dengan KH. Muhammad Muzamil ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang, 7 Agustus 2021

keseharian, dan lain-lain karena jauh dari anak cucunya. Maka dari itu, sangat penting bagi mereka di usia lansia ini untuk mendapatkan kebahagiaan, baik berupa ketenangan dalam beribadah ataupun ketika menyaksikan keadaan lingkungan disekitarnya. Hal tersebut bertujuan untuk mengisi waktu luang mereka yang banyak kosong agar tidak terbuang sia-sia dan menjadi hampa⁴⁸.

Hal ini dengan adanya aktivitas religi seorang lansia di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang banyak mengalami perubahan dari sebelumnya yakni yang sebelumnya merasakan gelisah, depresi dan hati tidak merasa tenang setelah melakukan bimbingan dzikir serta aktivitas religius seorang lansia merasakan kebahagiaan, baik berupa ketenangan dalam beribadah ataupun ketika menyaksikan keadaan lingkungan disekitarnya

Bahwa dengan melaksanakan Bimbingan Dzikir Meningkatkan Kebahagiaan seorang Lansia di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang juga di dampingi oleh Kegiatan Bimbingan yang di lakukan Ketua Panti Asuhan Dan Lansia Di Al-Hikmah Semarang yakni :

a) Pengajian

Pengajian merupakan salah satu metode dakwah yang sangat penting dalam meningkatkan kualitas umat dan merupakan media alternatif untuk mengajak umat dalam meningkatkan hubungan antara manusia dan penciptanya (hablun min Allah) dan hubungan antara manusia dengan sesamanya (hablu min annaas), juga pengajian merupakan jalan utama bagi persiapan untuk memajukan umat⁴⁹. Bahwa pengajian memiliki tujuan bagi lansia yakni dengan diadakannya pengajian rutin di masjid-masjid untuk: Menumbuhkan kesadaran beragama dengan keimanan, mengisi kepribadian dengan akhlakul yang baik (mahmudah), meningkatkan pengenalan ilmu baca tulis Al-Quran serta pemahamannya, berpandangan hidup secara Islami.

Tujuan dari pengajian yakni pengajian memberikan petunjuk dan meletakkan dasar ketakwaan dan keimanan dalam semua ketentuan, Dengan adanya

⁴⁸ Nur Fauziyah dkk. 2020. Faktor-Faktor Penunjang Kebahagiaan Pada Lanjut Usia. Jurnal Bimbingan Konseling Islam. Vol. 01, No.01.hlm 27-28

⁴⁹ Na Riri Indriantini dkk. 2019. *Respon Masyarakat Terhadap Pengajian Selasa*. Jurnal Komunikasi dan Penyiaran Islam. Vol 4, No 3. Hlm 2-3

pengajian diharapkan mampu memberikan semangat dan meresapi nilai ibadah dalam diri kehidupan manusia, Pengajian sebagai inspirasi, motivasi, dan stimulasi agar jamaah yang memiliki potensi berkembang dan aktif secara optimal⁵⁰. Kegiatan pengajian yang mempunyai tujuan untuk membentuk muslim yang baik, beriman dan bertakwa serta berbudi luhur. Dalam penyelenggaraan pengajian, metode ceramah adalah cara-cara tertentu yang dilakukan oleh seorang da' i kepada mad' u untuk mencapai suatu tujuan atas dasar hikmah dan kasih sayang⁵¹. Hal ini dengan adanya kegiatan pengajian di Panti Asuhan Dan Lansia di Al-Hikmah lansia yang berada di panti mempunyai rasa semangat dan mempunyai kegiatan positif memaknai nilai ibadah dalam diri sendiri dan juga membentuk seorang lansia yang baik, beriman dan bertakwa serta berbudi luhur.

b) Beribadah Sholat

Sholat merupakan pilar agama yang menduduki peringkat kedua setelah syahadat. Shalat merupakan pondasi terbaik bagi setiap amal kebaikan di dunia serta rahmat dan kemuliaan bagi kehidupan mendatang Sholat adalah salah satu ibadah mahdloh yang pertama kali diwajibkan oleh Allah. Dalam struktur bangunan ajaran Islam, sholat disebut sebagai tiang agama. Sabda Rasul saw: " Sholat adalah tiang agama, maka barang siapa yang menegakannya berarti menegakan sholat agama, dan barang siapa yang meninggalkannya berarti meruntuhkan agama." (HR. Baihaqi dari Umar ra)⁵².

Shalat adalah pendakian orang-orang beriman serta doa orang-orang shaleh. Shalat memungkinkan akal terhubung secara langsung dengan sang Pencipta, menghindarkan seluruh kepentingan personal dengan material. Hal itu menyelamatkan diri dengan menghancurkan depresi serta menghapus kegelisahan. Shalat adalah media terbesar untuk menghubungkan seorang hamba dengan Tuhannya. Shalat juga menjadi wasilah (perantara) yang sangat penting untuk membentuk temeng atau tiang agama bagi lansia⁵³. Hal ini dari

⁵⁰ Abdullah. 2019. *Pengajian Remaja Dan Kontribusinya Dalam Pembentukan Akhlak Generasi Muda Di Mushollah Al-Fath Lebak Jaya Utara 4 Rawasan Surabaya*. Jurnal Program Studi PGMI. Vol.06, No. 02, September 2019, hlm76

⁵¹ Wahidin Saputra, *Pengantar Ilmu Dakwah*, (Jakarta: Rajawali Press, 2012), hlm. 234

⁵² Sazali, SIGNIFIKANSI IBADAH SHOLAT DALAM Pembentukan KESEHATAN JASMANI DAN ROHANI. Jurnal Ilmu Dan Budaya. Vol. 40, No. 52 Juli 2016. Hlm 02

⁵³ Mujiburrahman. 2016. *Pola Pembinaan Ketrampilan Shalat Anak Dalam Islam*. Jurnal Mudarrisuna. Vol. 06, No.02 Desember 2016, hlm 100

Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah memberikan kegiatan dan di wajbkan melakukan kegiatan sholat berjamaah agar lansia selalu beriman, selalu ingat kepada sang pencipta dan menyelamatkan dirinya dari kehnacuran depresi menghapus kegelisahan pada dirinya lansia merasakan kebahagiaan kedamaian dihati dan kehidupannya⁵⁴.

c) Dzikir

Dzkiri merupakan kesadaran tentang kehadiran Allah SWT. Dimana dan kapan saja, serta akan kebersamaan-Nya dengan makhluk, kebersamaan dalam arti penegtahunan-Nya terhadap apapun di alam raya ini serta bantuan dan pembelaan-Nya terhadap hamba-hamba-Nya yang taat. Dzikir inilah yang menjadi pendorong utama melaksanakan tuntunan-Nya dan menjauhi larangan-Nya⁵⁵. Orang yang melakukan aktivits dzkir dalam kehidupan sehari-hari senantiasa menyelaraskan tujuan hidup mereka berdasarkan Manhaj Ilahiyah, yaitu semata-mata untuk beribadah kepada Allah Jala Jallahu. Hidup adalah Ibadah. Hidup bukan mencari kesenangan sesaat, bukan untuk menumpuk harta dan pangkat, tetapi semata-mata untuk mengabdikan diri kepada Allah. Hamba yang berdzikir menyadari akan hakikat ibdah kepada-Nya. Mereka senantiasa mengingat kasih sayang-Nya⁵⁶. Hal ini dengan adanya kegiatan Bimbingan Dzikir ini seorang lansia di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang agar sadar tentang kehadiran Allah segala sesuatu yang diberikan kepada kita juga menjadi pendorong utama bagi lansia untuk di jauuhkan segala yang di larang oleh Allah SWT. Dengan melakukan dzikir lansia merasakan manfaat yang meraka rasakan selama melakukan Bimbingan Dzikir yakni lansia mulai bisa mengontrol emosi yang sebelumnya selalu emosinal menjadi lebih bisa menahan emosi, lansia di panti asuhan dan lansia al-hikmah maraskan yang sebelumnya meraskan depresi disebabkan permasalahan yang dialami setelah melakukan Bimbingan Dzikir seorang lansia lebih tenang hatinya dan adapula lansia yang merasa dirinnya merasa dekat kepada Allah sehingga

⁵⁴ Wawancara dengan KH. Muhammad Muzamil ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang, 7 Agustus 2021

⁵⁵ M. Quraish Shihab, *Wawasan Al-Quran tentang doa dan dzkir*, (Tangerang: Penerbit Lantera Hati, 2018) hlm 07.

⁵⁶ Muhammad Arifin Ilham, *Panduan zikir dan 7 Surah Pilihan*, (Jakarta : Katalog Dalam Terbitan, 2016) hlm 4-5

menghabiskan sisa hidupnya yang sudah tidak muda lagi dengan selalu menjalankan yang Allah perintahkan kepada hambanya sesuai syariat Islam.

Berdasarkan observasi penelitian di lapangan, bentuk dan faktor penyebab lansia yang merasakan tidak bahagia dalam bimbingan dzikir lansia dalam meningkatkan kebahagiaan yakni antara lain faktor keluarga, faktor tempat tinggal, faktor kesehatan, faktor kesehatan mental. Hasil observasi langsung di salah satu Panti Asuhan dan Lansia Al-Hikmah Semarang bentuk dan faktor penyebab lansia tidak bahagia dalam bimbingan dzikir lansia dalam meningkatkan kebahagiaan yakni antara lain adalah.

1. Faktor keluarga

Keluarga memiliki peranan yang sangat penting dalam upaya mengembangkan pribadi anak. Perawatan orang tua yang penuh kasih sayang dan pendidikan tentang nilai-nilai kehidupan, baik agama maupun sosial budaya yang diberikannya merupakan faktor yang kondusif untuk mempersiapkan anak menjadi pribadi dan anggota masyarakat yang sehat. Dari pernyataan tersebut seorang anak seharusnya merawat orang tua yang telah membesarkan anaknya dari masih bayi hingga dewasa.

Berdasarkan pengamatan langsung yang dilakukan peneliti di Panti Asuhan dan Lansia di Al-Hikmah Semarang, ada seorang lansia yang tinggal di Panti Asuhan dan Lansia Al-Hikmah Semarang. Lansia tersebut tinggal di panti karena beliau tidak mempunyai keluarga dia tidak mempunyai suami dan tidak mempunyai anak. Sebelumnya beliau tinggal disaudaranya karena saudaranya tidak menginginkan beliau tinggal bersamanya akhirnya lansia tersebut lebih baik tinggal di jalan.

2. Faktor tempat tinggal

Seorang Lansia di Panti Asuhan dan Lansia Al-Hikmah Semarang tidak memiliki tempat tinggal di karenakan beliau tidak mempunyai apa-apa, keluarga beliau pun tidak memperdulikan beliau dan akhirnya beliau lebih baik tinggal di jalan.

3. Faktor kesehatan

Berdasarkan pengamatan langsung seorang lansia yang tinggal di panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang. Lansia tersebut mempunyai permasalahan mengenai kesehatan yang membuat kaki kanan beliau harus diamputasi mengakibatkan beliau merasakan down khawatir ketika beliau tidak mempunyai kaki. Dari faktor keluarga juga beliau di titipkan di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah karena dari pihak keluarga tidak sanggup membiayai dan merawat lansia tersebut.

4. Faktor kesehatan mental

Berdasarkan pengamatan langsung yang dilakukan di panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang. Lansia yang tinggal di panti al – hikmah, beliau memiliki masalah kesehatan mental yang diungkapkan oleh lansia yang tinggal satu kamar dengan beliau. Penyebab beliau bisa mengalami kesehatan mental sampai mengalami depresi dikarenakan faktor ekonomi yang membuat beliau mengalami depresi dan kabur dari rumah belapun hidup di jalan.⁵⁷

Wawancara dengan ketua Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang

Manuskrip wawancara informan

Nama : KH. Muhammad Muzamil

Jabatan : Ketua Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah

“Bahwa di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah ada bimbingan dzikir yang dilaksanakan kepada anak yatim dan lansia, biasanya di lakukan secara langsung di kamar tidur karena keadaan lansia juga tidak memungkinkan untuk berjalan dari kamar tidur ke masjid karena cukup lumayan jauh bagi lansia yang agak sulit untuk berjalan. Pada bimbingan dzikir di panti ini biasanya untuk mengingatkan dan mengajari bisanya lansia selalu lupa dan sedikit bimbingan dan ceramah untuk selalu ingat kepada Allah agar lansia tersebut merasakan ketenangan jiwa”⁵⁸.

“Ada beberapa lansia yang merasakan ketidak bahagian dan ada beberapa faktor antaralain faktor keluarga bahwa ada beberapa lansia sudah

⁵⁷ Wawancara dengan KH. Muhammad Muzamil ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang, 7 Agustus 2021

⁵⁸ Wawancara dengan KH. Muhammad Muzamil ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang, 7 Agustus 2021

tidak mempunyai keluarga dan ada pula lansia masih mempunyai keluarga tetapi keluarga tersebut tidak sanggup untuk mengurus dan merawat beliau, ada juga lansia yang hidup di jalanan dikarenakan sudah tidak mempunyai tempat tinggal/ rumah dan sudah ditinggal pergi oleh keluarganya, dan adapun lansia yang kesehatan mentalnya terganggu dikarenakan masalah ekonomi yang menimpanya, adapun seorang lansia yang khawatir dengan penyakitnya yang membuat lansia tersebut merasakan down”⁵⁹.

“Manfaatnya dalam bimbingan dzikir ini ya membuat lansia tersebut merasakan ketenangan jiwa merasakan bahwa sesuatu hal baik itu masalah yang dialami akan berakhir, dari manfaat bimbingan dzikir ini juga agar lansia selalu berserah diri Kepada Allah selalu ingat kepada Allah dan bersyukur apa yang telah dimilikisaat ini”⁶⁰.

KH. Muhammad Muzamil ketua Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah mengungkapkan, faktor yang terjadi lansia yang merasa tidak bahagia atau *hapiness* di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang, yang terjadi merasa tidak bahagia memiliki beberapa faktor penyebab yakni, faktor keluarga beberapa lansia kebanyakan penyebabnya lansia tidak bahagia merasakan resah karna faktor keluarga yang tidak sanggup untuk mengurus beliau ada masalah dengan keluarganya sehingga membuat lansia tersebut merasakan kegelisahan, tidak bahagia, merasakan marah. Lansia disini juga ada yang merasakan gelisah yakni karna kesehatan, bahwa lansia tersebut memiliki penyakit yang mengakibatkan kaki kanan beliau harus di amputansi tetapi beliau tidak mau karna jika kaki kanan beliau di amputasi akan menyebabkan susah untuk beraktifitas beliau pun juga mempunyai masalah keluarganya dikarenakan dari pihak keluarga tidak sanggup untuk membiayai dan merawat beliau. Hal ini membuat lansia merasakan kesedihan, merasakan kurangnya kasih sayang dari keluarga seharusnya di usia yang cukup berumur ini harus merasakan kehangatan keluarga, merasakan kasih sayang dengan keluarga dan merasakan berkecukupan berbahagia dengan keluarga. Adapun lansia yang mengalami kesehatan mental penyebabnya yakni karna faktor

⁵⁹ Wawancara dengan KH. Muhammad Muzamil ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang, 7 Agustus 2021

⁶⁰ Wawancara dengan KH. Muhammad Muzamil ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang, 7 Agustus 2021

ekonomi dan masalah keluarga. Hal ini menyebabkan lansia merasa dirinya tertekan dengan situasi tersebut membuat beliau merasakan depresi dan stress. Beberapa faktor yang menyebabkan lansia tidak bahagia antaralain:

a.) Faktor keluarga

Faktor keluarga sangatlah penting bagi lansia yang membutuhkan kasih sayang membutuhkan kehangatan keluarga di masa tuanya. Tetapi ada beberapa lansia merasa kurang kasih sayang dengan keluarga dengan alasan dari keluarga tidak mampu tidak sanggup untuk membiayai dan merawat lansia. Dengan adanya sikap keluarga yang tidak memberikan kasih sayang kehangatan keluarga membuat lansia merasa bawah dirinya tidak ada yang sayang kepadanya, merasa dirinya tidak bahagia seperti oranglain yang diberikan kasih sayang kepada keluarganya di masa tuanya. Bahwa dari keluarga lansia merasa bahwa bila lansia dititikan di panti lansia akan merasakan kenyamanan, banyak teman, bahagia, ada yang merawat. Tetapi yang dibutuhkan seorang lansia sebenarnya yakni butuhnya kasih sayang dari keluarga bisa berkumpul dengan keluarga di masa tuanya.⁶¹

Salah satu lansia bersialan L usia 55 tahun mengatakan “ dulu saya tinggal bersama dengan saudara saya , tetapi dari saudara saya katanya sudah tidak mau saya tinggal bersamanya, akhirnya saya hidup di jalan dan saya datang sendiri di Panti Asuhan Dan Lansia Di Al-Hikmah sini” .⁶²

b.) Faktor Kesehatan

Lansia diumur yang tidak muda sangat rentang mengenai kesehatan karna dengan usia yang tidak muda untuk melakukan aktivitas/kegiatan yang berat mudah untuk jatuh sakit. Ada di panti asuhan dan lansia al-hikmah ini yang memiliki masalah mengenai kesehatan. Bahwa lansia tersebut memiliki penyakit yang kakinya diamputansi, tetapi dari pihak keluarga lansia tersebut menitipkan lansia ke panti karna kesibukan dari anak-anaknya yang tidakbisa merawat lansia tersebut. Hal ini menyebabkan lansia tidak memiliki rasa semangat, bahwa dari pihak

⁶¹ Wawancara dengan KH. Muhammad Muzamil ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang, 7 Agustus 2021

⁶² Wawancara dengan Lansia L, 8 Agustus 2021

keluarga dan anaknya yang merawatnya akan memberikan semangat untuk kesehatannya lansia tersebut.⁶³

Salah satu lansia yang berinisial M berumur 70 tahun mengatakan “ saya mempunyai penyakit yang harus di amputasi tetatpi saya tidak mau susah untuk beraktivitas, sayadititipkan oleh anak-anak saya dipanti ini” .⁶⁴

c.) Faktor kesehatan mental

Setiap orang mempunyai masalah yang berbeda, pada lansia ini mempunyai masalah mengenai faktor ekonomi dan mungkin ada masalah yang lainnya, yang membuat lansia ini merasakan tertekan, depresi, stres yang mengakibatkan lansia ini meraskan kesehatan mentalnya terganggu. Lansia tersebut di temukan oleh dinas sosial semarang lanisa terebut tidak memiliki identitas dan tidak ada keluarga lalu di tempatkan lansia tersebut di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah.⁶⁵

KH. Muhammad Muzami mengungkapkan bahwa dalam menjalani kegiatan bimbingan dzikir meningkatkan kebahagiaan lansia pasti ada penghambat dan ada juga pendukung. Penghambat dari bimbingan dzkir yakni diumur yang tidak muda lansia yang mengikuti bimbingan dzkir terkadang mengalami ketidak sanggupaan untuk berjalanke tempat ibdah dikarenakan jarak kamar tidur dimasjid cukup jauh, terkdang lansia mengalami sakit yang tidak bisa ikut menjalani bimbingan dzkir. Sedangkan pendukungnya yakni sebagian lansiayang sangat antusias mengikuti bimbingan dzkir, dengan lansia melakukan bimbingan dzkir lansia merasakan lebih tenang dari sebelumnya, selalu mengingat AllahSWT dan selalu bersyukur apapun yang Allah berikan selalu disyukuri keadaanapun.⁶⁶

Sebagian lansia mengrespon positif tentang kegiatan Bimbingan Dzikir

Ungkapan lansia yang berinisial Sunarti yang berumur 81 tahun :

⁶³ Wawancara dengan KH. Muhammad Muzamil ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang, 7 Agustus 2021

⁶⁴ Wawancara dengan lansia M, 8 Agustus 2021

⁶⁵ Wawancara dengan KH. Muhammad Muzamil ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang, 7 Agustus 2021

⁶⁶ Wawancara dengan KH. Muhammad Muzamil ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang, 7 Agustus 2021

“ awalnya saya males mengikuti kegiatan Bimbingan Dzki ini, karena saya tidak bisa jalan terlalu jauh dan sering jatuh tetapi setelah dari ketua panti mendatangi kamar saya mulai ikut Bimbingan Dzki setelah saya rasakan mengikuti kegiatan tersebut saya merasakan bahwa saya selama ini kurang bersyukur apa yang Allah berikan kepada saya dan merasa tenang saat melakukan bimbingan dzki juga setiap saat sholat juga saya lakukan setiap saat”.⁶⁷ Bahwa lansia yang bernama ibu sunarti ini yang berumur 81 tahun yang sudah tinggal di panti asuhan dan lansia al-hikmah kurang lebih 4 tahun. Bahwa beliau sebelum masuk ke panti asuhan dan lansia al-hikmah bu sunarti merasakan atau yang di alami beliau yakni bahwa keluarganya sudah tidak mampu untuk mengurus dan tidak mampu merawat beliau yang sudah berumur tersebut. Maka dari itu bu sunarti merasakan bahwa keluarga beliau atau dari anak merasakan tidak sayang sama bu sunarti. Tetapi dengan dengan beliau mengikuti bimbingan dzikir bahwa beliau merasakan bahwa ibu sunarti lebih bersyukur lebih tenang, dan bu sunarti juga mendkatkan diri kepada allah dan menyerahkan diri apapun masalahnyaselalu meminta tolong kepada Allah.

Lansia Mintarni yang sudah berumur 70 tahun :

“ saya mengikuti Bimbingan Dzikir yang saya rasakan selama mengikuti bimbingan dzikir ini yakni saya lebih tenang dan merasakan tidak ada rasa takut yang selama ini menghantui saya mengenai sakit yang saya alami tetapi lebih semangat untuk sembuh”⁶⁸ ibu Minatarni yang berumur 70 tahun yang sudah tinggal dipanti asuhan selama 4 tahunan lamanya. Bahwa sebelum saya masuk dan tinggal di panti asuhan dan lansia al-hikmah. Ibu Minartani mempunyai keluarga yang sebelumnya diilang harmonis tetapi setelah suami ibu Minarti meninggal, dan ibu Minarti hanyalah seorang diri dan anak beliau sibuk dengan pekerjaannya. Dan Ibu Mintarni juga memiliki masalah mengenai kesehatan pada kaki beliau, bahwa beliau mengalami penyakit yang diharusan untuk di amputasi. Dengan adanya penyakit kaki beliau ibu minatarni mengalami dan meraskan tidak semnagat dan meraskan rasa takut yang selama ini di alami. Dengan beliau melakukan bimbingan dzikir bahwa beliau meraskan lebih semangat untuksmebuhmerasakan tidak ada rasa takut yang selamaini belaiu takutin dan selalu bersyukur sudah diberikan kebahagiaan walaupun bukan darikeluarga tetapidari teman-teman di panti asuhan dan lansia al-hikamah semarang.

⁶⁷ Wawancara dengan lansia S, 10 Agustus 2021

⁶⁸ Wawancara dengan lansia M, 10 Agustus 2021

Lansia Lili yang berusia 55 Tahun :

“saya mengikuti bimbingan dzikir yang saya rasakan yakni saya merasakan tenang apapun masalah yang saya alami saya melakukan dzikir merasa lebih lega “⁶⁹ seorang lansia yang bernama ibu Lili yang sudah berusia 55 tahun. Bahwa sebelum ibu lili tinggal panti asuhan dan lansia al-hikmah bahwa ibulili memiliki masalah mengenai keluarga bahwa keluarga beliau tidak mau menerima beliau tinggal bersama. Ibu Lili memutuskan sendiri untuk pergi dari rumah bahwa beliau tidak mempunyai anak dan suami. Setelah beliau hidup jalanan dan dia melihat panti asuhan dan lansia al-hikmah ibu lili memutuskan untuk tinggal di panti tersebut. Selama beliau tinggal di panti asuhan dan lansia al-hikmah beliau mengikuti kegiatan yg ada di panti asuhan dan lansia al-hikmah selama beliau mengikuti kegiatan tersebut beliau meraskaan tenang dan selalu berdekatan diri dengan Allah juga melakukan dzikir setiap habis sholat.

Bahwa ciri-ciri seorang lansia memiliki rasa kebahagiaan yakni dengan adanya keluarga yang selalu memberikan kasih sayang terhadap seorang lansia yang membuat seorang lansia semakin merasakan kehangatan keluarga dan merasakan kebahagiaan, seorang juga selalu dekat kepada Allah seperti sholat dan dzikir yang membuat seorang lansia merasa bahagia merasakan kenyamanan merasakan ketenangan yang ada pada dirinya.

Kegiatan Bimbingan Dzikir ini dalam meningkatkan kebahagiaan berpengaruh kepada lansia yang mengalami permasalahan yang lansia alami dengan lansia melakukan Bimbingan Dzikir adapun perubahan. Hal ini dibuktikan dengan antusias seorang lansia yang melakukan kegiatan Bimbingan Dzikir. Lansia memahami bahwa dengan melakukan dzikir mempunyai efek yang cukup baik untuk kedepannya dengan sembari juga melakukan sholat lima waktu dan terus berdoa.

Seorang lansia di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang telah melakukan Bimbingan Dzikir setiap waktu dan kalau seorang lansia telah mendapat cahaya Allah, maka kebahagiaan akan terpancar dalam kehidupannya sepanjang masa, baik di dunia maupun di akhirat.

⁶⁹ Wawancara dengan lansia L, 10 Agustus 2021

BAB IV

ANALISIS BIMBINGAN KONSELING ISLAM TERHADAP PELAKSANAAN BIMBINGAN DZKIR DALAM MENINGKATKAN KEBAHAGIAAN LANSIA DI PANTI ASUHAN DAN LANSIA AL-HIKMAH SEMARANG

A. Analisis Bimbingan Dan Konseling Islam Terhadap Bimbingan Dzikir Dalam Meningkatkan Kebahagiaan Lansia Di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Kota Semarang.

Menurut Syaikh Muhammad bin Abdul Wahab islam merupakan berserah diri kepada Allah dengan mengesakan-Nya, tunduk serta patuh kepada Nya dengan melakukan ketaatan dan berlepas diri dari perbuatan yang syirik serta para pelakunya⁷⁰.

Bimbingan dan Konseling dalam pandangan islam merupakan usaha yang dilakukan untuk menyelesaikan suatu persoalan yang terjadi dalam diri seseorang dengan berlandaskan norma-norma keislaman. Bimbingan dan konseling islam mengupayakan setiap individu yang menjadi klien dapat mengembangkan kemampuannya dalam hal pola pikir, menanggapi permasalahan dan memikirkan/menyusun masadepan yang terarah sesuai dengan petunjuk dari Allah agar selalu mendapatkan kemudahan didunia dan di akhirat. Kegiatan yang dilakukan oleh individu untuk meningkatkan kemampuan dirinya dan kodratnya sebagai umat muslim meningkatkan bakatnya, oleh karena itu Allah memberikan manusia berupa akal, hati dan kemauan manusia untuk berubah sesuai dengan syariat islam agar manusia berada di jalan kebenaran⁷¹.

Anwar Sutoyo menjelaskan yang dipaparkan oleh Anas Rohman bahwa layanan bimbingan dan konseling Islami adalah Upaya membantu individu belajar mengembangkan fitrah dan atau kembali kepada fitrah dengan cara memberdayakan (empowering) iman, akal, dan kemauan yang dikaruniakan oleh Allah kepadanya

⁷⁰ Deta Juanda Najmah, *Definisi Islam dirumuskan para ulama sesuai dengan ijtihad dan pemahamannya* 2021, dalam <https://www.brilio.net/wow/pengertian-islam-menurut-bahasa-alquran-hadits-dan-ulama-200423k.html#:~:text=%2D%20Syaikh%20Muhammad%20bin%20Abdul%20Wahab,yang%20syirik%20serta%20para%20pelakunya> , diakses pada tanggal 2 september 2021

⁷¹ Kuliayatun, 2020. Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Meningkatkan Religiusitas Siswa Sekolah Menengah Atas (Sma). Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam, Vol. 02, No. 01. Januari-Juni 2020, hlm 98-100

untuk mempelajari tuntunan Allah dan Rasulnya, agar fitrah yang ada pada individu berkembang dengan benar dan kokoh sesuai dengan tuntunan Allah SWT.⁷²

Bimbingan Islami adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat. Sedangkan Konseling Islam adalah segala kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dalam rangka memberikan bantuan kepada orang lain yang mengalami kesulitan-kesulitan dalam lingkungan hidupnya agar supaya orang tersebut mampu mengatasi sendiri karena timbul kesadaran atau penyerahan diri terhadap kekuasaan Tuhan Yang Maha Esa. Sehingga timbul pada diri pribadinya suatu cahaya harapan kebahagiaan hidup saat sekarang dan masa depannya.

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa Bimbingan dan Konseling Islami adalah bentuk bantuan yang diberikan kepada peserta didik yang bermasalah jiwanya, untuk menemukan kembali jati dirinya sehingga dapat menghadapi masalah mereka sendiri dan menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah dengan memberdayakan iman, akal dan kemauan untuk mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat.⁷³

Panti Asuhan dan Lansia Al-Hikmah Semarang yakni suatu lembaga sosial yang memiliki tanggung jawab dalam pelayanan pengganti fisik, mental, sosial dan keagamaan pada lansia. Di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah terdapat kegiatan Bimbingan Dzikir yang dilaksanakan oleh lansia tujuan dari adanya kegiatan tersebut yakni untuk mengembangkan keagamaan mengembangkan kemampuannya dalam hal pola pikir, menanggapi permasalahan dan memikirkan/menyusun masadepan yang terarah sesuai dengan petunjuk dari Allah agar selalu mendapatkan kemudahan didunia dan di akhirat. Kegiatan bimbingan dzikir di panti asuhan dan lansia al-hikmah dilakukan oleh seorang lansia yang berada di panti asuhan dan lansia al-himah dan pada bimbingan dzikir di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah sudah melakukan sesuai dengan teori Bimbingan Konseling Islam bahwa bimbingan konseling islam merupakan pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup

⁷² Anas Rohman, 2016. Peran Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Pendidikan. Jurnal Pendidikan Agama Islam Universitas Wahid Hasyim, Vol.4, No. 01. Hlm 145

⁷³ Risa Kusumawati, *Fungsi Bimbingan Konseling Islami Dalam Pembinaan Akhlak Siswa Di Sekolah Menengah Kejuruan* (SMK MUHAMMADIYAH DELANGGU TAHUN PELAJARAN 2013/2014), Skripsi. Surakarta : Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2014. Hlm 02

selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat. Sehingga lansia selalu bersyukur, mengingat kepada Allah SWT dan selalu bahagia di dunia maupun di akhirat nanti kelak. Hal ini juga menunjukan Bimbingan dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan dengan Bimbingan Konseling Islam memiliki kesamaan yakni untuk mewujudkan apa yang diinginkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar dapat mencapai suatu kebahagiaan di dunia maupun di akhirat.

B. Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam Di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang

Tujuan yang ingin dicapai Bimbingan Dan Konseling Islam, menurut Anwar Sutoyo yang sebagaimana dikutip Hidayatul Khasanah, dkk yaitu agar fitrah yang dikaruniakan Allah kepada individu bisa berkembang dan berfungsi dengan baik, sehingga menjadi pribadi yang khaffah, dan secara bertahap dapat mengaktualisasikan apa yang diimaninya itu dalam kehidupan sehari-hari, yang tampil dalam melaksanakan tugas kekhalifahan di bumi, dan ketaatan dan beribadah dengan mematuhi segala perintah-Nya dan menjauhi segala larangan-Nya⁷⁴.

Munandir yang sebagaimana dikutip Saiful Akhyar Lubis tujuan Konseling Islami adalah membantu seseorang untuk mengambil keputusan dan membantunya menyusun rencana guna melaksanakan keputusan itu. Dengan keputusan itu ia bertindak atau berbuat sesuatu yang konstruktif sesuai dengan perilaku yang didasarkan atas ajaran Islam. Munandir menginginkan agar klien/konseli dapat melakukan aktivitas konstruktif dan berperilaku sesuai dengan kehendak Islam.

Maka tujuan Bimbingan Konseling Islam yakni menanamkan kebesaran hati dalam diri klien/konseli agar ia benar-benar menyadari bahwa ia telah memiliki kemampuan memecahkan dan menyelesaikan masalah. Ia harus merasakan bahwa kemampuan itu adalah miliknya pribadi dan menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari dirinya. Ia harus pula berupaya menumbuhkan kembangannya melalui latihan serta amal ibadah di setiap saat, kondisi, dan tempat, agar sedapat mungkin ia tidak akan menghadapi masalah lain, atau minimal tidak pernah menghadapi masalah yang sama dalam rentang kehidupannya.

⁷⁴ Hidayatul Khasanah dkk. 2016. *Metode Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Menanamkan Kedisiplinan Sholat Dhuha Pada Anak Hiperaktif Di Mi Nurul Islam Ngaliyan Semarang*. Jurnal Ilmu Dakwah, Vol. 36, No.1, Januari - Juni. Hlm 08

Bimbingan Konseling Islam memiliki tujuan khusus dan tujuan umum. Tujuan khusus yakni membantu individu agar tidak menghadapi masalah, membantu individu mengatasi masalah yang sedang dihadapinya, membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik atau yang telah baik agar tetap baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak akan menjadi sumber masalah bagi dirinya dan orang lain. Sedangkan tujuan umum yakni Membantu individu mewujudkan dirinya menjadi manusia seutuhnya agar tercapai kebahagiaan hidup didunia dan diakhirat⁷⁵.

Secara garis besar tujuan Bimbingan Dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan adalah mengajak lansia untuk selalu berdzikir disertai sholat agar mengembangkan keagamaan mengembangkan kemampuannya dalam hal pola pikir hal ini juga yang diungkapkan oleh ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah mengungkapkan bahwa tujuan bimbingan dzikir ini merupakan bertujuan agar seorang lansia menjadi generasi beriman, akhlak mulia dan selalu ingat kepada Allah swt, juga mengubah pola pikir kepada seorang lansia yang awalnya negatif mengenai kehidupan ataupun agama di ubah pola pikir yang positif. Menanggapi permasalahan dan memikirkan/menyusun masadepan yang terarah sesuai dengan petunjuk dari Allah agar selalu mendapatkan kemudahan didunia dan di akhirat. Dan membekali ilmu bagi lansia yang bermanfaat sehingga nanti lansia di Panti Asuhan dan Lansia Al-Hikmah yang selalu taat kepada Allah SWT serta mencapai suatu kebahagiaan didunia maupun diakhirat. Tujuan secara khusus yakni agar lansia mengetahui segala sesuatu masalah yang dialami seorang lansia, merasakan gelisah, merasakan tidak ada kebahagiaan di hidup lansia dengan adanya Bimbingan Dzikir ini lansia dapat memahami bahwa segala sesuatu yang kita alami kitanya selalu meminta pertolongan kepada Allah SWT, selalu bersujud, berdoa dan mengingat kepada Allah SWT agar kita merasakan kebahagiaan di dunia maupun diakhirat kelak. Hal ini juga diungkapkan oleh saat wawancara dengan seorang lansia yang berada di panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang yang bernama ibu Lili mengungkapkan bahwa sebelum beliau melakukan bimbingan dzikir beliau merasa bahwa dirinya beliau memiliki masalah mengenai keluarga yang membuat ibu lili merasakan gelisah, amarah merasa bahwa dirinya kurang kasih sayang dengan keluarga mersa dirinya jauh dari Allah karna masalah yang dialami beliau. Dengan selama beliau mengikuti bimbingan dzikir ini bahwa beliau merasakan adanya

⁷⁵ Saiful Akhyar Lubis, 2010. Konseling Islami Dan Pendidikan Mental. Jurnal Bimbingan Konseling Islam, Vol. XXXIV No. 1. Januari-Juni 2010. Hlm 98-99

kedekatan dengan Allah selalu melakukan ibadah sholat, mengaji dan dzikir. Ibu lili juga merasakan bahwa dengan belaiu melakukan bimbingan dzikir bertujuan untuk meminta pertolongan kepada Allah disaat ada maslah dengan cara melakukan dzikir.

Dari paparan di atas menunjukan bahwa tujuan Bimbingan Konseling Islam memiliki kesamaan dengan tujuan Bimbingan Dzikir dalam Meningkatkan Kebahagiaan di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang,

C. Fungsi Bimbingan Dan Konseling Islam di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang.

Dengan adanya tujuan tujuan umum dalam Bimbingan Konseling Islam dapat dirumuskan fungsi dari Bimbingan dan Konseling Islam sebagai berikut:

1. Fungsi Preventif, yakni membantu individu menjaga atau mencegah timbulnya masalah bagi dirinya. Hal ini sama dengan bimbingan dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan lansia di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah bahwa ketua panti membantu lansia dalam permasalahan yang sedang terjadi, selalu menjaga dengan cara melakukan ibdah sholat, mengaji dan berdzikir kepada Allah agar lansia tidak kembali ke dalam permasalahan tersebut dan meningkatkan kebahagiaan pada lansia diumur yang tidak muda lagi dengan cara selalu mengingatkan segala sesuatu kita meminta pertolongan kepada Allah SWT dengan cara kita bsholat, berdzikir, berdoa yang membuat kita tidak mengingat ataupun kembali di permasalahan tersebut. Menurut peneliti fungsi preventif ini mengenal dan memahami kembali keadaan dirinya sesuai dengan hakekatnya sudah terlaksana dengan baik, hal ini dibuktikan seorang lansia lebih paham memaknai arti dari dzikir, sholat dan berdoa mendapatkan efek yang luar biasa sehingga bila seorang lansia tersebut mempunyai permasalahan lebih mendekatkan diri kepada Allah. Bahwa hasil wawancara dari seorang lansia yang bernama sunarti mengungkapkan bahwa setelah ibu sunarti melakukan bimbingan dzikir dapat memahami keadaan dengan baiak dan mendapatkan efekyang terjadi pada diri seorang lansia bahwasanya lansia merasakan efek yang luar biasa seperti hati seorang lansia yang sebelumnya gelisah menjadi lebih tenang dan setiap mempunyai masalah lebih ke dekatkan diri kepada Allah swt.
2. Fungsi Preservatif, yakni membantu individu menjaga agar situasi dan kondisi yang semula tidak baik (mengandung masalah) yang telah menjadi baik

(terpecahkan) itu kembali menjadi tidak baik (menimbulkan masalah kembali), kerap kali kita jumpai bahwa klien tidak menyadari apa yang sedang terjadi dan tidak menyadari bahwa dirinya sedang mengalami permasalahan, bahwa dalam fungsi ini seorang konselor membantu klien mendiagnosis masalah yang sedang dihadapinya. Hal ini sama dengan fungsi bimbingan dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan di panti asuhan dan lansia al-hikmah yakni memahami permasalahan yang sedang terajadi pada seorang lansia dan penyesuaian diri pada dalam lingkungan sekitarnya. Menurut penelitian fungsi ini sudah terlaksanakan dengan baik. Hal tersebut terbuktinya dari beberapa lansia yang minim tentang arti sebuah dzikir. Hal ini dapat membantu lansia memahami masalahnya. Hal ini seperti waktu observasi dan wawancara di panti asuhan dan lansia al-hikmah bahwa seorang lansia yang bernama ibu sunarti mengungkapkan bahwa saat beliau melakukan bimbingan dzikir ini tidak langsung mengikuti bimbingan dzikir tersebut karna beliau melakukan penyesuaian diri yang sebelumnya tidak pernah melakukan bimbingan dzikir dan masuk di panti beliau mengikitu bimbingan dzikir pertama kali hanya sekedar ikut saya tetapi kelamaan beliau mengikuti terus.

3. Fungsi Development atau pengembangan, yakni membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik agar tetap baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak memungkinkannya menjadi sebab munculnya masalah baginya.⁷⁶ Hal ini sama dengan fungsi bimbingan dzikir lansia yakni membantu klen memecahkan permasalahannya dan lebih bijak untuk menghadapi permasalahan. Menurut penelitian mengenai membantu individu dalam memcahkan permaslahan sudah terksana dengan baik. Hal ini di buktikan seorang lansia yang tidak mau untuk melakukan ibadah atau berdekat diri kepada Allah, tetapi dengan ajakan ketua panti dan dibimbing lansia tersebut mau untuk melakukan dan menjalani ibadah. Hal ini dilakukan saat wawancara dengan seorang lansia yang bernama ibu mintarni, ibu lili dan ibu sunarti bahwa mengungkapkan bahwa sebelumnya mereka memiliki masalahnya masing-masing dan setelah itu melakukan bimbingan dzikir yang berfungsi untuk membantu memecahkan permasalahan maka dengan melakukan fungsi bimbingan ini seorang lansia mampu untuk keluar dari permasalahan.

⁷⁶ Hasan Bastoni, Menuju Bimbingan Konseling Islam Vol.1 No.1 Juli-Des 2017 (Kudus: STAIN KUDUS, 2017) hlm 101

Pemaparan diatas menunjukan bahwa fungsi Bimbingan Dzkiir Dalam Meningkatkan Kebahagiaan Pada Lansia Di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah sama dengan fungsi Bimbingan Konseling Islam.

D. Metode Bimbingan dan Konseling Islam di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang.

Metode dapat di artikan sebagai sesuatu yang digunakan untuk mengungkapkan cara yang paling cepat dan tepat dalam melakukan sesuatu. Metode bimbingan secara umum antara lain: metode wawancara, bimbingan kelompok. Metode yang dipusatkan pada klein, dan metode pencerahan. Bimbingan dan Konselng Islam, menurut Faqih yang telah dikutip oleh Hidayatul Khasanah dkk yang mengatakan diklasifikasikan berdasarkan segi komunikasi terbagi menjadi dua yaitu metode komunikasi langsung atau disingkat metode langsung, metode komunikasi tidak langsung atau metode tidak langsung. Sedangkan menurut Ulwan yang telah dikutip oleh Hidayatul Khasanah dkk menyebutkan ada lima metode pembinaan keagamaan untuk lansia yaitu sebagai berikut :

1. Metode Keteladanan

Keteladanan memberikan pengaruh yang besar daripada nasihat, teldanan memberikan dampak positif yaitu meniru apa yang di lihatnya dan membentuk kepribadian yang baik kepada lansia. **Memberikan keteladanan kepada lansia dalam hal ini ketua Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah harus mampu menjadi contoh bagi lansia, bahwa seorang ketua di panti asuhanan mampu memberikan contoh yang baik kepada seorang lansia atau anak yatim agar di contoh atau di teladani kepada lansia. Hal ini sama dengan metode yang digunakan oleh panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah bahwa dalam kegiatan Bimbingan Dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan bagi lansia bahwa dari ketua panti memberikan keteladanan dan melihat yang lansia lihat yakni seorang ketua panti asuhan dan lansia al-hiknah mengenai berdzikir sepanjang waktu.**

2. Metode Pembiasaan

Metode Pembiasaan ini merupakan suatu cara yang di pakai olrh pembimbing untuk membiasakan lansia didik mengenai keagamaan untuk mengejalankan suatu kebaikan secara berulang-ulang. Menjadi suatu kebiasaan yang sulit untuk ditinggalkan. Adapun beberapa bentuk pembiasaan yang diterapkan oleh lansia antarlain : pembiasaan dengan akhlak yaitu berupa pembiasaan bertingkah laku

baik, yang dilakukan baik dalam lingkungan sekitarnya. Pembiasaan dalam beribadah yakni pembiasaan yang berhubungan dengan ibadah dalam islam, seperti sholat berjamaah, setiap saat berdzikir dan selalu meminta pertolongan kepada Allah SWT. Hal ini sama dengan metode yang digunakan Panti Asuhan dan Lansia dalam Bimbingan Dzikir meningkatkan Kebahagiaan bahwa dari ketua panti selalu menerapkan kebiasaan lansia untuk selalu bertikah laku dengan baik selalu mebiasaakan berhubungan dengan ibadah seperti sholat dan berdzikir agar selalu merasakan ketenangan pada jiwa lansia dan merasakan kebahagiaan dunia dan akhirat.

3. Metode Nasehat

Metode lain yang penting bentuk keimanan dan keagamaan lansia adalah dengan memberikan nasihat. Sebab nasihat ini dapat membukakan mata lansia pada hakekat sesuatu luhur dan menghiasinya dengan akhlak yang mulis, dan membekalinya dengan prinsip-prinsip. Hal ini sama dengan metode yang Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang terapkan yakni dari pihak panti khususnya ketua panti asuhan dan lansia selalu memberikan nasihat bila seorang lansia merasakan atau mengalami permasalahan yang ada di dirinya dan ketua panti asuhan selalu mengingatkan kepada lansia akan selalu beribadah dan berdzikir agar selalu merasakan ketenangan pada dirinya.⁷⁷

Jadi hal ini Bimbingan Konseling Islam berpengaruh terhadap meningkatnya kebahagiaan bagi seorang lansia melalui bimbingan dzikir meningkatkan kebahagiaan bagi seorang lansia. Dengan metode bimbingan secara langsung sangat berpengaruh terhadap seorang lansia untuk kebahagiaan di dunia dan di akhirat kelak.

⁷⁷ Hidayatul Khasanah dkk. 2016. *Metode Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Menanamkan Kedisiplinan Sholat Dhuha Pada Anak Hiperaktif Di Mi Nurul Islam Ngaliyan Semarang*. Jurnal Ilmu Dakwah, Vol. 36, No.1, Januari - Juni. Hlm 9-10

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian pada bab-bab sebelumnya dan analisis yang telah penulis lakukan, sekiranya ada beberapa kesimpulan yang dapat penulis sebutkan yakni :

1. Kegiatan bimbingan dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan di Panti Asuhan dan Lansia Al-Hikmah Semarang ini dilakukan secara langsung dengan lansia, tidak dengan adanya Bimbingan dzikir saja tetapi juga adanya tausiah atau pengajian untuk lansia untuk selalu mengingat kepada Allah apapun masalahnya selalu meminta petunjuk kepada Allah karena segala masalah apapun selalu ada jalan keluarnya dan selalu berdoa kepada Allah SWT, karena dengan melakukan dzikir lansia bisa menjadi lebih tenang dan dekat Allah sehingga bisa menimbulkan kebahagiaan bagi para lansia.
2. Panti Asuhan dan Lansia Al-Hikmah terdapat kegiatan bimbingan dzikir secara langsung yang dilaksanakan oleh lansia. Tujuan dari adanya kegiatan tersebut yakni untuk mengembangkan keagamaan, mengembangkan kemampuannya dalam hal pola pikir, menanggapi permasalahan dan memikirkan/menyusun masadepan yang terarah sesuai dengan petunjuk dari Allah agar selalu mendapatkan kemudahan di dunia dan di akhirat. Jadi Bimbingan Konseling Islam berpengaruh terhadap meningkatnya kebahagiaan bagi seorang lansia melalui bimbingan dzikir.

B. Saran

Demi kesuksesan berlangsungnya kegiatan Pelaksanaan Bimbingan Dzikir dalam Meningkatkan Kebahagiaan LANSIA di Panti Asuhan dan Lansia Al-HIKMAH Semarang peneliti memberikan beberapa saran kepada Panti Asuhan dan Lansia Al-Hikmah Semarang sebagai berikut :

1. Pelaksanaan Bimbingan Dzikir dalam Meningkatkan Kebahagiaan LANSIA di Panti Asuhan dan Lansia Al-HIKMAH Semarang sudah bagus, alangkah baiknya jika pelaksanaan Bimbingan Dzikir Meningkatkan Kebahagiaan Lansia dilakukan ditambah lagi supaya lebih maksimal lagi.

2. Melihat lansia di panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang kegiatan untuk keagamaan alangkah baiknya seorang lansia di berikan kegiatan mengenai pembuatan kerajinan tangan yang tidak beraktivitas cukup bertenanga seperti merajut agar melatih motorik seorang lansia
3. Kepada lembaga agama maupun lembaga sosial diharapkan senantiasa mendukung kegiatan yang ada di Panti Asuhan Dan Lansia Al-Hikmah Semarang.

C. Penutup

Segala puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan ridhonya, memberikan perlindungan dan kasih sayang sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Serta teman-teman yang membantu memberikan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi masih terdapat banyak kekurangan dan masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, kritik dan saran, sangat penulis harapkan dalam kesempatan skripsi ini.

Akhir kata penulis mohon maaf atas segala kekurangan, kelemahan, dan kekhilafan. Semoga Allah SWT meridhoi hasil penelitian dan skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi pembaca umumnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah. 2019. *Pengajian Remaja Dan Kontribusinya Dalam Pembentukan Akhlak Generasi Muda Di Mushollah Al-Fath Lebak Jaya Utara 4 Rawasan Surabaya*. Jurnal Program Studi PGMI. Vol.06, No. 02,.hlm76
- Ananda R N, Yulius YR, M.Aziz Anwar. 2021. Jurnal Kesehatan Spiritual dan Kesiapan Lansia dalam Menghadapi Kematian, 1(02). Hlm 1-2
- Ashari,O B. 2016. “ *Apakah Orang Miskin Tidak Bahagia? Studi Fenomenologi Tentang Kebahagiaandi Dusun Deliksari*” . Skripsi. Unniversitas Semarang. Semarang
- Ash-Shiddieqiy, T H,1990. *Pedoman Dzikir Dan Doa*, (Jakarta: Bulan Bintang)
- Asniti, K. 2008. Subjective Well-Being Pada Lansia. Jurnal Dakwah, Vol.18, No.02. hlm23-22
- Basri,Muh.mu’ inudinillah. 2008, ” *Penuntun Dzikir dan Doa Berdasarkan Sunnah Nabi*” Surakarta: Indiva MediaKreasi
- Bastoni,Hasan.2017. “ *Menuju Bimbingan Konseling Islam*” . Jurnal Bimbingan Konseling Islami.1(1).hlm 101
- Boy Hilman, “ Pengertian Kebahagiaan (Happiness)” diakses dari <https://www.universitaspikologi.com/2018/05/pengertian-dan-aspek-kebahagiaan-happiness.html?m=1#top>. pada tanggal 12 Maret 2021
- Bukhori, Baidi.2014.“ *Dakwah Melalui Bimbingan dan Konseling Islam*” . Jurnal Bimbingan Konseling Islam.5 (1). hlm 8
- Dedi. SN.2017. “ *Dasar-Dasar Konseling Dalam Al-Qur’ an*” . Jurnal Pendidikan dan Konseling.7(2) .hlm55-58
- Deta Juanda Najmah,” Definisi Islam dirumuskan para ulama sesuai dengan ijtihad dan pemahamannya” 2021, dalam <https://www.brilio.net/wow/pengertian-islam-menurut-bahasa-alquran-hadits-dan-ulama-200423k.html#:~:text=%2D%20Syai%20Muhammad%20bin%20Abdul%20Wahab,yang%20syirik%20serta%20para%20pelakunya> , diakses pada tanggal 2 september 2021
- Fauziyah,Nur dkk. 2020. *Faktor-Faktor Penunjang Kebahagiaan Pada Lanjut Usia*. Jurnal Bimbingan Konseling Islam. Vol. 01, No.01.hlm.26
- Fitriani,Mei.2016. “ *Problem Psikospiritual Lansia Dan Solusinya Dengan Bimbingan Penyuluhan Islam (Studi Kasus Balai Pelayanan Sosial Cepiring Kendal)*” Jurnal: Ilmu Dakwah. 36(01). hlm 76
- Fuad,M Anwar. 2019. “ *Landasan Bimbingan dan Konseling Islam*” , Yogyakarta : CV Budi Utama

- Ilham, MA.2016. *Panduan zikir dan 7 Surah Pilihan*, (Jakarta : Katalog Dalam Terbitan)
- Impisari,Nasri. 2017. “ *Makna Kebahagiaan Pada Lansia Muslim Yang Tinggal Di Panti Tresna Werdha Teratai Palembang*” . Skripsi. Unniversitas Islam Negeri Raden Fatah. Palembang.
- Inastasya. 2020. “ *Storytelling Untuk Meningkatkan Kebahagiaan Pada Lansia*” . Skripsi. Unniversitas Muhammadiyah Malang. Malang.
- Indriantini ,N R . 2019. *Respon Masyarakat Terhadap Pengajian Selasa*. Jurnal Komunikasi dan Penyiaran Islam. Vol 4, No 3. Hlm 2-3
- Jasmadi & Lailatul Musrimah.2016. “ *Hubungan Kualitas Dzikir Dengan Kebahagiaan Pada Mahasiswa Aktivis Dakwah dan Kampus (ADK) Unsiya*” jurnal: Psikoislamedia. 01(1) Hlm.16-15
- Junaed, Ilham.2016. “ *Analisis Data Kualitatif Dalam Penelitian Pariwisata*” . Jurnal kepariwisataan.10(1) hlm 60-61
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, “ *Populasi Lansia Diperkirakan Terus Meningkat Hingga Tahun 2020*” , 26 November 2013. Diakses dari [http://www.p2ptm.kemkes.go.id/kegiatan-p2ptm/aceh/populasi-lansia-diperkirakan-terus-meningkat-hingga-tahun-2020#:~:text=Pada%20tahun%202000%20jumlah%20Lansia,34%25\)%20dari%20total%20populasi](http://www.p2ptm.kemkes.go.id/kegiatan-p2ptm/aceh/populasi-lansia-diperkirakan-terus-meningkat-hingga-tahun-2020#:~:text=Pada%20tahun%202000%20jumlah%20Lansia,34%25)%20dari%20total%20populasi). Di akses pada tanggal 2 Maret 2021
- Khasanah, Hidayatul dkk. 2016. *Metode Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Menanamkan Kedisiplinan Sholat Dhuha Pada Anak Hiperaktif Di Mi Nurul Islam Ngaliyan Semarang*. Jurnal Ilmu Dakwah, Vol. 36, No.1. Hlm 08
- Kuliyatun, 2020. *Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Meningkatkan Religiusitas Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA)*. Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam, Vol. 02, No. 01.hlm 98-100
- Kusumawati, Risa. 2014. *Fungsi Bimbingan Konseling Islami Dalam Pembinaan Akhlak Siswa Di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK MUHAMMADIYAH DELANGGU TAHUN PELAJARAN 2013/2014)*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Surakarta
- Lewi. Natanael& Sudarji.Shanty. 2005. “ *Faktor-Faktor Pendukung Kebahagiaan Pada Empat Narapidana Wanita Di Lapas Wanita Kelas Ii A Tangerang*” Jurnal: PSIBERNETIKA. 8 (2). Hlm 122-123
- Lubis, SK. 2010. *Konseling Islami Dan Pendidikan Mental*. Jurnal Bimbingan Konseling Islam, Vol. XXXIV No. 1. Hlm 98-99

- Lukmanul hakim dan Niken hartati. 2014. " *sumber-sumber kebahagiaan lansiaditinju dari dalam dan luar tempat tinggal panti jompo*" jurnal bimbingan dan konseling, vol.5 No. 1 thn 2014.
- M. Quraish Shihab.2018.*Wawasan Al-Quran tentang doa dan dzikir*, (Tangerang: Penerbit Lantera Hati)
- Madinah, CGDJ. 2017. " *Berzikir Kepada Allah Kajian Spritual Masa Dzikir dan Majelis*" Yogyakarta: sajah-press
- Maria,Tersia.2018. " *Bimbingan dan koseling*" , Semarang : UNESS PRESS
- Misnaniarti.2017." *Analisis Situasi Penduduk Lanjut Usia dan Upaya Peningkatan Kesejahteraan Sosial di Indonesia*" . Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat.8(2).hlm 68
- Mujiburrahman. 2016. Pola Pembinaan Ketrampilan Shalat Anak Dalam Islam. Jurnal Mudarrisuna. Vol. 06, No.02. hlm 100
- Mulyono.2015." *Faktor-faktor Psikologis yang Mempengaruhi Kebahagiaan pada Lanjut Usia Suku Jawa diKlaten*" jurnal: psikologis kebahagiaan, vol.4 No.1
- Natanael Lewi danShanty Sudarji, 2005." *Faktor-Faktor Pendukung Kebahagiaan Pada Empat Narapidana Wanita Di Lapas Wanita Kelas Ii A Tangerang*" Jurnal: Psibernetika Vol. 8 No. 2, hlm122-123
- Rijali, Ahmad.2018." *Analisis Data Kualitatif*" . Jurnal Alhadharah.17 (33).hlm 82-84
- Rohman, Anas.2016." *Peran Bimbingan dan Konseling Islam Dalam Pendidikan*" . Jurnal Pendidikan Agama Islam.4(1) hlm146
- Rukaja, Ajat. 2018. " *Pendekatan Penelitian Kualitatif*" (Yogykarta:CV Budi Utama
- Mendes Kiik,Stefanus, Junaiti.S & Henny.P. 2018." . " *Peningkatan Kualitas Hidup Lanjut Usia (LANSIA) di Kota Depok dengan Latihan Keseimbangan*" . Jurnal Kesehatan. 21(02). hlm 110
- Sabila,Dayana. 2019. " *Strategi Program Meningkatkan Kebahagiaan Lansia (Studi pada Pondok Lansia Al-Ishlah Kecamatan Blimbing Kota Malang)*" . Skripsi. Unniversitas Muhammadiyah Malang. Malang.
- Saputra, Wahidin. 2012. *Pengantar Ilmu Dakwah*, (Jakarta: Rajawali Press, 2012)
- Sari, AE. 2015." *Pengaruh Pengamalan Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Di Majlisul Dzakirin Kamulan Durenan Trenggalek*" Skripsi. IAIN TULUNGAGUNG, Tulungagung

Sahra ,AUH.2018. “ Gambaran Pencapaian Tugas Perkembangan Psikososial Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Kassi-Kassi Makassar” . Skripsi. Unnivesitas Hasanuddin Makasar. Makasar.

- Sazali. 2016. *Signifikansi Ibadah Sholat Dalam Pembentukan Kesehatan Jasmani Dan Rohani*. Jurnal Ilmu Dan Budaya. Vol. 40, No. 52 . Hlm 02
- Siti Nur Kholifah, “ Keperawatan Gerontik” Desember 2016. Diakses dari <http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wp-content/uploads/2017/08/Keperawatan-Gerontik-Komprehensif.pdf> , pada tanggal 08 Maret 2021 pkl: 12.00
- Tarmizi. 2018. “ *Bimbingan Konseling Islam*” (Medan: Perdana Publishing)
- Thoharin. 2007. *Bimbingan Dan Konseling di Sekolah Dan madrasah (berbasis integrasi)*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2007).
- Wawancara dengan KH. Muhammad Muzamil ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang, 7 Agustus 2021
- Wawancara dengan KH. Muhammad Muzamil ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang, 7 Agustus 2021
- Wawancara dengan KH. Muhammad Muzamil ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang, 7 Agustus 2021
- Wawancara dengan Lansia L, 8 Agustus 2021
- Wawancara dengan KH. Muhammad Muzamil ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang, 7 Agustus 2021
- Wawancara dengan lansia M, 8 Agustus 2021
- Wawancara dengan KH. Muhammad Muzamil ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang, 7 Agustus 2021
- Wawancara dengan KH. Muhammad Muzamil ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang, 7 Agustus 2021
- Wawancara dengan lansia S, 10 Agustus 2021
- Wawancara dengan lansia M, 10 Agustus 2021
- Wawancara dengan lansia L, 10 Agustus 2021
- Wawancara dengan KH. Muhammad Muzamil ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang, 7 Agustus 2021
- Wawancara dengan KH. Muhammad Muzamil ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang, 7 Agustus 2021
- Wawancara dengan KH. Muhammad Muzamil ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang, 7 Agustus 2021
- Wawancara dengan Lansia L, 8 Agustus 2021

Wawancara dengan KH. Muhammad Muzamil ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang, 7 Agustus 2021

Wawancara dengan lansia M, 8 Agustus 2021

Wawancara dengan KH. Muhammad Muzamil ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang, 7 Agustus 2021

Wawancara dengan KH. Muhammad Muzamil ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang, 7 Agustus 2021

Wawancara dengan lansia S, 10 Agustus 2021

Wawancara dengan lansia M, 10 Agustus 2021

Wawancara dengan lansia L, 10 Agustus 2021

Wawancara dengan KH. Muhammad Muzamil ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang, 7 Agustus 2021

Wawancara dengan KH. Muhammad Muzamil ketua panti asuhan dan lansia al-hikmah semarang, 7 Agustus 2021

Yusuf ,Syamsu ,LN. 2008. Landasan Bimbingan dan Konseling, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya,)

DRAF WAWANCARA

1. Bagaimana sejarah berdirinya panti asuhan dan lansia al-hikmah ?
2. Apa visi dan misi tujuan pendirian panti asuhan dan lansia al-hikmah?
3. Berapa jumlah lansia yang berada dipanti asuhan dan lansia al-hikmah?
4. Apa saja kegiatan lansia di panti asuhan dan lansia di al-hikmah ?
5. Apakah disini ada pelaksanaan bimbingan dzikir dan bagaimana pelaksanaannya ?
6. Bagaimana dampak yang di dapat setelah melaksanakn bimbingan dzikir?
7. Apa yang dirasakan lansia sebelum dan setelah melakukan bimbingan dzikir ?
8. Ketika melaksanakan bimbingan dzikir apa yang dirasakan?
9. Apakah dengan adanya bimbingan dzikir merasakan kebahagiaan dan ketenangan jiwa ?
10. Bagaiamana pendapat anda mengenai kebahagiaan berikan alasanya ?
11. Setelah melakukan bimbingan dzikir apakah lansia selalu menjalankan setiap harinya ?
12. Bagaimana pendapat anda mengenai bimbingan dzikir bagi lansia untuk kebahagiaan?

Lampiran



Wawancara dengan ketua Panti Asuhan dan Lansia Al-Hikmah



Wawancara dengan lansia



Wawancara dengan lansia

BIODATA PENULIS

A. Data Pribadi

Yang bertandatangan dibawah ini :

Nama Lengkap : Etik Fitriyasari
Tempat Tanggal Lahir : 02 Februari 1998
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Wonolopo Baru Rt 04 Rw 10 Mijen, Semarang
Email : etikfitriyasari@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. Tk Pertiwi 04 Ngaliyan, Semarang
2. SD N Ngadirgo 01
3. SMP N 23 Semarang
4. SMA N 13 Semarang
5. Mahasiswa s1 Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam UIN Walisongo Semarang