

**PELAKSANAAN BIMBINGAN DZIKIR DALAM
MENINGKATKAN KEBAHAGIAAN LANSIA DI UPT
PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA MAGETAN**



SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagai Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI)

Oleh:

Salwa Syifa'ul Ulya

1701016099

**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO**

SEMARANG

2021

NOTA PEMBIMBING

Lamp. : 5 (Lima) ekslembar

Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

UIN Walisongo Semarang

di Semarang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

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

Nama : Salwa Syifa'ul Ulya

NIM : 1701016099

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam

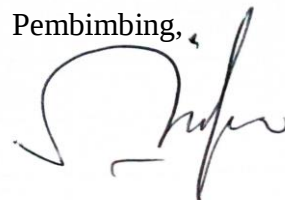
Judul : Pelaksanaan Bimbingan Dzikir Dalam Meningkatkan
Kebahagiaan Lansia Di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha
Magetan

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

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Semarang, 2 November 2021

Pembimbing,



Anila Umriana, M.Pd

NIP. 197904272008012012

SKRIPSI

**PELAKSANAAN BIMBINGAN DZIKIR DALAM MENINGKATKAN
KEBAHAGIAAN LANSIA DI UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA
MAGETAN**

Oleh:
Salwa Syifa'ul Ulya
1701016099

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada Kamis, 02 Desember 2021 dan dinyatakan Lulus memenuhi syarat guna memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

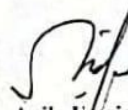
Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji

Sekretaris Dewan Penguji



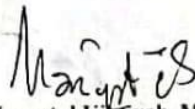
Dr. Ema Hidayanti, S.Sos.I, M.S.I
NIP. 198203072007102001



Anila Umriana, M.Pd
NIP. 197904272008012012

Penguji I

Penguji II



Dra. Marvatul Kiptiyah, M.Pd
NIP. 196801131994032001



Yuli Nur Khasanah, M.Ag, M.Ilm
NIP. 197107291997032005

Mengetahui
Pembimbing



Anila Umriana, M.Pd
NIP. 197904272008012012

Disahkan oleh
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Pada Kamis, 02 Desember 2021



Dr. Syah Supena, M.Ag
NIP. 1974102001121003

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Salwa Syifa'ul Ulya

NIM : 1701016099

Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan didalamnya 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, 28 November 2021

Penulis



Salwa Syifa'ul Ulya

NIM: 1701016099

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah rabbil alamin. Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, Tuhan yang menciptakan alam semesta. Ya Allah tidak ada kekuatan, ketabahan dan kemampuan selain atas perkenan-Mu. Tidaklah tangan ini mampu bergerak untuk menulis skripsi ini, selain atas kuasa-Mu. Tidaklah pikiran ini mampu merumuskan apa-apa yang tertulis dalam skripsi ini, kecuali atas kehendak-Mu. Tidak juga mata ini mampu melihat untuk menulis dan membaca, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan kecuali kemurahan dan kasih sayang-Mu. Dengan berbagai rasa yang menjadi satu lelah, kesal, dan sedih bahkan rasa sedikit putus asa muncul beberapa waktu, namun semuanya berakhir dengan kelegaan dan keharuan sehingga timbulah semangat yang luar biasa. Tidak lupa salam serta shalawat dihaturkan kepada baginda besar Nabi Muhammad SAW dan keluarga, sahabat beliau dan para umatnya yang senantiasa istiqomah di jalan-Nya.

Skripsi ini diajukan untuk memenuhi syarat guna memperoleh gelar sarjana strata satu (S1) dalam ilmu Bimbingan Dan Penyuluhan Islam pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang. Adapun judul skripsi ini **“PELAKSANAAN BIMBINGAN DZIKIR DALAM MENINGKATKAN KEBAHAGIAAN LANSIA DI UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA MAGETAN”**. Dalam karya ini begitu banyak pihak yang menjadi inspirasi dan membantu penyusunan sehingga karya ini dapat terselesaikan, penulis menyadari bahwasanya manusia tidaklah mungkin hidup tanpa orang lain dan tidaklah terwujud semua usaha tanpa bantuan orang lain. Untuk itu penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Bapak Prof Dr. Imam Taufiq, M.Ag selaku rektor UIN Walisongo Semarang
2. Bapak Dr. H. Ilyas Supena, M.Ag selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang, beserta Wakil Dekan I, Bapak Drs. H. Mudhofi, M.Ag, Wakil dekan II, Bapak Dr. Safrodin, M.Ag, dan

Wakil Dekan III, Bapak Dr. Ali Murtadho, M.Pd yang telah memberikan restu kepada penulis dalam menyelesaikan karya ini.

3. Ibu Dr. Ema Hidayanti, M.SI selaku ketua jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam dan Ibu Hj. Widayat Mintarsih, M.Pd selaku sekretaris jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam yang telah memberikan izin penelitian.
4. Ibu Anila Umriana, M.Pd selaku dosen wali dan pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikirannya untuk memberikan nasehat, dorongan serta, arahan kepada penulis dalam membuat skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen, serta seluruh civitas akademik Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang yang telah mengajarkan penulis berbagai ilmu pengetahuan selama jenjang pendidikan di bangku perkuliahan sehingga penulis menyelesaikan karya ini.
6. Ayahku tercinta Hadi Purwanto dan Ibu Khoiriyah yang tanpa henti memberikan semangat serta do'a dalam setiap hembusan nafasnya untuk kesuksesan dalam setiap langkahku dan yang telah membesarkan dan memberikan makna kehidupan yang sangat berarti bagi penulis. Terimakasih atas jasa dan pengorbanan selama ini, tiada kata yang bisa menggantikan segala sayang, usaha, do'a, semangat dan materi yang telah diberikan untuk menyelesaikan tugas akhir ini. Semoga ini menjadi awal untuk membuat ibu dan bapak bahagia dan bangga.
7. Adik-adikku tersayang Muhammad Nauval Ar-Rodat dan Arsyida Salma, saudara serta semua keluarga terimakasih memberikan semangat dan dorongan yang tidak pernah bisa diberikan oleh orang lain.
8. Orang-orang terdekat yang selalu memberikan semangat dan motivasi teruntuk Anisya Meila Luthfi, Ulfatul Khasanah, Indung Fauziah, Indah Novi, Nina Khoirun, Ihda Luthfatil, Binti Lathifatul terimakasih banyak telah sudi menjadi support system selama proses pengerjaan skripsi sampai tahap akhir.

9. Teman-teman BPI angkatan 2017, khususnya BPI C yang telah bersedia berbagi informasi, hiburan, serta edukasi selama di bangku kuliah semoga kita semua menjadi orang sukses dan membanggakan orang-orang tersayang kita.
10. Keluarga besar PONPES Darusslam Mekar Agung Pucanganom Kebonsari Madiun dan keluarga besar Al-Ma'rufiyyah Beringin Semarang yang selalu memberikan ilmu, do'a dan dukungan
11. Kepala UPT Pelayanan sosial Tresna Werdha Magetan beserta staf kepengurusannya yang telah memberikan ijin melalukan penelitian
12. Seluruh kerabat yang terlibat dalam hidup saya maupun dalam proses penyelesaian skripsi ini yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.

Alhamdulillah berkat do'a dan dukungan dari mereka, penulis bisa menyelesaikan skripsi ini. Harapan dan do'a penulis semoga Allah SWT memberikan pahala atas kebaikan mereka. Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini belum sempurna masih banyak kekurangan dan kesalahan. Oleh karena itu, penulis mengharap kritik dan saran yang membangun dari pembaca yang budiman demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini bisa bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi pembaca pada umumnya. Aamiin

Semarang, 28 November 2021

Penulis



Salwa Syifa'ul Ulya

1701016099

PERSEMBAHAN

Segala puji bagi Allah SWT, sholawat serta salam kepada Nabi Muhammad SAW. Dengan mengucapkan Alhamdulillah dan penuh rasa kebahagiaan akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Untuk itu, skripsi ini penulis persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua tercinta yaitu bapak Hadi Purwanto dan ibu Khoiriyah yang senantiasa selalu mencurahkan kasih sayang, mendidik, membimbing dan mendo'akan penulis yang tak mungkin dapat penulis balas semua jasa beliau hanya dengan selembar kertas yang tertuliskan persembahan. Semoga ini menjadi awal membuat ibu dan bapak bahagia. Terima kasih ibu dan bapak yang tak pernah henti dalam menyelamatkan segala kebaikan untukku di sela-sela do'anya yang tak pernah putus serta nasihat-nasihat yang selalu kurindukan.
2. Dosen pembimbing, penguji dan seluruh dosen serta almameter tercinta, jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang, yang telah memberikan banyak ilmu dan pengalaman yang penulis dapatkan selama menempuh pendidikan di kampus tercinta. Semoga karya ini menjadi bakti cinta dan pengabdian kepada almameter.

Semoga Allah SWT senantiasa memberikan kita semua kesehatan, keselamatan, dan kesuksesan sehingga suatu saat nanti kita dapat bertemu kembali. Aamiin Yaa Rabbal 'alaminn.

MOTTO

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

“Dan janganlah kamu (merasa) lemah, dan jangan (pula) bersedih hati, sebab kamu paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang yang beriman.”

(QS. Ali Imran: 139)¹

¹Kemenag, Al Qur'an Al karim dan terjemahanya(Surabaya: Halim Qur'an), hlm 67

ABSTRAK

Skripsi ini disusun oleh Salwa Syifa'ul Ulya (1701016099) yang berjudul: “Pelaksanaan Bimbingan Dzikir Dalam Meningkatkan Kebahagiaan Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan”. Skripsi. Semarang: Program Strata 1 Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang tahun. 2021.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh lansia yang mengalami kehilangan makna hidup yang sebenarnya, mereka merasa kesepian dan rasa kesepian tentu menjadikan lansia cenderung kurang bahagia. Pada hakikatnya agamalah yang mengajarkan manusia tentang kehidupan yang bermakna dan sesungguhnya Allah menjadi sumber kebahagiaan yang hakiki. Bimbingan dzikir merupakan bentuk bantuan dengan menggunakan kalimat-kalimat dzikir dan bisa dibaca diulang-ulang juga bisa dilakukan kapanpun. Oleh karena itu bimbingan dzikir diperlukan supaya lansia bisa menggunakan waktu luangnya dengan kegiatan yang bermanfaat. Dzikir juga bisa meningkatkan dan membangkitkan perasaan tentram dan bahagia serta memberikan ketentraman tersendiri dalam hatinya dan bisa lebih dekat dengan Allah sehingga lansia bisa hidup nyaman dan bahagia di panti.

Penelitian ini bertujuan untuk 1). Mengetahui kondisi kebahagiaan lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan. 2). Mengetahui pelaksanaan bimbingan dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan. Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode observasi, wawancara, dan dokumentasi. Sedangkan analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan model analisis data kualitatif yang di tempuh beberapa langkah yaitu *data reduction* (reduksi data), *data display* (penyajian data), dan *conclusion drawing* (merangkum data).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *pertama* mayoritas kondisi kebahagiaan para lansia sebelum mengikuti kegiatan dzikir di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan adalah jiwa merasa kesepian, perasaan tidak tenang. Sedangkan Setelah mengikuti kegiatan dzikir kondisi kebahagiaan para lansia banyak mengalami banyak perubahan terutama lansia merasa lebih tenang, damai dan lebih dekat dengan Allah dalam kehidupan sehari-hari lansia. *Kedua* pelaksanaan bimbingan dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan. Proses pelaksanaan bimbingan dzikir di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan setelah selesai sholat lima waktu. Tujuan bimbingan dzikir adalah untuk bisa lebih mendekatkan diri pada sang maha pencipta, untuk dapat memaknai hidup lansia, untuk membuat perasaan merasa bahagia di lahir dan batin lansia.

Kata Kunci: Bimbingan Dzikir, Kebahagiaan Lansia

DAFTAR ISI

NOTA PEMBIMBING	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
KATA PENGANTAR.....	v
PERSEMBAHAN	viii
MOTTO	ix
ABSTRAK.....	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	9
E. Tinjauan Pustaka	10
F. Metode Penelitian.....	14
G. Sistematika Penulisan.....	23
BAB II LANDASAN TEORI.....	25
A. Bimbingan Dzikir	25
1. Pengertian Bimbingan.....	25
2. Tujuan dan fungsi Bimbingan.....	27
3. Pengertian Dzikir	30
4. Pengertian Bimbingan Dzikir	34
5. Macam-macam Dzikir	36
B. Kebahagiaan Lansia	37

1. Pengertian Kebahagiaan.....	37
2. Konsep Kebahagiaan Dalam Islam	43
3. Komponen Kebahagiaan	44
4. Faktor-Faktor yang Membuat Bahagia.....	47
5. Pengertian Lanjut Usia	49
6. Ciri-ciri Lanjut Usia	50
7. Masalah yang Dihadapi Lanjut Usia	52
8. Pengertian Kebahagiaan Lansia	54
C. Urgensi Bimbingan Dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan lansia	56
BAB III GAMBARAN UMUM UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA MAGETAN DAN HASIL PENELITIAN	59
A. Profil UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.....	59
1. Sejarah berdirinya panti UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan .	59
2. Letak geografis.....	60
3. Visi, misi dan motto Panti UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha	60
4. Dasar hukum	61
5. Tujuan UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan	61
6. Fungsi UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.....	61
7. Struktur organisasi UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan	62
8. Alur Pelayanan UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan	66
9. Kegiatan di Panti UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.....	67
B. Kondisi kebahagiaan lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan	68
C. Pelaksanaan Bimbingan Dzikir pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan	75
BAB IV ANALISIS BIMBINGAN DZIKIR DALAM MENINGKATKAN KEBAHAGIAAN LANSIA DI UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA MAGETAN	85
A. Analisis Kondisi Kebahagiaan Lansia di UPT Pelayanan Sosial Magetan	87
B. Analisis Pelaksanaan Bimbingan Dzikir Dalam Meningkatkan Kebahagiaan Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan	103
BAB V PENUTUPAN	112

A. Kesimpulan	112
B. Saran.....	113
C. Penutupan	114
DAFTAR PUSTAKA.....	115
LAMPIRAN	122
BIODATA PENULIS.....	144

DAFTAR TABEL

- Tabel 1. Struktur Organisasi UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan
- Table 2. Sarana dan Prasarana UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan
- Tabel 3. Nama Informan

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Foto penelitian di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Dalam kehidupan pasti kita mengalami fase-fase perubahan kehidupan yang Akan bergerak silih berganti, setiap individu pasti melewati fase-fase kehidupannya masing-masing dari sejak lahir sampai meninggal. Usia tua adalah periode penutup dalam rentang hidup seseorang, yaitu suatu periode dimana seseorang telah “beranjak jauh” dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan, atau beranjak dari waktu yang penuh dengan manfaat.²Lansia selalu dikonotasikan sebagai kelompok yang rentang ketergantungan dan menjadi beban baik oleh keluarga, masyarakat dan Negara. Mengamati kehidupan lansia, khususnya mereka yang tinggal di panti, sebuah keadaan yang tentu saja setiap individu tidak pernah berpikir ataupun bercita-cita menjadi penghuni di panti itu.

Keberadaan lansia ditandai dengan umur harapan hidup yang semakin meningkat dari tahun ke tahun, hal tersebut membutuhkan upaya pemeliharaan serta peningkatan kesehatan dalam rangka mencapai masa tua yang sehat, bahagia, berdaya guna, dan produktif. Dalam undang-undang no 13 tahun 1998 dan permensos no 19 tahun 2012, penduduk lansia dikelompokkan menjadi dua kategori yaitu: lansia terlantar dan lansia potensial. Lansia terlantar adalah seseorang (lansia) yang usianya 60 tahun atau lebih dan karena faktor-faktor tertentu tidak bisa memenuhi kebutuhan hidupnya. Sedangkan lansia potensial adalah lansia yang masih bisa mampu bekerja untuk kebutuhan hidupnya.³

² Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, (Jakarta: Erlangga edisi kelima, 1980), hlm 380

³ Sri Sulastris & Sahadi Humaedi, “pelayanan lanjut usia terlantar dalam panti”, *jurnal prosiding ks: riset & pkm*, vol.4, no.1 (2017), hlm 156.

Beberapa tipe lansia bergantung pada karakter, pengalaman hidup, lingkungan, kondisi fisik, mental, sosial dan ekonominya. Tipe-tipe lansia sebagai berikut: 1) Tipe arif bijaksana yaitu kaya dengan hikmah, pengalaman, menyesuaikan diri dengan perubahan zaman, mempunyai kesibukan, bersikap ramah, rendah hati, sederhana, dermawan, memenuhi undangan dan menjadi panutan. 2) Tipe mandiri yaitu mengganti kegiatan yang hilang dengan yang baru, selektif dalam mencari pekerjaan, bergaul dengan teman, dan memenuhi undangan. 3) Tipe tidak puas yaitu konflik lahir batin menentang proses penuaan sehingga menjadi pemarah, tidak sabar, mudah tersinggung, sulit dilayani, pengkritik dan banyak menuntut. 4) Tipe pasrah yaitu menerima dan menunggu nasib baik, mengikuti kegiatan agama dan melakukan pekerjaan apa saja. 5) Tipe bingung yaitu kaget, kehilangan kepribadian, mengasingkan diri, minder, menyesal, pasif, dan acuh tak acuh. Tipe lain dari lansia adalah tipe optimis, tipe konstruktif, tipe dependen (kebergantungan), tipe defensive (bertahan), tipe militan dan serius, tipe pemarah/frustasi (kecewa akibat kegagalan dalam melakukan sesuatu), serta tipe putus asa (benci pada diri sendiri).⁴

Penduduk Indonesia jumlah lansianya lebih dari 10% dari populasi penduduknya pada tahun 2020 jumlah penduduk Indonesia saat ini mencapai 269,9 juta orang. Jumlah penduduk usia diatas 60 tahun mencapai 28,7 juta orang artinya lebih dari 10,6% jumlah penduduk Indonesia merupakan lansia (Harry hikmat, 2020). Mengacu data BPS jumlah penduduk Indonesia mencapai 301 juta orang pada tahun 2035. Dari proyeksi tersebut sekitar 16,5% merupakan lansia. Saat ini mayoritas lansia tinggal bersama keluarga atau bersama tiga generasi dalam satu rumah. Rinciannya 40,64% lansia tinggal

⁴ R. Siti Mryam, dkk, *mengenai usia lanjut dan perawatannya*, (Jakarta: Salemba Medika, 2008), hlm 34.

bersama tiga generasi dalam satu rumah, 27,3% tinggal bersama keluarga, 20,03% tinggal bersama pasangan, kemudian 9,38% tinggal sendiri.⁵

Berada pada tahap lansia bukan hal yang dapat diterima secara mudah oleh setiap orang. Terdapat beberapa permasalahan yang timbul seiring dengan kehidupan lansia antara lain masalah ekonomi, sosial, kesehatan, psikologis, post power syndrome, ketidakberdayaan, ketidakgunaan, dan ketidakbahagiaan (Sudirman, 2011). Persoalan-persoalan yang dihadapi oleh lansia meliputi: kesepian, ketidakberdayaan, perasaan tidak berguna, kurang percaya diri, ketergantungan yang paling sering mereka hadapi yaitu kehilangan makna hidup yang sebenarnya, mereka selalu merasa dikucilkan, mereka merasa kesepian dan bahkan diantara mereka memang benar-benar cemas dan tidak dihargai oleh keluarganya, sehingga hilanglah makna hidup yang sebenarnya. Seseorang terkadang merasa cemas ketika menghadapi sesuatu yang tidak pasti dan tidak dapat diprediksi dalam aktivitas seseorang.⁶ Rasa kesepian tentu menjadikan lansia cenderung kurang bahagia. Menurunnya kebahagiaan lansia berdampak pada kesehatan fisik dan psikis. Dampak psikis ini dapat mengakibatkan depresi dan gangguan emosional.⁷

Kebanyakan dari berbagai persoalan yang sedang dihadapi oleh lansia yang paling sering dihadapi adalah kehilangan makna hidup yang sebenarnya. Pada dasarnya setiap manusia akan mencari kebahagiaan dalam kehidupannya. Bahagia artinya beruntung atau perasaan tentram (bebas dari segala yang menyusahkan). Adapun kebahagiaan yaitu kesenangan dan ketentraman hidup baik secara lahir maupun batin, keberuntungan, kemandirian yang bersifat lahir

⁵ <https://m.mediaindonesia.com/humaniora/346598/tahun-ini-jumlah-lansia-106-dari-populasi-indonesia> diakses pada tanggal 23 januari pukul 15.22

⁶ Ulin Nihayah', Ahmad Shofwan Ats Tsauri Sadnawi dan Nuha Nailaturrafidah, "the academic anxiety of students in pandemic", journal of advanced guidance and counseling, vol. 2, no. 1 (2021), hlm 42.

⁷ Uun Zulfina, "Meningkatkan Kebahagiaan Lansia di Panti Wreda Melalui Psikoterapi Positif Dalam Kelompok", Jurnal Sains dan Praktik Psikolog, vol.2, no. 3 (2014), hlm 256.

dan batin. Masalah kebahagiaan sendiri merupakan topik yang tidak pernah habis diperbincangkan banyak orang. Adapun masalah yang diperbincangkan yaitu apakah kebahagiaan itu bersifat materi yang artinya kebahagiaan yang tertinggi bisa diraih di dunia, atau kebahagiaan itu terkait dengan jiwa yang artinya kebahagiaan tertinggi itu hanya bisa diraih di akhirat. Kemudian juga ada yang menggabungkan keduanya, baik di dunia maupun diakhirat kebahagiaan tertinggi bisa diraih.⁸

Kebahagiaan merupakan kebutuhan setiap individu. Individu akan melakukan segala cara untuk mencapai tingkat kebahagiaan yang diinginkan sesuai dengan tingkat kehidupan masing-masing. Setiap individu juga memiliki caranya mereka untuk mencapai tingkatan kebahagiaan. Kebahagiaan pada lansia tergantung pada terpenuhinya 3A kebahagiaan (*Tree's as of happiness*), yaitu *acceptance* (penerimaan), *affection* (pengasihian), dan *achievement* (penghasilan). Kebahagiaan seseorang di masa lansia juga tergantung pada bawaan sikap yang dibentuk di masa lalu. Apabila penyesuaian diri yang dilakukan dimasa lalu tidak berhasil dalam menyesuaikan dirinya, maka proses penyesuaian dirinya di masa lanjut usia lebih sulit dibandingkan dengan masa sebelumnya. Hal ini menandakan bahwa seseorang jika mampu mempertahankan tingkat integritas egonya dan mampu melakukan penyesuaian diri, maka memiliki kesempatan untuk bahagia. Kebahagiaan lansia tidaklah sama dengan masa mudanya.⁹

Sudriman (2011) mengungkapkan bahwa kebahagiaan hidup dapat dicapai apabila seseorang mampu memenuhi kebutuhan terkait fisik, psikis, sosial dan kebutuhan-kebutuhan lain yang dirasa penting bagi kehidupannya

⁸ Endrika Widdia Putri, "Konsep Kebahagiaan Dalam persektif Al-farabi", *jurnal Thaqafiyat*, vol.19, no. 1 (2018), hlm 96.

⁹ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, (Jakarta: Erlangga edisi kelima, 1980), hlm 442-443.

seperti beribadah, berkomunikasi dengan orang lain dan berhubungan dengan Allah. Islam juga merumuskan tentang cara seseorang untuk mendapatkan ketenangan dalam hidupnya. Seperti firman Allah dalam Surat Ar-Ra'd ayat 28-29 yang berbunyi:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ (٢٨) الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ طُوبَى لَهُمْ وَحُسْنُ مَآبٍ (٢٩)

Yang artinya: “(yaitu) orang-orang beriman dan hati mereka menjadi tenang dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan menyebut mengingat Allah hati menjadi tenang (28). Orang-orang beriman dan mengerjakan kebajikan, mereka mendapat kebahagiaan dan tempat yang baik (29)”. (Surat Ar-Ra'd ayat 28-29)

Pada hakikatnya agamalah yang mengajarkan manusia tentang kehidupan yang bermakna dan sesungguhnya Allah menjadi sumber ketenangan yang hakiki. Maka dari itu Agama sangat berperan penting untuk mengarahkan mereka sebagai orang tua yang sudah lansia sehingga mereka bisa memaknai hidup mereka dengan sebenar-benarnya. Hubungan antara kejiwaan dan agama seseorang terletak pada sikap penyerahan diri seseorang kepada Allah, sikap pasrah serupa itu akan memberikan sikap optimis pada seseorang sehingga muncul perasaan positif seperti bahagia, rasa senang, puas, merasa dicintai atau rasa aman.¹⁰ Agama Islam adalah sumber ketenangan dan kebahagiaan, agama Islam mengajarkan agar manusia senantiasa bergantung pada Tuhan. Nabi Muhammad SAW sejak membawa agama Islam diyakini dapat menjamin terwujudnya kehidupan manusia yang sejahtera lahir dan batin. Isi ajaran agama ditunjukkan untuk memandu kehidupan manusia agar mencapai tujuan hidup yang hakiki yaitu kehidupan yang sejahtera secara lahir dan batin baik di dunia maupun di akhirat nanti, untuk mencapai tujuan itu agama

¹⁰ Ulin nihayah, “Peran komunikasi interpersonal untuk mewujudkan kesehatan mental bagi konseli”, Islamic communication journal, vol. 01, no. 01, (2016), hlm 36.

memberikan perhatian dan dorongan agar manusia membina sumber daya yang dimilikinya baik fisik, akal maupun potensi rohaninya secara seimbang.¹¹

Keselarasan perilaku dengan ajaran agama menghasilkan penilaian bahwa diri telah menjadi manusia yang baik dan dapat memunculkan perasaan bahagia. Perasaan bahagia akibat peristiwa religius memperlihatkan kebahagiaan yang dirasakan oleh lansia muncul ketika lansia berhasil mencapai apa yang menjadi harapan dan cita-citanya. Kebahagiaan dalam perspektif Islam bersumber dari Al-Qur'an dan hadist. Kebahagiaan yang diperoleh dengan mendekatkan diri kepada Allah bertujuan untuk memperkuat religiusitas, menerima kenyataan hidupnya secara ikhlas dan dapat melakukan proses kehidupan secara sukses. Kebahagiaan mendapatkan pemaknaan yang berbeda-beda setiap individu. Myers (2012) mengungkapkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi antara lain hubungan yang akrab dan saling mendukung, jaringan sosial, kebiasaan berpikir positif dan melakukan serta terlibat dalam aktivitasnya. Faktor yang dapat mempengaruhi kebahagiaan lansia yaitu: kemandirian lansia, kesehatan lansia, kegiatan agama dan kepuasan hidup.¹² Kegiatan keagamaan yang membuat bahagia lahir dan batin contohnya seperti tadarus, sholat, puasa, dzikir serta aktivitas lainnya yang dilakukan secara rutin dan berulang-ulang kali.

Dzikir dalam KBBI memiliki pengertian puji-pujian kepada Allah yang diucapkan berulang-ulang. Dzikir secara etimologis berasal dari bahasa Arab *dzakara- yadzkuru- dzikran* yang berarti mengingat atau menyebut. Disamping itu dzikir merupakan ibadah hati dan lisan yang mana tidak mengenal batasan

¹¹ Andi M Darlis dan Opi Morizka, "Pelaksanaan Bimbingan Keagamaan Dalam Meningkatkan Keterampilan Menemukan Makna Hidup Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai Palembang", *jurnal ghaidan*, vol. 2, no. 2, 2018, hlm 3-4

¹² Nadia Dwi karisna, "peningkatan kebahagiaan lansia dengan pelatihan relaksasi dzikir di rumah pelayanan sosial lanjut usia terlantar budhi dharma", *jurnal pemberdayaan masyarakat: media pemikiran dan dakwah pembangunan*, vol.3, no.1, 2019, hlm 134.

waktu. Oleh karena itu, dzikir tidak hanya merupakan ibadah lisaniyah, tetapi juga qalbiyah yang artinya dapat dilakukan dengan lisan dan dengan hati. Melalui berdzikir kepada Allah SWT individu sejatinya sedang berhubungan langsung dengan sang pencipta. Individu yang senantiasa berdzikir maka, hatinya akan dianugerahkan ketentraman oleh Allah, karena sesungguhnya dengan berdzikir individu sedang berdo'a agar Allah menjernihkan hati individu.

Dzikir pengertian mengingat Allah dapat dilakukan kapan saja dan dimana saja, baik secara lisan maupun dalam hati. Karena pada hakikanya, dzikir (ingat) adalah perbuatan hati. Sedangkan, dzikir dalam arti menyebut Nama Allah, biasanya diamalkan secara rutin dan cukup umum dikenal dengan istilah wirid. Wirid adalah untaian kata-kata dzikir yang ma'tsurat. Dzikir merupakan obat hati yang mujarab. Dzikir bisa menumbuhkan keyakinan yang sangat kuat dalam diri bahwa Allah satu-satunya segala sesuatu, dzikir juga memberikan pengaruh pada jiwa seseorang. Dzikir penting bagi manusia, terutama pada lansia karena masa tua para lansia. Dzikir kepada Allah akan memberikan perasaan tentram, dan ridha ke dalam hati sehingga menjadikan orang yang melakukannya merasa aman, tentram, tenang, dan tidak terbebani oleh kesulitan dan kesedihan.¹³

Bimbingan adalah bantuan yang diberikan oleh seseorang kepada orang lain dalam membuat pilihan dan penyesuaian serta dalam memecahkan suatu masalah.¹⁴ Bimbingan Islami menurut Thohari Mustamar yaitu proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan dunia dan

¹³ Adil fathi Abdullah, *"membangun positive thinking secara Islam"*, (Jakarta: gema insani, 2008) hlm 132.

¹⁴ Agus riyadi & Hendri hermawan adinugrha, *"the islamic counseling construction in da'wah science structure"*, journal of advanced guidance and counseling, vol. 2, no. 1, 2021, hlm 16.

akhirat.¹⁵Salah satu bentuk kegiatan bimbingan di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan yang diterapkan oleh pembimbing rohani kepada para lansia yang tinggal di panti adalah kegiatan dzikir setelah habis sholat. Dzikir ini berfungsi untuk meningkatkan kebahagiaan secara lahir dan batin lansia, lebih dekat dengan sang pencipta dan bisa menggunakan waktu dengan kegiatan yang bermanfaat untuk dirinya dan lebih bisa dekat dengan sang pencipta.

Dzikir yang diterapkan secara rutin dengan doa-doa, shalawat, istighfar, tahmid, tasbih dan tahlil. Dengan demikian fungsi Bimbingan dzikir diberikan kepada lansia sangatlah penting karena membantu lansia untuk mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar bisa mencapai kebahagiaan hidup di dunia maupun di akhirat. Bimbingan dzikir ini menggunkan aspek religiusitas sebagai metode untuk meningkatkan dan membangkitkan perasaan tentram dan bahagia serta mendorong lansia untuk menyebut dan mereduksi kembali hal-hal yang tersembunyi dalam hati serta memberikan rasa ketentraman tersendiri dalam hati, dan meningkatkan kedekatan dengan sang pencipta.

Berdasarkan pemaparan diatas dan fenomena yang ada, maka penulis tertarik untuk mengkaji lebih dalam penelitian ini. Penelitian ini berjudul **“Pelaksanaan Bimbingan Dzikir Dalam Meningkatkan Kebahagiaan Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan”**.

B. RUMUSAN MASALAH

1. Bagaimana Kondisi Kebahagiaan Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan?
2. Bagaimana Pelaksanaan Bimbingan Dzikir Dalam Meningkatkan Kebahagiaan Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan?

¹⁵ Komarudin, *“Mengungkapkan Landasan Filosofis Keilmuan Bimbingan Konseling Islam”*, international journal ihyā’ ‘ulum al-din, vol. 17, no. 2, 2015, hlm 216.

C. TUJUAN PENELITIAN

Berdasarkan rumusan masalah, tujuan penelitian dalam skripsi ini adalah:

1. Untuk Mengetahui Kondisi Kebahagiaan Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan
2. Untuk Mengetahui Pelaksanaan Bimbingan Dzikir Dalam Meningkatkan Kebahagiaan Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan

D. MANFAAT PENELITIAN

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kegunaan dan manfaat yang terbagi menjadi dua yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis, sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini dapat memperkaya pengetahuan tentang pengembangan ilmu dan menambah wawasan, khususnya tentang penerapan proses bimbingan dzikir yang digunakan untuk meningkatkan kebahagiaan pada lansia. Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat menjadi referensi untuk penelitian lainnya.

2. Manfaat praktis

- a. Pembaca

Dapat menambah wawasan pengetahuan dan ilmu tentang bagaimana membimbing orang lansia dalam meningkatkan kebahagiaannya baik secara lahir maupun batinnya.

- b. Bagi penelitian lain

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan tambahan wawasan ilmu, informasi maupun referensi bagi penulis khususnya

mengenai bimbingan dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan pada lansia dan ingin menggalinya lebih dalam lagi.

c. Bagi fakultas dakwah dan komunikasi

Diharapkan mampu menjadi bahan referensi tambahan khususnya mahasiswa yang sedang melakukan peneitian yang berkaitan dengan bimbingan dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan lansia.

d. Bagi panti lansia

Diharapkan dapat memberikan manfaat bagi peningkatan pelayanan bimbingan dzikir bagi lansia di panti UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.

E. TINJAUAN PUSTAKA

Untuk menghindari kesamaan dengan peneliti lain maka penulis mengemukakan beberapa karya penelitian lain. Dalam tinjauan pustaka ini penulis menjelaskan beberapa penelitian sebelumnya yang relevan dengan penelitian yang Akan penulis lakukan diantaranya yaitu:

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Fransiska Damayanti pada tahun 2018. Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Institut Agama Islam Negeri Surakarta. Dengan judul “Pelaksanaan Bimbingan Dzikir Bagi Lansia di Balai Kesejahteraan Sosial (BAKESOS) Muhammdiyah Kabupaten Klaten”. Penelitian ini membahas bimbingan dzikir bagi lansia di balai kesejahteraan sosial muhammdiyah kabupaten Klaten. Hasil dari penelitian ini, pelaksanaan bimbingan dzikirnya bagi lansia dengan Cara pemberian ceramah yang berisi tentang materi akhlak, ibadah, dan materi dzikir diakhir bimbingan dzikir, bimbingan ini dilakukan setiap satu minggu sekali pada hari jum’at oleh pembimbing rohani tujuannya agar para lansia merasa lebih tenang hatinya, lebih sabar menerima keadaan diri sekarang. Persamaan

dalam penelitian ini secara konsep memiliki kesamaan yaitu setelah melakukan bimbingan dzikir pada lansia yang bertujuan meningkatkan kualitas hidupnya.¹⁶

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Nadia pada tahun 2020. Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Thaha Saifuddin Jambi. Dengan judul “Pengaruh Aktivitas Terhadap Kebahagiaan Lanjut Usia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Baru Jambi”. Penelitian ini membahas tentang aktivitas terhadap kebahagiaan lanjut usia di panti sosial tresna werdha budi kota baru jambi. Hasil dari penelitian ini, bahwa aktivitas pada lansia sangat berpengaruh pada kebahagiaan lansia itu sendiri ketika melakukan aktivitas sosial atau tidak, selain untuk mengetahui aktivitas juga untuk mengetahui layanan apa saja yang diberikan oleh panti dan faktor yang menjadi hambatan lansia untuk melakukan aktivitas sosial. Terlihat disini dari hasil penelitian yang melibatkan 8 subjek lansia di panti, berdasarkan hasil data menemukan 6 dari 8 lansia disana lebih senang dan bahagia ketika melakukan aktivitas yang ada, bahkan mereka sangat bersyukur bisa tinggal di panti dan masih bisa mengikuti aktivitas sosial dan layanan yang diberikan panti, sedangkan 2 diantaranya merasa kurang bahagia ketika melakukan aktivitas yang berhubungan dengan kegiatan sosial. Perbedaan yang terdapat dalam penelitian ini membahas tentang aktivitas lansia dan persamaannya subjeknya sama lansia dan tentang kebahagiaan yang dirasakan oleh lansia di panti.¹⁷

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Yenita Heri Susanto pada tahun 2018. Jurusan. Dengan judul “Kebahagiaan Lansia di Pesantren Lansia (Studi

¹⁶ Fransiska Damayanti, skripsi “Pelaksanaan Bimbingan Dzikir Bagi Lansia di Balai Kesejahteraan Sosial (BAKESOS) Muhammdiyah Kabupaten Klaten” (IAIN Surakarta, 2018)

¹⁷ Nadia, skripsi “Pengaruh Aktivitas Terhadap Kebahagiaan Lanjut Usia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Baru Jambi” (UIN Sulthan Thaha Saifuddin, 2020)

Kasus di Pondok Lansia YPA NU-NUUR Kota Kediri)”. Penelitian ini membahas tentang kebahagiaan lansia di pesantren lansia YPA NU-NUUR Kota Kediri. Hasil dari penelitian ini, menggambarkan bahwa lansia merasa bahagia dengan memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, memiliki keterlibatan penuh yang mana mengikuti segala aktivitas yang telah ditetapkan oleh pondok dan bisa melakukan aktivitas yang disenangi, memiliki makna yang positif dalam hidup, memiliki optimism selama tinggal dipondok yaitu ingin menjadi insan manusia lebih baik, serta memiliki resiliensi dalam menghadapi segala permasalahan yang ada. Bentuk-bentuk kebahagiaan pada lansia meliputi rasa senang, nyaman, aman, tentram, dan damai. Faktor yang mempengaruhi kebahagiaan lansia yaitu faktor eksternal meliputi kehidupan sosial yang dimiliki, agama atau religiusitas dan kesehatan, sedangkan faktor internalnya meliputi kepuasan yang dicapai lansia pada masa sekarang yaitu aktivitas yang dilakukannya. Persamaan yang terdapat dalam penelitian ini adalah sama membahas kebahagiaan lansia.¹⁸

Keempat, penelitian yang dilakukan oleh Rizkha Armely pada tahun 2019. Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam, Fakultas Dakwah judul “Makna Hidup dan Dampaknya Terhadap Kebahagiaan Pada Lanjut Usia (LANSIA) di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Baru Jambi”. Penelitian ini membahas tentang makna hidup bagi lansia yang tinggal di panti sosial tresna werdha budi luhur kota baru jambi, hasil dari penelitian ini terdapat 7 dari 10 lansia lebih senang tinggal di panti karena menurut mereka ketika mereka berada di panti diri mereka menjadi lebih tenang, dan mereka bisa lebih fokus dengan diri mereka dan terlebih lagi bisa fokus untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT. Sedangkan 3 lansia lainnya lebih senang tinggal di rumah karena menurut mereka menghabiskan masa tua dengan anak mereka Akan membuat

¹⁸ Yenita Heri Susanto, skripsi “Kebahagiaan Lansia di Pesantren Lansia (Studi Kasus di Pondok Lansia YPA NU-NUUR Kota Kediri)” (IAIN Kediri, 2018)

masa tua mereka menjadi lebih bahagia. Persamaan dari penelitian ini adalah membahas tentang kebahagiaan pada lansia.¹⁹

Kelima, penelitian yang dilakukan oleh Melisa Phuby Ardinasari (2017) dengan judul “Pelaksanaan Bimbingan Dzikir Untuk Ketenangan Batin Pada Lansia di Panti Jompo Aisyiyah Surakarta (Studi Deskriptif Kualitatif di Panti Jompo Aisyiyah Surakarta)”. Penelitian ini membahas tentang bimbingan dzikir untuk ketenangan batin lansia di panti aisyiyah Surakarta, hasil dari penelitian ini dimana proses bimbingan dzikir dilaksanakan setelah sholat 5 waktu dan dipandu oleh pembimbing. Fokus utama dari penelitian ini adalah pelaksanaan bimbingan dzikir bagi lansia yang tinggal di panti jompo aisyiyah untuk ketenangan batinnya. Persamaan dari penelitian ini sama membahas tentang bimbingan dzikir pada lansia untuk ketenangan batinnya.²⁰

Berdasarkan beberapa penelitian diatas, belum ada penelitian tentang pelaksanaan bimbingan dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan. Berdasarkan poin inilah adanya perbedaan dengan karya-karya sebelumnya. Sementara dalam penelitian ini, peneliti berfokus pada pelaksanaan bimbingan dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan lansia dengan berdzikir dapat mengacu seseorang berfikir positif dan menimbulkan kebahagiaan dan juga bertujuan untuk memperoleh pengetahuan baru dan adanya perubahan yang lebih baik dari sebelumnya. Penelitian ini juga bermaksud untuk memberikan inspirasi dan wawasan teoritik yang bermanfaat bagi pembaca serta bisa untuk dijadikan rujukan bagi peneliti lain nanti.

¹⁹ Rizkha Armely, skripsi “ Makna Hidup dan Dampaknya Terhadap Kebahagiaan Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Baru Jambi” (UIN Sulthan Thaha Saifuddin Jambi, 2019)

²⁰ Melisa Phuby Ardinasari, skripsi “Pelaksanaan Bimbingan Dzikir Untuk Ketenangan Batin Pada Lansia di Panti Jompo Aisyiyah Surakarta (Studi Deskriptif Kualitatif di Panti Jompo Aisyiyah Surakarta)” (IAIN Surakarta, 2017)

F. METODE PENELITIAN

1. Jenis dan pendekatan penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif lapangan deskriptif. Deskriptif adalah melakukan analisis hanya sampai pada taraf deskripsi, yaitu menganalisis dan menyajikan fakta secara sistematis sehingga lebih mudah dipahami dan disimpulkan.²¹ Penelitian kualitatif bertujuan untuk memahami suatu fenomena atau gejala sosial dengan lebih benar dan lebih objektif, dengan Cara pengumpulan data yang sedalam-dalamnya pula dan berusaha memberikan pemecahan masalah yang ada dengan suatu data yang diteliti berdasarkan data-data yang diperoleh. Penelitian kualitatif tidak untuk mencari hubungan atau pengaruh antar variabel-variabel, tetapi untuk memperoleh pemahaman yang mendalam tentang suatu fenomena, sehingga akan dapat diperoleh teori.²²

Penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologi, Fatchan (2011) mengartikan pendekatan fenomenologi sebagai studi tentang cara memahami dan mengungkapkan sebagai fenomena (gejala-gejala yang muncul atas kesadaran masing-masing manusia) yang ada dalam konteks kehidupan. Pendekatan fenomenologi berusaha untuk mencari arti secara psikologis dari suatu pengalaman individu terhadap fenomena melalui penelitian yang mendalam dalam konteks kehidupan sehari-hari subjek yang diteliti. Secara sederhana, fenomenologi lebih memfokuskan diri pada konsep suatu fenomena tertentu dan bentuk studinya adalah untuk melihat

²¹ Saifuddin Azwar, *metode penelitian*, (Yogyakarta: pustaka pelajar, 2013), hlm 6.

²² Jusuf Soewadji, *pengantar metodologi penelitian*, (Jakarta: Mitra Wacana Media, 2012), hlm 52.

dan memahami arti dari suatu pengalaman individu yang berkaitan dengan suatu fenomena tertentu.²³

Penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah penelitian yang mendeskripsikan tentang pelaksanaan bimbingan dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan lansia di panti UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan. Dengan demikian pada penelitian ini peneliti berusaha untuk memberikan gambaran atau paparan yang akurat mengenai fakta-fakta tentang bimbingan dzikir yang dilaksanakan di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan dalam meningkatkan kebahagiaan lansia.

2. Sumber dan Jenis Data

Data adalah sekumpulan informasi atau nilai yang diperoleh dari pengamatan (observasi) suatu objek. Sedangkan sumber data adalah subjek dari mana data diperoleh.²⁴ Sumber data dalam penelitian ini dibagi menjadi dua sumber yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder dibawah ini akan dijelaskan lebih lanjut:

a. Sumber Data Primer

Sumber data primer yaitu data yang diperoleh langsung dari subjek penelitian dengan menggunakan alat pengukuran atau alat pengambilan data langsung pada subjek sebagai informasi yang dicari.²⁵ Sumber data primer dalam penelitian ini yaitu bimroh dan lansia yang tinggal dipanti. Data primer dalam penelitian ini adalah hasil dari wawancara dengan bimroh terkait pelaksanaan bimbingan dzikir dan

²³ Haris Herdiansyah, *metodologi penelitian kualitatif untuk ilmu-ilmu sosial*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2010), hlm 67.

²⁴ Arikunto, Suharsimi, *Prosedur penelitian pendekatan praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), hlm 129.

²⁵ Saifuddin Azwar, *metode penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013), hlm 91.

para lansia yang tinggal disana terkait Bagaimana manfaat bimbingan dzikir yang diberikan oleh bimroh panti dalam kehidupan sehari-hari lansia.

b. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder yaitu sumber data yang diperoleh lewat orang lain, tidak langsung diperoleh oleh peneliti dari subjek penelitiannya. Data sekunder biasanya berwujud data dokumentasi atau data laporan yang tersedia.²⁶ Data sekunder biasanya telah tersusun dalam bentuk dokumen-dokumen. Sumber data sekunder dalam penelitian ini yaitu kepala panti UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan. Data sekunder dalam penelitian ini akan diperoleh melalui data lansia di panti, dokumentasi kegiatan, buku histori panti UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha, adapun penunjang dari data sekunder adalah kajian pustaka dari buku, internet dan jurnal yang ada kaitannya dengan penelitian tentang bimbingan dzikir untuk meningkatkan kebahagiaan lansia.

3. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi.

a. Observasi

Observasi adalah sebuah metode pengamatan langsung dengan sistem fenomena-fenomena yang diselidiki baik secara langsung maupun tidak langsung terhadap objek dan subjek data. Data observasi berupa data faktual, cermat, terinci mengenai keadaan lapangan,

²⁶ Ibid, hlm 91.

kegiatan manusia dan situs sosial dengan penelitian secara langsung.²⁷ Observasi yang dilakukan dalam penelitian ini, dengan cara pengambilan data melalui pengamatan langsung dilapangan, serta dilakukan pencacatan informasi yang diperoleh, metode ini digunakan untuk mendapatkan data terkait pelaksanaan bimbingan dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.

Dalam melakukan pengamatan peneliti tidak hanya datang beberapa kali untuk melakukan pengamatan ke panti untuk mengamati secara langsung bagaimana kondisi disana, dan mengamati kegiatan pelaksanaan bimbingan dzikir untuk lansia yang ada di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan apakah berjalan dengan lancar dan apakah ada kendala saat pelaksanaan bimbingan dzikir dilakukan. Saat melakukan observasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi partisipan, yang mana peneliti akan terjun langsung ke lapangan bertemu dengan informan untuk memperoleh data-data yang diperlukan dan mencatat hal-hal penting terkait dengan kegiatan bimbingan disana dan mendokumentasikan kegiatan-kegiatan yang diadakan oleh panti dengan memfoto, merekam maupun memvideonya saat pelaksanaan kegiatan bimbingan dzikir yang ada di panti.

b. Wawancara

Wawancara merupakan teknik pengumpulan data untuk mendapatkan keterangan lisan melalui Tanya jawab dan bertatap muka atau berhadapan langsung dengan orang yang dapat memberikan keterangan.²⁸ Metode wawancara peneliti bisa mendapatkan informasi

²⁷ Nasution, *Metode Penelitian Naturalistic*, (Bandung: Tersito, 2003), hlm 59.

²⁸ Husain Usman & Purnomo Setiady Akbar, *Methodology Penelitian Sosial*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2001), hlm 73.

primer dari informan dan juga bisa berintraksi secara langsung untuk mengetahui pelaksanaan bimbingan dzikir untuk lansia dan kondisi kebahagiaan lansia yang tinggal di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.

Metode wawancara digunakan untuk memperoleh data dari lansia yang tinggal di panti. Kegiatan wawancara dilakukan secara struktur maupun tidak struktur dan dilakukan secara langsung kepada lansia yang tinggal di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha, mewawancara terkait mengenai hal-hal yang berkaitan dengan kegiatan bimbingan dzikir yang dilakukan di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan dan kebahagiaan lansia yang berada di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data dengan cara memperoleh informasi dari bermacam-macam sumber tertulis atau dokumen yang ada subjek/ responden bertempat tinggal atau melakukan kegiatan sehari-harinya. Dokumentasi bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang.²⁹ Dokumentasi diperoleh dari catatan atau dokumentasi dalam bentuk lain yang dimiliki oleh UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan dan beberapa data berbentuk hard file maupun soft file di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.

²⁹ Mardawani, *Praktis Penelitian Kualitatif Teori Dasar dan Analisis Data Dalam Perspektif Kualitatif*, (Yogyakarta: Deepublish), hlm 59.

4. Teknik Validitas

Dalam penelitian kualitatif Untuk mengetahui keabsahan data, penulis menggunakan metode triangulasi. Metode triangulasi dilakukan dengan menguji apakah proses dan hasil dari metode yang digunakan sudah berjalan dengan baik. Proses triangulasi dilakukan terus-menerus sepanjang penulis melakukan proses pengumpulan data dan analisis data, sampai suatu saat penulis yakin bahwa tidak ada lagi perbedaan-perbedaan, dan tidak ada lagi yang perlu dikonfirmasi kepada informan. Penulis menggunakan tiga metode triangulasi, yaitu:

a. Triangulasi sumber

Triangulasi sumber dilakukan untuk menguji kredibilitas data yang dilakukan dengan cara mengecek data yang telah diperoleh melalui berbagai sumber. Triangulasi ini dilakukan untuk memastikan kembali hasil observasi dan wawancara dari sumber yang berbeda dimana sumber data berasal dari teori kebahagiaan, referensi, dokumentasi, dan jurnal.

b. Triangulasi teknik

Triangulasi teknik dilakukan untuk memastikan penggunaan metode pengumpulan data, apakah informasi yang diperoleh dengan metode interview sama dengan metode observasi, atau apakah hasil observasi sesuai dengan informasi yang diberikan ketika interview. Jadi data yang dihasilkan dari wawancara dicek dan dibandingkan dengan hasil observasi. Selain itu penulis juga menggunakan teknik dokumentasi dalam penelitian ini untuk memperoleh data pendukung.

c. Triangulasi waktu

Triangulasi waktu dapat dilakukan dengan cara melakukan pengecekan dengan observasi dan wawancara dalam waktu dan situasi yang berbeda. Bila hasil uji menghasilkan data yang berbeda, maka dilakukan secara berulang-ulang sehingga sampai ditemukan kepastian datanya.³⁰ Peneliti untuk menguji keabsahan data dengan triangulasi waktu dengan cara pengumpulan data pada waktu yang berbeda.

Dalam penelitian ini untuk memeriksa keabsahan data triangulasi yang digunakan oleh peneliti yaitu menggunakan triangulasi sumber, yang mana pengumpulan data diperoleh dari beberapa informan yaitu dari lansia, pembimbing dan dari pihak panti. Triangulasi Sumber ini untuk memastikan kembali hasil observasi dan wawancara dari informan terkait pelaksanaan kegiatan bimbingan dzikir yang ada di panti tersebut, jadi pengumpulan data didapat dari beberapa sumber.

5. Teknik Analisis Data

Analisis data upaya menata secara sistematis catatan hasil survey lapangan, observasi, wawancara, dan dokumentasi untuk meningkatkan pemahaman penelitian mengenai kasus yang diteliti dan menyajikan sebagai temuan bagi orang lain.³¹ Analisis data adalah proses mengorganisasikan dan mengurutkan data kedalam pola, kategori dan suatu uraian dasar sehingga dapat ditentukan tema dan dapat merumuskan hipotesis kerja seperti yang telah disarankan oleh data. Sedangkan menurut Miles dan Huberman yang di ikuti Iskandar, analisis data adalah tentang

³⁰ Burhan Bungin, *Penelitian kualitatif komunikasi ekonomi kebijakan public dan ilmu sosial lainnya*, (Jakarta: Prenada Media Group, 2007), hlm 260-261.

³¹ Noeng Muhadjir, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Yogyakarta: Reka Sarasin, 2002), hlm 142.

menggunakan kata-kata yang tersusun dalam sebuah teks yang diperluas dan dideskripsikan.

Penulis menggunakan model analisis data kualitatif, adapun langkah-langkah yang ditempuh yaitu:

a. Data Reduction (Reduksi Data)

Yaitu proses pengumpulan data penelitian, penulis dapat menentukan kapan saja waktu yang tepat untuk mengumpulkan data. Tahap awal ini, peneliti akan berusaha mendapatkan data sebanyak-banyaknya berdasarkan tujuan penelitian yang ditetapkan yaitu berkaitan dengan bimbingan dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan lansia. Saat mereduksi data, penulis akan berfokus pada apa yang diteliti sesuai rumusan masalah, yaitu: 1) bagaimana kondisi kebahagiaan lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan; 2) bagaimana pelaksanaan bimbingan dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan

b. Data Display (Penyajian Data)

Yaitu proses penyajian data yang telah diperoleh kedalam sejumlah matriks atau daftar kategori setiap data yang didapat. Pada tahap ini diharapkan peneliti mampu menyajikan data berkaitan dengan bimbingan dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan lansia. Dengan mendisplay data, bisa memudahkan peneliti untuk memahami apa yang sedang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami tersebut. Dalam menyajikan data penelitian ini, maka penulis perlu menganalisis data yang telah diperoleh dari lapangan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- 1) Editing yaitu kegiatan memeriksa data yang telah terkumpul dari mulai hasil observasi, interview yang dilakukan peneliti di panti.
- 2) Tabulating dan scoring yaitu tahap lanjutan dari proses analisis data, dengan membuat tabulasi. Maka data lapangan terkumpul akan disajikan dalam bentuk table sehingga memudahkan penulis dalam menganalisis datanya
- 3) Mengambil kesimpulan lalu diverifikasi. Mengambil kesimpulan merupakan analisis lanjutan dari reduksi data dan penyajian data sehingga dapat disimpulkan dan diteliti masih berpeluang menerima masukan dari pihak lain.

c. Conclusion Drawing (merangkum data)

Langkah ketiga dalam analisis data kualitatif menurut Miles dan Huberman adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Akan tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel.

Dengan demikian kesimpulan dalam penelitian kualitatif mungkin dapat menjawab rumusan masalah yang dirumuskan sejak awal, tetapi mungkin juga tidak, karena sebagaimana yang telah dikemukakan bahwa masalah dan rumusan masalah dalam penelitian kualitatif masih bersifat sementara dan akan berkembang setelah penelitian berada di lapangan.³²

³² Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2013), hlm 246-253.

G. SISTEMATIKA PENULISAN

Untuk memberikan gambaran yang jelas dan menyeluruh agar pembaca dapat memahami dengan jelas tentang penelitian ini, maka peneliti membagi kerangka penelitian secara sistematis agar pembahasan didalamnya lebih terarah dan mudah dipahami, sehingga tercapai tujuan-tujuan yang ditetapkan. Berikut adalah gambaran sistematis penulisan skripsi yang dilakukan oleh penulis. Sebelum memasuki bab satu, penulis mengawalinya dengan bagian yang berisi halaman judul, persetujuan pembimbing, pengesahan, pernyataan, kata pengantar, persembahan, motto, abstrak, daftar isi.

BAB I: Merupakan Bab pendahuluan yang berisi; latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan pustaka, metode penelitian dan sistematika penulisan.

BAB II: Merupakan pembahasan yang berisikan tentang landasan teori yang membahas tentang bimbingan dzikir (pengertian bimbingan, pengertian dzikir, pengertian bimbingan dzikir, pengertian bimbingan dzikir, macam-macam dzikir, keutamaan dan faedah dzikir), kebahagiaan lansia (pengertian kebahagiaan, aspek kebahagiaan, faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan, komponen kebahagiaan, konsep kebahagiaan dalam Islam, pengertian lansia, ciri-ciri lansia, masalah yang dihadapi lansia, tugas perkembangan lansia), dan urgensi bimbingan dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan lansia.

BAB III: Membahas mengenai gambaran umum objek dan hasil penelitian yang meliputi: Sejarah Panti UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan, yang didalamnya membahas: bab ini menggambarkan secara umum mengenai objek tempat penelitian yang meliputi sejarah, letak geografis, visi, misi, motto dan tujuan lembaga

penelitian, struktur kepengurusan, pelayanan yang diberikan oleh panti Wisma Arjuna Magetan. Sub bab kedua memaparkan Kondisi kebahagiaan lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan. Subbab ketiga yaitu Bimbingan dzikir di panti UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.

BAB IV: Membahas tentang analisis data penelitian, bab ini merupakan bagian dalam menguraikan analisis dari pelaksanaan bimbingan dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan lansia di panti UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha magetan yang dijelaskan dalam tiga sub yaitu: 1. Analisa kondisi kebahagiaan lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan, 2. Analisa pelaksanaan bimbingan dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.

BAB V: Merupakan penutup, bab terakhir dari penulisan skripsi ini, yang berisi kesimpulan hasil penelitian dari seluruh pembahasan tentang penelitian pelaksanaan bimbingan dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan serta saran bagi pihak yang bersangkutan terhadap hasil penelitian ini. Bagian akhir terdiri atas daftar pustaka, lampiran-lampiran dan riwayat hidup penulis.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Bimbingan Dzikir

1. Pengertian Bimbingan

Bimbingan merupakan terjemahan dari bahasa Inggris “*guidance*”. Secara harfiah istilah *guidance* dari akar kata “*guide*” yang berarti mengarahkan, memandu, mengelola, menyetir. Menurut Mortenson & Scmuller (1976) bimbingan sebagai proses pemberian bantuan kepada individu agar mampu memahami diri dan lingkungannya. Lebih lanjut menurut Shertzer dan Stone (1971) bahwa bimbingan sebagai suatu proses pemberian bantuan kepada individu yang dilakukan secara berkesinambungan, supaya individu paham akan dirinya dan dapat bertindak secara wajar sesuai dengan tuntutan kehidupan pada umumnya. Sehingga dia akan menikmati kebahagiaan hidupnya dan dapat memberikan sumbangan yang berarti kepada kehidupan masyarakat pada umumnya.³³

Sunaryono Kardinata mengartikan bimbingan adalah sebagai proses membantu individu untuk mencapai suatu perkembangan secara optimal. Rochman Natawidjaja juga mengartikan bimbingan itu suatu proses memberikan bantuan kepada individu yang dilakukan secara berkesinambungan, supaya individu bisa lebih memahami dirinya, sehingga individu bisa sanggup mengarahkan dirinya dan bertindak secara wajar sesuai dengan keadaan yang ada pada umumnya.³⁴

³³ Abu Bakar M Luddin, *dasar-dasar konseling tinjauan teori dan praktik*, (Bandung: CV Perdana Mulya Sarana, 2010), hlm 14.

³⁴ Syamsu Yusuf L.N dan A Juntika Nurihsan, *landasan bimbingan konseling*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2006), hlm 5-6.

Dengan demikian bimbingan adalah proses untuk membantu individu memahami dirinya dan dunia di sekelilingnya supaya dapat menggunakan kemampuan dan bakat yang ada dengan optimal. Bimbingan dapat diberikan baik untuk menghindari kesulitan maupun untuk mengatasi persoalan-persoalan yang dihadapi oleh individu didalam kehidupannya. Berarti bimbingan bisa diberikan baik untuk mencegah agar kesulitan itu tidak timbul, tetapi juga dapat diberikan untuk mengatasi kesulitan-kesulitan yang telah menimpa individu. Namun demikian bimbingan lebih bersifat pencegahan dari pada penyembuhan. Bimbingan dimaksudkan supaya individu atau sekumpulan individu dapat mencapai kesejahteraan hidup.³⁵

Bimbingan dan konseling Islam merupakan proses pemberian bantuan terarah, kontinu, dan sistematis kepada setiap individu untuk mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimiliki secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Qur'an dan Hadist.³⁶ Bimbingan dan konseling dalam konsep Islam adalah memberikan layanan bantuan kepada seseorang yang mengalami masalah melalui cara yang baik untuk menumbuhkan kesadaran akan perbuatan dosa yang dilakukan dan memohon ampunan kepada Allah SWT dan berjanji tidak mengulangi lagi, karena masalah datangnya dari perbuatan diri seseorang itu sendiri.³⁷ Dan pada dasarnya bimbingan konseling Islam merupakan bantuan mental spiritual dimana diharapkan dengan melalui kekuatan iman dan takwanya kepada Allah seseorang mampu menghadapi problem hidupnya. Tujuan umum bimbingan dan konseling Islam adalah

³⁵ Bimo Walgito, *bimbingan dan konseling*, (Yogyakarta: CV Andi Offset, 2005), hlm 4-5.

³⁶ Hidayah Khasanah, Yuli Nur Khasanah, dan Agus Riyadi, "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, 2016, hlm 6.

³⁷ Maryatul Kibtiyah, "*Pendekatan bimbingan dan konseling bagi korban pengguna narkoba*", *jurnal ilmu dakwah*, vol. 35, no. 1, 2015, hlm 64.

membantu individu mewujudkan dirinya menjadi manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat. Dan tujuan khususnya adalah membantu individu agar bisa menghadapi masalah yang sedang dialaminya, dan membantu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik³⁸

2. Tujuan dan Fungsi Bimbingan

Untuk mensukseskan kegiatan bimbingan dan konseling, ada beberapa tujuan yang diperlukan dalam melaksanakan bimbingan dan konseling tersebut. Tujuan bimbingan & konseling ini ada dua yaitu sebagai berikut:

a. Tujuan umum

Tujuan umum dari bimbingan dan konseling adalah membantu individu mengembangkan diri secara optimal sesuai dengan potensi, tahap perkembangan yang dimilikinya, serta sesuai tuntutan positif lingkungannya.

b. Tujuan khusus

Secara khusus layanan bimbingan dan konseling bertujuan untuk membantu individu bisa mencapai tujuan-tujuan perkembangan yang meliputi aspek pribadi, sosial, belajar, karir, keberagamaan dan kekeluargaan.

Disamping tujuan umum dan khusus yang dijelaskan diatas, tujuan bimbingan dan konseling Islam dirumuskan oleh Thohari Musnamar secara umum yaitu membantu individu mewujudkan dirinya menjadi manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat. Sedangkan secara

³⁸ Ema Hidayanti, "Optimalisasi pelayanan bimbingan dan konseling agama bagi penyanggung masalah kesejahteraan sosial (pmks)", *jurnal dimas*, vol. 13, no. 2, 2013, hlm 363-364.

khusus tujuan bimbingan dan konseling Islam yaitu membantu individu agar bisa menghadapi masalah, membantu individu dalam mengatasi masalah yang dihadapinya, membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik agar tetap baik. Jadi tujuan bimbingan dan konseling Islam yaitu untuk membantu individu untuk mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat dengan cara mengembangkan potensi yang ada dalam individu sesuai dengan Al-Qur'an dan Sunnah.³⁹

Pelayanan bimbingan dan konseling Islam mengembangkan sejumlah fungsi saat melakukan kegiatan bimbingan dan konseling Islam. Fungsi bimbingan dan konseling di jalur sekolahan, luar sekolah dan lingkungan masyarakat (keluarga) secara umum sama tidak ada perbedaan. Jadi untuk fungsi layanan bimbingan dan konseling adalah sebagai berikut:

a. Fungsi Pemahaman (*Understanding Functions*)

Fungsi yang membantu konseli agar memiliki pemahaman terhadap dirinya sendiri, dan lingkungannya. Konseli diharapkan mampu mengembangkan potensi dirinya secara optimal dan menyesuaikan dirinya dengan lingkungan secara dinamis dan konstruktif.

b. Fungsi Fasilitasi (*Facilitating Function*)

Fungsi yang memberikan kemudahan untuk konseli dalam mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, serasi, selaras, dan seimbang dari seluruh aspek dalam diri konseli

c. Fungsi Penyesuaian (*Adjustment Function*)

³⁹ Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 2001), hlm 36-37.

Fungsi yang membantu konseli agar dapat menyesuaikan diri dan lingkungannya secara dinamis dan konstruktif.

d. Fungsi Penyaluran (*Distribution Function*)

Fungsi yang membantu konseli dalam memilih kegiatan dan menetapkan penguasaan karir atau jabatan sesuai dengan minat, bakat, keahlian pada diri konseli dan ciri-ciri kepribadian lainnya.

e. Fungsi Adaptasi (*Adaptation Function*)

Fungsi yang membantu para pelaksana pendidikan, kepala sekolah/ madrasah dan staf, konselor dan guru untuk menyesuaikan program pendidikan terhadap latar belakang masalah pendidikan, minat, kemampuan dan kebutuhan konseli. Dengan menggunakan informasi yang memadai mengenai konseli, pembimbing/konselor dapat membantu para guru dalam memperlakukan konseli secara tepat, baik

f. Fungsi Pencegahan (*Preventif*)

Fungsi yang senantiasa mengantisipasi berbagai masalah yang mungkin terjadi dan berupaya untuk mencegahnya supaya tidak dialami oleh individu.

g. Fungsi Perbaikan (*Repair Function*)

Fungsi untuk membantu konseli sehingga dapat memperbaiki kekeliruan dalam berpikir, berperasaan, dan bertindak (berkehendak). Konselor melakukan intervensi (memberikan perlakuan) terhadap konseli supaya memiliki pola berpikir yang sehat, rasional, dan memiliki perasaan yang tepat sehingga dapat

mengantarkan konseli pada tindakan atau kehendak yang produktif dan normative.

h. Fungsi Penyembuhan (*Healing Function*)

Fungsi yang bersifat kuratif, fungsi ini berkaitan erat dengan berupaya pemberian bantuan kepada konseli yang mengalami masalah baik menyangkut aspek pribadi, sosial, belajar maupun karir.

i. Fungsi Pemeliharaan (*Maintenance Function*)

Fungsi yang membantu konseli supaya dapat menjaga diri dan mempertahankan situasi kondusif yang telah tercapai dalam dirinya. Fungsi ini memfasilitasi konseli agar terhindar dari kondisi-kondisi yang akan menyebabkan penurunan produktivitas diri.

j. Fungsi Pengembangan (*Development Function*)

Fungsi yang sifatnya lebih proaktif dari fungsi-fungsi lainnya. Konselor berusaha untuk menciptakan lingkungan yang kondusif, yang memfasilitasi perkembangan konseli.⁴⁰

3. Pengertian Dzikir

Dzikir secara etimologis berasal dari bahasa Arab *dzakara-yadzkaru- dzikran* yang berarti mengingat atau menyebut. Menurut Al Ghazali dzikir secara bahasa adalah mengingat, sedangkan secara istilah yaitu ikhtiar sungguh-sungguh untuk mengalihkan gagasan, pikiran, dan perhatian manusia menuju tuhan dan akhirat.⁴¹ Dzikir adalah jenis ibadah

⁴⁰ Sutirna, *bimbingan dan konseling (bagi guru & calon guru mata pelajaran)*, (Yogyakarta: Deepublish, 2021), hlm 30-33.

⁴¹ Rahmat Ilyas, "dzikir dan ketenangan jiwa: telaah atas pemikiran al ghazali", *jurnal dakwah dan pengembangan sosial kemanusiaan*, vol. 8, no. 1, 2017, hlm 94.

yang menyatukan ucapan, hati dan tanpa batas waktu. Berpikir bukanlah ibadah yang dilakukan dari mulut ke mulut.⁴² Dzikir kepada Allah adalah komunikasi antara hamba dengan tuhan. Namun banyak ayat-ayat Al-Qur'an yang mengusung makna berbeda untuk kata dzikir antara lain yaitu:

- a. Nama lain Al-Qur'an, sebagaimana firman Allah:

إِنَّا نَحْنُ نَزَّلْنَا الذِّكْرَ وَإِنَّا لَهُ لَحَافِظُونَ

Artinya: “Sesungguhnya Kami-lah yang menurunkan Al-Qur'an, dan sesungguhnya kami benar-benar memeliharanya”. (QS Al Hijr: 9)

- b. Peringatan, sebagaimana firman Allah:

إِنَّمَا تُنذِرُ مَنِ اتَّبَعَ الذِّكْرَ وَخَشِيَ الرَّحْمَنَ الْعَلِيمَ

Artinya: “Sesungguhnya kamu hanya memberi peringatan kepada orang-orang yang mau mengikuti peringatan dan yang takut kepada Tuhan Yang Maha Pemurah walaupun dia tidak melihatnya”. (QS Yasin: 11)

- c. Keagungan, sebagaimana firman Allah:

صَوَّاهُ الْقُرْآنِ ذِي الْإِكْبَارِ

Artinya: “Shaad, demi Al-Qur'an yang Mempunyai keagungan”. (QS Shad: 1)

- d. Wahyu, sebagaimana firman Allah:

أَلْقَى الذِّكْرَ عَلَيْهِ مِنْ بَيْنِنَا بَلْ هُوَ كَذَّابٌ أَشِرُّ

⁴² Ade Sucipto, “dzikir as a therapy in sufistic counseling”, *journal of advanced guidance and counseling*, vol. 1, no. 1, 2020, hlm 61.

Artinya: “Apakah wahyu itu diturunkan kepadanya di antara kita? Sebenarnya dia adalah seorang yang amat pendusta lagi sombong”. (QS Al-Qamar: 25)

e. Pengajaran, sebagaimana firman Allah:

وَمَا تَسْأَلُهُمْ عَلَيْهِ مِنْ أَجْرٍ ۚ إِنَّ هُوَ إِلَّا ذِكْرٌ لِّلْعَالَمِينَ

Artinya: “Dan kamu sekali-kali tidak minta upah kepada mereka (terhadap seruanmu ini), itu tidak hanyalah pengajaran semesta alam”. (QS Yusuf: 104)

Menurut kamus besar Bahasa Indonesia dzikir artinya yaitu pujian-pujian kepada Allah secara berulang-ulang. Sedangkan dzikir menurut istilah adalah segala proses komunikasi seorang hamba dengan Sang Khalik untuk senantiasa ingat dan tunduk kepada-Nya dengan cara mengumandangkan takbir, tahmid, tasbih, memanjatkan do’a, membaca Al-Qur’an, dan lain-lain yang bisa dilakukan kapan saja dan dimana saja, baik sendiri maupun berjamaah, dengan aturan-aturan yang telah ditentukan.⁴³

Dzikir dalam pengertian mengingat Allah dapat dilakukan kapan saja dan dimana saja, baik secara lisan maupun dalam hati. Karena pada hakikanya, dzikir (ingat) adalah perbuatan hati. Sedangkan, dzikir dalam arti menyebut Nama Allah, biasanya diamalkan secara rutin dan cukup umum dikenal dengan istilah wirid. Wirid adalah untaian kata-kata dzikir yang ma’tsurat. Dzikir merupakan obat hati yang mujarab. Allah SWT berfirman:

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ ۚ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

⁴³ Manshur El-Mubarak, *Lengkap & Praktis Do’a Dzikir Harian Khusus Ibu Hamil*, (Jakarta: Kawah Media, 2014), hlm 4-6.

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

Ibnu Al Qayyim Al Jauziyah dalam kitabnya, *Al Wabilus Shayyib* menjelaskan, dzikir dalam konteks sebagai obat hati, dapat menghadirkan ketenangan dan ketentraman, menghilangkan depresi, keresahan, kegundahan, dan kesedihan. Orang yang berdzikir Akan merasakan kehadiran Allah dalam hatinya.⁴⁴ Dengan berdzikir seorang Muslim merasa dekat dengan Allah, dengan berdzikir seorang Muslim hatinya juga merasa tenang, tenang dan damai.

Nabi Muhammad SAW pernah bahwa berdzikir kepada Allah itu lebih baik dan utama nilai kebajikannya, dibandingkan dengan para mujahid (orang-orang yang berjihad di Jalan Allah dengan harta dan jiwanya). Dengan demikian orang yang berdzikir memiliki derajat paling tinggi di hadapan Allah. Dzikir selain sebagai sarana berhubungan antara makhluk dan penciptanya juga mengandung nilai-nilai dan daya guna yang tinggi. Ada banyak hikmah yang terkandung dalam dzikir. Dzikir dapat menjadikan hati manusia menjadi tenang dan selalu bersyukur atas nikmat, rahmat, dan karunia yang diperoleh, serta membersihkan hati dan jiwa manusia dari segala kotoran perbuatan, dzikir juga menjadikan hati manusia penuh dengan rasa cinta kasih terhadap sesama.⁴⁵

Menurut Muhammad Utsman Najati mengatakan bahwa kebiasaan seorang Muslim dalam berdzikir (mengingat Allah), seperti halnya membaca istighfar, takbir, tahmid dan tasbih dapat menjadi obat penawar bagi segala jenis penyakit mental, menenangkan dan menentramkan pikiran. Apabila seorang Muslim sudah terbiasa berdzikir maka individu itu akan

⁴⁴ Ibid, hlm 13.

⁴⁵ Agus Riyadi, “zikir Dalam Al-Qur’an Sebagai Terapi Psikoneurotik (Analisis Terhadap Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam)”, *jurnal bimbingan konseling Islam*, vol. 4, no.1, juni 2013, hlm 28.

merasakan bahwa ia selalu dekat dengan Allah dan berada dalam perlindungan dan penjaga-Nya. Maka demikian akan menimbulkan dalam diri individu perasaan percaya diri, teguh, tenang, tentram dan bahagia.⁴⁶

Menurut Hasbi Al-Shiddiqy mengatakn bahwa dzikir kepada Allah bisa menjadi energi positif, motivasi hati dan juga bisa mewujudkan kesehatan mental. Merasa bisa lebih dekat dengan Allah yang menjadikan individu terawasi dan terjaga untuk tidak tergelincir dan terjerumus kedalam perkara yang mendatangkan dosa dan maksiat. Karena sesungguhnya shalat itu mencegah dari perbuatan-perbuatan keji dan mungkar dan sesungguhnya mengingat Allah itu lebih besar manfaatnya. Dzikie bisa memelihara diri dari rasa was-was setan dan membentengi diri dari maksiat, juga mendatangkan kebahagiaan di dunia maupun di akhirat kelak, dzikir bisa menghantarkan kepada derajat yang tinggi di sisi Allah, memberikan sinaran pada hati individu dari menghilangkan kekotoran psikologis.⁴⁷

4. Pengertian Bimbingan Dzikir

Bimbingan Islami sebagai suatu usaha membantu individu dalam menanggulangi penyimpangan pengembangan fitrah beregama yang dimilikinya sehingga ia kembali menyadari perannya sebagai khalifah di muka bumi, dan berfungsi untuk menyembah serta mengabdikan kepada Allah SWT sehingga pada akhirnya terciptanya hubungan baik dengan Allah, sesama, dan alam.⁴⁸ Bimbingan rohani Islam sebagaimana dikemukakan oleh Musnamar adalah “proses pemberian bantuan terhadap individu agar bisa

⁴⁶ Khairunnas Rajab, *psikologi Ibadah (memakmurkan kerajaan Illahi di hati manusia)*, (Jakarta: Amzah, 2018), hlm 118

⁴⁷ Khairunnas Rajab, *psikologi Ibadah (memakmurkan kerajaan Illahi di hati manusia)*, (Jakarta: Amzah, 2018), hlm 119

⁴⁸ Ema Hidayanti, *dasar-dasar bimbingan rohani Islam*, (Semarang: CV karya Abadi Jaya, 2015), hlm 23.

hidup selaras dengan ketentuan Allah, sehingga mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.⁴⁹

Pemberian bimbingan berarti tidak menentukan atau mengharuskan, melainkan sekedar membantu individu agar bisa hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah SWT. Adapun yang dimaksud hidup selaras yaitu:

- a. Hidup selaras dengan ketentuan Allah SWT ialah sesuai dengan pedoman yang ditentukan Allah, sesuai dengan Sunnatullah, dan sesuai dengan hakikatnya sebagai makhluk Allah.
- b. Hidup selaras dengan petunjuk Allah ialah sesuai dengan pedoman yang ditentukan Allah melalui Rasul-Nya.
- c. Hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah yaitu menyadari eksistensi diri sebagai makhluk Allah yang diciptakan untuk mengabdikan kepada-Nya.

Dzikir atau mengingat Allah SWT memiliki pengaruh positif pada kejiwaan dan moral seseorang dimana dengan mengingat Allah SWT bagi hamba adalah pencerah hati, penenang kalbu, takut dari maksiat Allah, dan pengampunan dosa. Berdzikir merupakan ibadah yang sangat dianjurkan untuk dilakukan. Sebagaimana dalam Al-Qur'an Surat Al-Jumu'ah ayat 10 yang berbunyi:

فَإِذَا قُضِيَتِ الصَّلَاةُ فَانْتَشِرُوا فِي الْأَرْضِ وَابْتَغُوا مِنْ فَضْلِ اللَّهِ وَادْكُرُوا اللَّهَ كَثِيرًا لَّعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ

Yang artinya: “apabila sholat telah dilaksanakan, maka bertebaranlah kamu di bumi; carilah karunia Allah dan ingatlah Allah banyak-banyak agar kamu beruntung”. (QS Al-Jumu'ah 10)

⁴⁹ Musnamar Tohari, *dasar-dasar konseptual bimbingan dan konseling Islam*, (Yogyakarta: UII Pres, 1992), hlm 5.

Dari pemaparan diatas yang dimaksud dengan bimbingan dzikir adalah bentuk pemberian bantuan atau arahan untuk individu atau kelompok dengan kegiatan mengingat, menyebut, dan mengagungkan Allah terus-menerus yang bertujuan untuk memberikan pengaruh ketenangan dan ketentraman hati baik secara rohani maupun jasmani seseorang sehingga bisa mencapai kebahagiaan hidup di dunia maupun diakhirat dan bisa lebih dekat dengan sang pencipta.

5. Macam-macam Dzikir

Ibn Al Qayyim dalam kitabnya “*Al Wabilush Shahib*”, “*Madarij As-Salikin*”, dan “*Jala Al-Afham*” ada membahas berbagai ragam dzikir. Dzikir itu tidak hanya terbatas pada bacaan seperti tasbih (*Subhanallah*), tahmid (*Alhamdulillah*), atau takbir (*Allahu Akbar*), akan tetapi ternyata mengingat nikmat yang telah Allah berikan atau sekedar mengingat amar ma’ruf nahi munkar itu juga sudah termasuk dalam kategori dzikir. Dzikir itu terbagi tiga macam yaitu sebagai berikut:

- a. Dzikir dengan mengingat Nama dan sifat Allah SWT serta memuji dan mensucikan dari sesuatu yang tidak layak bagi-Nya. Dzikir jenis ini ada dua macam yaitu: *pertama*, sekedar menyanjung Allah seperti mengucapkan “Subhanallah Walhamdulillah walaa ilaaha illallah wallahu Akbar”, “Subhanallah wa bihamdih”. *Kedua*, sekedar menceritakan sifat dan Nama Allah.
- b. Dzikir dengan mengingat perintah, larangan dan hukum Allah SWT, dzikir jenis ini ada dua macam yaitu: *pertama*, mengingat perintah dan larangan Allah SWT yakni apa yang Allah SWT cintai dan murkai. *Kedua*, mengingat perintah dan larangan kemudian segera menjalankan dan mengingat larangan-Nya dan segera menjauhkan diri darinya.

- c. Dzikir dengan mengingat berbagai nikmat dan kebaikan Allah SWT berikan, dzikir jenis ini ada tiga macam yaitu: *pertama*, dzikir yang paling utama adalah dengan hati dan lisan. *Kedua*, dzikir tingkatan kedua adalah hanya dengan hati. *Ketiga*, dzikir tingkat ketiga adalah hanya menggunakan lisan.⁵⁰

Macam-macam dzikir menurut Samsul Munir Amin ada 4 macam yaitu sebagai berikut ini:

- a. Dzikir pikir (tafakur)
Berpikir tentang pencipta langit dan bumi, memikirkan tentang diri sendiri sebagai sosok makhluk dan hamba Allah yang diciptakan dengan teramat indah dan sempurna, merungkan dan memikirkan makna kandungan Al-Qur'an adalah bentuk dari dzikir kepada Allah yakni dzikir pikir.
- b. Dzikir lisan
Dzikir yang diucapkan dengan lisan dan dapat didengar oleh telinga.
- c. Dzikir qalbu
Menyebut lafad dzikir dengan suara pelan dan hati mengingat dan meresapi maknanya.
- d. Dzikir amal
Perbuatan atau aktivitas seseorang yang baik dan dapat menghantarkannya untuk teringat kepada sang pencipta.

B. Kebahagiaan Lansia

1. Pengertian Kebahagiaan

Arti kebahagiaan yaitu kesenangan dan ketentraman hidup (baik lahir maupun batinnya). Kata bahagia dalam bahasa Arab yaitu *sa'adah*

⁵⁰ Ustadz zainurrofieq, *al mat'tsurat dilengkapi dengan ruqyah syar'iyah & asmaul husna*, (Jakarta Timur: spirit media, 2014), hlm 9-10.

yang artinya “*keberuntungan*” atau “*kebahagiaan*” dan dalam bahasa inggris kebahagiaan yaitu “*happines*”. Kebahagiaan adalah suatu keadaan pikiran atau perasaan yang ditandai dengan kecukupan hingga kesenangan, cinta, kepuasan, kenikmatan, atau kegembiraan yang intens.⁵¹ Kebahagiaan dalam bahasa Arab ada empat kata yang berhubungan dengan kebahagiaan yaitu: sa’adah, falah, najat, dan najah. Dari keempat kata diatas kata sa’adah adalah kata yang paling dekat dengan makna bahagia.⁵²

Kebahagiaan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah perasaan bahagia, kesenangan, dan ketentraman hidup (lahir batin), keberuntungan, kemujuran yang bersifat lahir batin. Kebahagiaan lahir merujuk pada stabilitas dan kesenangan jasmani, sedangkan kebahagiaan batin merujuk pada kesenangan, kenyamanan, dan ketenangan jiwa. Secara logis kedua dimensi itu saling terkait dan tidak bisa dipisahkan. Kebahagiaan merupakan salah satu dambaan setiap manusia di Dunia, karena jiwa yang bahagia Akan merasakan suasana baik dan menyenangkan dengan semua yang telah diberikan Tuhan. Tidak ada satupun manusia di dunia ingin hidupnya menderita, gelisah, cemas, dan tidak merasakan ketenangan lahir dan batinnya.⁵³

Bahagia sudah seharusnya dimiliki oleh setiap manusia, karena menurut fitrahnya manusia diciptakan dengan berbagai kelebihan dan kesempurnaan. Manusia adalah makhluk yang paling baik dan sempurna dibandingkan dengan makhluk lainnya. Kebahagiaan merupakan tujuan hidup yang ingin diraih semur hidup untuk menjalani hidup yang lebih baik.

⁵¹ <http://id.m.wikipedia.org/wiki/kebahagiaan> diakses pada tanggal 7 januari pukul 22.46

⁵² Khairul Hamim, “*kebahagiaan dalam perspektif Al-Qur’an dan filsafat*”, jurnal tasamuh, vol. 13, no. 2, hlm 136.

⁵³ Mohammad Takdir, *psikologi syukur: perspektif psikologi qurani dan psikologi positif untuk menggapai kebahagiaan sejati (Authentic Happiness)*, (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2018), hlm 251.

Menurut Seligman (2005) terdapat dua faktor yang mempengaruhi kebahagiaan seseorang yaitu: faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal berasal dari lingkungan (uang, pernikahan, kehidupan sosial, usia, agama, pendidikan, iklim, ras dan gender) sedangkan faktor internalnya berasal dari masa lalu, optimism terhadap masa depan, serta kebahagiaan sekarang.

Seligman (2002) menjelaskan tentang kebahagiaan menurutnya adalah konsep yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan setiap individu serta aktivitas-aktivitas positif yang disukai individu, perasaan yang dapat dirasakan seperti perasaan senang, tentram, memiliki kedamaian dan mampu berfungsi secara optimal dalam kehidupannya baik secara individual, anggota masyarakat dan Negara. Menurut Seligman (2002) ada tiga aspek kebahagiaan yaitu sebagai berikut:

a. Kepuasan akan masa lalu

Setiap individu bisa memaafkan peristiwa sepahit apapun di masa lalunya dan bersyukur atas kesuksesan apapun yang telah didapatkan di masa lalu akan merasakan ketenangan, kelegaan, dan kepuasan.

b. Optimistik akan masa depan

Optimisme dan harapan akan masa depan seseorang memberikan daya tahan yang lebih baik dalam menghadapi despresi tatkala musibah melanda dan membentuk sikap visioner pada individu.

c. Kebahagiaan pada masa sekarang

Kebahagiaan masa sekarang adalah kenikmatan dan kepuasan yang dirasakan setiap individu pada saat ini dengan cara penerapan peresapan dan kecermatan dalam setiap kondisi.⁵⁴

Kebahagiaan menurut Imam Al Ghazali yaitu suatu kondisi jiwa yang tenang, damai tanpa suatu kekurangan apapun. Kebahagiaan yang sesungguhnya yang dibangun diatas fondasi fitrah (tauhid), dengan fitrah (tauhid) manusia memperoleh kebahagiaannya dan jika sebaliknya melupakan fitrah (tauhid) berarti mempersulit dirinya untuk mendapatkan kebahagiaan. Jadi antara fitrah manusia yang bertauhid dan kebahagiaan merupakan dua hal yang tidak mungkin dipisahkan. Manusia yang bahagia yaitu manusia yang berjalan pada fitrahnya, mereka yang taat terhadap perintah dan menjauhi larangan-Nya, itulah manusia yang bertakwa.

Puncak kebahagiaan menurut Imam Al Ghazali bisa diraih ketika seseorang sudah sampai pada makrifat Allah. Makrifatullah yaitu berupaya untuk mengenal Allah sedekat-dekatnya yang diawali dengan pensucian jiwa dan dzikir kepada Allah secara terus menerus, sehingga akhirnya akan mampu melihat Allah dengan hati nuraninya. Kita tidak mudah untuk mencapai kebahagiaan. Kebahagiaan bisa diraih ketika kita telah memahami empat elemen yaitu pengetahuan tentang diri, pengetahuan tentang Allah, pengetahuan dunia sebagaimana adanya dan pengetahuan akhirat sebagaimana adanya.⁵⁵

a. Pengetahuan tentang diri

⁵⁴ Jasmadi, Lailatul Muslimah, "Hubungan kualitas dzikir dengan kebahagiaan pada mahasiswa aktivis dakwah kampus (ADK) Unsyiah", jurnal psikoslamedia, vol. 1, no. 1, 2016, hlm 9-10.

⁵⁵ Al Ghazali, *bahagia senantiasa kimia ruhani untuk kebahagiaan abadi*, (Jakarta: PT Serambi Ilmu semesta, 2007), hlm 8.

Mengenal diri adalah kunci untuk mengenal Allah. Mengenal penciptaan dirinya akan membawa manusia pada keberadaan tuhan. Sebenarnya manusia itu makhluk yang teramat lemah dan hina di dunia ini. Kebernilaian dan keutamaannya hanya bisa terwujud di akhirat. Adanya kesadaran diri sebagai makhluk terbaik dan paling ungu, harus disertai dengan usaha untuk mengetahui ketidakberdayaannya, sehingga pengetahuan itu akan menjadi kunci pembuka pintu pengetahuan tentang Allah.

b. Pengetahuan tentang Allah

Komponen tertinggi dari diri manusia yaitu akal, yang mampu merenungkan tentang Allah. Adanya akal yang membedakan manusia memiliki derajat lebih tinggi dari hewan. Semakin tinggi pengetahuan yang didapat, semakin tinggi juga rasa senengnya. Manusia harus memperoleh pengetahuan tentang ciptaan-Nya dan kemudian merenungkan untuk bisa sampai kepada pengetahuan tentang Allah. Pengetahuan tentang Allah merupakan satu-satu subjek pengetahuan tertinggi sehingga manusia yang bisa berhasil meraihnya pasti akan merasakan puncak kesenangan. Jiwa manusia diciptakan dengan tujuan untuk menyerap kebenaran, dan kebenaran dekat dengan puncak kebahagiaan. Salah satu cara mengenal Allah dengan cara tafakkur alam. Melihat dan memikirkan berbagai ciptaan-Nya, alam merupakan bentuk cinta Allah untuk hamba-hamb-Nya. Dengan merenungi segala sesuatu yang menakjubkan mata dan hati, maka manusia menyadari kekuasaan dan kebijaksanaan Allah. Dengan itu manusia akan menyadari cinta Allah kepadanya.

c. Pengetahuan tentang dunia

Selama manusia hidup di dunia ini mereka harus menjalankan dua hal penting yaitu melindungi dan memelihara jiwanya serta merwat dan mengembangkan jasadnya. Dunia ini cenderung menipu dan memperdaya manusia. Dalam sisi pandang manusia dunia seolah-olah menjadi tempat yang kekal, tak khayal jiwa banyak manusia yang berusaha menghabiskan waktu dan tenaganya untuk mengumpulkan harta demi kesenangan hidup di dunia. Disini manusia mempergunakan indera-indera jasmaninya untuk memperoleh sejumlah pengetahuan tentang karya-karya Allah. Orang-orang yang telah mengumbar dirinya tanpa batas dengan kesenangan dunia, maka pada saat meninggal dunia akan seperti orang yang memenuhi perutnya dengan bahan makanan lezat kemudian memuntahkannya. Allah menciptakan dunia ini bersumber dari sifat kasih sayang-Nya. Dunia ini dirancang sedemikian rupa untuk memberikan kebaikan setinggi-tingginya dan kebahagiaan bagi penghuninya.

d. Pengetahuan tentang akhirat

Al Qur'an dan Sunnah memberikan pengetahuan bahwa kehidupan di akhirat ada yang namanya konsep nikmat surga dan siksa nereka. Konklusi akhirat adalah dengan amal dan makrifat, orang yang hidup di dunia ini merupakan pengelana dan musafir menuju Allah. Persiapan untuk menghadapi sesuatu tidak akan terwujud kecuali dengan selalu mengingat kematian dalam hati. Sedangkan untuk selalu mengingat didalam hati tidak akan terwujud kecuali dengan selalu mendengarkan hal-hal yang mengingatkannya sehingga hal itu menjadikan sebuah motivasi untuk mempersiapkan diri. Manusia dengan pengetahuan yang dicapainya di bumi kelak akan menjelma menjadi penampakan tuhan di akhirat kelak. Orang yang hatinya telah dikuasai cintai kepada Allah akan merasakan lebih banyak

kebahagiaan dari penampakan-Nya dibanding dengan orang yang hatinya tidak didominasi cinta kepada-Nya. Keempat elemen diatas yang akan membawa dan menghantarkan manusia untuk mencapai kebahagiaan yang sejati.

2. Konsep Kebahagiaan Dalam Islam

Kebahagiaan dalam perspektif Islam yang bersumber pada Al-Qur'an dan hadist yang mengacu pada ajaran Islam. Dalam Islam, konsep kebahagiaan itu secara garis besar terbagi menjadi dua yaitu: bahagia di dunia dan akhirat. Berbeda dengan kebahagiaan di akhirat digambarkan dalam Al-Qur'an sebagai tempat yang tenang, nyaman, dan penuh fasilitas serta keabadian. Sedangkan bahagia di dunia baru bisa tercapai dengan adanya tiga faktor yaitu kerja keras, rasa syukur, dan Tawakkal. Islam menganjurkan seseorang untuk mengejar kebahagiaan akhirat, kebahagiaan itu lebih merujuk pada keyakinan diri (iman) terhadap hak Allah SWT, dan selalu berperilaku sesuai dengan keyakinannya.

Dalam konsep Islam, dapat dikatakan bahwa kebahagiaan yang sebenarnya adalah terdapatnya ketenangan jiwa, dan sebenarnya mudah dijangkau oleh setiap individu, terlepas dari keadaan sosial, ekonomi, pangkat, kedudukan, dan kekuasaannya. Yang terpenting adalah iman dan amal shaleh, seperti firman Allah SWT dalam Surat Ar-Ra'd ayat 28-29 yang berbunyi:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ (٢٨) الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ طُوبَى لَهُمْ وَحُسْنُ مَآبٍ (٢٩)

Yang artinya: “(yaitu) orang-orang beriman dan hati mereka menjadi tenang dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan menyebut mengingat Allah hati menjadi tenang (28). Orang-orang beriman dan mengerjakan kebajikan, mereka mendapat kebahagiaan dan tempat yang baik (29)”. (Surat Ar-Ra'd ayat 28-29)

Ayat diatas menjelaskan bahwa ketentraman hati yang hakiki hanya diperoleh ketika seseorang berdzikir kepada Allah SWT secara benar dan memahami makna serta hukum yang ada di dalam Al-Qur'an secara benar pula, itulah ketentraman hati yang sesungguhnya. Sedangkan kebahagiaan yang sejati adalah kebahagiaan yang terletak pada hati dan jiwa yang bersih. Agar hati dan jiwa yang bersih bisa diraih, maka orang yang ingin bahagia harus menempuh beberapa tahap atau tingkata-tingkatannya yang terdiri dari beberapa hal yaitu tobat, sabar fakir, zuhud, tawakal, cinta dan ikhlas. Sedangkan kebahagiaan hidup di dunia bisa terwujud dibawah pancaran iman dan amal shaleh. Prof. Haji Abdul Malik Karim Amrullah, lebih dikenal dengan sebutan Buya Hamka seorang ulama besar dari tanah Minangkabau, juga dikenal seorang sastrawan. Menurut Buya Hamka, Islam mengajarkan empat jalan untuk menuju kebahagiaan yaitu sebagai berikut:

- a. Harus ada I'tiqod yaitu, motivasi yang benar-benar berasal dari diri sendiri
- b. Yaqin yaitu, keyakinan yang kuat akan sesuatu yang sedang dikerjakannya.
- c. Iman yaitu, yang lebih tinggi dari sekedar keyakinan sehingga dibuktikan dengan lisan dan perbuatannya.
- d. Ad-diin yaitu, penyerahan diri secara total kepada Allah SWT, penghambaan diri yang sempurna.⁵⁶

3. Komponen Kebahagiaan

Hidup yang baik adalah hidup yang bahagia, untuk mencapai sebuah kebahagiaan yang hakiki harus ada usaha dan cara yang dilakukan. Kebahagiaan memiliki sifat yang sementara karena kebahagiaan tidak bisa

⁵⁶ Husain suitaatmadja, *hidup bahagia dan berkah tanpa penyakit hati*, (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2014), hlm 30-31.

berlangsung selamanya dan hanya sementara waktu saja. Hal ini mengharuskan individu untuk mencari kebahagiaan yang sebenarnya. Menurut Seligman kebahagiaan bisa didapatkan dari adanya sebuah Penilaian dari diri sendiri, proses identifikasi, dan juga menumbuhkan kekuatan fundamental hal ini terkait dengan sebuah emosi yang positif.

Komponen kebahagiaan dapat diidentifikasi secara objektif ke dalam beberapa hal yaitu sebagai berikut: 1) Terpenuhinya kebutuhan fisiologis (material) misalnya makan, minum, pakaian dan sebagainya. 2) Terpenuhinya kebutuhan psikologis (emosional) misalnya adanya perasaan damai, tentram, nyaman, dan sebagainya. 3) Terpenuhinya kebutuhan sosial misalnya memiliki hubungan yang harmonis dengan orang sekitarnya. 4) Terpenuhinya kebutuhan spiritual misalnya mampu melihat seluruh episode kehidupan dari persepektif makna hidup yang luas, beribadah dan memiliki keimanan kepada Tuhan.⁵⁷

Seligman merumuskan mengenai konsep dari sebuah kebahagiaan yang berkaitan erat. Berikut komponen dalam konsep kebahagiaan adalah sebagai berikut ini:

a. *Virtue of wisdom and knowledge* (kebajikan, kebijakan dan pengetahuan)

Kebahagiaan bisa didapatkan jika ada rasa syukur yang datang dan memiliki hikmah dari pembelajaran yang dilakukan seumur hidup. Adanya pengetahuan bisa dijadikan sebagai pondasi yang benar untuk bisa menumbuhkan rasa ingin tahu dan berbagai hal yang terjadi. Adanya keingintahuan juga bisa membuat kita semakin mencintai apa

⁵⁷ Muskinul Fuad, "Psikologi kebahagiaan manusia", *jurnal komunika*, vol. 9, no. 1, 2015, hlm 116.

yang ada dalam diri dan mengharapkan sebuah kebahagiaan yang bisa membuat diri semakin bijaksana.

Sebagai manusia kita diharuskan melakukan interaksi sesama dan lingkungan sosial agar bisa menjadi seseorang yang berpikir jernih jauh lebih kritis dan cerdas agar bisa berguna dan mudah untuk memecahkan permasalahan yang ada di lingkungan.

b. Virtue of courage (semangat dan gairah)

Dalam kehidupan pasti memiliki hambatan dan juga tantangan yang bisa membuat kita lemah sebagai manusia. Keberanian dan semangat yang tinggi serta rasa tekun dan integritas didalam diri membuat kita bisa mencapai kebahagiaan yang hakiki. Jika ada hal-hal yang membuat kita merasa down, kita harus tahu adanya sebuah rasa yang membuat kita jauh lebih kuat dan tidak mudah untuk menyerah.

c. Rasa cinta dan kemanusiaan

Apabila kita merasakan kebahagiaan, hal ini tidak lepas dari orang-orang yang ada disekitar kita. Jadi kita pun harus bisa menanamkan rasa cinta dan kasih serta rasa empati yang ada didalam diri kita nantinya. Hal yang tidak kalah pentingnya adalah dengan kita tetap menebar kebaikan dan rasa bahagia yang ada didalam diri kita, karena kebahagiaan bisa datang dari hal sederhana.

d. Virtue of justice (rasa keadilan)

Adanya rasa kebahagiaan yang bisa muncul dari rasa curang dan dicurangi. Sebagai manusia kita wajib menghargai dan juga memiliki kewajiban atas sesama serta hal yang terpenting adalah memiliki rasa kesetaraan dan keadilan didalam kehidupan. Sehingga dengan mudah

kita mendapatkan rasa kebahagiaan sesame dan jangan lupa untuk bisa menikmati rasa bahagia dengan orang-orang disekitar kita.

e. Transendensi

Merupakan sebuah kekuatan emosi yang bisa menghubungkan diri kita dengan sebuah rasa sesuatu yang besar dan permanen.⁵⁸

Cara untuk mendapatkan kebahagiaan menurut Haidar Bagir, ada tiga bentuk usaha yang dapat diupayakan manusia untuk mewujudkan kebahagiaan yaitu sebagai berikut: pertama bekerja keras untuk mengupayakan dan memenuhi apa saja yang kita dambakan dalam hidup. Kedua mengurangi atau menekan kebutuhan. Ketiga memiliki sikap batin sedemikian rupa sehingga segala yang terjadi selalu kita syukuri.⁵⁹

4. Faktor-Faktor yang Membuat Bahagia

Secara garis besar kebahagiaan dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal (dalam diri kita sendiri) dan faktor eksternal (diluar diri kita). Faktor internal adalah kemampuan diri memberikan makna atas setiap hal yang terjadi dikehidupannya, serta kemampuan memberikan respon yang tepat atas setiap hal yang terjadi. Martin Seligmen kebahagiaan akan kita peroleh jika kita memiliki emosi positif terhadap masa lalu, masa kini dan masa mendatang, dengan terwujudnya dalam kegiatan positif di kehidupan. Emosi positif di masa lalu berupa puas, bangga dan tenang. Untuk masa depan emosi positif berupa harapan, optimism dan kepercayaan. Sedangkan

⁵⁸ <https://dosenpsikologi.com/konsep-kebahagiaan-martin-seligman> diakses pada tanggal 17 januari jam 15.53

⁵⁹ Haidar Bagir, *Islam risalah cinta dan kebahagiaan*, (Jakarta selatan: PT Mizan Publika, 2012), hlm 19.

emosi positif di masa kini yaitu berupa rasa syukur dan keterlibatan dalam hal-hal positif.⁶⁰

Kedamaian hati sejati dan kebahagiaan terdalam, bisa kita peroleh dengan menjalankan hidup kita selaras dengan prinsip-prinsip universal. Faktor internal yang membuat individu bahagia yaitu kemampuan membangun makna hidup, merupakan penyatuan antara pemahaman (otak), pengendalian rasa (emosi) dan penghayatan hidup (spiritualitas). Sedangkan faktor external (diluar diri sendiri) yang membuat individu menjadi bahagia adalah kesehatan fisik, lingkungan yang baik, terpenuhinya kebutuhan fisik, pengakuan dari orang lain.⁶¹

Kebahagiaan merupakan akibat sampingan dari keberhasilan dalam memenuhi keinginan untuk hidup bermakna. Individu yang berhasil mencapainya akan mengalami hidup yang bermakna dan dirinya akan memperoleh kebahagiaan. Sedangkan sebaliknya individu yang tidak berhasil memenuhi motivasi ini, mereka mengalami kekecewaan, kehampaan hidup, merasakan hidupnya tidak ada maknanya dan akhirnya tidak bahagia. Dalam setiap kondisi, makna hidup dapat dibangun oleh diri kita sendiri. Kemampuan diri untuk memberikan makna positif atas setiap hal yang terjadi akan memberikan kekuatan kepada diri senii untuk tidak terjerumus pada penderitaan jiwa. Ketenangan, rasa tentram dan puas terhadap hidup dapat diperoleh. Semua orang berhak bahagia, tidak mengenal rupa, pangkat, jabatan, harta dan status sosial. Individu yang tenang jiwanya, dan rasa tentram itulah yang memperoleh bahagia.

⁶⁰ Ahmad Mudzakir, *Sapu Jagat Keberuntungan*, (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2018), hlm 39.

⁶¹ Ibid, hlm 44-46.

5. Pengertian Lanjut Usia

Pengertian lanjut usia (lansia) menurut undang-undang no 13 tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia pasal 1 ayat 1 adalah seseorang yang telah mencapai 60 tahun keatas. Sudirman (2011) menjelaskan tentang Lansia menurutnya adalah periode akhir dari rentang kehidupan manusia. Melewati masa ini, lansia memiliki kesempatan untuk berkembang mencapai pribadi yang lebih baik dan semakin matang, periode dimana organisme telah mencapai masa keemasan atau kejayaannya dalam ukuran, fungsi, dan juga beberapa telah menunjukkan kemundurannya sejalan dengan berjalannya waktu.⁶²

Usia tua adalah periode dalam rentang hidup seseorang, dimana seseorang telah beranjak jauh dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan atau beranjak dari waktu yang penuh dengan manfaat. Usia enampuluhan biasanya dipandang sebagai garis pemisah antara usia madya dan usia lanjut. Akan tetapi orang sering menyadari bahwa usia kronologis merupakan kriteria yang kurang baik dalam menandai permulaan usia lanjut karena terdapat perbedaan tertentu di antara individu-individu dalam usia pada saat mana usia lanjut mereka mulai.⁶³

Tahap lanjut usia merupakan tahap terjadinya penuaan dan penurunan kemampuan fisik menurun, sering mengalami gangguan kesehatan dan mereka cenderung kehilangan semangat. Penuaan merupakan perubahan secara kumulatif pada makhluk hidup, termasuk tubuh, jaringan dan sel yang mengalami penurunan kapasitas fungsional. Pada manusia penuaan dihubungkan dengan ada perubahan pada kulit,

⁶² Diana Ariswanti dan Siti Muhayati, *mengenal lebih dekat tentang lanjut usia*, (Magetan: CV ae media grafika, 2018), hlm 1.

⁶³ Elizabeth B. Hurlock, *psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*, (Jakarta: Erlangga edisi kelima, 1980), hlm 380

tulang, jantung, pembuluh darah, paru-paru, saraf dan jaringan tubuh lainnya.⁶⁴ Proses lanjut usia bagi seseorang yaitu sebagai proses alami dari setiap kehidupan, karena ini merupakan suatu nikmat Allah yang harus kita syukuri.

6. Ciri-ciri Lanjut Usia

Lanjut usia ditandai dengan perubahan fisik dan psikologis tertentu. Ciri-ciri lanjut usia dapat menentukan sampai sejauh mana pria dan wanita usia lanjut akan melakukan penyesuaian diri secara baik atau buruk. Berikut ini beberapa ciri-ciri lanjut usia sebagai berikut:

a. Usia lanjut merupakan periode kemunduran

Periode selama usia lanjut, ketika kemunduran fisik dan mentalnya terjadi secara perlahan-lahan dan bertahap. Kemunduran itu sebagian datang dari faktor fisik dan juga faktor psikologis. Penyebab kemunduran fisik itu dari suatu perubahan pada sel-sel tubuh bukan karena penyebab penyakit khusus tapi karena proses menua.

Sedangkan penyebab kemunduran psikologis yaitu sikap tidak senang terhadap diri sendiri, orang lain, pekerjaan, dan kehidupan pada umumnya dapat menuju ke keadaan uzur, karena terjadi perubahan pada lapisan otak yang mengakibatkan orang menurun fisik dan mentalnya.

b. Perbedaan individual pada efek menua

Orang lanjut usia mereka mempunyai sifat bawaan yang berbeda, sosioekonomi latar pendidikan dan pola hidup yang berbeda pula dengan individu lainnya. Bila perbedaan tersebut bertambah sesuai

⁶⁴ Hasan, Aliah Purwakani, *Psikologi Perkembangan Islami*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2008), hlm 117.

dengan usia, perbedaan-perbedaan tersebut akan membuat orang bereaksi secara berbeda terhadap situasi yang sama.

c. Usia tua dinilai dengan kriteria yang berbeda

Bagi usia tua menilai anak-anak adalah lebih kecil dibandingkan dengan orang dewasa dan harus dirawat. Sedangkan orang dewasa adalah sudah besar dan dapat merawat diri sendiri. Pada waktu anak-anak mencapai remaja, mereka menilai usia lanjut dalam cara yang sama penilaian dengan orang dewasa yaitu dalam segi hal penampilan diri dan apa yang dapat dan tidak dapat dilakukannya.

d. Pelbagai stereotipe orang lanjut usia

Terhadap banyak stereotipe orang lanjut usia dan banyak kepercayaan tradisional tentang kemampuan fisik dan mental. Stereotipe dan kepercayaan tradisional ini timbul dari pelbagai sumber yang paling umum yaitu:

- 1) Pertama cerita rakyat dan dongeng yang diturunkan dari satu generasi ke generasi berikutnya yang lebih cenderung melukiskan usia lanjut sebagai usia yang tidak menyenangkan.
- 2) Kedua orang yang berusia lanjut sering diberi tanda dan diartikan orang secara tidak menyenangkan oleh pelbagai media masa.
- 3) Ketiga berbagai humor dan canda yang berbeda juga menyangkut aspek negatif pada orang lanjut usia.
- 4) Keempat usia lanjut adalah pria dan wanita yang keadaan fisik dan mentalnya loyo, using, sering lupa, jalannya bungkuk, dan sulit hidup bersama dengan siapapun.

e. Sikap sosial terhadap usia lanjut

Pendapat klise tentang lanjut usia mempunyai pengaruh yang besar terhadap sikap sosial pada lanjut usia. Arti penting tentang sikap sosial terhadap lanjut usia yang tidak menyenangkan mempengaruhi cara mereka memperlakukan prang lanjut usia.

f. Orang usia lanjut mempunyai status kelompok minoritas

Walaupun ada fakta bahwa jumlah lanjut usia bertambah banyak, tetapi status mereka dalam kelompok minoritas yaitu suatu status dalam beberapa hal mengecualikan lanjut usia untuk tidak berinteraksi dengan kelompok lain atau bahkan tidak memperoleh kekuasaan apapun.

g. Menua membutuhkan perubahan peran

Lanjut usia juga demikian, ama seperti orang berusia madya harus belajar untuk memainkan peranan baru. Karena perubahan kekuatan, kecepatan, dan kemenarikan bentuk fisik seseorang sangat dihargai mengakibatkan orang lanjut usia sering dianggap tidak ada gunanyalagi karena mereka tidak dapat bersaing dengan orang-orang yang lebih muda dalam berbagai bidang tertentu dimana kriteria nilai sangat diperlukan, dan sikap sosial terhadap lanjut usia tidak menyenangkan.⁶⁵

7. Masalah yang Dihadapi Lanjut Usia

Masalah yang sering dihadapi oleh lanjut usia berbagai masalah kesehatan yang perlu penanganan segera dan terintegrasi. Masalah kesehatan mental pada lansia dapat berasal dari empat aspek yaitu fisik, psikologi, sosial dan ekonomi. Masalah umum yang dialami lansia yang berhubungan dengan kesehatan fisik adalah rentannya terhadap penyakit,

⁶⁵ Ibid, hlm 380-384.

karena berkurangnya daya tahan tubuh dalam menghadapi pengaruh dari luar. Penurunan kondisi fisik lanjut usia berpengaruh pada kondisi psikisnya. Dengan berubahnya penampilan, menurunnya fungsi panca indra menyebabkan lansia merasa rendah diri, mudah tersinggung dan merasa tidak berguna lagi. Dengan kondisi psikis dan fisik yang menurun menyebabkan lansia kurang mampu menghasilkan pekerjaan yang produktif.⁶⁶

Beberapa masalah utama yang dihadapi lansia pada umumnya adalah sebagai berikut:

- a. Menurunnya daya tahan fisik
- b. Masa pension bagi lansia yang dulunya bekerja sebagai pns yang menyebabkan menurunnya pendapatan dan hilangnya prestise.
- c. Pernikahan anak sehingga anaknya hidup mandiri dan terpisah dengan orang tuanya.
- d. Urbanisasi penduduk usia muda yang menyebabkan lansia terlantar.
- e. Kurangnya dukungan dari keluarga lansia.
- f. Pola tempat tinggal lansia; lansia yang tinggal dirumah sendiri, tinggal bersama anak atau menantunya, dan lansia yang tinggal di panti wredha.

Lansia juga rentan mengalami masalah relasi dengan lingkungan sosialnya. Terkait dengan perubahan pada fisik internal dan pancaindera, lansia juga mengalami penurunan kapasitas kognisi. Penurunana kapasitas kognisi dapat berpengaruh pada daya ingat, proses belajar, kecepatan kinerja, perhatian atau daya konsentrasi, dan daya tanggap pada lingkungan sosial. Banyak lansia yang menari diri secara perlahan dari masyarakat,

⁶⁶ Afrizal, *"permasalahan yang dialami lansia dalam menyesuaikan diri terhadap penguasaan tugas-tugas perkembangannya"*, jurnal bimbingan dan konseling Islam, vol. 2, no. 2, 2018, hlm 99

mengurangi hubungan emosional dengan orang lain, dan menunjukkan penurunan ketertarikan terhadap berbagai persoalan kemasyarakatan.⁶⁷

8. Pengertian Kebahagiaan Lansia

Kebahagiaan yaitu kesenangan dan ketentraman hidup (baik lahir maupun batinnya). Kata bahagia dalam bahasa arab yaitu sa'adah yang artinya "*keberuntungan*" atau "*kebahagiaan*" dan dalam bahasa inggris kebahagiaan yaitu "*happiness*". Kebahagiaan adalah suatu keadaan pikiran atau perasaan yang ditandai dengan kecukupan hingga kesenangan, cinta, kepuasan, kenikmatan, atau kegembiraan yang intens.⁶⁸

Tidak mudah untuk mencapai kebahagiaan, kebahagiaan bisa diraih ketika kita telah memahami empat dasar teori yaitu pertama pengetahuan tentang diri, kedua tentang tuhan, ketiga tentang dunia, dan yang terakhir tentang pengetahuan akhirat. Menurut Abu Hamid Al-Ghazali kebahagiaan merujuk pada istilah sa'adah yang berhubungan dengan dua dimensi eksistensi yaitu dunia saat ini dan akhirat. Kebahagiaan merupakan suatu kondisi jiwa yang tenang, damai tanpa suatu kekurangan apapun, puncak kebahagiaan yaitu bisa diraih oleh seseorang ketika telah sampai pada makrifat Allah.⁶⁹

Usia lanjut adalah periode dalam rentang hidup seseorang, dimana seseorang telah beranjak jauh dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan atau beranjak dari waktu yang penuh dengan manfaat. Seiring berjalannya waktu, proses penuaan lansia terjadi secara natural. Masa penuaan inilah yang kemudian banyak terjadi penurunan-penurunan

⁶⁷ Sri Sulastri & Sahadi Humaedi, "*pelayanan lanjut usia terlantar dalam panti*", jurnal prosiding ks: riset & pkm, vol. 4, no. 1,

⁶⁸ <http://id.m.wikipedia.org/wiki/kebahagiaan> diakses pada tanggal 7 januari pukul 22.46

⁶⁹ Jarman Arroisi, "*Bahagia dalam perspektif Al-Ghazali*", jurnal studi agama-agama dan pemikiran Islam, vol. 17, no. 1, 2019, hlm 87.

pada lansia baik secara fisik maupun psikisnya. Agama Islam memperlakukan lansia dengan baik dan menganjurkan metode supaya keberadaan mereka tidak dianggap sia-sia dan tak bernilai oleh masyarakat. Dukungan terhadap para lansia dan penghormatan terhadap mereka adalah hal yang ditekankan dalam Islam.⁷⁰ Nabi Muhammad SAW bersabda: hormatilah orang-orang yang elbih tua dari kalian dan cintai serta kasihilah orang-orang yang lebih muda dari kalian, oleh karena itu pemerintah dan masyarakat berkewajiban memperhatikan kondisi para lansia. Seperti dalam firman Allah Surat Al-Isra' ayat 23 yang berbunyi:

وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا ۖ إِمَّا يَنْلَغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أَفٍّ وَلَا تَنْهَرْهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا

Yang artinya: “dan tuhanmu telah memerintahkan supaya kamu jangan menyembah selain dia dan hendaklah kamu berbuat baik pada ibu bapakmu dengan sebaik-baiknya. Jika salah seorang diantara keduanya atau kedua-duanya sampai berumur lanjut dalam pemeliharaanmu, maka sekali-kali janganlah kamu mengatakan kepada keduanya perkataan “ah” dan janganlah kamu membentak mereka dan ucapkanlah kepada mereka perkataan yang mulia”. (Surat Al-Isra' ayat 23)

Jadi pemaparan diatas disihhlkan bahwa yang dimaksud dengan kebahagiaan lansia adalah seseorang yng berusia 60 tahun atau lebih, untuk melewati masa ini lansia memiliki kesempatan untuk berkembang mencapai pribadi yang baik dan memanfaatkan waktu di masa tua sebaik mungkin dengan melakukan aktivitas yang membuat lansia itu bahagia. Kebahagiaan merupakan kebutuhan setiap individu. Kebahagiaan seseorang di masa lansia yaitu mampu bersyukur atas nikmat yang diberikan, mampu menerima diri dan perubahan dalam dirinya. Lansia yang

⁷⁰ <http://repository.ums.ac.id/handle/123456789/10058> diakses pada tanggal 16 april pukul

menikmati masa tua dengan mendekat dengan sang pencipta akan membuat hatinya merasa tentram dan bahagia didunia dan diakhirat

C. Urgensi Bimbingan Dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan lansia

Bimbingan dzikir merupakan proses pemberian bantuan seorang ahli kepada individu atau kelompok secara berkesinambungan untuk mengembangkan potensi dirinya dengan berdzikir (mengingat atau mengucapkan) kalimat berupa pujian kepada Allah SWT. Manfaat dzikir dalam kitab fathul jadid yaitu mendapatkan rahmat dan hidayah dari Allah SWT, membimbing hati dengan mengingat dan menyebut asma Allah SWT, mendapatkan kebahagiaan dunia dan akhirat, memberikan cahaya pada hati dan menghilangkan kekeruhan pada jiwa, mendapatkan ampunan dan keridhaan dari Allah SWT, melepaskan was-was dan membentengi diri dari perbuatan maksiat.⁷¹

Kebahagiaan dalam Islam konsepnya secara garis besar terbagi menjadi dua bagian yaitu bahagia di dunia dan di akhirat. Berbeda dengan kebahagiaan di akhirat digambarkan dalam Al-qur'an, karena sebagai tempat yang tenang, nyaman, dan penuh fasilitas serta keabadian. Sedangkan kebahagiaan di dunia baru bisa tercapai dengan adanya faktor yaitu kerja keras, syukur, dan tawakkal. Untuk mencapai kebahagiaan sangatlah tidak mudah. Kita bisa meraih kebahagiaan ketika memahami empat teori dasar ini menurut Imam Al Ghazali, yaitu pertama pengetahuan tentang diri, kedua pengetahuan tentang Allah, ketiga yaitu pengetahuan tentang dunia ini sebagaimana adanya. Keempat yaitu

⁷¹ Cece Jalaludin Hasan, "Bimbingan Dzikir dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Santri Melalui Tazkiyatul Nafs", *jurnal bimbingan, penyuluhan, konseling, dan psikoterapi Islam*, vol. 7, no. 2, 2019, hlm 132.

pengetahuan yang harus dikuasai adalah pengetahuan tentang akhir sebagaimana adanya.⁷²

Lansia merupakan periode penutup rentang hidup seseorang suatu periode dimana seseorang telah beranjak jauh dari periode terdahulu.⁷³ Tahap lanjut usia merupakan tahap terjadinya penuaan dan penurunan yang lebih jelas, pada lanjut usia terjadi penurunan kemampuan fisik, sering mengalami kesehatan mental dan cenderung kehilangan semangat. Seseorang lanjut usia dalam penilaian orang lain adalah manusia yang sudah tidak produktif lagi. Jadi lansia merupakan seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas dan sudah terjadi perubahan fisiknya ke arah penurunan fungsi. Dimana saat ini lansia usianya juga telah semakin mendekati akhir kehidupan, sehingga mereka lebih banyak mengingat kematian daripada sebelumnya.⁷⁴

Berdasarkan penjelasan tersebut maka perlu bagi lansia untuk mengikuti kegiatan bimbingan dzikir, karena menjadikan hati manusia menjadi tenang dan akan selalu bersyukur atas segala nikmat, rahmat dan karunia yang diperolehnya, serta membersihkan hati dan jiwa manusia dari segala kotoran perbuatan kebinatangan.⁷⁵ Dzikir menjadikan hati manusia penuh dengan rasa cinta kasih terhadap sesama, dzikir juga sebagai salah satu jembatan penghubung manusia dengan tuhan. Dzikir sebagai upaya meningkatkan kebahagiaan seseorang di dunia maupun di akhirat nanti. Kehidupan manusia diwarnai dan dihiasi oleh bermacam-macam harapan dan tujuan hidup. Salah satunya yaitu

⁷² Imam Al Ghazali Kimia, *kebahagiaan; imam Al-Ghazali: the Alchemy of Happiness; kimia-I Sa'adat*, (Shahih, 2016), hlm 3

⁷³ Elizabeth B Hurlock, *psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*, (Jakarta: Erlangga edisi kelima, 1980), hlm 380.

⁷⁴ Aliah B Purwakania Hasan, *psikologi perkembangan Islami*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2006), hlm 288.

⁷⁵ Agus Riyadi, *"zikir dalam Al-Qur'an sebagai terapi psikoneurotik (analisis terhadap fungsi bimbingan dan konseling Islam)"*, jurnal Bimbingan konseling Islam, vol. 4, no. 1, Juni 2013, hlm 38

pencapaian kebahagiaan.⁷⁶ Kebahagiaan pada dasarnya sudah menjadi bawaan alami manusia, bahagia merupakan sesuatu yang melekat dalam diri manusia.

Kebahagiaan bisa dicapai melalui upaya terus-menerus mengamalkan perbuatan terpuji berdasarkan kesadaran dan kemampuan seperti melakukan dzikir secara sadar tanpa ada paksaan dari orang lain dan bisa dilakukan setiap hari, dengan berdzikir juga membuat hati seseorang tenang dan tentram. Adanya kegiatan bimbingan dzikir diharapkan membantu para lansia mempunyai kekuatan iman dalam menjalani kehidupannya, selamat dan juga memperoleh kebahagiaan di dunia dan akhirat.

⁷⁶ Khairul hamim, "*kebahagiaan dalam perspektif al-qur'an dan filsafat*", jurnal tasamuh, vol. 13, no. 2, juni 2016, hlm 129

BAB III

GAMBARAN UMUM UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA MAGETAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Profil UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan

1. Sejarah berdirinya panti UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan

Pada tahun 1980, departemen sosial (sekarang kementerian sosial) mengadakan kunjungan ke Magetan. Dari kunjungan tersebut, ditemukan bahwa di Magetan cocok didirikan panti jompo karena banyaknya usia lanjut terlantar di wilayah Magetan dan sekitarnya dengan keadaan Pemerintah Provinsi Jawa Timur yang baru memiliki 1 unit pelaksanaan teknis di Pandaan, Pasuruan.

UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan adalah unit pelaksanaan teknis Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur yang mempunyai tugas yaitu melaksanakan pelayanan, penyantunan, rehabilitas serta penyaluran lanjut usia terlantar. Pada tanggal 1 Januari tahun 1983, gagasan Menteri Sosial RI terwujud melalui didirikannya Panti Jompo dengan jumlah lansia yang ditampung sebanyak 10 orang. Panti Jompo yang pertama kali didirikan terletak di Balai Desa Milang Sari sedangkan penanganannya dikelola oleh Dinas Sosial Kab Magetan dengan sumber dana yang didukung oleh kantor wilayah Departement Sosial Provinsi Jawa Timur.⁷⁷

Pada tanggal 1 September 1983 lokasi pelayanan kesejahteraan lanjut usia dipindahkan ke Selosari, Panekan Magetan dengan daya tampung 40 orang. Pada tanggal 5 September 1984, Panti Werdha tersebut diresmikan oleh Direktur Kesejahteraan Anak dan Lanjut Usia Depsos RI berdasarkan

⁷⁷ <https://uptpstwmagetan.blogspot.com/2019/06/tentang-upt-pstw-magetan.html?l>
diakses pada tanggal 4 juli 2021, pukul 12.25

SK Menteri No. 2/ HUK/KEP/V/82 dan diberi nama Sasana Tresna Werdha “Bahagia” yang berada dibawah naungan Kanwil Depsos Provinsi Jawa Timur.

Pada tahun 1986, jumlah penerima layanan Panti Werdha mencapai 40 orang dan sumber dana berubah menjadi anggaran rutin berdasarkan keputusan Menteri Sosial RI No. 14/HUK/1994 yang berisi tentang perubahan status Sasana Werdha “Bahagia” menjadi Panti Sosial Tresna Werdha “Bahagia” Magetan. Pada tahun 1999, Departemen Sosial dibubarkan, maka Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan dipegang oleh BKSNI (Badan Kesejahteraan Sosial Nasional) dan pada tahun 2001 berada dibawah naungan Dinas Sosial Pemerintah Jawa Timur.

2. Letak geografis

UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan berada di wilayah Magetan di jalan Raya Panekan No. 1 Kecamatan Selosari, Kabupaten Magetan. Secara geografis UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan berada pada wilayah pegunungan. Lokasi panti sangat mudah dijangkau, karena lokasinya terletak dipinggir jalan raya.

3. Visi, misi dan motto Panti UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha

Visi:

Terwujudnya peningkatan taraf kesejahteraan sosial lanjut usia yang bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa.

Misi

- a. Melaksanakan pelayanan dan rehabilitas sosial bagi lanjut usia terlantar dalam upaya memenuhi kebutuhan jasmani dan rohani sehingga mereka dapat menikmati hari tua yang diliputi kebahagiaan dan ketentraman lahir batin.
- b. Mengembangkan potensi lanjut usia terlantar sehingga dapat mandiri dan dapat menjalankan fungsi sosialnya secara wajar.

- c. Mendorong peran serta masyarakat dalam penanganan lanjut usia terlantar.

Motto:

“Di usia tua tetap bahagia dan berkualitas”

4. Dasar hukum

Pergub Jawa Timur nomor 85 tahun 2018 tentang Nomenklatur, Susunan Organisasi, Tugas dan Fungsi serta Tata Kerja Unit Pelaksanaan Teknis Daerah Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur salah satunya UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.⁷⁸

5. Tujuan UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan

a. Tujuan Umum

Tercapainya kualitas dan kesejahteraan sosial lanjut usia sehingga dapat menikmati hari tuanya dengan diliputi ketentraman lahir dan batin.

b. Tujuan Khusus

- 1) Tercapainya kebutuhan dasar lanjut usia
- 2) Terpenuhinya kebutuhan rohani
- 3) Terpenuhinya kebutuhan perawatan dan kesehatan lansia
- 4) Terpenuhinya kebutuhan keterampilan lanjut usia
- 5) Adanya peran serta keluarga dan masyarakat terhadap lanjut usia

6. Fungsi UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan

- a. Sebagai pusat pelayanan dan penyantunan, rehabilitas, bimbingan lanjut dan penyaluran lanjut usia terlantar.
- b. Sebagai pusat pengembangan usaha kesejahteraan sosial lanjut usia.

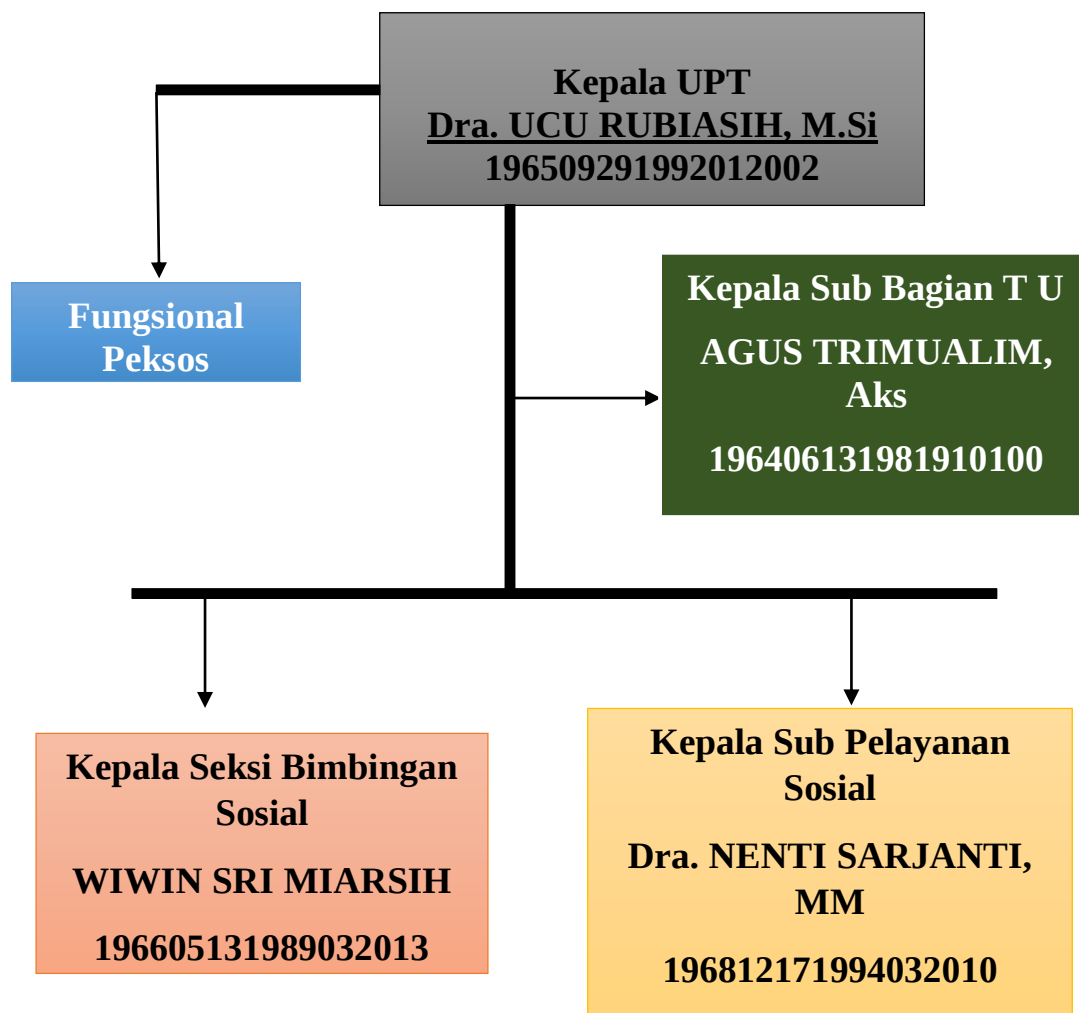
⁷⁸ <https://uptpstwmagetan.blogspot.com/2019/06/tentang-upt-pstw-magetan.html?l>
diakses pada tanggal 4 juli 2021, pukul 12.30

- c. Sebagai pusat informasi dan konsultasi usaha kesejahteraan sosial lanjut usia terlantar.

7. Struktur organisasi UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan

Adapun struktur organisasi UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha terdiri dari 1 KUPT, 2 Kasi dan 6 PTDDPK (Pegawai Tenaga kasar) dan ASN (PNS)".⁷⁹ Struktur organisasinya adalah sebagai berikut:

TABEL I
Struktur Organisasi UPT PSTW Magetan



⁷⁹ Wawancara dengan Ibu Emi: hari Jum'at tanggal 25 Juni, 2021, pukul 10.20

Adapun pembagian tugas dan fungsi sebagai berikut:

a. Kepala UPT

Mempunyai tugas memimpin, mengkoordinasikan, mengawasi dan mengendalikan penyelenggaraan administrasi umum, pelayanan sosial tresna werdha terlantar, ketata usaha dan pelayanan.

b. Sub Bag Tata Usaha

- 1) Menyediakan dan menyusun data merencanakan dan melaporkan kegiatan UPT
- 2) Menyusun rencana kerja Sub Bag Tata Usaha
- 3) Membagi tugas dan memantau pelaksanaan tugas bawahan
- 4) Melaksanakan kegiatan surat menyurat, tata naskah, kearsipan, kehumasan dan kerumah tanggaan
- 5) Menyiapkan berkas usulan kenaikan pangkat, karis/karsu, taspen pension, pengusulan gaji berkala, pemerosesan ijin cuti dan askes
- 6) Melaksanakan tugas pembinaan dan pengembangan kualitas SDM serta karir pegawai
- 7) Melaksanakan penyusunan rencana penggunaan, pengelolaan dan melaporkan anggaran
- 8) Melaksanakan pengelolaan administrasi, pemeliharaan dan pengamanan asset
- 9) Melaksanakan tugas lain yang diberikan oleh kepala UPT

c. Seksi Pelayanan Sosial

- 1) Menyusun rencana kerja seksi pelayanan sosial
- 2) Melaksanakan pelayanan penempatan dalam asrama, pengasuhan, penyusunan daftar piket kebersihan lingkungan dan penyediaan kebersihan diri
- 3) Menginfentariskan dan menyediakan kebutuhan pakaian klien

- 4) Menyusun jadwal dan melaksanakan pemeriksaan kesehatan, menyediakan obat dan melaksanakan rujukan
 - 5) Menyusun daftar menu, menyediakan dan pengolahan bahan makanan, serta penyajian makanan
 - 6) Melaksanakan kegiatan rekreatif
 - 7) Melaksanakan administrasi pelayanan sosial
 - 8) Melaksanakan tugas lain yang diberikan oleh kepala UPT
- d. Seksi Bimbingan dan Pembinaan Lanjut
- 1) Menyusun rencana kerja seksi bimbingan dan pembinaan lanjut
 - 2) Melaksanakan kegiatan sosialisasi program pelayanan , penjangkaran, seleksi, serta penerimaan dan regitasi calon klien
 - 3) Menempatkan klien dalam program pelayanan
 - 4) Menyusun kurikulum pelayanan
 - 5) Menyediakan sarana dan prasarana pengungkapan dan pemahaman masalah klien, pembahasan kasus, bimbingan fisik, mental keagamaan, sosial, bimbingan keterampilan pengisi waktu luang, resosialisasi.
 - 6) Melaksanakan penyuluran/ pengembalian klien kepada keluarga/ lembaga pelayanan sosial lainnya dan masyarakat
 - 7) Melaksanakan pemakaman klien
 - 8) Melaksanakan administrasi bimbingan dan pembinaan lanjut
 - 9) Melaksanakan pengakhiran pelayanan
 - 10) Melaksanakan tugas lain yang diberikan oleh kepala UPT.⁸⁰

Adapun sarana dan prasarana yang ada di panti UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan yaitu sebagai berikut:

⁸⁰ <https://uptpstwmagetan.blogspot.com/2019/06/tentang-upt-pstw-magetan.html?l>
diakses pada tanggal 4 juli 2021, pukul 13.45

TABEL 2**Sarana dan Prasarana UPT PSTW Magetan**

No	Nama	Jumlah
1	Kantor	1
2	Wisma	8
3	Pos jaga	1
4	Aula	1
5	Poliklinik	1
6	Ruang PK (perawatan khusus)	1
7	Ruang isolasi	1
8	Mushola	1
9	Dapur	1
10	Ruang keterampilan	1
11	Gudang	1
12	Garasi	1
13	Ruang bimbingan	1
14	Rumah dinas	4
15	Pemakaman	1
16	Kolam dan taman	1
17	Ruang data	1
18	Tempat jemuran pakaian	8
19	Tempat paker	1
20	Green house	1
21	Show room	1
22	Tempat pemandian mayat	1

Adapun daftar Nama klien yang bertempat tinggal di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan dan bersedia menjadi informan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

TABEL 3**Nama Informan**

No	Nama	Jenis kelamin L/ P	Umur	Agama	Alamat

1	Mbah BI	L	65 thn	Islam	Madiun
2	Mbah WS	L	63 thn	Islam	Madiun
3	Mbah SY	L	77 thn	Islam	Blitar
4	Mbah NH	P	74 thn	Islam	Magetan
5	Mbah SR	P	60 thn	Islam	Madiun
6	Mbah KN	P	74 thn	Islam	Ponorogo

Kriteria lansia yang jadi informan dalam penelitian adalah lansia yang baru masuk di panti UPT Pelayanan Sosial TW Magetan

8. Alur Pelayanan UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan

Dalam proses pelayanan di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan memiliki beberapa tahapan antara lain sebagai berikut ini:

a. Pendekatan Awal

- 1) Orientasi, konsultasi dan koordinasi dengan instansi terkait
- 2) Identifikasi, motivasi, dan seleksi calon klien

b. Penerimaan

- 1) Registrasi:
 - a) Mengisi formulir registrasi
 - b) Menerima kelengkapan administrasi
 - c) Pencatatan dalam buku induk
- 2) Penelaahan dan pengungkapan masalah (assesment)

c. Sasaran layanan

- 1) Lanjut usia terlantar (tidak punya keluarga dan tidak punya penghasilan)
- 2) Lanjut usia cakupan/ rasia Salpol PP hasil rujukan dari LIPOSOS Keputih Surabaya
- 3) Lanjut usia dari keluarga tidak mampu dan tidak terawatt

- 4) Jika di mungkinkan lanjut usia dari keluarga mampu tetapi tidak ada yang merawat sesuai sarana dan prasarana yang ada.⁸¹

d. Jenis pelayanan

Kepada lansia:

- 1) Penempatan dalam wisma, 1 wisma maksimal 10 orang
- 2) Pemenuhan kebutuhan: permakanan 3x1 hari,

e. Pelayanan sosial

- 1) Pemenuhan kebutuhan dasar antara lain: penyediaan papan, pangan, sandang, sesuai standar kelayakan
- 2) Pelayanan dan perawatan kesehatan antara lain: pemeriksaan kesehatan rutin, pemberian obat, vitamin, dirujuk ke puskesmas dan rumah sakit

9. Kegiatan di Panti UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan

a. Bimbingan dan Pembinaan Lanjut

- 1) Bimbingan fisik, kesehatan
- 2) Bimbingan mental yaitu Spiritual/Agama dan Psikologi/Emosional

b. Bimbingan Rekreatif

c. Bimbingan Sosial

d. Bimbingan Keterampilan

- 1) Pertanian
- 2) Peternakan/Perikanan
- 3) Home industri: jahe instans, keset kain perca, sapu tebah

e. Bimbingan Resosialisasi

Mempersiapkan yang akan kembali ke keluarga untuk hidup di masyarakat secara normatif

⁸¹ <https://uptpstwmagetan.blogspot.com/2019/06/tentang-upt-pstw-magetan.html?l>
diakses pada tanggal 4 juli 2021, pukul 13.28

f. Terminasi dan Penyaluran

- 1) Meninggal dunia
- 2) Penyerahan kembali ke keluarga
- 3) Rujukan ke lembaga pelayanan yang sesuai dengan permasalahannya.⁸²

B. Kondisi kebahagiaan lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan

Dalam menghadapi dan menjalani hidup, setiap manusia selalu mengharapkan kebahagiaan, dan manusia akan bekerja keras untuk mencapai tingkat kebahagiaan dengan jalannya sendiri, sesuai dengan tradisi, ilmu, dan keyakinan yang dimilikinya. Kebahagiaan adalah kondisi hati yang dipenuhi dengan keyakinan (iman) dan berperilaku sesuai dengan keyakinannya itu. Adapun kondisi kebahagiaan lansia sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan bimbingan dzikir di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan. Dalam kehidupan setiap individu mempunyai latar belakang yang berbeda-beda dan juga mempunyai masalah yang berbeda dengan individu lainnya. Hal itu merupakan hal yang wajar dalam kehidupan ini dan tidak bisa dihindari. Tidak menutup kemungkinan dari latar belakang dan masalah hidup yang berbeda-beda terlahir pribadi yang berbeda pula mulai dari segi ekonomi, psikis, maupun biologisnya dan lain sebagainya. Hal ini disampaikan oleh Pak Parno selaku pembimbing UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan beliau mengatakan bahwa:

“Perasaan bahagia setiap lansia berbeda-beda tidak bisa kita menyamakan bahagia kita dengan bahagia orang lain. Kondisi bahagia lansia yang tinggal disini senang karena semua ditunjang pemerintah dari segi kesehatan, fasilitas dll. Kita bisa melihat lansia bahagia dari

⁸² Data diperoleh dari brosur UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan, tanggal 05 juli 2021, pukul 09.38

*wajahnya, perilakunya dan lansia yang berada di panti merasa banyak teman dan merasa tidak kesepian”.*⁸³

Kondisi kebahagiaan lansia yang ada di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan berdasarkan wawancara dan pengamatan sebelum dan sesudah mengikuti bimbingan dzikir. Berdasarkan pengamatan peneliti, kebahagiaan merupakan suatu kondisi jiwa yang tenang tanpa suatu kekurangan apapun. Hakikat kebahagiaan lansia merujuk pada makrifatullah baik di dunia maupun di akhirat, setelah memahami hakikat kebahagiaan maka untuk memperoleh kebahagiaan sejati harus memahami empat teori dasar diantaranya:

1. Pengetahuan tentang diri

Kebahagiaan yang sejati yaitu ketika seseorang telah sampai pada makrifatullah, kunci pengenalan terhadap Allah (*makrifatullah*) adalah kita mengenal lebih dalam diri sendiri. Tidak ada yang lebih dekat kepada kita kecuali diri sendiri. Setiap individu pasti menginginkan kebahagiaan di hidupnya, untuk mencapai kebahagiaan, kita harus lebih dalam mengenali diri kita sendiri. Seperti yang disampaikan oleh pembimbing bapak Parno pembimbing UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan:

*“Jika seseorang lebih mengenal lebih dalam tentang dirinya, maka ia akan mengenal Tuhan. Kita hidup di dunia pasti ada tujuan dan tujuannya kita yaitu kita sebagai manusia hidup untuk beribadah kepada Allah, juga menjalankan apa yang diperintah-Nya dan menjauhi apa yang dilarang dalam agama. Di dunia kita hanya sebentar mbak jadi gunakan waktu dengan baik, perbanyak amalan sholeh, juga mendekat diri kepada Allah akan merasakan hidup kita ayem, tentrem dan jangan lupa kita bersyukur atas nikmat yang diberikan oleh Allah untuk kita, semoga kelak kita meninggal dunia khusnul khotimah mbak”.*⁸⁴

⁸³ Wawancara dengan bapak Parno: hari Rabu, tanggal 23 Juni 2021, pukul 10.45

⁸⁴ Wawancara dengan bapak Parno: hari Rabu, tanggal 23 Juni 2021, pukul 11.05

Begitu pula yang disampaikan oleh mbah BI salah satu lansia UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan:

“Kita sebagai umat Islam kudu ngerti Allah kanti apik mbak, mergo iku kita matur suwun neng Allah biso urip kanthi sak iki, sak derange ngerti awak dewe kudu ngerti tujuane neng dunyo iki opo mbak, kita ten dunyo sedelut koyo kur mamper ngombe tok mbak dadi kita kudu duwe amal sholeh lan jalanke opo sing wes diperintahke Allah kanggo kito mbak”.

Bapak BI mengatakan bahwa kita sebagai umat Islam harus mengenal Allah dengan baik, kita juga harus banyak bersyukur pada Allah bisa hidup sampai sekarang ini. Sebelum mengenal diri sendiri harus tau tujuan di dunia itu apa karena di dunia cuma sebentar jadi kita harus punya amal sholeh dan menjalankan apa yang diperintahkan Allah.⁸⁵

Ibu NH lansia UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan mengatakan bahwa:

*“Menciptakan bahagia itu berasal dari diri kita bukan dari orang lain, terlebih jika kita bisa mensyukuri dan menikmati hidup, juga bisa memanfaatkan waktu yang ada dengan sebaik mungkin dengan kegiatan yang berfaedah dulu sebelum ada dipanti saya tinggalnya dijalanan tidak punya tempat tinggal dan merasa sendiri dan ibadah juga masih bolong-bolong”.*⁸⁶

Berdasarkan keterangan diatas dapat disimpulkan berkaitan dengan kondisi kebahagiaan lansia sebelum di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan yaitu merasa kesepian, tidak tenang, serta sering meninggalkan ibadah. Setelah berada di panti dan mengikuti kegiatan yang ada terutama mengikuti kegiatan dzikir beberapa lansia ingin mencari kebahagiaannya yang sebelumnya mereka merasa kesepian, ia ingin menciptakan kebahagiaan di akhir masanya untuk itu mereka harus lebih dalam

⁸⁵ Wawancara dengan bapak BI: hari Senin, tanggal 21 Juni 2021, pukul 10.41

⁸⁶ Wawancara dengan ibu NH: hari Senini, tanggal 21 Juni 2021, pukul 10.17

mengenal dirinya karena dengan mengenal lebih dalam diri sendiri maka akan tau tujuannya didunia untuk kehidupan kelak nanti di akhirat. Kegiatan dzikir di panti selain menggunakan waktu luang dengan kegiatan yang bermanfaat juga lebih mendekatkan diri kepada Allah dengan itu semakin batin merasa tenang.

2. Pengetahuan tentang tuhan

Kebahagiaan sejati tidak bisa lepas dari makrifat mengenal tuhan. Manusia harus memperoleh pengetahuan tentang ciptaan-Nya yang kemudian melakukan perenungan untuk sampai kepada pengetahuan tentang tuhan dan cinta kepada-Nya. Cinta kepada Allah ditumbuhkan dan dikembangkan oleh ibadah. Ibadah dan dzikir yang terus-menerus akan membuat individu berhasil mengetahui tentang tuhan dan seseorang pasti akan merasakan puncak kesenangan. Seperti yang disampaikan oleh ibu SR salah lansia UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan:

*“Manusia yang benar-benar cinta kepada Allah, dia akan melaksanakan apa yang sudah diperintah dan menjauhi apa yang dilarang sesuai syariah agama mbak, dulu saya sebelum berada dipanti dulu waktu bekerja diluar kota saya masih menyempatkan mengikuti kegiatan yasinan dilingkungan tempat saya tinggal walaupun sibuk bekerja karena dengan mengikuti kegiatan yasinan itu saya lebih bisa bersosialisasi dengan tetangga saya dan menambah teman jadi tidak merasa sendirian dan kesepian, juga mendekatkan diri dengan Allah, adanya cinta kepada Allah akan membuat kita merasakan hidupnya tenang dan tentram”.*⁸⁷

Bapak Ws lansia UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan beliau mengatakan bahwa:

“Jika kita mengenal Allah lebih dekat ada perasaan senang tersendiri di hati Allah lah yang selalu ada disetiap saat kita butuhkan, dulu sebelum berada dipanti saya merasa kesepian setelah ada dipanti saya merasa bahagia bisa berkumpul dengan mbah-mbah lainnya, pihak keluarga saya juga sering menjenguk saya di panti disini juga ditunjang

⁸⁷ Wawancara dengan Ibu SR, hari Senin, tanggal 21 Juni 2021, pukul 10.08

kegiatan yang ada terlebih tentang pengetahuan agama dengan itu saya berharap lebih memanfaatkan waktu luang saya dengan kegiatan yang bermanfaat ngaji kalau tidak say baca sholawat ataupun dzikir yang pendek. Karena didunia tidak lama jadi kita haus ada bekal nanti di akhirat, sisa waktu ada saya berharap kelak meninggal husnul khotimah”⁸⁸.

Dari hasil wawancara diatas seseorang yang mengenal dan cinta pada Allah, ia akan merasakan hidupnya tenang. Lansia yang mendekatkan diri di sisa waktunya bukti mereka cinta kepada Allah yaitu mereka memanfaatkan waktunya dengan sebaik mungkin untuk menjalankan Ibadah yang ada seperti membaca sholawat, dzikir, baca Al-Qur'an dan lain sebagainya, dengan mendekatkan diri dan berserah kepada Allah atas apa yang diberikan, seseorang akan mendapatkan kebahagiaan tidak hanya di dunia saja tapi juga akan mendapatkan kebahagiaan di akhirat.

3. Pengetahuan tentang dunia

Rasa bahagia muncul dari diri sendiri berupa sikap hidup, bukan seperti kekayaan, kekuasaan, popularitas dan sebagainya. Tapi sikap hidup adalah merasa cukup dan mensyukuri apa yang diperoleh, bersabar dan senang dengan keadaan hidupnya meskipun kurang beruntung, optimis dan mencintai kehidupannya. Dunia ini adalah sebuah panggung atau pasar yang disinggahi oleh para musafir di tengah perjalanannya ke tempat lain. Di dunia inilah tempat membekali diri dengan berbagai bekal untuk perjalanan. Seperti yang disampaikan oleh ibu NH lansia UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan:

“Sebelum berada dipanti saya tidak punya tempat tinggal, sampai akhirnya saya dibawa oleh petugas jalan ke panti UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan. Disini fasilitas yang diberikan baik, juga semua biaya hidup ditunjang dari pemerintah. Kehidupan dunia bisa membuat kita lalai akan akhirat Cuma mementingkan kesenangan

⁸⁸ Wawancara dengan bapak WS: hari Senin, 21 Juni 2021, pukul 10.30

*hidup didunia. Dulu saya ibadah saja masih sering menunda-nunda tapi sekarang Alhamdulillah bersyukur masih bisa hidup jadi masih bisa memanfaatkan waktu dunia dengan sebaik mungkin untuk bekal kelak di kehidupan yang abadi nanti”.*⁸⁹

Begitu pula yang disampaikan oleh pak parno pembimbing UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan:

*“Hidup di dunia banyak-banyak membekali diri dengan selalu mendekatkan diri dengan Allah, semakin kita mendekatkan diri dengan-Nya membuat pikiran dan hati kita jadi tenang”.*⁹⁰

Berdasarkan keterangan diatas dapat disimpulkan bahwa di dunia ini tempat seseorang membekali dirinya dengan berbagai bekal untuk perjalanannya. Selama hidup di dunia manusia harus menjalankan dua hal pada dirinya yaitu melindungi dan memelihara jiwanya serta merawat dan mengembangkan jasadnya karena jiwa akan terpelihara dengan pengetahuan dan cinta kepada Allah dengan akan mendapatkan kebahagiaan.

4. Pengetahuan tentang akhirat

Ikatan akhirat adalah dengan amal dan ma’rifat. Seseorang yang hidup di dunia merupakan pengelana dan musafir menuju Allah. Akhirat secara tinjauan tidak dapat dilihat oleh mata manusia dan tidak dapat terlintas dalam pikiran manusia namun dalil-dalil telah memberikan gambaran dan menjadi tugas manusia yang beriman untuk mengimaninya. Urusan utama manusia hidup didunia ini adalah untuk mempersiapkan dirinya di masa akhirat yang akan datang. Hal ini disampaikan oleh bapak Parno selaku pembimbing UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan beliau berkata:

“Harapan saya secara pribadi semoga mbahnya semakin dekat dengan Allah, paling tidak kita selalu ingat akan kematian, dengan

⁸⁹ Wawancara dengan ibu NH: hari Senin, 21 Juni 2021, pukul 10.18

⁹⁰ Wawancara dengan bapak Parno: hari Rabu, 23 Juni 2021, pukul 10.05

itu kita termotivasi harus mempersiapkan diri dengan sebaik mungkin untuk di akhirat nanti, dzikir dan pengetahuan agama tentang akhirat itu untuk bekal kita dan mbahnya. Kita kembali lagi tujuan awal kita yaitu bagaimana menghantarkan mbahnya ke khusnul khotimah”.⁹¹

Begitu pula disampingkan oleh bapak WS salah satu lansia UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan:

“Disini ada fasilitas penunjang kesehatan untuk mbah dan fasilitas yang diberikan cukup baik mbak, dipanti juga dapat pengetahuan agama yang dulu saya sangat minim sekali tentang agama setelah itu dapat pengetahuan juga kegiatan-kegiatan yang ada saya lebih memanfaatkan lagi waktu yang ada dengan baik, jadi seimbang antara dunia dan akhirat. Terkait dzikir Alhamdulillah saya rutin mengikuti terlebih yang sholat maghrib malem jum’at disitu kita diajak tahlil sama yasinan mbak ada perasaan seneng kalau mengikuti kegiatan dipanti dan kita juga tambah banyak teman, kecuali saat saya merasa tidak enak badan tidak mengikuti jamaah dan saya menggantinya dengan dzikir dan baca yasin sendiri di wisma”.⁹²

Berdasarkan keterangan diatas urusan manusia hidup didunia ini adalah untuk mempersiapkan dirinya untuk kehidupan nanti di akhirat. Persiapan untuk menghadapi sesuatu tidak akan terwujud kecuali dengan selalu mengingat kematian di dalam hatinya, sedangkan untuk selalu mendengarkan hal-hal yang mengingatkannya sehingga hal itu menjadi sebuah dorongan untuk mempersiapkan diri dengan sebaik mungkin, mencari bekal untuk di akhirat kelak.

Dari hasil wawancara pembimbing dan lansia diatas, dapat diketahui bahwa lansia sebelum mengikuti kegiatan dzikir di panti UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan adalah sebagai berikut lansia kesepian, minimnya pengetahuan tentang agama, jiwa merasa tidak tenang dan sering meninggalkan ibadah. Setelah mengikuti kegiatan dzikir banyak hal positif yang didapat yaitu untuk menjadikan lansia menjadi lebih baik

⁹¹ Ibid, tanggal 23 Juni 2021, pukul 11.09

⁹² Wawancara dengan bapak WS, hari Senin, tanggal 21 Juni 2021, pukul 10.32

lagi dari sebelumnya, dan bisa berpikir positif, serta lebih bisa mendekat dengan Allah, membuat hati tentram, damai dan bahagia, dan juga bisa lebih mengontrol dirinya dan mengurangi emosinya sehingga lebih sabar.

C. Pelaksanaan Bimbingan Dzikir Dalam Meningkatkan Kebahagiaan Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan

Bimbingan dzikir yang dilaksanakan di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan merupakan kegiatan yang bertujuan untuk mendekatkan diri kepada sang maha pencipta dan meningkatkan kualitas iman lansia. Lansia yang tinggal di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan mereka ada yang berasal dari keluarga yang ada maupun dari lansia yang ditemukan di jalanan, maka dari bimbingan dzikir juga bertujuan mengubah sikap dari tidak baik menjadi lebih baik dan meningkatkan kualitas iman lansia.

Untuk menjelaskan bimbingan dzikir pada lansia yang ada di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan, peneliti mendeskripsikan pelaksanaan, materi, dan metode bimbingan dzikir.

1. Pelaksanaan bimbingan dzikir pada lansia

Bimbingan mental merupakan salah satu pelayanan yang ada di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan yang meliputi Spiritual/ Agama dan Psikologis/ Emosional. Salah satunya Kegiatan dzikir di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan yang dilaksanakan setiap selesai sholat wajib lima waktu di mushola husnul khotimah. Lansia mengikuti kegiatan yang diadakan dipanti responya sangat baik dan mengikuti kegiatan dengan senang hati tanpa ada paksaan, untuk kelancaran pelaksanaan kegiatan ini setiap masing-masing pengasuh wisma yang mengatur dan mengusahakan kegiatan berjalan dengan baik dan lancar setiap harinya dan juga semua pegawai yang memberikan contoh untuk para

lansia dan dengan itu para lansia juga mengikutinya.⁹³ Berikut adalah hasil wawancara dengan pembimbing UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan:

*“Pelaksanaan dzikir dilaksanakan setiap habis sholat fardhu di mushola husnul khotimah, jadi ketika bel berbunyi tanda memasuki jam waktunya untuk sholat para mbah-mbahnya langsung bersiap-siap ke mushola. Adzhan dilakukan dari mbahnya tanpa diminta dari pegawai langsung adzan dan dilanjut pujian sambil nunggu mbah-mbah lainnya dan para pegawai untuk melaksanakan sholat berjamaah. Memberikan contoh yang baik untuk mbahnya agar bisa diikuti juga oleh mbahnya, dimulai dari pegawai setiap pagi jam 07.00 WIB sebelum jam masuk kantor diadakan tadarus bersama di mushola husnul khotimah dengan pemberian contoh tadi semoga mbah-mbahnya mengikuti kegiatan yang ada tanpa ada paksaan”.*⁹⁴

Lansia mengikuti kegiatan ini dengan kesadaran diri tanpa ada paksaan dari orang lain. Hal ini disampaikan oleh Ibu SR salah satu lansia UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan beliau mengatakan bahwa:

*“Saya mengikuti kegiatan dzikir ini tidak ada paksaan mbak, asli kemauan dari diri sendiri sudah berumur jadi harus menggunakan waktu saya dengan sebaik mungkin dan bermanfaat”.*⁹⁵

Bapak WS salah satu lansia UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan juga mengatakan bahwa:

*“Alhamdulillah rutin mengikuti kegiatan ini tanpa ada paksaan terlebih dzikir setelah maghrib setiap malem jum’at itu juga ada tahlil dan baca yasin. Saya mengikuti kegiatan dzikir kecuali jika saya merasa tidak enak badan baru saya tidak ikut mbak dan saya menggantinya dengan berdzikir sendiri di wisma”.*⁹⁶

Pelaksanaan dzikir disini seperti dzikir pada umumnya yaitu dengan membaca bacaan-bacaan dzikir yang dipandu oleh pembimbing dan

⁹³ Wawancara dengan Pak Parno, hari Rabu, tanggal 23 Juni 2021, pukul 10.50

⁹⁴ Ibid, tanggal 23 Juni 2021, pukul 11.55

⁹⁵ Wawancara dengan ibu SR: hari Senin, tanggal 21 Juni 2021, pukul 10.08

⁹⁶ Wawancara dengan bapak WS: hari Senin, tanggal 21 Juni 2021, pukul 10.32

dilakukan setelah habis sholat fardhu di mushola husnul khotimah bertujuan untuk meningkatkan keimanan, ketaqwaan kepada Allah SWT, dan mendapatkan kebahagiaan batin juga ketenangan jiwa. Bapak Parno pembimbing UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan mengatakan bahwa:

*“Mbah-mbah yang ada disini beliau pasti ada masalah entah itu masalah ekonomi, sosial dan sebagainya. Sebagai pembimbing dan juga pengasuh wisma ingin mengubah perilaku dan sikap mbah-mbah yang sebelumnya kurang baik menjadi baik mbak. Adanya bimbingan ini bertujuan untuk meningkatkan keimanan, ketaqwaan kepada Allah dan semakin kita mendekat dengan Allah kita akan mendapatkan perasaan yang tenang”.*⁹⁷

Pelaksanaan Kegiatan dzikir dilakukan setelah sholat fardhu setiap harinya dan sebelum menuikannya, melaksanakan sholat berjamaah di mushola husnul khotimah, para lansia yang sehat dan bisa beraktifitas normal jika sudah ada bel yang menunjukkan waktu sholat akan tiba para lansia bergegas mengambil air wudhu dan pergi ke mushola, walaupun lansianya sudah sepuh-sepuh semua jalannya lambat bicara agak tidak jelas tetapi para lansianya berusaha dan menjalankan kewajiban sholat dengan semangat yang luar biasa karena para lansia ingin mendekatkan dirinya kepada Allah. Bahkan biasanya yang adzan dan pujian dari lansianya sendiri sambil menunggu imamnya dan para lansia yang lainnya memposisikan dirinya di shaf mushola husnul khotimah. Secara umum rangkaian bimbingan dzikir di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan diawali dengan sholat berjamaah di mushola, setelah selesai sholat imam di mushola langsung lanjut berdzikir dan diakhiri dengan do'a.⁹⁸ Bapak Parno pembimbing UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan beliau mengatakan:

⁹⁷ Wawancara dengan pak Parno, hari Rabu, tanggal 23 Juni 2021, pukul 10.50

⁹⁸ Ibid, tanggal 23 Juni 2021, pukul 10.48

“Disini ada juga bimbingan mental diadakan setiap kamis malem atau malem jum’at setiap habis sholat magrib mendatangkan 3 instruktur dari luar tapi jika instruktur ada halangan hadir nanti biasanya saya yang menggantikan dan instruksinya mengkormasikan terlebih dahulu kepada saya dan ada juga setiap minggu kedua dan keempat setiap kamis di wisma joglo.”⁹⁹

Pelaksanaan bimbingan dzikir bertujuan untuk mengubah sikap yang dulunya tidak baik menjadi lebih baik, meningkatkan iman dan takwa lansia juga mendekatkan diri kepada Allah agar senantiasa lansia bisa mencapai kebahagiaan hidup di dunia maupun di akhirat. Proses pelaksanaan bimbingan dzikir disini seperti dzikir pada umumnya yaitu dengan membaca bacaan-bacaan dzikir yang dipandu oleh pembimbing dan lansia menirukannya apa yang diucapkan oleh pembimbing. Kegiatan ini dilakukan setelah habis sholat fardhu di mushola husnul khotimah yang diawali dengan sholat berjamaah, setelah selesai sholat dilanjutkan dzikir dan diakhiri dengan do’a.

Sebelum sholat berjamaah dimulai lansia sambil menunggu imam datang lansia pujian dan memposisikan diri sesuai shaf yang ada. Pada kegiatan dzikir ini ada setiap seminggu sekali mendatangkan instruktur dari luar yaitu setiap malem jum’at setelah selesai sholat magrib yaitu dzikir seperti pada umumnya disertai baca yasin dan tahlil yang tujuannya untuk mengirimkan do’a untuk keluarga yang sudah meninggal. Tetapi jika instruksi tidak bisa datang konfirmasi terlebih dahulu ke pembimbing panti jadi jika instruksi berhalangan hadir, maka masih ada yang mengganti dan kegiatan dzikir tetap bisa berjalan.

Dari pemaparan diatas maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan dzikir yang dilaksanakan di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan adalah setiap lima waktu sholat fardhu diawali dengan sholat berjamaah

⁹⁹ Ibid, tanggal 23 Juni 2021, pukul 10.55

kemudian dilanjut dzikir bersama dan diakhiri dengan do'a bertempatan di mushola husnul khotimah UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan. Tujuan bimbingan dzikir untuk memberikan pengaruh ketenangan dan ketentraman hati baik secara rohani maupun jasmani lansia sehingga lansia bisa mencapai kebahagiaan hidup di dunia maupun di akhirat dan bisa lebih dekat dengan sang pencipta.

2. Materi bimbingan dzikir

Keberhasilan suatu bimbingan juga ditentukan dari pembimbing dan lansia juga ditentukan dari unsur materi. Materi bimbingan merupakan isi ajakan pembimbing kepada lansia, agar mereka lansia atau mad'u mampu menerima, memahami dan mengikuti ajaran yang ada dalam Islam. Dzikir yaitu mengingat Allah SWT dengan mengagungkan nama-Nya dengan dilafadkan baik secara lisan maupun batin dan bisa dilakukan kapanpun dan dimanapun. UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan dalam proses pelaksanaan kegiatan bimbingan dzikir, isi materi dzikir yang diberikan kepada lansia berdasarkan hasil wawancara dan observasi dengan pembimbing dan lansia UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan yaitu pembimbing memberikan panduan dzikir, kemudia para lansia menirukan apa yang diucapkan pembimbing atau imam sholat berjamaah. Dimulai dengan sholat berjamaah di mushola husnul khotimah lalu dilanjutkan dengan dzikir bersama yang diawali dengan membaca istigfar , surat Al-fatihah, ayat kursi, bacaan tasbih, tahmid, takbir dan kalimat thayyibah dan terakhir ditutup dengan do'a. Bapak Parno pembimbing UPT Pelayanan Sosil Tresna Werdha Magetan beliau mengatakan bahwa:

“Materi dzikir yang diberikan untuk mbah-mbah ya seperti dzikir kita sehari-hari selesai sholat mbak, dzikir untuk mbahya tidak harus panjang yang terpenting yang mudah untuk diingat oleh mbahnya dan dengan semoga mbahnya jika ada halangan tidak bisa ikut jamaah bersama beliau bisa sholat sendiri di wisma dan bacaan dzikir yang

sudah diberikam bisa diamalannya di kehidupan sehari-hari. Bacaan dzikir yang diawali dengan bacaan istighfar, surat al fatihah, ayat kursi, tasbih, tahmid, takbir, kalimat thayyibah dan dilanjut membaca do'a habis sholat mbak supaya lebih mujarab dan terijabah oleh Allah, disini dzikirnya seperti pada umumnya tapi saat jamaah sholat maghrib di malem jum'at disertai dengan baca yasin juga tahlil tujuannya adalah mengirimkan do'a untuk keluarga yang sudah meninggal dunia semoga diampuni dosa-dosanya dan untuk kita tahlil dan yasin sebagai ihtiar kepada Allah untuk diri kita dan saudara yang sudah meninggal, dengan itu mbah-mbah bisa lebih dekat juga dengan mbah-mbahnya lain mbk, semoga mendapatkan keberkahan, dan dipermudah segala urusan oleh Allah".¹⁰⁰

Secara umum materi yang diberikan kepada lansia ketika bimbingan dzikir yaitu berupa kalimat dzikir sehari-hari selesai sholat. Pemberian bimbingan dzikir untuk lansia yaitu suatu usaha pemberian bantuan kepada lansia yang mengalami kesulitan di masa kini dan masa yang akan datang. Bantuan ini berupa pertolongan di bidang mental spiritual lansia yang mana lansia mampu mengatasi kesulitannya dengan kemampuannya melalui kekuatan iman, takwa lansia tersebut dan tetap optimis menjalani kehidupannya dengan menyerahkan semuanya kepada Allah. Para lansia UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan menganggap penting kegiatan bimbingan dzikir untuk kehidupan sehari-hari bisa menimbulkan perasaan tenang, ayem tentrem hatinya. Materi yang disampaikan secara runtut menjadi hal dasar, karena dengan begitu kegiatan bimbingan dzikir bisa berjalan dengan lancar dan mudah dipahami oleh para lansia. Hal ini disampaikan oleh pembimbing UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan bahwa:

"Dengan adanya bimbingan untuk para lansia panti, jadi mbah-mbahnya memiliki tujuan hidup dan menyerahkan diri kepada Allah sehingga para lansia tetap optimis menjalani hidup dan

¹⁰⁰ Wawancara dengan bapak Parno: hari Rabu, tanggal 23 Juni 2021, pukul 10.57

melaksanakan apa yang diperintahkan Allah untuk bekal nanti di akhirat”¹⁰¹.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa materi bimbingan dzikir yang dilakukan di panti UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan adalah materi yang bersumber dari dalam Al-Qur'an dan hadist. Dengan bersumber dari Al-Qur'an dan hadist manusia bisa menerima dan memahami serta mengikuti ajaran Islam. Secara umum isi materi bimbingan dzikir yaitu dzikir yang diawali dengan membaca, Yaitu :

1. Istigfar

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ اللَّهُمَّ أَنْتَ السَّلَامُ وَمِنْكَ السَّلَامُ تَبَارَكْتَ يَا ذَا الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ

2. Al- Fatihah

أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ: بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ﴿١﴾ الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ﴿٢﴾ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ﴿٣﴾ مَالِكِ يَوْمِ الدِّينِ ﴿٤﴾ إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ ﴿٥﴾ اهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ ﴿٦﴾ صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ ﴿٧﴾ آمِينَ

3. Ayat Kursi

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

4. Bacaan Tasbih 33x

سُبْحَانَ اللَّهِ

5. Bacaan Tahmid 33x

الْحَمْدُ لِلَّهِ

6. Bacaan Takbir 33x

¹⁰¹ Wawancara dengan Bapak Parno, hari Rabu, tanggal 23 Juni 2021, pukul 11.06

اللَّهُ أَكْبَرُ

7. Bacaan Tahlil 33x

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ

8. Do'a

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ. الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ. حَمْدًا يُؤَافِي نِعَمَهُ وَيُكَافِي مَزِيدَهُ. يَارَبَّنَا لَكَ الْحَمْدُ وَلَكَ الشُّكْرُ كَمَا يَنْبَغِي لِجَلَالِ وَجْهِكَ وَعَظِيمِ سُلْطَانِكَ. وَعَلَى آلِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ. صَلَاةً تُنَجِّنَابَهَا مِنْ جَمِيعِ الْأَهْوَالِ وَالْآفَاتِ. وَتَقْضِي لَنَا بِهَا جَمِيعَ الْحَاجَاتِ. وَتُطَهِّرُنَا بِهَا مِنْ جَمِيعِ السَّيِّئَاتِ. وَتَرْفَعُنَا بِهَا عِنْدَكَ أَعْلَى الدَّرَجَاتِ. اَللَّهُمَّ إِنَّا نَسْأَلُكَ سَلَامَةً فِي الدِّينِ وَالْدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ وَعَافِيَةً فِي الْجَسَدِ وَصِحَّةً فِي الْبَدَنِ وَزِيَادَةً فِي الْعِلْمِ وَبَرَكَهَةً فِي الرِّزْقِ وَتَوْبَةً قَبْلَ الْمَوْتِ وَرَحْمَةً عِنْدَ الْمَوْتِ وَمَغْفِرَةً بَعْدَ الْمَوْتِ. اَللَّهُمَّ هَوِّنْ عَلَيْنَا فِي سَكَرَاتِ الْمَوْتِ وَالنَّجَاةِ مِنَ النَّارِ وَالْعَمَلِ عِنْدَ الْحِسَابِ. رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا ذُنُوبَنَا وَلِوَالِدَيْنَا وَلِمَنْ شَاءَ مِنْ أَرْوَاحِنَا وَلِمَنْ لَمْ نَعْلَمْ مِنْ أَرْوَاحِنَا وَلِمَنْ لَمْ نَعْلَمْ مِنْ أَرْوَاحِنَا وَلِمَنْ لَمْ نَعْلَمْ مِنْ أَرْوَاحِنَا وَلِمَنْ لَمْ نَعْلَمْ مِنْ أَرْوَاحِنَا. رَبَّنَا تَقَبَّلْ مِنَّا إِنَّكَ أَنْتَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ وَتُبْ عَلَيْنَا إِنَّكَ أَنْتَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ. رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ. وَصَلَّى اللَّهُ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ وَسَلَّمَ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ

Dalam konteks ini materi bimbingan dzikir digunakan sebagai upaya terwujudnya kebahagiaan lansia baik lahiriyah maupun batiniyahnya. Karena dengan adanya materi bimbingan yang diberikan kepada lansia ini, meningkatkan mental spiritual lansia dengan memberikan nilai-nilai ketakwaan dan keimanan untuk lansia, mereka akan lebih yakin bahwa semua ini adalah karunia dari Allah.

3. Metode Bimbingan

Metode bimbingan dzikir yang diterapkan untuk para lansia panti UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan berdasarkan dari hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan bapak Parno, peneliti mendapatkan keterangan bahwa dalam memberikan bimbingan kepada

lansia yaitu pembimbing mengucapkan bacaan dzikir dan kemudian lansia menirukannya bacaannya.

Selain itu, bimbingan dzikir juga terdapat media untuk mempermudah proses kegiatan yaitu media yang digunakan untuk menyampaikan materi kepada lansia adalah sebagai berikut ini:

- a. Lisan yaitu pemberian bimbingan secara langsung atau tatap muka dengan menggunakan lisan sebagai perantara untuk menyampaikan materi kepada lansia sehingga lebih mudah mengikuti proses bimbingan.
- b. Audio, yaitu pemberian bimbingan dengan menggunakan pengeras suara dalam menyampaikan materi, karena usia lansia bertambah jadi untuk fungsi indera pendengarannya juga mulai berkurang jadi biar semua lansia bisa mengikuti bimbingan maka diperlukan alat bantu pengeras suara.

Pada dasarnya kegiatan yang diberikan untuk lansia ini agar lansia di masa tua taat melaksanakan apa yang diperintahkan Allah untuk bekal nanti. Maka untuk itu diperlukan metode yang tepat untuk mencapai tujuan bimbingan ini. Metode bimbingan merupakan teknik penyampaian materi untuk para lansia supaya lansia dapat dengan mudah menerima dan memahaminya materi bimbingan yang diberikan oleh pembimbing saat proses kegiatan berjalan.

Ada beberapa metode yang digunakan oleh pembimbing panti yaitu metode bimbingan kelompok dan individu.

- a. Metode individu yaitu setiap pengasuh wisma juga pembimbing di wisma para lansia, dalam hal ini pengasuh melakukan percakapan langsung (face to face) dengan lansia. Dengan memberikan arahan ataupun motivasi kepada lansia agar lebih semangat menjalankan apa yang diperintahkan Allah dan menjauhi larangan-Nya dikehidupan.

- b. Metode kelompok yaitu dalam metode ini pengasuh maupun dari pembimbing melakukan melakukan bimbingan secara kelompok bertujuan agar para lansia bisa bersosialisasi dengan lansia lainnya dan menambah teman. Metode ini dilakukan agar dapat melihat kondisi para lansia saat proses bimbingan secara menyeluruh. Bapak Parno pembimbing UPT PSTW Magetan beliau mengatakan bahwa:

*“Saat proses kegiatan berlangsung ada media perantara untuk mempermudah dalam penyampaian materi kepada lansia dan pembimbing harus penuh kesabaran karena para lansia masanya tingkah lakunya kembali seperti anak kecil. Juga alat pendengarannya mbahnya semakin bertambah usia semakin berkurang jadi kita harus sabar dan biasa menggunakan pengeras suara agar mbah-mbah yang ada masalah pendengaran bisa mendengarkan apa kita bicarakan jadi mbahnya bisa mengikuti dari suara pengeras tadi mbk”.*¹⁰²

Dari penjelasan diatas pada dasarnya kegiatan bimbingan dzikir yang diberikan kepada lansia itu penekanannya agar lansia taat melaksanakan perintah Allah SWT untuk bekal lansia kelak di akhirat. Maka untuk itu diperlukan metode bimbingan dzikir yang tepat untuk bisa dengan metode yang diberikan penyampaian materi untuk para lansia bisa mudah dipahami dan diterima oleh lansia dan bisa mencapai tujuan bimbingan dzikir yang dilaksanakan di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan. Metode yang digunakan ada dua yaitu metode individu dan kelompok.

Pada dasarnya setiap manusia pasti menginginkan kebahagiaan hidupnya di dunia dan akhirat. Kebahagiaan tersebut bisa kita rasakan dengan cara mendekatkan diri kepada Allah SWT. Salah satu sarana untuk mencapai hal tersebut UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan dengan diadakan kegiatan bimbingan dzikir. Bimbingan dzikir yaitu bentuk

¹⁰² Wawancara dengan bapak Parno, hari Rabu, tanggal 23 Juni 2021, pukul 11.31

bantuan bersifat mental spiritual dengan mengingat, menyebut dan mengagungkan Allah terus-menerus, dan diberikan oleh pembimbing kepada lansia dengan harapan melalui kekuatan iman dan takwa kepada Allah SWT, lansia mampu mendapatkan kebahagiaan batin juga lahirnya baik di dunia maupun di akhirat.

Bimbingan dzikir di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan dalam meningkatkan kebahagiaan lansia yaitu dengan adanya kegiatan bimbingan dzikir untuk para lansia bisa dikatakan sebagai dakwah, karena dakwah merupakan usaha meningkatkan pemahaman keagamaan untuk mengubah pandangan hidup, sikap dan perilaku individu yang tadinya tidak sesuai dengan ajaran dalam Islam menjadi sesuai dengan yang dituntutkan dalam Islam untuk individu memperoleh kebahagiaan hidupnya di dunia maupun diakhirat kelak. Bagi para lansia bimbingan dzikir sangat dibutuhkan, karena dzikir menjadikan hati seseorang penuh dengan rasa cinta kasih terhadap sesama, juga sebagai salah satu jembatan penghubung manusia dengan Allah.

Bimbingan dzikir di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan kegiatannya dilakukan setiap setelah sholat fardhu dapat dikerjakan dalam kehidupan sehari-hari. Dzikir merupakan ibadah hati dan lisan yang mana tidak mengenal batasan waktu dan tempat, melalui berdzikir kepada Allah SWT bisa menumbuhkan keyakinan yang kuat dalam diri seseorang bahwa Allah satu-satunya segala sesuatu. Dengan berdzikir kepada Allah para lansia bisa menyerap energi positif baik dari dalam diri lansia maupun yang ada dalam semesta ini, juga menghidupkan kembali jiwa yang mati, seolah jiwa yang telah kehabisan energi kembali diisi sebagaimana harusnya sehingga jiwa lansia menjadi tenang, damai dan bahagia.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa bimbingan dzikir untuk lansia sangatlah penting, karena membantu lansia untuk mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar bisa mencapai

kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat. Usaha UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan dengan pemberian bimbingan dzikir kepada lansia untuk mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat kelak, yang menggunakan aspek religiusitas sebagai metode meningkatkan dan membangkitkan perasaan tentram dan bahagia serta mendorong lansia untuk selalu menyebut atau mengingat Allah SWT juga meningkatkan kedekatan diri kepada sang pencipta.

BAB IV

ANALISIS BIMBINGAN DZIKIR DALAM MENINGKATKAN KEBAHAGIAAN LANSIA DI UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA MAGETAN

A. Analisis Kondisi Kebahagiaan Lansia di UPT Pelayanan Sosial Magetan

Manusia merupakan makhluk ciptaan tuhan yang paling sempurna, baik secara rohani maupun jasmani. Kesempurnaan manusia dengan makhluk tuhan yang lain menjadikan manusia sebagai makhluk yang paling indah dan paling tinggi derajatnya. Keindahan manusia berpangkal pada diri manusia itu sendiri. Gambaran keindahan diri manusia tidak hanya dari aspek fisiknya namun juga tentang fungsi mental dan berbagai kemampuan seperti berpikir, mencipta, merasa, dan berkeyakinan. Aspek mental ini menyatu dengan aspek fisik sehingga membentuk diri manusia yang baik dan berkembang.¹⁰³

Manusia terdiri dari ruh dan jasad. Ruh asal mulanya ditempat yang suci (lauhul mahfud), ruh sangat bangga berada di alam aluhul mahfud, tapi ketika ruh mendapatkan kebahagiaan jasad, maka ruh menjadi tersiksa. Bagi ruh akan bahagia ketika menjadi jiwa yang tidak terbelengu oleh hal-hal yang bersifat materi. Dalam kehidupannya manusia selalu berharap memperoleh kebahagiaan. Kebahagiaan tidak bisa diukur oleh banyaknya harta dan tingginya derajat, tetapi kebahagiaan itu ada dalam hati.¹⁰⁴ Menurut Imam Al Ghazali, puncak kebahagiaan pada manusia adalah jika dia mencapai “makrifatullah”, dan kebahagiaan bisa diraih ketika kita telah memahami empat

¹⁰³ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2015), hlm 10.

¹⁰⁴ Andri Shaeful RS, “*rahasia kebahagiaan*”, jurnal aqidah dan filsafat Islam, hlm 103.

dasar yaitu pengetahuan tentang dirinya sendiri, pengetahuan tentang tuhan, pengetahuan tentang dunia dan pengetahuan tentang akhirat.¹⁰⁵

Setelah hasil penelitian pada bab III, maka bab IV ini peneliti membahas mengenai analisis kondisi kebahagiaan lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan. Analisis bagaimana pelaksanaan bimbingan dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.

Kebahagiaan yang sejati adalah kebahagiaan yang bukan pada fisik, melainkan terletak pada hati dan jiwa yang bersih. Menurut Al Ghazali, agar hati dan jiwa yang bersih bisa digapai, maka seseorang yang ingin bahagia harus menempuh beberapa tahap yaitu tobat, merupakan satu istilah yang meliputi dua hal penting yaitu ilmu perbuatan. Ilmu berkaitan dengan tobat adalah pengetahuan tentang akibat bahaya dosa, tobat berarti meninggalkan dosa dan berniatan untuk tidak mengulangnya lagi serta melupakan apa yang sudah berlalu. Tobat merupakan buah penyesalan di dalam hati, dan bukan perbuatan yang termasuk ikhtiar (pilihan).

Selanjutnya untuk meraih hati dan jiwa yang bersih yaitu sabar merupakan bangunan yang terdiri atas ilmu, ahwal dan amal. Setiap apa yang lakukan akan didorong menuju satu macam kesabaran sehingga tidak ada satu tindakann yang melampaui batas kelayakan. Untuk cara bersabar dalam beribadah adalah mengetahui bahwa sesungguhnya sabar akan dibalas dengan kebahagiaan yang abadi. Kesabaran akan dibalas jika seseorang itu tidak menceritakan kesabarannya kepada orang lain dan tidak merusaknya dengan *riya'*.¹⁰⁶

¹⁰⁵ Al Ghazali, *bahagia senantiasa kimia ruhani untuk kebahagiaan abadi*, (Jakarta: PT Serambi Ilmu semesta, 2007), hlm 8.

¹⁰⁶ Imam Al-Ghazali, *intisari ihya ulumuddin terjemahan mukhashar*, (Jakarta: PT Serambi Semesta Distribusi, 2017), hlm 484.

Meraih hati dan jiwa yang bersih selanjutnya, Fakir yaitu orang yang membutuhkan sesuatu yang tidak dimilikinya. Semua manusia dianggap fakir karena mereka butuh Allah untuk kelestarian wujud mereka. Seluruh wujud mereka berasal dari Allah dan mereka sama sekali tidak memiliki apa-apa. Kelompok fakir yang paling tinggi kedudukannya adalah orang yang keadaan batinnya tidak berubah baik saat ada harta sedikit ataupun banyak. Hatinya juga tidak disibukkan keinginan untuk memenuhi kebutuhan dirinya.¹⁰⁷

Selanjutnya untuk meraih hati dan jiwa yang bersih zuhud, hakikat zuhud adalah membenci sesuatu dan berpaling kepada sesuatu yang lain. Barang siapa yang meninggalkan kelebihan dunia, membencinya, dan menyenangkan akhirat, berarti ia adalah orang yang zuhud dari dunia. Tingkatan zuhud yang paling tinggi adalah ketika kau menjauhi segala sesuatu selain Allah SWT, termasuk akhirat. Ketahuilah kehidupan akhirat lebih baik dari kehidupan dunia dan amal yang muncul dari suatu keadaan adalah ketika seseorang merasakan kesenangan sempurna terhadap akhirat. Selanjutnya Tawakal adalah bersandarnya hati kepada satu-satunya yang layak disandari dan didasari oleh pengetahuan bahwa tidak ada apapun yang keluar dari pengetahuan dan kekuasaan-Nya.

Selanjutnya Cinta kepada Allah merupakan puncak cinta dan termasuk maqam yang paling tinggi. Cinta adalah kecenderungan kepada sesuatu karena dianggap menyenangkan. Sedangkan kemarahan adalah pelarian dari sesuatu karena dianggap tidak cocok. Semakin besar kenikmatan yang diberikan maka semakin ia dicintai. Dan terakhir adalah Iklas yaitu segala sesuatu yang bisa dicampuri sesuatu yang lain jika sesuatu itu bersih dan terhindar dari campuran

¹⁰⁷ Imam Al Ghazali, Intisari Ihya Ulumuddin, terjemahan Mukhtashar, (Jakarta: PT Serambi Semesta Distribusi, 2017), hlm 498- 524

sesuatu yang lain maka disebut murni. Dan jika berkaitan dengan perbuatan maka perbuatan yang bersih dari campuran disebut perbuatan yang ikhlas.¹⁰⁸

Semua manusia pasti menginginkan kebahagiaan dalam kehidupannya, begitu juga dengan para lansia menginginkan kebahagiaan di masa tuanya, dan manusia akan bekerja keras untuk mencapai tingkat kebahagiaan dengan jalannya sendiri sesuai dengan tradisi, ilmu, dan keyakinan yang ia miliki. Kebahagiaan adalah kondisi hati yang dipenuhi keyakinan (iman) dan berperilakunya sesuai dengan keyakinannya itu. Menurut Imam Al Ghazali puncak kebahagiaan manusia adalah jika dia meraih “Makrifatullah”. Dan kebahagiaan itu kita ketika kita sudah memahami empat dasarnya yaitu pengetahuan tentang diri sendiri, pengetahuan tentang tuhan, pengetahuan tentang dunia dan pengetahuan tentang akhirat.¹⁰⁹ Kebahagiaan ini merujuk pada makrifat Allah baik di dunia maupun diakhirat, jika keempat dasar kita pahami terkait meraih kebahagiaan, maka untuk memperoleh kebahagiaan yang sejati maka harus memahami empat dasar tadi yakni sebagai berikut:

a. Pengetahuan tentang diri

Ma’rifah Al Nafs (mengenal diri sendiri). Lansia harus memahami diri Strategi berawal harus memahami tentang diri sendiri dengan sebenarnya sampai pada suatu kesadaran dan pengetahuan yang tinggi tentang apa sebenarnya diri itu sendiri, dari mana asalnya dan untuk apa diciptakan. Pengetahuan tentang mengenal diri sendiri adalah menyadari bahwa kita terdiri dari bentuk luar yang disebut jasad, dan wujud dalam yang disebut dengan hati atau ruh. Pengetahuan tentang wujud dan sifat-sifatnya inilah merupakan kunci dari pengetahuan tentang tuhan. Mengenali penciptaan dirinya akan membawa seseorang menuju keberadaan Tuhan. Seseorang

¹⁰⁸ Ibid, hlm 588-597.

¹⁰⁹ Al Ghazali, bahagia senantiasa kimia ruhani untuk kebahagiaan abadi, (Jakarta: PT Serambi Ilmu Semesta, 2007), hm 8.

tidak akan memapu mencapai derajat ma'rifatullah sebelum ia paham betul dirinya sendiri, dengan begitu kemampuan manusia dalam mencapai ma'rifatullah bergantung pada kemampuannya mengenal diri sendiri lebih dalam lagi.¹¹⁰ Kunci pengenalan terhadap Allah (makrifatullah) adalah mengenal lebih dalam diri sendiri, karena yang tau semuanya diri kita bukan dari orang lain. Dan sebagaimana firman Allah SWT dalam surat A'raf ayat 174 yang berbunyi:

وَكَذَلِكَ نَفَصِّلُ الْآيَاتِ وَلَعَلَّهُمْ يَرْجِعُونَ

Yang artinya: "Dan demikianlah kami menjelaskan ayat-ayat itu, agar mereka kembali (kepada kebenaran)". (Surat Al-A'raf ayat 174)

Tidak ada yang lebih dekat kepada kita, kecuali diri kita sendiri. Pengetahuan tentang diri sendiri, ada dalam pengetahuan tentang hal-hal sebagai berikut ini; tentang siapakah anda, dan dari mana anda datang? Kemana anda pergi, apa tujuan anda datang lalu tinggal sejenak disini, serta dimanakah kebahagiaan dan kesedian anda sebenarnya berada. Sebelum mengetahui hal-hal diatas, tak akan bisa menemukan dimana letak kebahagiaan yang sebenarnya.¹¹¹

Langkah pertama menuju pengetahuan tentang diri adalah menyadari bahwa kita terdiri dari bentuk luar yang disebut jasad, dan wujud dalam yang disebut dengan hati atau ruh. Pengetahuan tentang wujud dan sifat-sifatnya inilah merupakan kunci dari pengetahuan tentang tuhan. Untuk melanjutkan peperangan ruhaniah demi mendapatkan pengetahuan tentang diri dan tentang Allah SWT, jasad bisa digambarkan sebagai suatu kerajaan, jiwa (ruh) sebagai rajanya serta berbagai indera dan fakultas lain

¹¹⁰ Al Ghazali, *bahagia senantiasa kimia ruhani untuk kebahagiaan abadi* (Jakarta: PT Serambi Ilmu Semesta, 2007), hlm 8

¹¹¹ Ibid, hlm 9-10.

sebagai tentaranya. Nalar (akal) bisa disebut sebagai wazir atau perdana menteri, nafsu sebagai pemunggut pajak, dan amarah sebagai petugas polisi. Keduanya harus ditempatkan dibawah raja, tetapi tidak dibunuh atau diungguli mengingat bahwa mereka memiliki fungsi-fungsi tersendiri yang harus dipenuhi, tapi jika nafsu dan amarah menguasai nalar maka tak bisa tidak keruntuhan jiwa pasti terjadi. Jiwa yang membiarkan fakultas-fakultas yang lebih rendah untuk menguasai yang lebih tinggi ibarat seseorang yang menyerahkan seorang bidadari kepada kekuasaan seekor anjing, atau seorang Muslim kepada tirani penguasa yang dzalim.¹¹²

Bukan hanya dengan nalar pengetahuan capaian dan intuitif, jiwa seseorang bisa menempati tingkatan paling utama diantara makhluk lainnya, tetapi juga dengan nalar kekuatan. Jiwa yang telah mencapai suatu tingkatan kekuatan khusus, tidak saja mengatur jasadnya sendiri tetapi juga jasad orang lain. Jika mereka ingin agar seseorang yang sehat jatuh sakit, maka sakitlah orang itu atau jika ia inginkan hadirkan seseorang, maka datanglah orang itu kepadanya. Sesuai dengan baik buruknya akibat yang ditimbulkan oleh jiwa yang sangat kuat ini, hal tersebut diistilahkan sebagai mukjizat dan sihir. Jiwa ini berbeda dengan orang biasa dalam tiga hal yaitu sebagai berikut:

1. Yang hanya dilihat oleh orang-orang lain sebagai mimpi, mereka lihat pada saat-sat jaga.
2. Kehendak orang lain mempengaruhi jasad mereka, jiwa ini, dengan kekuatan kehendaknya, bisa juga menggerakkan jasad-jasad diluar mereka.

¹¹² Al Ghazali, *bagia senntiasa kimia ruhani untuk kebahagiaan abadi* (Jakarta: PT Serambi Ilmu Semesta), hlm 10-14

3. Pengetahuan yang oleh orang lain diperoleh dengan belajar bersungguh-sungguh, sampai mereka lewat intuisi.¹¹³

Tentunya buka tiga tanda ini sajalah yang membedakan mereka dari orang-orang biasa, melaikan hanya ketiganya itulah yang bisa kita ketahui. Sebagaimana halnya, tidak ada sesuatu pun yang mengetahui sifat-sifat Allah yang sebenarnya, kecuali Allah sendiri. Setiap individu yang mengkaji persoalan ini akan melihat bahwa kebahagiaan memang berkaitan dengan pengetahuan tentang Tuhan. Tiap fakultas dalam diri kita senang dengan sesuatu yang untuknya ia diciptakan. Syahwat senang memuaskan nafsu, kemarahan senang membalas dendam, mata senang melihat objek-objek yang indah dan telinga senang mendengar suara-suara yang selaras. Fungsi tertinggi jiwa manusia adalah pencerapan kebenaran, karena itu dalam mencerap kebenaran tersebut ia mendapatkan kesenangan tersendiri. Dan makin tinggi materi subjek pengetahuan di dapatnya, makin besarlah kesenangannya.¹¹⁴

Suatu bagian penting dari pengetahuan kita tentang Tuhan timbul dari kajian atas jasad kita sendiri yang menampakan pada kita kebijaksanaan, kekuatan serta cinta pada sang pencipta. Dalam bab ini, kita telah berusaha sampai tingkat tertentu untuk memaparkan kebesaran jiwa manusia, seseorang yang mengabaikannya dan menodai kapasitasnya dengan karat atau memerosotkannya, pasti menjadi pihak yang kalah di dunia dan di dunia yang akan mendatang. Kebesaran manusia yang sebenarnya terletak pada kapasitasnya terus meraih kemajuan. Dan sesuatu

¹¹³ Ibid, hlm 18

¹¹⁴ Al Ghazali, *bagia senntiasa kimia ruhani untuk kebahagiaan abadi* (Jakarta: PT Serambi Ilmu Semesta), hlm 22

yang menguntungkannya tidak bisa diperoleh kecuali dengan kesusahan dan kesulitan.¹¹⁵

Seseorang yang lebih mengenali dirinya akan membawa individu menuju pada pemahaman tentang keberadaan Allah. Bapak Parno mengatakan jika seseorang lebih mengenal dirinya lebih dalam, maka ia juga akan mengenal Allah. Kita hidup di dunia pasti ada tujuan dan tujuannya yaitu agar kita beribadah kepada Allah, juga menjalankan apa yang diperintah dan menjauhi apa yang dilarang-Nya. Di dunia kita mencari bekal untuk di akhirat perbanyak amalan sholeh dan mengantarkan kita semakin dekat dengan Allah akan merasakan hidupnya tenang, ayem dan banyak bersyukur dengan hidup kita, mencari ridho-Nya, jika kelak kita meninggal dunia semoga khusnul khotimah.¹¹⁶

Berdasarkan hasil wawancara dengan pak BI sebelum berada dipanti beliau merasa kesepian, gelisah dan merasa tidak tenang dan akhirnya Bapak Bi memutuskan tinggal di panti UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan tanpa ada paksaan orang lain. Dan setelah berada di panti UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan beliau sudah tidak merasa kesepian karena sekarang sudah banyak teman dan juga didukung kegiatan yang diadakan oleh panti. Terkait bimbingan dzikir yang dilakukan setiap malem jum'at dan juga setiap habis selesai sholat sangat ada manfaatnya bisa mengenal lebih dekat dengan Allah dan membuat hati tenang. Kita sebagai umat Islam harus mengenal Allah dengan baik, karena-Nya kita bisa hidup, sebelum mengenal Allah kita mengenal diri jadi tau apa tujuan hidup di dunia ini, kita di dunia itu cuma sebentar dan harus kita membekali dengan amalan sholeh, menjalankan ibadah yang diperintahkan Allah dengan itu kita bisa dekat dengan Allah dan selalu dalam lindungan-

¹¹⁵ Ibid, hlm 29.

¹¹⁶ Wawancara dengan bapak Parno: hari Rabu, tanggal 23 Juni 2021 pukul 11.05.

Nya, dengan mengamalkan ibadah. Karena kunci dari ingin bahagia berawal dari diri sendiri, yang kemudian kita berusaha untuk mencarinya agar mendapatkan kebahagiaan itu dikehidupan.¹¹⁷

Rasa bahagia muncul dari dalam diri sendiri berupa sikap hidup bukan dari luar seperti harta, kekayaan, kekuasaan dan sebagainya, tapi sikap hidup adalah merasa cukup dan mensyukuri apa yang diperoleh, bersabar dan senang dengan kehidupannya. Dalam menjalani kehidupan ini kadang-kadang mengalami kesulitan atau penderitaan seperti krisis ekonomi, menghadapi keadaan seperti itu individu dianjurkan untuk bersabar supaya keadaan dunia tidak bertambah sulit yang kemudian membuatnya menjadi tidak bahagia. Jika seseorang bersabar dan mensyukuri nikmat yang ia dapat maka bahagia akan ia dapatkan¹¹⁸

Berdasarkan wawancara dari lansia juga pembimbing pengetahuan tentang diri sendiri adalah kunci pengetahuan tentang Tuhan. Jadi manusia yang mengenal dan dekat dengan Allah akan mendapatkan kebahagiaan batin dan lahirnya dengan itu hati kita jika selalu dekat Allah akan menjadi tenang dan bahagia.

b. Pengetahuan tentang Tuhan

Pengetahuan tentang Tuhan diperoleh lewat cahaya, cahaya yang diberikan Allah berupa akal pikiran manusia. Dengan akal kita mampu merenungkan tentang Tuhan. Adanya akal juga, yang membawa manusia memiliki derajat lebih tinggi dari hewan. Pandangan manusia tentang tuhan akan menentukan nasibnya di masa depan. Karena pengetahuan tentang Tuhan merupakan satu-satunya subjek pengetahuan tertinggi sehingga

¹¹⁷ Wawancara dengan bapak BI: hari Senin 21 Juni 2021, pukul 10.41

¹¹⁸ Sudirman Tebba, Tasawuf positif (Jakarta: Prenada Media, 2003), hlm 41

seseorang yang bisa meraihnya pasti akan merasakan puncak kebahagiaan. Hati merupakan sarana untuk mengenal Allah SWT.

Mengenal Allah adalah kewajiban bagi setiap manusia, jadi sebagai manusia kita harus mengenal Allah. Sebuah hadits nabi SAW yang terkenal terkenal berbunyi: “Dia yang mengenal dirinya, mengenal Allah”. Artinya, dengan merenungkan wujud dan sifat-sifatnya, manusia sampai pada sebagian pengetahuan tentang tuhan. Tetapi karena banyak orang yang merenungkan dirinya tidak juga menemui tuhan, berarti tentunya ada cara-cara tersendiri untuk melakukan hal tersebut.¹¹⁹ Kenyataannya ada dua metode untuk bisa sampai pada pengetahuan ini. Salah satunya diantaranya yaitu musykil sehingga tidak bisa dicerna dengan kecerdasan biasa dan karenanya lebih baik tidak dijelaskan. Metode yang lain adalah sebagai berikut, jika manusia merenungkan dirinya, ia akan tahu bahwa sebelumnya ia tidak ada sebagai firman Allah dalam surat Maryam ayat 67 yang berbunyi

أَوَلَا يَذْكُرُ الْإِنْسَانُ أَنَّا خَلَقْنَاهُ مِنْ قَبْلُ وَلَمْ يَكُ شَيْئًا

Artinya: dan tidaklah manusia itu memikirkan bahwa sesungguhnya Kami telah menciptakannya dahulu, sedang ia tidak ada sama sekali? (Surat Maryam ayat 67).

Selanjutnya ia diketahui bahwa ia terbuat dari satu tetes air yang tidak mengandung intelek, pendengaran, kepala, tangan, kaki dan sebagainya. Dari sini jelaslah bahwa, setinggi apapun tingkat kesempurnaannya ia tidak menciptakan dirinya dan tidak pula ia mampu menciptakan seutas rambut sekalipun. Betapa sangat tak berdayanya ia pada waktu bau hanya berupa setetes air itu jadi. Sebagaimana kita lihat pada bab pertama (pengetahuan tentang diri), dia dapati pada wujudnya sendiri terpantulkan, katakanlah, suatu miniature kekuasaan, kebijakan dan cinta

¹¹⁹ Ibid, hlm 30

sang pencipta. Jika semua orang pandai dari seluruh dunia dikumpulkan dan hidup mereka diperpanjang sampai waktu yang tidak terbatas, tidak akan bisa mereka hasilkan perbaikan apapun yang atas satu bagian saja dari bangun jasad manusia.¹²⁰

Kebahagiaan sejati tidak bisa dilepaskan dari makrifat mengenal tuhan. Kita memasuki lebih dalam seruan-seruan yang melekat di bibir orang-orang mukmin: “*Subhanallah, Alhamdulillah, La Ilaha Illallah, Allahu Akbar.*” Mengenai yang terakhir kita bisa berkata bahwasannya hal itu tidaklah berarti, bahwa Allah lebih besar dari penciptaan, karena penciptaan adalah pengejawantahan-Nya, sebagaimana cahaya pengejawantahan matahari. Dan tidak benar kalau dikatakan bahwa matahari lebih besar dari cahayanya sendiri. Hal itu lebih berarti bahwa kebesaran Allah sama sekali melampaui kemampuan kognitif dan kita hanya bisa membentuk suatu gagasan yang amat kabur dan tidak sempurna tentang-Nya.¹²¹

Jadi, seruan Allahu Akbar berarti bahwa kebesaran-Nya, jauh melampaui kemampuan pemahaman kita. Lagi pula, pengetahuan tentang Allah tidak sempurna seperti sebagaimana yang bisa kita peroleh, bukanlah sekedar suatu pengetahuan spekulatif belaka melainkan juga dibarengi dengan penyerahan dan ibadah. Jika seseorang meninggal dunia, ia hanya akan berurusan dengan Allah SWT. Dan jika kita harus hidup bersama seseorang, kebahagiaan kita bergantung sepenuhnya pada tingkat kecintaan yang kita rasakan kepadanya. Cinta adalah benih kebahagiaan, dan cinta kepada Allah ditumbuhkan dan dikembangkan oleh ibadah. Ibadah dan dzikir yang terus menerus seperti itu mengisyaratkan suatu tingkat tertentu

¹²⁰Al Ghazali, *bahagian senantiasia kimia ruhani untuk Kebahagiaan abadi* (Jakarta: PT Serambi Ilmu Semesta, 2007), hlm 32

¹²¹ Ibid, hlm 41

dari keprihatinan dan pengekangan nafsu badaniah, hal ini tidak berarti bahwa seseorang diharapkan untuk sama sekali memusnahkan nafsu badaniah itu karena jika demikian halnya, maka ras manusia akan musnah.¹²²

Dalam proses mencapai kebahagiaan pertama mengenal diri sendiri, jika kita mengenal diri kita sendiri maka kita juga mengenal Tuhannya. Ibu SR sebelum tinggal di panti beliau bekerja meranta, beliau disela-sela waktunya selesai bekerja masih menyempatkan dengan mengikuti yasinan rutin didesa karena untuk kebaikan diri sendiri dan juga mendekatkan dengan Allah adanya cinta dengan-Nya kita akan merasa tentram hidupnya.¹²³ Ibu SR mengikuti bimbingan dengan suka hati tanpa ada paksaan, karena hal yang baik jika diikuti dengan seneng hati maka hasilnya akan maksimal. Menurut beliau bimbingan ini banyak memberikan dampak positifnya dalam kehidupan sehari-hari seperti memanfaatkan waktu luang dengan hal yang baik, dekat dengan Allah karena kita sebagai manusia tugasnya beribadah untuk bekal nanti kita jika sewaktu-waktu dipanggil oleh Allah kita sudah ada siap dan sudah ada bekal, dan dengan dzikir mengingat Allah membuat hati merasa tenang.

Pengetahuan tentang tuhan merupakan satu-satunya objek pengetahuan tertinggi sehingga orang yang berhasil meraihnya pasti akan merasakan puncak kesenangan. Berdasarkan wawancara dengan lansia Orang yang mengenal dan cinta pada Allah, ia akan merasakan hidupnya tenang. Salah satu cara mengenal Allah dengan cara tafakkur alam. Melihat dan memikirkan berbagai ciptaan-Nya. Alam yaitu bentuk cinta dari Allah

¹²² Ibid 42

¹²³ Wawancara dengan ibu SR: hari Senin, tanggal 21 Juni 2021, pukul 10.09

untuk hamba-hamba-Nya, jadi dengan mengenali penciptaan dirinya, manusia akan mengetahui keberadaan-Nya.

c. Pengetahuan tentang dunia

Ketiga setelah pengetahuan tentang diri dan tuhan sudah dikuasai maka meningkat pula pengetahuan tentang dunia ini. Dunia ini adalah panggung atau pasar yang disinggahi oleh para musafir di tengah perjalanannya ke tempat lain. Disinilah mereka membekali diri dengan berbagai pembekalan untuk perjalan hidupnya.¹²⁴ Disini manusia menggunakan indra jasmaninya untuk memperoleh sejumlah pengetahuan tentang karya-karya Allah. Suatu pandangan tentang-Nya akan menemukan kebahagiaan, untuk memperoleh pengetahuan inilah ruh manusia diturunkan ke alam ini. Sementara manusia berada di dunia ini ada dua hal yang perlu untuknya yaitu pertama: perlindungan dan pemeliharaan jiwa; kedua yaitu perawatan dan pemeliharaan jasadnya. Pemeliharaan yang tepat untuk jiwanya adalah pengetahuan dan cinta akan Allah. Terserap ke dalam kecintaan akan segala sesuatu selain Allah berarti keruntuhan jiwa. Jiwa juga mesti dirawat.

Dunia ini cenderung menipu dan memperdaya manusia, banyak manusia yang hanya mementingkan dunia, karena dunia ini sebagai tempat tinggal yang abadi dan menyusun rencana kedepannya untuk meraih apa yang diinginkan manusia di dunia. Di dunia gunakan waktu dengan sebaik mungkin dan jangan terlalu mengejar dunia sebaiknya kita mengenal lebih dalam diri kita, maka ia benar-benar mengenal Allah dan mereka mampu mewarnai dirinya dengan segala macam bentuk ibadah di dunia untuk bekal kelak di akhirat. Di dunia ini selama hidup manusia ada dua hal penting

¹²⁴ Al Ghazali, *bahagia senantiasa kimia ruhani untuk kebahagiaan abadi* (Jakarta: PT Serambi Ilmu Semesta), hlm 48

yang perlu ada pada dirinya yaitu pertama perlindungan dan pemeliharaan jiwanya; kedua perawatan pemeliharaan jasadnya. Pemeliharaan yang tepat atas jiwanya adalah pengetahuan dan cinta kepada Allah.¹²⁵

Ibu NH salah satu lansia panti UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan sebelum tinggal di panti beliau tidak ada tempat tinggal dan merasa sepi tidak ada teman. Beliau akhirnya dibawa oleh petugas jalan ke panti UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan dan langsung betah karena disana banyak teman dan merasa tidak sepi lagi, tempatnya nyaman dan juga ditunjang oleh pemerintah biaya hidupnya. Ibu NH dulunya berusaha keras menghabiskan waktu dan tenang untuk kehidupannya demi kesenangan hidup di dunia. Setelah berada di panti Ibu NH mengikuti kegiatan bimbingan ataupun kegiatan lainnya yang diadakan panti dengan suka hati dari dirinya karena di dunia kita banyak melakukan ibadah yang diperintah Allah dan mengamalkannya. Sehingga sekarang beliau lebih rajin dalam beribadah shalat, dzikir, juga membaca Al-Qur'an. Ibu NH mengakui bahwa beliau merasa senang, damai dan menggunakan waktu dengan hal yang bermanfaat, setelah mengikuti kegiatan dzikir di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.¹²⁶

Orang yang mengenal dan cinta Allah akan merasakan hidupnya bahagia. Seseorang akan dihadapkan dengan masalah-masalah kehidupan yang ada dengan adanya masalah-masalah membuat manusia semakin banyak pengalaman dan matang dalam menghadapi permasalahan yang ada sehingga kemungkinan besar manusia akan menemukan kebahagiaan yang lebih baik dan bisa mensyukuri kehidupannya. Allah yang mencintai hamba-Nya, maka dia akan menurunkan cobaan untuk hamba-Nya, jika manusia

¹²⁵ Al Ghazali, *bahagia senntiasa kimia ruhani untuk kebahagiaan abadi* (Jakarta: PT Serambi Ilmu Semesta), hlm 50

¹²⁶ Wawancara dengan ibu NH: hari Senin, 21 Juni 2021, pukul 10.19.

bisa menghadapi cobaan dengan ikhlas lapang dadadan juga diiringi dengan ibadah mendekatkan diri kepada Allah dan meminta pertolongan-Nya maka ia akan mendapatkan kebahagiaan.

d. Pengetahuan tentang Akhirat

Keempat pengetahuan yang harus dikuasai adalah pengetahuan tentang ahkirat, dalam Al-Qur'an dan Sunnah memberikan pengetahuan bahwa kehidupan di akhirat ada yang namanya konsep surga dan siksa neraka. Namun, hal yang penting tapi sering terlupakan adalah adanya surga ruhani dan neraka ruhani. Mengenai surga ruhani, Allah berfirman kepada Nabi-Nya *“Tak pernah dilihat mata, tak pernah didengar telinga, dan tak pernah terlintas dalam hati manusia, itulah nikmat harus disiapkan bagi orang yang bertakwa”*.

Bentuk neraka ruhani yang pertama adalah berpisahannya seseorang secara paksa dari dunia yang dicintainya atau kematian. Kedua rasa malu, ketika seseorang dibangkitkan dari kuburnya untuk melihat hasil perbuatan selama di dunia. Ketiga adalah kekecewaan dan kegagalan mencapai objek eksistensi yang sejati. Manusia itu diciptakan untuk memantulkan cahaya pengetahuan tentang tuhan, bila manusia selama hidupnya di dunia tertutup nafsu dunia maka akibatnya di akhirat nanti ia akan gagal mencapai tujuan penciptaannya.¹²⁷ Semua derita yang ditanggung jiwa setelah kematian disebabkan oleh cinta dunia yang berlebihan. Urusan utama manusia hidup di dunia adalah untuk mempersiapkan dirinya untuk masa di akhirat.

Bapak WS merupakan salah satu lansia UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan, sebelum berada di panti beliau menghabiskan waktunya untuk bekerja demi kehidupannya sehari-hari dan akhirnya beliau

¹²⁷ Al ghazali, *bahagiaaan senantiasa kimia ruhani untuk kebahagiaan abadi* (Jakarta: PT Serambi Ilmu Semesta, 2007), hlm 53

memutuskan tinggal di panti. Di panti juga banyak teman dari berbagai daerah, banyak kegiatan untuk mengisi waktu kosongnya dengan kegiatan yang bermanfaat disisa waktunya dengan lebih mendekatkan dirinya kepada Allah adanya bimbingan ini bapak Ws juga merasakan ada manfaatnya untuk diri ada perasaan bahagia tersendiri yang beliau dapat dari kegiatan itu yang letaknya dihati.¹²⁸ Kita harus ingat akan kematian, jadi cari bekal dengan beribadah kepada Allah melakukan akan yang diperintah-Nya dan menjauhi apa larangan-nya. Urusan utama manusia hidup di dunia adalah mempersiapkan dirinya dengan sebaik mungkin, jika sudah dipanggil kembali kehadapan-Nya siap dan semoga meninggalnya khusnul Khotimah.

Manusia diciptakan untuk memantulkan cahaya pengetahuan tentang Tuhan, dan pengetahuan tentang akhirat yang kenal akan membawa kita ke surga atau neraka tergantung amal dan ibadah yang kita lakukan selama di dunia. Adapun kebahagiaan akhirat bisa dirasakan oleh seseorang jika telah sampai pada kesempurnaan jiwa rasionalnya. Kesempurnaan jiwa rasional tergantung dari upaya menjaga keseimbangan dan kontinuitas amal selama di dunia. Jika upaya bisa dilakukan maka kita akan memperoleh kebahagiaan.

Dari penjelasan diatas seseorang bisa dikatakan meraih puncak kebahagiaan jika orang tersebut sudah meraih makrifatullah dan mereka memahami empat dasarnya yaitu pengetahuan tentang diri sendiri, pengetahuan tentang tuhan, pengetahuan tentang dunia, dan pengetahuan tentang akhirat.

¹²⁸ Wawancara dengan Bapak Ws: hari Senin, Tanggal 21 Juni 2021

B. Analisis Pelaksanaan Bimbingan Dzikir Dalam Meningkatkan Kebahagiaan Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan

Sub bab ini akan fokus analisis terkait tentang pelaksanaan bimbingan dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.

1. Analisis pelaksanaan bimbingan dzikir pada lansia

Pelaksanaan Bimbingan dzikir di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan merupakan rangkaian kegiatan berupa pemberian bantuan di bidang mental spiritual yang dilakukan secara rutin dan dipandu oleh pembimbing. Kegiatan bimbingan dzikir sangatlah berperan sekali dalam meningkatkan kebahagiaan pada lansia dan bimbingan ini juga membantu lansia agar memenuhi kebutuhan psikologinya dan mereka bisa hidup selaras dalam ketentuan sesuai yang diperintahkan Allah SWT. Kegiatan bimbingan ini bertujuan untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT juga mendapatkan kebahagiaan batin juga ketenangan jiwa dan meningkatkan kualitas iman dan takwa lansia

Kegiatan ini bimbingan dzikir adalah upaya bantuan yang dilakukan seseorang menggunakan kalimat-kalimat dzikir yang dihayati, dibatin ataupun diucap dengan suara keras dilakukan secara berulang-ulang. Dan dilaksanakan setiap selesai sholat wajib lima waktu di mushola husnul khotimah. Pemberian bimbingan dalam kegiatan dzikir dipandu oleh pembimbing, setiap seminggu sekali setiap malem jum'at sehabis sholat magrib kegiatan dzikirnya mendatangkan instruksi dari luar sehabis sholat lanjut dzikir dan disertai baca yasin dan tahlil yang tujuannya adalah untuk mengirimkan do'a untuk keluarga yang sudah meninggal. Tetapi jika instruksi tidak bisa hadir beliau konfirmasi dulu kepada pembimbing panti

jika beliau berhalangan hadir, maka masih ada yang menggantikan dan kegiatan dzikir tetap bisa berjalan seperti biasanya.

Terkait pelaksanaan bimbingan dzikir di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan objek dari bimbingan dzikir ini adalah para lansia yang hampir habis masa usianya dengan berbagai permasalahan yang dihadapinya baik secara psikis maupun fisiknya. Sehingga lansia sering mengalami despresi, merasa tidak berguna, sering meninggalkan ibadah, tidak tenang dan kesepian. Bimbingan ini sangatlah berperan sekali untuk mendekatkan diri dengan Allah dan meningkatkan iman, takwa para lansia panti dan juga bimbingan ini sangat dibutuhkan oleh lansia untuk membantu para lansia agar dapat memenuhi kebutuhan psikologinya dan dapat hidup selaras sesuai ketentuan dan petunjuk Allah dalam Islam.

2. Materi bimbingan

Materi bimbingan adalah pesan-pesan yang disampaikan oleh pembimbing kepada lansia yang bersumber pada Al-Qur'an dan hadist.¹²⁹ Keberhasilan suatu bimbingan juga ditentukan dari pembimbing dan lansia juga ditentukan oleh unsur materi. Pelaksanaan bimbingan dzikir UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan Materi yang diberikan kepada lansia yang terpenting adalah materi yang dapat meningkatkan rasa bahagia pada lansia. Berdasarkan dari hasil wawancara dan observasi dengan pembimbing dan lansia UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan yaitu memberikan panduan dzikir, kemudia para lansia menirukan apa yang diucapkan pembimbing atau imam sholat berjamaah. Langkah-langkah dalam proses kegiatan bimbingan mental di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan, yaitu: sholat jamaah di musholah husnul khotimah, lanjut

¹²⁹ Masduki & Sabri shaleh anwar, *Filosofi dakwah kontemporer*, (Riau: PT Indragiri Dot Com, 2018), hlm 66.

Bacaan dzikir, dzikir disini bacaan seperti pada umumnya yang diawali dengan bacaan istighfar, dilanjut dengan surat al fatihah, ayat kursi, tasbih, tahmid, takbir, kalimat thayyibah dan diakhiri membaca do'a penutup.¹³⁰

Dalam bimbingan yang terpenting yaitu materi yang diberikan bisa membuat ketenangan hati para lansia, membuat lebih bersyukur dalam menikmati kehidupannya saat ini. Manfaat adanya bimbingan ini membantu para lansia meningkatkan keimanan, ketaqwaan kepadanya kepada Allah SWT. Berdasarkan deskripsi di atas dapat disimpulkan bahwa materi bimbingan dzikir di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan materi dzikirnya seperti dzikir pada umumnya dikehidupan sehari-hari tidak yang panjang-panjang, bacaan pendek dan mudah untuk lansianya. Selesai sholat jamaah lanjut dengan dzikir yang diawali dengan baca istighfar, surat al fatihah, ayat kursi, tasbih tahmid, takbir, tahlil dan diakhiri dengan do'a penutup.

Dalam pelaksanaan kegiatan bimbingan, semua ajaran Islam yang diberikan untuk lansia atau mad'u oleh pembimbing atau da'I yaitu bersumber pada Al-qur'an dan hadits. Berdasarkan observasi dan wawancara yang peneliti lakukan terhadap lansia UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan diperoleh respon yang positif dan baik oleh lansianya. Semoga dengan itu para lansia bisa mengamalkan bacaan dzikir selesai sholat jika ada waktu longgar ataupun jika lansia sedang berhalangan tidak bisa jamaah sholat di mushola beliau bisa melakukan sendiri di wismanya masing-masing. Bagi para lansia mereka merasa tenang, ayem tentrem dan selalu mendekatkan diri kepada Allah semoga mendapatkan kebahagiaan yang sejati di dunia dan akhirat. Materi dzikir yang disampaikan oleh pembimbing membuat lansia lebih berserah diri

¹³⁰ Wawancara dengan Bapak Parno, hari rabu, tanggal 23 juni 2021, pukul 10.45.

kepada Allah semoga mendapatkan pertolongan Allah dan merasakan hidupnya tenang dan bahagia.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa materi bimbingan dzikir di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan berpedoman pada Al-Qur'an dan hadist. Pemberian materi tersebut dapat membantu para lansia dalam meningkatkan iman dan takwa, juga meningkatkan kebahagiaan lahir dan batin lansia dengan mengamalkan dzikir yang dimilikinya dalam kehidupan sehari-hari.

3. Metode bimbingan

Metode yang dilaksanakan di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan dalam bimbingan dzikir tentunya sangatlah penting dan hal ini juga dapat menentukan keberhasilan akan tersampainya materi atau ilmu yang disampaikan oleh pembimbing sehingga lansia dapat mengamalkan materi yang ia miliki secara baik dan optimal. Adapun metode bimbingan yang dilaksanakan di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan adalah dengan menggunakan dua metode yaitu metode individu dan kelompok.

Dalam menggunakan metode individu dengan pendekatan psikologis, karena metode individu sangat relevan dimana pengasuh wisma juga sebagai pembimbing untuk lansia di setiap wisma dapat mengetahui kondisi perasaan yang dirasakan dan dialami lansia sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan bimbingan. Dalam menggunakan metode individu setiap pengasuh wisma juga pembimbing untuk lansia melakukan percakapan langsung (face to face) dengan lansia dengan memberikan arahan atau motivasi kepada lansianya agar mereka lebih semangat menjalankan kehidupannya sesuai dengan ajaran agama, jika lansia yang punya masalah mereka dengan terbuka menceritakan kepada pengasuh apa

yang mereka rasakan jadi pengasuh memahami apa yang sedang dirasakan klien wismanya sehingga pengasuh mencari solusinya sehingga itu lansia akan merasa tenang, tapi jika nanti masalah yang lansia tidak bisa diselesaikan oleh pengasuh nanti dibawa keruang bimbingan ada yang nama cc atau istilahnya pembahasan khusus.

Sedangkan metode kelompok pengasuh wisma maupun dari pembimbing melakukan bimbingan kelompok. Metode ini dilakukan agar dapat melihat kondisi para lansia saat proses bimbingan secara menyeluruh dan tau masalah yang mereka hadapi apa saja, jika ada kasus yang tidak bisa diselesaikan oleh pengasuh wisma nanti akan dibawa keruang bimbingan dilakukan cc atau pembahasan studi kasus dari narasumber, penyaji dan moderator dengan kasusnya dan dirembuk bersama untuk mencari jalan solusi pemecahan masalah.

Media komunikasi adalah suatu alat atau sarana yang digunakan untuk menyampaikan materi atau pesan.¹³¹ Adapun media yang digunakan di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan dalam proses kegiatan bimbingan untuk mempermudah dalam penyampaian materi ke lansia maka media bantunya adalah lisan yaitu pemberian bimbingan secara langsung dengan menggunakan lisan pembimbing sebagai perantara untuk menyampaikan materi untuk lansia sehingga lebih mudah mengikuti proses bimbingan. Kedua menggunakan audio yaitu pemberian bimbingan dengan menggunakan pengeras suara dalam menyampaikan materinya karena faktor lansia yang semakin bertambah dan fungsi pendengarnya juga berkurang jadi biar semua lansia bisa mengikuti semua walaupun dengan

¹³¹ Muhammad Qadaruddin Abdullah, *penghantar ilmu dakwah*, (yogya: CV Penerbit Qiara Media, 2019), hlm 38

keterbatasan di indera pendengaran mereka bisa mengikuti kegiatan dengan bantaun alat pengeras.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa metode bimbingan dzikir yang dilaksanakan di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan metode yang digunakan mempermudah penyampaian materi untuk lansia yaitu metode individu dan metode kelompok.

Hasil penelitian menunjukkan pelaksanaan bimbingan dzikir sangatlah berperan penting untuk lansia yang sering merasa kesepian akibat tidak punya teman, merasa cemas, tidak tenang di panti UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan. Tujuan bimbingan ini adalah untuk meningkatkan keimanan, ketaqwaan kepada Allah dan semakin kita mendekat dengan Allah kita akan mendapatkan perasaan yang tenang untuk meningkatkan keimanan, ketaqwaan kepada Allah dan semakin kita mendekat dengan Allah kita akan mendapatkan perasaan yang tenang.

UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan dalam meningkatkan kebahagiaan lansia yaitu dengan adanya kegiatan bimbingan dzikir di panti. Bimbingan agama diartikan sebagai pemberian bantuan mental spiritual dimana diharapkan melalui kekuatan iman dan takwa kepada Allah seseorang bisa menghadapi masalah hidupnya. Tujuan umum bimbingan konseling Islam yaitu membantu individu mewujudkan dirinya menjadi manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat dan tujuan khususnya adalah membantu individu agar bisa menghadapi masalah yang sedang mereka alami dan membantu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang yang baik.¹³²

¹³² Ema Hidayanti, "Optimalisasi pelayanan bimbingan dan konseling agama bagi penyandang masalah kesejahteraan sosial (pmks)", *jurnal dimas*, vol. 13, no. 2, 2013, hlm 363-364.

Thohari Mustamar berpendapat terkait bimbingan Islam yaitu proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat.¹³³ Dzikir merupakan ibadah hati dan lisan yang mana tidak mengenal batasan waktu, karena itu dzikir tidak hanya merupakan ibadah lisaniyah tetapi juga qolbiyah. Melalui berdzikir kepada Allah SWT sejatinya individu sedang berhubungan langsung dengan sang pencipta. Dzikir bisa menumbuhkan keyakinan yang kuat dalam diri bahwa Allah satu-satunya segala sesuatu, dzikir juga memberikan perasaan tentram dan ridha ke dalam hati sehingga menjadikan individu yang melakukan dzikir merasa aman, ayem, tentrem dan hati tenang. Pemberian bimbingan dzikir secara sistematis berperan dalam meningkatkan ketenangan jiwa lansia, agar lansia bisa mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat.

Bimbingan dzikir adalah bentuk pemberian bantuan atau arahan untuk individu atau kelompok dengan kegiatan mengingat, menyebut dan mengagungkan Allah terus-menerus yang bertujuan untuk memberikan pengaruh ketenangan dan ketentraman hati baik secara jasmani maupun rohani seseorang sehingga bisa mencapai pada kebahagiaan hidup di dunia maupun di akhirat. Bagi lansia lansia panti bimbingan dzikir sangat dibutuhkan, karena di usia mereka yang sudah tua membuat lansia merasa kesepian, menyesali kesalahannya di masa muda, ingin memanfaatkan sisa waktunya dengan membekali diri untuk bekalnya kelak mereka di akhirat nanti.

Lansia sering dihadapi dengan persolan-persoalan meliputi kesepian, perasaan tidak berguna, tidak tenang, sering meninggalkan sholat, tidak punya teman, kurang percaya diri dan kehilangan makna hidup yang

¹³³ Komarudin, "mengungkapkan landasan filosofis keilmuan bimbingan konseling Islam", international journal ihyā' ulum al-din, vol. 17, no. 2, 2015, hlm 216.

sebenarnya, sehingga semua itu menjadikan lansia cenderung kurang merasa bahagia.¹³⁴ Pada dasarnya setiap manusia akan mencari kebahagiaan dalam hidupnya. Kebahagiaan menurut Iman Al Ghazali yaitu suatu kondisi jiwa yang tenang, damai tanpa suatu kekurangan apapun. Kebahagiaan yang sesungguhnya yang dibangun diatas fondasi fitrah (tauhid), dengan fitrah (tauhid) manusia memperoleh kebahagiaannya dan jika sebaliknya melupakan fitrah (tauhid) berarti mempersulit dirinya untuk mendapatkan kebahagiaan. Puncak kebahagiaan bisa diraih oleh seseorang ketika sampai pada makrifat Allah.¹³⁵

Pada hakikatnya agamalah yang mengajarkan manusia tentang kehidupan yang bermakna dan sesungguhnya Allah SWT menjadi sumber kebahagiaan dan ketenangan yang hakiki. Untuk mencapai tujuan hidup sejahtera di dunia maupun di akhirat, agamalah yang berperan penting dalam memberikan perhatian dan dorongan agar manusia membina sumber daya yang dimilikinya baik fisik, akal maupun potensi rohaninya secara seimbang.¹³⁶ Usaha yang dilakukan oleh UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan kepada lansia untuk mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat kelak, yang menggunakan aspek religiusitas sebagai metode meningkatkan dan membangkitkan perasaan tentram dan bahagia serta mendorong lansia untuk selalu menyebut atau mengingat Allah SWT juga meningkatkan kedekatan diri kepada sang pencipta. Dengan demikian kegiatan bimbingan dzikir sangatlah penting, karena membantu para lansia

¹³⁴ Uun Zulfina, "Meningkatkan Kebahagiaan Lansia di Panti Wreda Melalui Psikoterapi Positif Dalam Kelompok", *Jurnal Sains dan Praktik Psikolog*, vol.2, no. 3 (2014), hlm 256.

¹³⁵ Jarman arroisi, "bahagia dalam perspektif al-Ghazali", *jurnal studi agama-agama dan pemikiran Islam*, vol. 17, no. 1, 2019, hlm 87.

¹³⁶ Andi M Darlis dan Opi Morizka, "pelaksanaan bimbingan keagamaan dalam meningkatkan keterampilan menemukan makna hidup pada lansia di panti sosial tresna werdha teratai Palembang", *jurnal ghaidan*, vol. 2, no. 2, 2018, hlm 3-4.

untuk mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar bisa mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

Dari paparan di atas disimpulkan bahwa bimbingan dzikir di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan sudah berjalan cukup baik, hal ini dilihat dari rangkaian kegiatan bimbingan mulai dari waktu pelaksanaan, materi yang disampaikan maupun metode yang diberikan. Respon dari lansia terkait bimbingan juga baik dan positif. Bimbingan dzikir mampu memberikan arahan untuk lansia untuk memahami makna hidup yang sebenarnya dengan pemberian materi saat pelaksanaan bimbingan sehingga dengan itu dapat membantu lansia dalam mendapatkan kebahagiaan di dunia dan akhirat kelak.

BAB V

PENUTUPAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan selama meneliti di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan mengenai tentang “Pelaksanaan Bimbingan Dzikir Dalam Meningkatkan Kebahagiaan Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan, maka peneliti akan memaparkan beberapa masalah mengenai hasil penelitian yang didapat selama meneliti dan hal-hal yang menjadi pembahasan dalam skripsi ini. Adapun kesimpulan yang peneliti ambil adalah sebagai berikut:

1. Kondisi kebahagiaan lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan bimbingan Dzikir ada peningkatan, 6 orang lansia yang diwawancarai oleh peneliti yang sebelumnya mereka merasa kesepian dengan beradanya lansia di panti dengan mengikuti kegiatan yang ada mereka bertambah mempunyai banyak teman, tidak merasa kesepian lagi, mereka yang sebelumnya ibadah minim dengan meningkatnya rasa iman dan takwa, hati dan jiwa yang bersih dan dengan itu lansia bisa lebih kenal dengan-Nya. Dan kebahagiaan dicapai dengan memahami empat dasar yaitu dari pengetahuan diri sendiri, pengetahuan tentang tuhan, pengetahuan tentang dunia dan pengetahuan tentang akhirat.
2. Pelaksanaan bimbingan dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan dilaksanakan karena dapat meningkatkan keimanan, ketaqwaan kepada Allah SWT, dan mendapatkan kebahagiaan batin juga ketenangan jiwa untuk para lansia. Kegiatan ini diterapkan setelah selesai sholat fardhu berjamaah di mushola husnul khotimah setiap harinya. Materi dzikir yang diberikan seperti dzikir pada

umumnya yang dilakukan setelah selesai sholat, pelaksanaannya sholat berjamaah dimushola dan setelah selesai sholat pembimbing memberikan panduan dzikir dan kemudian lansia juga menirukannya

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian pelaksanaan bimbingan dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan, maka peneliti memberikan beberapa saran, yaitu sebagai berikut:

1. Kepada kepala UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan hendaknya meningkatkan kualitas bimbingan rohani dengan memberikan pelayanan lebih maksimal untuk lansia. Perlu ditingkatkan lagi kerja sama dengan pihak-pihak terkait pelaksanaan bimbingan rohani berjalan dengan baik dan mendapatkan dukungan positif dari berbagai pihak.
2. Kepada para pembimbing UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan, agar bimbingan mental berjalan efektif maka sebaiknya ada kerja sama dengan pegawai lainya dan selalu meningkatkan pengetahuan tentang keagamaan pada lansia agar tambah semangat mengikuti kegiatan.
3. Kepada para Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan, diharapkan dapat mengikuti kegiatan bimbingan rohani dengan baik karena dengan dzikir ini sangat berpengaruh bagi bahagia lahir dan batin baik di dunia maupun diakhirat nanti. Semoga para lansia bisa menjaga kerukunan, kebersamaan dan persaudaraan dengan lansia lainnya dan kiranya bisa ditingkatkan lagi, supaya masa tua itu menjadikan masa yang bahagia dan penuh makna.
4. Peneliti selanjutnya hendaknya sebelum mengadakan penelitian harus menyiapkan sarana dan prasarana dengan baik lagi, dan hendaknya difokuskan pada bimbingan rohani dengan kebahagiaan lansia.

C. Penutupan

Peneliti mengawali dengan Bismillahirrohmanirrohim, semoga diberi kelancaran setiap urusan. Dan akhirnya peneliti mampu menyelesaikan skripsi ini dengan lancar, puji syukur Alhamdulillah peneliti panjatkan atas kehadiran Allah SWT, karena berkat ridho-Nya peneliti bisa menyelesaikan kewajiban sebagai mahasiswa untuk memenuhi syarat guna memperoleh gelar sarjana strata I (S.I). Peneliti merasa masih banyak hal yang kurang dalam tulisan ini dan menyadari bahwa masih jauh dari kata sempurna, tetapi peneliti telah berusaha semaksimal mungkin untuk menyampaikan hal-hal penting selama dalam proses penelitian namun dengan demikian, peneliti berharap penelitian ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan peneliti berikutnya yang memiliki keterkaitan tema. Dengan kerendahan hati, peneliti berharap adanya masukan-masukan, kritik dan saran guna untuk penyempurnaan penulisan skripsi ini. Akhir kata sebagai penutup, peneliti mengucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak yang membantu dalam proses penyusunan skripsi ini. Semoga skripsi ini yang telah dibuat bisa membantu menambah pengetahuan baru dan membawa manfaat yang nyata bagi kita semua. *Aamiin*

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Adil Fathi. 2008. *Membangun positive thingking secara Islam*. Jakarta: gema insani.
- Afrizal. 2018. “Permasalahan yang dialami lansia dalam menyesuaikan diri terhadap penguasaan tugas-tugas perkembangannya”. *Jurnal bimbingan dan konseling Islam*, vol. 2, no. 2.
- Al, Imam Ghazali. 2017. *Intisari Ihya Ulumuddin, terjemahan Muktashar*. Jakarta: PT Serambi Semesta Distribusi.
- Aliah B Purwakania Hasan. 2006. *Psikologi perkembangan Islami*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Ardinasari, Melisa Phuby. 2017. “Pelaksanaan Bimbingan Dzikir Untuk Ketenangan Batin Pada Lansia di Panti Jompo Aisyiyah Surakarta (Studi Deskriptif Kualitatif di Panti Jompo Aisyiyah Surakarta)”. Surakarta: IAIN Surakarta. Skripsi.
- Ariswanti, Diana dan Siti Muhayati. 2018. *Mengenal lebih dekat tentang lanjut usia*. Magetan: CV ae media grafika.
- Armely, Rizkha. 2019. “Makna Hidup dan Dampaknya Terhadap Kebahagiaan Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Baru Jambi”. Jambi: UIN Sulthan Thaha Saifuddin. Skripsi.
- Arroisi, Jarman. 2019. “Bahagia dalam perspektif Al-Ghazali”, *jurnal studi agama-agama dan pemikiran Islam*, vol. 17, no. 1.
- Azwar, Saifuddin. 2013. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: pustaka pelajar.
- Bagir, Haidar. 2012. *Islam risalah cinta dan kebahagiaan*. Jakarta Selatan: PT Mizan Publika.

- Bungin, Burhan. 2007. *Penelitian kualitatif komunikasi ekonomi kebijakan public dan ilmu sosial lainnya*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Damayanti, Fransiska. 2018. “*Pelaksanaan Bimbingan Dzikir Bagi Lansia di Balai Kesejahteraan Sosial (BAKESOS) Muhammdiyah Kabupaten Klaten*”. Surakarta: IAIN Surakarta. Skripsi.
- Darlis, Andi M dan Opi Morizka. 2018. “*Pelaksanaan Bimbingan Keagamaan Dalam Meningkatkan Keterampilan Menemukan Makna Hidup Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai Palembang*”, *Jurnal ghaidan*, vol. 2, no. 2.
- El, Manshur Mubarak. 2014. *Lengkap & Praktis Do'a Dzikir Harian Khusus Ibu Hamil*, (Jakarta: Kawah Media.
- Faqih, Aunur Rahim. 2001. *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*. Yogyakarta: UII Press.
- Fuad, Muskinul. 2015. “*Psikologi kebahagiaan manusia*”, *Jurnal komunika*, vol. 9, no. 1.
- Ghazali, Al. 2007. *Bahagia senantiasa kimia ruhani untuk Kebahagiaan abadi*. Jakarta: PT Serambi Ilmu Semesta.
- Ghazali, Al. 2014. *Metode Menggapai Kebahagiaan; Kitab Kimia Kebahagiaan, terjemahan Haidar Bagir*. Bandung: Mizan.
- Hasan, Aliah Purwakani. 2008. *Psikologi Perkembangan Islami*. Jakara: PT Raja Grafindo Persada.
- Hasan, Cece Jalaludin. 2019. “*Bimbingan Dzikir dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Santri Melalui Tazkiyatun Nafs*”, *Jurnal bimbingan, penyuluhan, konseling, dan psikoterapi Islam*, vol. 7, no. 2.
- Hamim, khairul. “*Kebahagiaan dalam perspektif Al-Qur'an dan filsafat*”, *jurnal tasamuh*, vol. 13, no. 2.

- Herdiansyah, Haris. 2010. *Metodologi Penelitian Kualitatif untuk ilmu-ilmu Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Hidayanti, Ema. 2015. *Dasar-dasar bimbingan rohani Islam*. Semarang: CV Karya Abadi Jaya.
- Hidayanti, Ema. "Optimalisasi pelayanan bimbingan dan konseling agama bagi penyandang masalah kesejahteraan sosial (pmks)", *jurnal dimas*, vol.13, no.2.
- Nihayah, Ulin. 2016. "Peran komunikasi interpersonal untuk mewujudkan kesehatan mental bagi konseli", *Islamic communication journal*, vol. 01, no. 01.
- Hurlock, Elizabeth B. (1980). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga edisi kelima.
- Ilyas, Rahmat. 2017. "dzikir dan ketenangan jiwa: telaah atas pemikiran Al Ghazali", *jurnal dakwah dan pengembangan sosial kemanusiaan*, vol. 8, no. 1.
- Jasmadi, dan Lailatul Muslimah. 2016. "Hubungan kualitas dzikir dengan kebahagiaan pada mahasiswa aktivis dakwah kampus (ADK) Unsyiah", *jurnal psikoislamedia*, vol. 1, no. 1.
- Karisna, Nadia Dwi. 2019. "Peningkatan kebahagiaan lansia dengan pelatihan relaksasi dzikir di rumah pelayanan sosial lanjut usia terlantar budhi dharma", *jurnal pemberdayaan masyarakat: media pemikiran dan dakwah pembangunan*, vol. 3, no. 1.
- Khasanah, Hidayah, Yuli Nur Khasanah, dan Agus Riyadi. 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.
- Kibtiyah, Maryatul. 2015. "Pendekatan bimbingan dan konseling bagi korban pengguna narkoba", *jurnal ilmu dakwah*, vol. 35, no. 1, 2015.

- Komarudin. 2015. *“Mengungkap landasan filosofis keilmuan bimbingan konseling Islam”*, *international journal ihya’ ‘ulum al-din*, vol.17, no.2.
- Luddin, Abu Bakar M. 2010. *Dasar-dasar konseling tinjauan teori dan praktik*. Bandung: CV Perdana Mulya Sarana.
- Mardawani. *Praktis Penelitian Kualitatif Teori Dasar dan Analisis Data Dalam Perspektif Kualitatif*. Yogyakarta: Deepublish.
- Maryam, R. Siti dkk. 2008. *Mengenal usia lanjut dan perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Masduki & Sabri shaleh anwar. 2018. *Filosofi dakwah kontemporer*. Riau: PT Indragiri Dot Com.
- Mubarok, Manshur El. 2014. *Lengkap & Praktis Do’a Dzikir Harian Khusus Ibu Hamil*. Jakarta: Kawah Media.
- Muhadjir, Noeng. 2002. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Reka Sarasin.
- Mudzakir, Ahmad. 2018. *Sapu Jagat Keberuntungan*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Nadia. 2020. *“Pengaruh Aktivitas Terhadap Kebahagiaan Lanjut Usia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Baru Jambi”*. Jambi: UIN Sulthan Thaha Saifuddin. Skripsi.
- Nasution. 2003. *Metode Penelitian Naturalistic*. Bandung: Tersito.
- Nihayah’, Ulin, Ahmad Shofwan Ats Tsauri Sadnawi dan Nuha Nailaturrafidah. 2021. *“The academic anxiety of students in pandemic”*, *journal of advanced guidance and counseling*, vol. 2, no. 1.
- Putri, Endrika Widdia. 2018. *“Konsep Kebahagiaan Dalam persektif Al-farabi”*, *Jurnal Thaqaifiyyat*, vol.19, no. 1.

- Prayitno dan Erman Amti. 2015. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Qadaruddin, Muhammad. 2019. *Abdullah, penghantar ilmu dakwah*. Yogya: CV Penerbit Qiara Media.
- Riyadi, Agus. 2013. “*Zikir dalam Al-Qur’an sebagai terapi Psikoneurotik (analisis terhadap fungsi bimbingan dan konseling Islam)*”, jurnal bimbingan konseling Islam, vol. 4, no. 1.
- Riyadi, Agus & Hendri hermawan adinugrha. 2021. “*The Islamic counseling construction in da’wah science structure*”, *journal of advanced guidance and counseling*, vol. 2, no. 1.
- Shaeful, Andri RS. “*Rahasia kebahagiaan*”, jurnal aqidah dan filsafat Islam
- Soewadji, Jusuf. 2012. *Penghantar metodologi penelitian*. Jakarta: Mitra Wacana Media.
- Sucipto, Ade. 2020. “*Dzikir as a therapy in sufistic counseling*”, *journal of advanced guidance and counseling*, vol. 1, no. 1.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2013.
- Suharsimi, Arikunto. 2006. *Prosedur penelitian pendekatan praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suitaatmadja, Husain. 2014. *Hidup bahagia dan berkah tanpa penyakit hati*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Sulastri, Sri & Sahadi Humaedi. 2017. “*Pelayanan lanjut usia terlantar dalam panti*”, *Jurnal prosiding ks: riset & pkm*, vol. 4, no. 1.
- Susanto, Yenita Heri. 2018. “*Kebahagiaan Lansia di Pesantren Lansia (Studi Kasus di Pondok Lansia YPA NU-NUUR Kota Kediri)*”. Kediri: IAIN Kediri. Skripsi.

- Sutirna. 2021. *Bimbingan dan konseling (bagi guru & calon guru mata pelajaran)*. Yogyakarta: Deepublish.
- Takdir, Mohammad. 2018. *Psikologi syukur: perspektif psikologi qurani dan psikologi positif untuk menggapai kebahagiaan sejati (Authentic Happiness)*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Tebba, Sudirman. 2003. *Tasawuf Positif*. Jakarta: Prenada Media.
- Tohari, Musnamar. 1992. *Dasar-dasar konseptual bimbingan dan konseling Islam*. Yogyakarta: UII Pres.
- Usman, Husain & Purnomo Setiady Akbar. 2001. *Methodology Penelitian Sosial*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Walgito, Bimo. 2005. *Bimbingan dan konseling*. Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Widdia, Endrika Putri. 2018. “*Konsep Kebahagiaan Dalam persektif Al-farabi*”, *jurnal Thaqqafiyat*, vol.19, no. 1.
- Yusuf, Syamsu L.N dan A Juntika Nurihsan. 2006. *Landasan bimbingan konseling*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Zainurrofieq. 2014. *Al mat'tsurat dilengkapi dengan ruqyah syar'iyah & asmaul husna*. Jakarta timur: Spirit media.
- Zulfina, Uun. 2014. “*Meningkatkan Kebahagiaan Lansia di Panti Wreda Melalui Psikoterapi Positif Dalam Kelompok*”, *Jurnal Sains dan Praktik Psikolog*, vol.2, no. 3
- <https://dosenpsikologi.com/konsep-kebahagiaan-martin-seligman> diakses pada tanggal 17 januari jam 15.53
- <http://repository.umy.ac.id/handle/123456789/10058> diakses pada tanggal 16 april pukul 16.45

<https://m.mediaindonesia.com/humaniora/346598/tahun-ini-lansia-106-dari-pupulasi-indonesia> diakses pada tanggal 23 januari pukul 15.22

<http://id.m.wikipedia.org/wiki/kebahagiaan> diakses pada tanggal 7 januari pukul 22.46

<https://uotpstwmagetan.blogspot.com/2019/06/tentang-upt-pstw-magetan.html?l> diakses pada tanggal 4 juli 2021, pukul 12.25

LAMPIRAN

Lampiran I

INSTRUMEN PENGUMPULAN DATA DI UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA MAGETAN

A. Pedoman Observasi

Peneliti dalam melaksanakan observasi atau pengamatan di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan, mengamati baik secara langsung maupun tidak langsung terhadap upaya meningkatkan kebahagiaan lansia melalui kegiatan dzikir di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan. Hal observasi tersebut peneliti lakukan guna memperoleh data yang valid dan lengkap, sehingga keabsahan data dapat dipertanggungjawabkan. Adapun pelaksanaan observasi yang peneliti lakukan yaitu sebagai berikut:

1. Mengamati letak geografis dan lingkungan sekitar UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan
2. Mengamati fasilitas sarana dan prasarana UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan
3. Mengamati bagaimana proses kegiatan dzikir di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan
4. Mengamati sikap dan perilaku lansia baik sebelum maupun sesudah kegiatan dzikir

B. Pedoman Dokumentasi

Dokumentasi digunakan peneliti untuk mengumpulkan data yang berbentuk dokumen. Data tersebut dapat berupa surat, naskah, buku story, dan dokumen yang lainnya terkait dengan penelitian ini.

1. Letak geografis UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan

2. Sejarah singkat UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan
3. Pelaksanaan upaya meningkatkan kebahagiaan lansia melalui kegiatan dzikir
4. Proses wawancara

C. Pedoman Wawancara

Teknik yang peneliti gunakan saat penelitian untuk menggali data salah satunya menggunakan teknik wawancara. Peneliti melakukan wawancara kepada sumber data dengan menggunakan pertanyaan-pertanyaan yang sudah peneliti siapkan dan susun secara terarah dan sistematis sebagai salah satu upaya untuk memperoleh informasi dan data yang objektif. Peneliti melaksanakan wawancara dengan kepala UPT, pembimbing, dan sebagian para lansia panti UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan. Adapun pertanyaan-pertanyaan yang peneliti ajukan dalam wawancara yang dilakukan saat penelitian adalah sebagai berikut ini:

1. Wawancara mengenai profil UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan

- a) Bagaimana sejarah berdirinya panti UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan?
- b) Apa visi, misi, motto dan tujuan dari panti UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan?
- c) Bagaimana bagan struktur organisasi UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan?
- d) Bagaimana prosedur dan persyaratan lansia masuk di panti UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan?
- e) Kegiatan apa saja yang diberikan untuk lansia?
- f) Apa saja fasilitas pelayanan yang ada di panti?
- g) Ada berapa lansia yang tinggal di panti/

2. Wawancara dengan pembimbing

- a) Bagaimana pelaksanaan dzikir di panti ini?
- b) Apa fungsi diadakan kegiatan dzikir?
- c) Apa manfaat yang diperoleh dari pelaksanaan kegiatan dzikir?
- d) Bagaimana respon lansia terkait kegiatan dzikir?
- e) Apakah ada perubahan dalam diri lansia setelah mengikuti kegiatan dzikir?
- f) Bagaimana kondisi kebahagiaan lansia?
- g) Apa pengaruh kegiatan dzikir dalam kehidupan sehari-hari?
- h) Apakah ada kesulitan dalam melaksanakan kegiatan dzikir?
- i) Bagaimana tingkat kesadaran lansia dalam mengikuti kegiatan dzikir?
- j) Apakah harapan anda terhadap lansia setelah mengikuti kegiatan dzikir?
- k) Apakah lansia pernah bercerita atau konsultasi kepada pembimbing?

3. Draf wawancara dengan lansia panti UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan

- a) Bagaimana perasaan anda ketika pertama kali berada di panti ini?
- b) Bagaimana dengan pelayanan yang diberikan oleh pihak panti selama ini?
- c) Bagaimana tanggapan anda terkait pelaksanaan dzikir?
- d) Apa makna dzikir bagi anda?
- e) Apa manfaat yang diperoleh dari kegiatan dzikir?
- f) Bagaimana perasaan anda setelah mengikuti kegiatan dzikir?
- g) Bagaimana pengaruh kegiatan dzikir dalam kehidupan sehari-hari?
- h) Apa arti kebahagiaan bagi anda?
- i) Apa keinginan anda setelah mengikuti kegiatan dzikir?

HASIL WAWANCARA

Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan

Wawancara dengan pembimbing

Pelaksanaan wawancara

Hari, tanggal : Rabu, 23 Juni 2021

Pukul : 10. 40 WIB

Tempat : Panti UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan

Narasumber : Pak Parno

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Bagaimana pelaksanaan bimbingan dzikir di panti?	Pelaksanaan dzikir setiap habis sholat fardhu, ada juga bimbingan mental setiap malem jum'at habis sholat maghrib dzikir dan tahlil dan didatangi 3 intrukstur dari luar dan hari kamis kedua dan keempat di wisma joglo, Alhamdulillah kegiatannya berjalan dengan baik dan lancar mbak, mbah-mbahnya responya baik, dan mengikuti kegiatan dengan suka rela
2	Apa saja materi dzikir yang sering disampaikan kepada lansia?	Ya kayak dzikir sehari-hari yang mudah-mudah teruma dzikir dzikir yang sering diucapkan setelah habis sholat fardhu mbak, bacaan istighfar (Astaghfirullah), tasbih, tahmid takbir dan masih banyak lagi mbak, dzikir kan tidak harus panjang yang penting mudah dan selalu diingat oleh lansia

3	Apa fungsi diadakan kegiatan dzikir?	Pikiran jadi tenang, dan Merasa aman karena dzikir mendekatkan kita kepada sang khalik
4	Apa manfaat yang diperoleh dari pelaksanaan dzikir?	Semakin mendekat dengan Allah, mengubah perilaku dan sikap lansia dari yang sebelum kurang baik menjadi lebih baik
5	Bagaimana respon lansia terkait kegiatan dzikir?	Alhamdulillah respon dari mbah-mbahnya baik mbak, apalagi pada hari kamis kedua dan keempat dari para kami lupa mbah-mbahnya yang selalu mengingatkan mbak dan bersemangat
6	Apakah lansia pernah bercerita atau konsultasi kepada pembimbing jika mempunyai masalah?	Ya pasti konsultasi mbak, dan setiap wisma ada pengasuhnya, dan pengasuh itu harus menguasai semua permasalahan di wisma dari permasalahan kecil hingga besar, kalau sekiranya masalah itu bisa diselesaikan oleh pengasuh, tapi kalau tidak bisa ada namanya cc atau istilahnya pembahasan khusus ada ruangnya, ada narasumber, penyaji dan moderator dengan kasusnya dan dirembung bersama.
7	Bagaimana kondisi kebahagiaan lansia?	Kondisi keadaan bahagia setiap lansia berbeda-beda tidak bisa kita menyamakan bahagia kita dengan bahagia orang lain. Kondisi bahagia lansia rata-rata yang tinggal disini senang karena semua ditunjang pemerintah dari segi kesehatan, fasilitas dll. Kita bisa melihat lansia bahagia dari wajahnya, perilakunya dan lansia yang berada di panti merasa banyak teman dan merasa tidak kesepian

8	Apakah ada kesulitan dalam melaksanakan kegiatan bimbingan dzikir?	Kendalanya banyak mbak apalagi temperamen lansia berbeda-beda dan juga masalah fisik yang semakin tua semakin fungsinya tidak normal. Seperti di masalah alat pendengaran mbanya kan semakin tua semakin berkurang jadi kita harus sabar dan biasa menggunakan pengeras suara biar mbahnya dengar.
9	Apakah ada perubahan dalam diri lansia setelah diberikan bimbingan dzikir?	Pasti ada perubahannya secara perlahan mbk untuk lansia. Dalam proses kegiatan bimbingan ini para lansia bisa merasakan banyak manfaatnya untuk kehidupan sehari-harinya.
10	Bagaimana tingkat kesadaran lansia dalam mengikuti kegiatan dzikir ini?	Tingkat kesadaran dari para lansia tinggi dalam mengikuti kegiatan, apalagi setiap hari Kamis di minggu kedua dan keempat, jika dari kami lupa malah dari pihak mbah-mbahnya yang mengingatkannya
11	Apa harapan anda terhadap lansia setelah mengikuti kegiatan dzikir ini?	Harapannya secara pribadi semoga semakin dekat dengan Allah, paling tidak kita selalu ingat dengan mati toh dzikir itu dan itu untuk bekal kita dan mbahnya, kita kembali lagi ke tujuan awal yaitu bagaimana menghantarkan mbahnya ke khusnul khotimah. Yang dianjurkan oleh pemerintah bagaimana mengkondisikan mbahnya dari yang tidak paham agama ke paham agama

HASIL WAWANCARA

Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan

Wawancara dengan Lansia

Wawancara dengan responden 1

Pelaksanaan wawancara

Hari, tanggal : Senin, 21 Juni 2021

Pukul : 10.34 WIB

Tempat : Wisma UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan

Narasumber : Mbah BI

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Bagaimana perasaan anda ketika pertama kali berada di panti ini?	Pertama kali saya di sini Alhamdulillah langsung betah mbak, karena disini rame, banyak teman dan tempatnya nyaman
2	Bagaimana dengan pelayanan yang diberikan oleh pihak panti selama ini?	Alhamdulillah saya sangat senang dengan pelayanan dan fasilitas yang diberikan oleh pihak panti baik mbak, kegiatan yang diberikan juga bagus dan membuat para mbah-mbah yang berada disini memanfaatkan waktu dengan sebaik mungkin.
3	Bagaimana tanggapan anda terkait pelaksanaan dzikir?	Sangat bermanfaat sekali untuk kehidupan sehari-hari dzikir banyak manfaatnya bisa membuat saya lebih dekat dengan Allah dan membuat hati senang dan damai mbak dengan dzikir.
4	Apa makna dzikir bagi anda, dan bacaan dzikir seperti apa yang sering anda lantunkan?	Dzikir menurut saya mengingat Allah yang bertujuan untuk memfokuskan pikiran kita untuk Allah dengan bacaan dzikir, dan

		bacaan dzikir yang sering saya ucapkan sederhana mbak mudah dihapal dan diingat, bacaan dzikir yang sering dilafadkan yaitu lafadz SubhanaAllah, Alhamdulillah, AllahuAkbar Istighfar bacaan ayat kursi ya intinya dzikir biasa setelah sholat pada umumnya mbak.
5	Apa manfaat yang diperoleh dari kegiatan dzikir	Saya merasa ada manfaaatnya kegiatan ini, menjadikan hati kita lebih ayem, seneng mbak setelah melakukan dzikir karena saya berpikir menghabiskan waktu tua saya dekat dengan Allah karena kita mbak cuma menunggu penantian kapan kita dipanggil sang maha pencipta dan sekarng lagi covid kita jadi banyak-banyak berdo'a mbak sama Allah semoga lekas membaik dan kembali normal.
6	Bagaimana perasaan anda setelah mengikuti kegiatan dzikir?	Alhamdulillah saya senang lebih bisa dekat Allah karena-Nya kita bisa hidup sampai sekarang Alhamdulillah banyak mbak bersyukur banget masih diberi umur panjang jadi kita bisa memperbaiki diri untuk bekal nanti.
7	Bagaimana pengaruh kegiatan dzikir dalam kehidupan sehari-hari?	Pengaruh dalam kehidupan pasti ada mbak contohnya sangat berpengaruh untuk batin saya mbak dan saya merasa plong dan hati merasa ayem juga berdampak kita lebih bisa menghabiskan sisa hidup saya dengan kegiatan yang bermanfaat untuk saya dan bisa fokus untuk mencari ridho-Nya.
8	Apa arti bahagia bagi anda?	Bahagia menurut saya hati kita ayem tentrem mbak menikmati sisa hidup di panti juga bahagia disini banyak teman dan kegiatan yang mendukung perasaan saya bahagia karena bahagia bukan tentang

		materi banyak uang tapi punya banyak teman juga bahagia karena kita tidak merasakan kesepian.
9	Bagaimana keinginan anda setelah mengikuti kegiatan dzikir?	Keinginan saya menggunakan waktu dengan sebaik mungkin dan menghabiskan waktu di masa tua dengan lebih dekat dengan Allah karena tujuan hidup nantinya kita semua juga kembali ke sang pencipta maka serahkan semuanya pada Allah kita hanya berihitiar dan berusaha.

Wawancara dengan responden 2

Pelaksanaan wawancara

Hari, tanggal : Senin, 21 Juni 2021

Pukul : 10.40

Tempat : UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan

Narasumber : Mbah WS

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Bagaimana perasaan anda ketika pertama kali berada di panti ini?	Pertama saya berada di panti ini langsung krasan mbak hawa pengunung sejuk dan pantinya juga mudah dijangkau karena dekat dengan jalan raya dan disini juga banyak teman malah bisa cepet beradaptasi dengan lingkungan disini juga diberikan fasilitas pendukung jadi biar kita cepat krasan.

2	Bagaimana dengan pelayanan yang diberikan oleh pihak panti selama ini?	Alhamdulillah sangat baik mbak dengan pelayanan yang diberikan oleh pihak panti, disini kegiatan juga bagus jadi dengan adanya kegiatan yang ada dipanti membuat saya bisa menggunakan waktu saya dengan kegiatan yang bermanfaat dan bisa kumpul dengan teman-teman yang lainnya
3	Bagaimana tanggapan anda terkait pelaksanaan dzikir?	Sangat bermanfaat mbak apalagi untuk kehidupan sehari-hari saya karena tujuan hidup menghabiskan waktu bisa lebih dekat Allah karena kita tidak tau kapan kita dipanggil oleh-Nya maka kegiatan dzikir sangat baik bisa membuat saya dan para mbah-mbah lainnya merasa lebih dekat dengan Allah
4	Apa makna dzikir bagi anda, dan bacaan dzikir seperti apa yang sering anda latunkan?	Dzikir bagi saya mengagungkan Allah dengan lisan atau batin kita, ibadah yang dilakukan mendapatkan pahala dan membuat saya bersyukur atas nikmat yang diberikan. Dzikir yang tidak pernah saya tinggalkan itu dzikir pada umumnya sehabis sholat mbak seperti bacaan Istighfar, Al Fatihah, ayat kursi, lafadz SubhanaAllah, Alhamdulillah, AllahuAkbar. Dzikir tidak perlu panjang yang penting kita istiqomah serta diakhir dengan do'a semoga terijabah oleh Allah apa yang kita hajatkan.
5	Apa manfaat yang diperoleh dari kegiatan dzikir	Manfaatnya ya banyak mbak dalam kehidupan sehari-hari, hati merasa plong setelahnya melakukan dzikir, jika kita sedang marah dan kita berwudhu dan mengingat nama-Nya dengan berdzikir bisa meredakan rasa marah kita menjadi lebih tenang, dzikir juga

		bisa lebih meningkatkan diri dengan Allah dan bersyukur atas nikmat yang diberikan selama ini.
6	Bagaimana perasaan anda setelah mengikuti kegiatan dzikir?	Alhamdulillah saya merasa senang mbak, kegiatan ini banyak memberikan dampak positif bagi kehidupan sehari-hari para lansia disini dan saya lebih semangat dalam menjalani hidup di masa tua mbak.
7	Bagaimana pengaruh kegiatan dzikir dalam kehidupan sehari-hari?	Pengaruh untuk kehidupan sehari-hari saya sangat berpengaruh untuk meningkatkan kesenangan batin saya mbak.
8	Apa arti bahagia bagi anda?	Bahagia bagi saya perasaan senang hati ayem, jiwa kita tenang damai tanpa suatu kekurangan apapun apalagi mengikuti kegiatan yang ada dipanti bisa membuat bahagia karena bisa berkumpul dengan teman-teman yang lainnya
9	Bagaimana keinginan anda setelah mengikuti kegiatan dzikir?	Keinginan saya menggunakan waktu dengan sebaik mungkin dengan kegiatan yang bermanfaat dan lebih mendekatkan diri lagi dengan Allah

Wawancara dengan responden 3

Pelaksanaan wawancara

Hari, tanggal : Senin, 21 Juni 2021

Pukul : 10.47 WIB

Tempat : UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan

Narasumber : Mbah SY

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Bagaimana perasaan anda ketika pertama kali berada di panti ini?	Pertama kali berada di panti ya betah-betah saya mbak disini semua sudah ditunjang dari pemerintah jadi kita menimakmatinya ditambah dapat teman dan tempatnya nyaman juga strategis sekali mbak
2	Bagaimana dengan pelayanan yang diberikan oleh pihak panti selama ini?	Alhamdulillah menurut saya pelayanan, fasilitas yang diberikan oleh panti baik mbak, kegiatan yang diberikan juga bagus dan banyak ada pemeriksaan kesehatan, makannya juga enak-enak dan setiap hari ganti jadi tidak bosan ditambah setiap malem jum'at ada kegiatan dzikir fidak dan tahlilan dan masih banyak lagi mbak.
3	Bagaimana tanggapan anda terkait pelaksanaan dzikir?	Sangat bermanfaat sekali dapat meningkatkan keimanan, ketaqwaan kita kepada Allah SWT
4	Apa makna dzikir bagi anda, dan bacaan dzikir seperti apa yang sering anda lantunkan?	Dzikir bagi saya mengingat Allah yang maha pencipta yang bertujuan untuk memfokuskan pikiran dengan bacaan dzikir, dan bacaan dzikir yang sering saya ucapkan sederhana mbak lafadz SubhanaAllah, Alhamdulillah, AllahuAkbar dan Istighfar.
5	Apa manfaat yang diperoleh dari kegiatan dzikir	Saya merasa menjadi lebih ayem, seneng mbak setelah berdzikir karena saya berpikir menghabiskan waktu tua saya dekat dengan Allah karena kita mbak cuma menunggu penantian kapan kita dipanggil sang maha pencipta. Jadi gunakan waktu didunia sebaik mungkin untuk bekal di akhirat
6	Bagaimana perasaan anda setelah mengikuti kegiatan dzikir?	Alhamdulillah saya jauh lebih tenang, damai dan tentram

7	Bagaimana pengaruh kegiatan dzikir dalam kehidupan sehari-hari?	Ada mbak contohnya sangat berpengaruh untuk batin saya mbak, juga berdampak kita bisa lebih banyak menghabiskan sisa hidup saya dengan kegiatan yang bermanfaat untuk saya dan bisa fokus untuk mencari ridho-Nya
8	Apa arti bahagia bagi anda?	Bahagia menurut saya hati kita ayem tentrem mbak menikmati sisa hidup di panti juga bahagia disini banyak teman dan kegiatan yang mendukung perasaan saya bahagia.
9	Bagaimana keinginan anda setelah mengikuti kegiatan dzikir?	Saya ingin setelah mengikuti kegiatan ini bisa lebih menggunakan waktu dengan sebaik mungkin dengan hal-hal yang bermanfaat di hidup saya

Wawancara dengan responden 4

Pelaksanaan wawancara

Hari, tanggal : Senin, 21 Juni 2021

Pukul : 10.54 WIB

Tempat : UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan

Narasumber : Mbah SE

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Bagaimana perasan anda ketika pertama kali berada di panti ini?	Pertama kali saya berada di panti kerasan dan senang dapat keluarga baru
2	Bagaimana dengan pelayanan yang diberikan oleh pihak panti selama ini?	Alhamdulillah saya sangat senang dengan pelayanan dan fasilitas yang diberikan oleh pihak panti diberikan dengan baik mbak,

		kegiatan juga bagus dan membuat para mbah-mbah yang berada disini bisa memanfaatkan waktu luang dengan sebaik mungkin.
3	Bagaimana tanggapan anda terkait pelaksanaan dzikir?	Sangat bagus sekali untuk kehidupan sehari-hari para lansia disini untuk mengingat Allah
4	Apa makna dzikir bagi anda, dan bacaan dzikir seperti apa yang sering anda lantunkan?	Dzikir bagi saya mengingat Allah yang dapat meningkatkan iman dan takwa kita kepada-Nya. Bacaan dzikir yang sering saya lakukan seperti dzikir umumnya ya sepeerti istighfar, ayat kursi kalimat thayibah dan masih banyak lagi dan diakhiri dengan do'a supaya lebih manjur dan terkabul apa yang kita minta kepada Allah.
5	Apa manfaat yang diperoleh dari kegiatan dzikir	Hati saya merasa menjadi lebih ayem, setelah berdzikir mengingat Allah
6	Bagaimana perasaan anda setelah mengikuti kegiatan dzikir?	Alhamdulillah saya senang lebih bisa dekat Allah dan menghabiskan waktu dengan kegiatan yang sangat bermanfaat
7	Bagaimana pengaruh kegiatan dzikir dalam kehidupan sehari-hari?	Pasti ada pengaruhnya mbak contohnya sangat berpengaruh untuk batin dan merasa hati saya plong setelahnya juga berdampak bagi lansia lainnya bisa lebih akrab lagi
8	Apa arti bahagia bagi anda?	Bahagia menurut saya hati kita ayem tentrem mbak menikmati sisa hidup di panti juga bahagia disini banyak teman dan kegiatan yang mendukung perasaan saya bahagia
9	Bagaimana keinginan anda setelah mengikuti kegiatan dzikir?	Ingin menghabiskan waktu di masa tua saya dengan lebih dekat dengan Allah karena tujuan hidup nantinya kita semua juga kembali ke sang pencipta maka serahkan semuanya pada Allah kita hanya berihitar dan berusaha

Wawancara dengan responden 5

Pelaksanaan wawancara

Hari, tanggal : Senin, 21 Juni 2021

Pukul : 11.05WIB

Tempat : UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan

Narasumber : Mbah SR

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Bagaimana perasaan anda ketika pertama kali berada di panti ini?	Pertama berada dipanti langsung kerasan banyak teman dan sudah seperti keluarga sendiri
2	Bagaimana dengan pelayanan yang diberikan oleh pihak panti selama ini?	Alhamdulillah saya sangat senang dengan pelayanan dan fasilitas yang diberikan oleh pihak panti baik mbak, kegiatan yang diberikan juga bagus
3	Bagaimana tanggapan anda terkait pelaksanaan dzikir?	Sangat bagus apalagi untuk lansia di kehidupannya sehari-hari dengan berdzikir membuat hati saya menjadi tenang dan damai
4	Apa makna dzikir bagi anda, dan bacaan dzikir seperti apa yang sering anda lantunkan?	Dzikir bagi saya memfokuskan pikiran kita untuk mengingat Allah dengan bacaan kalimat dzikir yang sering saya lafadzkan yaitu istighfar dengan itu bisa membuat perasaan menjadi lebih tenang
5	Apa manfaat yang diperoleh dari kegiatan dzikir	Bisa lebih dekat dengan lansia lainnya, hati merasa tenang, bisa mengontrol emosi saat marah dan meluangkan waktu dengan mendekatkan diri kepada-Nya
6	Bagaimana perasaan anda setelah mengikuti kegiatan dzikir?	Alhamdulillah saya senang mengikuti kegiatan ini tanpa ada

		paksaan karena juga untuk kebaikan diri sendiri
7	Bagaimana pengaruh kegiatan dzikir dalam kehidupan sehari-hari?	Dikehidupan sehari-hari saya ada pengaruhnya perasaan lebih nyaman, dan hati tenang
8	Apa arti bahagia bagi anda?	Bahagia menurut saya hati kita ayem tentrem mbak menikmati dan mensyukuri apa yang kita miliki sekarang
9	Bagaimana keinginan anda setelah mengikuti kegiatan dzikir?	Ingin menggunakan waktu dengan sebaik mungkin dan menghabiskan waktu di usia tua dengan lebih dekat dengan Allah karena tujuan hidup nantinya kita semua juga kembali ke sang pencipta

Wawancara dengan responden 6

Pelaksanaan wawancara

Hari, tanggal : Senin, 21 Juni 2021

Pukul : 11.12WIB

Tempat : UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan

Narasumber : Mbah KN

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Bagaimana perasan anda ketika pertama kali berada di panti ini?	Pertama kali saya di sini Alhamdulillah krasan mbak dan senang dengan tempatnya bikin nyaman
2	Bagaimana dengan pelayanan yang diberikan oleh pihak panti selama ini?	Alhamdulillah saya sangat senang dengan pelayanan yang diberikan oleh pihak panti dan juga fasilitas

		dan banyak kegiatan-kegiatan yang bermanfaat mbak untuk para lansia
3	Bagaimana tanggapan anda terkait pelaksanaan dzikir?	Sangat bagus untuk kehidupan sehari-hari dzikir bisa membuat saya hati menjadi tenang
4	Apa makna dzikir bagi anda, dan bacaan dzikir seperti apa yang sering anda lantunkan?	Dzikir mengingat Allah dengan melafadzkannya secara berulang-ulang kali dan bacaan dzikir yang sering saya ucapkan bacaan tasbih, tahmid takbir dan setelah berdzikir saya akhiri dengan berdo'a agar diberi keselamatan di dunia dan di akhirat kelak
5	Apa manfaat yang diperoleh dari kegiatan dzikir	Saya setelah melakukan dzikir bisa lebih dekat dengan Allah dan merasa hati lebih ayem tentrem
6	Bagaimana perasaan anda setelah mengikuti kegiatan dzikir?	Alhamdulillah saya senang bisa menggunakan waktu dengan kegiatan yang positif dalam meningkatkan iman dan takwa kita kepada Allah
7	Bagaimana pengaruh kegiatan dzikir dalam kehidupan sehari-hari?	Dikehidupan sehari-hari, jika saya sedang marah langsung istighfar dan saya menyesali apa yang saya ucap ataupun perbuat dan setelah itu hati saya plong dan pikiran menjadi jernih kembali
8	Apa arti bahagia bagi anda?	Bahagia untuk saya perasaan hati ayem tentrem mbak menikmati kehidupan ini dan diberi kesehatan dan umur panjang
9	Bagaimana keinginan anda setelah mengikuti kegiatan dzikir?	Keinginan saya bisa lebih meluangkan waktu kosong saya dengan perbanyak mendekat dengan Allah karena kita tidak lama hidup di dunia maka penggunaan waktu luang saya dengan kegiatan yang bermanfaat

Surat Penelitian



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TIMUR
DINAS SOSIAL
UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA MAGETAN
 Jalan Raya Panekan No.01 Telp./Fax. (0351) 895428
 Email: uptpstwmagetan@gmail.com
MAGETAN 63313

SURAT KETERANGAN

Nomor : 460 / 1014 /107.6.15/2021

Yang bertanda tangan dibawah ini;

Nama : AGUS TRIMUALIM, AKs
 NIP : 19640613 198910 1 001
 Pangkat : Penata Tk. I (III/d)
 Jabatan : Kepala Sub Bagian Tata Usaha
 Alamat : Jl. Raya Panekan No. 1 Magetan

Dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa :

Nama : SALWA SYIFA'UL ULYA
 NIM : 1701016099
 Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
 Konsentrasi : Bimbingan Rohani

Telah melaksanakan penelitian pengambilan kasus dengan judul "Pelaksanaan Bimbingan

Dzikir dalam Meningkatkan Kebahagiaan Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan

" mulai Bulan Januari sampai dengan Maret 2021

Demikian surat keterangan ini dibuat, untuk dipergunakan seperlunya.

19 Agustus 2021
 Kepala Sub Bagian Tata Usaha

AGUS TRIMUALIM, AKs
 Penata Tk. I
 NIP. 19640613 198910 1 001



**PEMERINTAH PROVINSI JAWA TIMUR
DINAS SOSIAL**

Jalan Gayung Kebonsari No. 56 B - Tlp./Fax. (031) 8290794 - 8296515 Kode Pos 60235
Website : <http://dinasos.jatimprov.go.id> E-mail: dinasosjatim56bs@gmail.com
SURABAYA

Surabaya, 9 Agustus 2021

Nomor : 070/183C/107.1.01/2021
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Perihal : Penelitian/Survey/Research

Kepada
Yth. Dekan Fakultas Dakwah Dan
Komunikasi Universitas Islam Negeri
Walisongo Semarang.
di

TEMPAT

Menindaklanjuti surat Saudara tanggal 10 Mei 2021 Nomor : B-1494/Un.10.4/K/PP.00.9/05/2021 serta dari Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik Provinsi Jawa Timur tanggal 18 Juni 2021 Nomor : 072/222/403.205/2021 Perihal sebagaimana tersebut pada pokok surat, bersama ini kami sampaikan bahwa pada prinsipnya kami memberikan ijin kepada :

NO	NAMA	NIM	KET
1.	SALWA SYIFA UL ULYA	1701016099	

Untuk melaksanakan Permohonan Ijin Penelitian Mahasiswa di UPT. Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan dengan Judul "Pelaksanaan Bimbingan Dzikir dalam meningkatkan kebahagiaan Lansia" sesuai Jadwal permintaan Saudara, dengan tetap memperhatikan dan melaksanakan protokol kesehatan pada masa Pandemi Covid 19 dan dipastikan yang bersangkutan Negatif Covid 19.

Selanjutnya setelah selesai pelaksanaan penelitian dimaksud agar melaporkan hasil penelitian dan sejenisnya selambat-lambatnya 1 (satu) bulan ke Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur.

Demikian atas perhatiannya dan kerjasamanya disampaikan terimakasih.

**KEPALA DINAS SOSIAL
PROVINSI JAWA TIMUR**
 Sekretaris
Dra. RESTU NOVI WIDIANI, MM
 Pembina Tingkat I
 19661117 199103 2 008

Tembusan :

1. Bapak Kepala Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur (sebagai laporan)
2. Ka. UPT. PSTW Magetan

DOKUMENTASI

Hasil Dokumentasi UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan Selama
Proses Penelitian







BIODATA PENULIS

A. Identitas Diri

Nama : Salwa Syifa'ul Ulya
 TTL : Magetan, 08 Juli 1998
 Jenis : Perempuan
 Agama : Islam
 Alamat : Jln Sarwo Husada, RT 13, RW 02, Desa Doho,
 Kec Dolopo, Kab Madiun
 Domisili : Ponpes Al Ma'rufiyyah jl. Raya Beringin Timur
 RT 02, RW 08 Tambak Aji Ngaliyan, Semarang
 Motto : Jalani, Nikmati, Syukuri
 CP : 085645004157
 Email : salwasyifaul98@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan Formal

1. SDN Bangunsari 03
2. Mts Walisongo Pucanganom
3. MA Walisongo Pucanganom
4. UIN Walisongo Semarang

C. Riwayat Pendidikan Non Formal

1. Ponpes Darussalam Mekar Agung Pucanganom Kebonsari
2. Ponpes Al-Ma'rufiyyah Beringin Semarang

Semarang, 28 November 2021



Salwa Syifa'ul Ulya
1701016099