

**BIMBINGAN AGAMA ISLAM DALAM MENGEMBANGKAN  
KEMAMPUAN PENGENDALIAN EMOSI PADA LANJUT USIA DI  
RUMAH PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA KLAMPOK BREBES**



SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagai Syarat

Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

**Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI)**

Oleh:

Merlina Restiya Utami

(1801016012)

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

**2022**

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

### NOTA PEMBIMBING

Lamp :-  
Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada Yth,  
Ketua Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan  
Islam UIN Walisongo Semarang  
Di Semarang

*Assalamualaikum Wr. Wb*

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

Nama : Merlina Restiya Utami

NIM : 1801016012

Fak/Jur : Dakwah dan Komunikasi Bimbingan dan Penyuluhan Islam

Judul Skripsi : Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam dalam Mengembangkan  
Kemampuan Pengendalian Emosi Pada Lanjut Usia di Rumah Pelayanan  
Sosial Lanjut Usia Klampok Brebes

Dengan ini telah saya setuju dan mohon agar segera diujikan. Demikian, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

*Wassalamualaikum Wr. Wb*

Semarang, 12 Desember 2022

Pembimbing



**Dr. Ali Murtadlo, M. Pd**  
NIP. 196908181995031003

## HALAMAN PENGESAHAN

### PENGESAHAN SKRIPSI

BIMBINGAN AGAMA ISLAM DALAM MENGEMBANGKAN  
KEMAMPUAN PENGENDALIAN EMOSI PADA LANJUT USIA DI  
RUMAH PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA KLAMPOK BREBES

Oleh:

Merlina Restiya Utami


1801016012

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji


pada tanggal 26 Desember 2022 dan dinyatakan telah lulus memenuhi syarat guna  
memperoleh gelar Sarjana Sosial (S. Sos)

Susunan Dewan Penguji

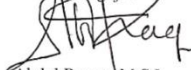
Ketua Sidang

  
DR. H. Ali Murtadho, M.Pd.  
NIP. 196908181995031001

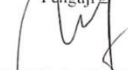
Sekretaris Sidang

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

Penguji 1

  
Abdul Rozaq, M.S.I.  
NIP. 19801021200901109

Penguji 2

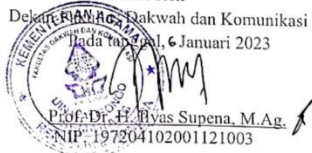
  
Abdul Karim M. Si.  
NIP. 198810192019031013

Mengetahui,  
Pembimbing

  
DR. H. Ali Murtadho, M.Pd.  
NIP. 196908181995031001

Disahkan oleh

Dekan FIAK, Dakwah dan Komunikasi  
pada tanggal 6 Januari 2023

  
Prof. Dr. H. Rivas Supena, M.Ag.  
NIP. 197204102001121003

## LEMBAR PERNYATAAN

### LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Merlina Restiya Utami

NIM : 1801016012

Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil kerja keras saya sendiri dan didalamnya tidak ada karya yang belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi atau lembaga manapun. Demikian pengetahuan yang diperoleh peneliti yang belum pernah diterbitkan atau tidak diterbitkan sumbernya dijelaskan didalam tulisan dan daftar pustaka.

Semarang, 8 Desember 2022

  
METERAI  
TEMPEL  
-5F8AKX168236644

Merlina Restiya Utami

## KATA PENGANTAR

*Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Segala puji dan syukur kami panjatkan atas kehadiran Allah SWT karena berkat limpahan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam dalam Mengembangkan Kemampuan Pengendalian Emosi Pada Lanjut Usia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Klampok Brebes”. Sholawat serta salam tidak lupa kami haturkan kepada junjungan kita Nabi Muhammada SAW beserta keluarga dan para sahabatnya, yang kita nanti-nantikan syafa’atnya di hari kiamat nanti.

Sebuah kebahagiaan bagi penulis karena telah menyelesaikan skripsi ini. Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi tidak akan lepas dari bimbingan, motivasi, bantuan dari berbagai pihak. Maka pada kesempatan ini, penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada seluruh pihak yang telah ikut andil dalam menyelesaikan skripsi ini. Dengan hormat, kami persembahkan rasa terima kasih ini kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Imam Taufiq, M.Ag, selaku Rektor UIN Walisongo Semarang.
2. Bapak. Prof. Dr. H. Ilyas Supena, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.
3. Ibu Dr. Ema Hidayanti, S.Sos. I, M.S.I selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi dan Ibu Hj. Widayat Mintarsih, M.Pd selaku Sekretaris Jurusan Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi yang telah memberikan bimbingan kepada penulis. Bapak Dr. Ali Murtadho, M.Pd selaku wali dosen dan dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu, pikiran dan tenaga untuk

memberikan pengarahan, bimbingan, motivasi dan doa untuk menyelesaikan skripsi.

4. Bapak, ibu dosen beserta staf dan karyawan di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang yang telah mendidik dan memberikan ilmu yang bermanfaat selama menempuh studi program S1 Bimbingan dan Penyuluhan Islam.
5. Kepada Bapak Asep Taufik Hidayat, S.ST selaku Kepala Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Klampok Brebes, Ibu Rustinah selaku pekerja sosial serta segenap karyawan Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Klampok Brebes yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian dan memberikan bantuan dalam melakukan penelitian.
6. Kepada Bapak Muslikhuddin dan Bapak Shokhidin selaku pembimbing agama Islam di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Klampok Brebes yang telah memberikan bantuan dalam proses penelitian.
7. Lansia/PM (Penerima Manfaat yang telah membantu proses penelitian.
8. Kepada keluarga tercinta, Bapak Wigiyono dan Ibu Warssem serta adik saya Riko Afgani Pramuji Yanto yang telah memberikan dukungan dan doa untuk menyelesaikan skripsi ini.
9. Kepada sahabat-sahabat saya Moch. Izaa Hasbi Ar-rifqi, Nurul Fadilatun Nisa, Rani Apriliya, Siti Nuraisyah, Adi, Titin Kuningsih yang senantiasa memberikan bantuan dan doa untuk menyelesaikan skripsi.
10. Kepada seluruh anggota kelas BPI A dan anggota kamar Robiah Adawiyah yang senantiasa menghibur, memberi dukungan dan doa untuk menyelesaikan skripsi.
11. Serta seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah memberikan dorongan dan doa untuk menyelesaikan skripsi ini.

Semoga seluruh pihak yang telah memberikan bantuan, motivasi dan doa, mendapatkan ganjaran yang lebih besar dari Allah SWT atas kebaikan yang telah dilakukan kepada penulis. Aamiin. Kemudian peneliti menyadari bahwa penulisan skripsi ini jauh dari kata sempurna, maka peneliti dengan senang hati menerima kritik yang membangun dari pembaca agar skripsi dapat tersusun

lebih baik. Peneliti berharap bahwa skripsi yang telah disusun dapat bermanfaat bagi pembaca sebagai bahan referensi penelitian yang selanjutnya.

Semarang, 12 Desember 2022

Penulis

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'm. restiya' with a stylized flourish above the name.

Merlina Restiya Utami

NIM: 1801016012

## **PERSEMBAHAN**

Segala puji bagi Allah yang telah melimpahkan nikmat Islam, Iman, sehat dan segala nikmat lainnya yang tidak terhingga. Serta Nabi Muhammad SAW kekasih-Nya yang telah memberikan cahaya Islam bagi seluruh penduduk bumi. Semoga senantiasa menjadi hamba-Nya yang selalu diberikan ridho-Nya dalam setiap langkah serta selalu dalam lindungan-Nya dari segala hal yang buruk. Aamiin.

Penulis persembahkan skripsi ini untuk:

1. Almamaterku, Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.
2. Keluarga tercinta, Bapak Wigiyono dan Ibu Warsem serta adik saya Riko Afgani Pramuji Yanto yang selalu memberikan dorongan doa disetiap langkah dalam menyelesaikan studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam.



## MOTTO

وَأَصْبِرْ عَلَىٰ مَا يَقُولُونَ وَاهْجُرْهُمْ هَجْرًا جَمِيلًا

Artinya : *“Dan bersabarlah terhadap apa yang mereka ucapkan dan jauhilah mereka dengan cara yang baik”*.

(QS. Al-Muzzammil: 10)

## **ABSTRAK**

**Merlina Restiya Utami, 1801016012. Judul: Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam Dalam Mengembangkan Kemampuan Pengendalian Emosi Pada Lanjut Usia Klampok Brebes.**

Permasalahan yang dihadapi lansia adalah kurangnya kemampuan pengendalian emosi. Kondisi kemampuan pengendalian emosi pada lansia seringkali mengingat keluarganya sehingga timbul kondisi emosi yang mudah sedih dan menunjukkan perilaku murung. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Teknik pengambilan data dengan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan menggunakan pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa bimbingan agama Islam berjalan cukup baik dan sistematis dengan unsur-unsur didalamnya. Bimbingan agama Islam sebagai upaya mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada lansia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes dengan pengajian agama yang menggunakan materi akidah, syariah dan ahlak. Kegiatan bimbingan agama Islam dalam mengembangkan kemampuan pengendalian emosi dengan empat aspek yaitu pertama, pengetahuan emosi melalui pengajian agama dengan materi ahlak, Kedua, emosi spiritual melalui kegiatan sholat dan dzikir. Ketiga, emosi otentik melalui kegiatan konsultasi dan Keempat dengan ziarah makam. Menggunakan media lisan dan menggunakan dua metode yaitu penyadaran dan keteladanan. Bimbingan agama Islam memberikan dampak positif, dari lima lansia terdapat tiga lansia yang berkembang kearah positif dapat dilihat dari empat aspek yaitu pertama, pengetahuan emosi yaitu lansia dapat menentukan tindakan positif. Kedua, emosi spiritual yaitu muncul rasa sukur dan dapat menerima kehidupannya,. Ketiga, emosi otentik yaitu dapat mengui perasaanya dan dapat mengungkapkan prmasalahannya. Dan emosi rekonsiliasi yaitu lansia mampu memaafkan dan berdamai dengan diri sendiri.

**Kata Kunci: Bimbingan agama Islam, Kemampuan Pengendalian diri, Lansia**

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b>	
<b>PERSETUJUAN PEMBIMBING .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>v</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>viii</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>ix</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I.....</b>	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
<b>A. Latar Belakang.....</b>	<b>1</b>
<b>B. Rumusan Masalah.....</b>	<b>8</b>
<b>C. Tujuan Penelitian.....</b>	<b>8</b>
<b>D. Manfaat Penelitian.....</b>	<b>8</b>
<b>E. Tujuan Pustaka .....</b>	<b>9</b>
<b>F. Metode Penelitian.....</b>	<b>11</b>
<b>1. Jenis dan Pendekatan Penelitian .....</b>	<b>11</b>
<b>2. Definisi Konseptual .....</b>	<b>11</b>
a. Bimbingan Agama Islam.....	11
b. Kemampuan Pengendalian Emosi.....	12
c. Lansia.....	12
<b>3. Sumber Data .....</b>	<b>12</b>
a. Sumber Data Primer.....	13
b. Sumber Data Sekunder.....	13
<b>4. Teknik Pengumpulan Data.....</b>	<b>13</b>
a. Metode Wawancara.....	13
b. Metode Observasi .....	14
c. Dokumentasi .....	14
<b>5. Teknik Keabsahan Data .....</b>	<b>15</b>
a. Triangulasi sumber.....	15

b. Triangulasi teknik .....	15
<b>6. Teknik Analisis Data.....</b>	<b>16</b>
<b>7. Sistematika Penulisan Skripsi.....</b>	<b>17</b>
<b>BAB II .....</b>	<b>19</b>
<b>KERANGKA TEORI .....</b>	<b>19</b>
<b>A. Dakwah .....</b>	<b>.....</b>
1. Pengertian Dakwah .....	19
2. Tujuan Dakwah.....	20
3. Unsur-Unsur Dakwah.....	21
<b>B. Bimbingan agama Islam .....</b>	<b>26</b>
1. Pengertian Bimbingan Agama Islam .....	26
2. Fungsi Bimbingan Agama Islam.....	28
3. Tujuan Bimbingan Agama Islam .....	29
4. Unsur-Unsur Bimbingan Agama Islam.....	30
<b>C. Kemampuan pengendalian emosi.....</b>	<b>33</b>
1. Pengertian Kemampuan Pengendalian Emosi.....	33
2. Aspek-Aspek Kemampuan Pengendalian Emosi.....	34
3. Upaya mengembangkan Kemampuan Pengendalian Emosi .....	35
4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kemampuan Pengendalian Emosi .....	39
<b>D. Lanjut usia .....</b>	<b>41</b>
1. Pengertian Lanjut Usia.....	41
2. Perubahan Yang Terjadi Pada Lanjut Usia .....	42
3. Permasalahan Yang Dihadapi Lanjut Usia.....	46
<b>E. Upaya Bimbingan Agama Islam Dalam Mengembangkan Kemampuan Pengendalian Emosi Pada Lanjut Usia .....</b>	<b>49</b>
<b>BAB III.....</b>	<b>55</b>
<b>PELAKSANAAN BIMBINGAN AGAMA ISLAM DALAM MENGEMBANGKAN KEMAMPUAN PENGENDALIAN EMOSI PADA LANJUT USIA .....</b>	<b>55</b>
<b>A. Gambaran Umum Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Klampok Brebes .....</b>	<b>55</b>
1. Sejarah Berdirinya Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Klampok Brebes .....	55
2. Motto, Visi dan Misi Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Klampok Brebes .....	56
3. Tugas Pokok dan Fungsi Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Klampok Brebes .....	57
4. Sasaran dan Persyaratan.....	57
5. Daftar Lansia Penerima Manfaat .....	58

<b>B. Kondisi Kemampuan Pengendalian Emosi Lanjut Usia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Klampok Brebes .....</b>	<b>62</b>
<b>C. Bimbingan Agama Islam Dalam Mengembangkan Kemampuan Pengendalian Emosi Pada Lansia Di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Klampok Brebes.....</b>	<b>78</b>
<b>BAB IV .....</b>	<b>99</b>
<b>PELAKSANAAN BIMBINGAN AGAMA ISLAM DALAM MENGENGEMBANGKAN KEMAMPUAN PENGENDALIAN EMOSI PADA LANSIA.....</b>	<b>99</b>
<b>A. Analisis Kondisi Kemampuan Pengendalian Emosi di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Klampok Brebes .....</b>	<b>99</b>
<b>B. Bimbingan Agama Islam Dalam Mengembangkan Kemampuan Pengendalian Emosi Pada Lanjut Usia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Klampok Brebes .....</b>	<b>115</b>
<b>BAB V.....</b>	<b>160</b>
<b>PENUTUP.....</b>	<b>161</b>
<b>A. KESIMPULAN.....</b>	<b>161</b>
<b>B. SARAN.....</b>	<b>161</b>
<b>C. PENUTUP.....</b>	<b>162</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>164</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>170</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>180</b>

## **DAFTAR TABEL**

1. Daftar lansia penerima manfaat di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes.....62
2. Kondisi kemampuan pengendalian emosi pada lanjut usia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes.....114
3. Dampak bimbingan agama Islam dalam mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada lanjut usia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes.....141

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Lanjut usia menurut Undang-Undang No.13 tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia Pasal 1 ayat 1 bahwa Lanjut Usia merupakan individu yang telah mencapai usia 60 tahun keatas (Aristawati dan Muhayanti, 2018: 1). Lanjut usia ditandai dengan adanya perubahan secara fisik dan psikologis. Para lanjut usia memiliki kecenderungan pada penyesuaian diri yang buruk dan mengalami kesengsaraan. Lanjut usia memiliki karakteristik diantaranya yaitu: lanjut usia merupakan periode kemunduran secara fisik maupun psikologis, lanjut usia memiliki perbedaan akibat efek penuaan, usia tua dinilai dengan perbedaan kriteria, lanjut usia memiliki beragam stereotip dari orang lain, lanjut usia memiliki perubahan sikap sosial, lanjut usia merupakan kelompok terkecil dari kelompok lain, lanjut usia memiliki penyesuaian diri yang buruk dan lanjut usia memiliki keinginan yang kuat untuk menjadi muda kembali (Hurlock, 2011: 43).

Sepanjang rentang kehidupan yang dialami manusia akan mengalami perubahan secara fisik, psikologis, sosial dan spiritual. Masa lanjut usia merupakan masa yang tidak dapat dihindari oleh siapapun yang diberikan anugerah umur panjang (Sudirman, 2005: 1). Lanjut usia memiliki tugas perkembangan yaitu penyesuaian terhadap penurunan secara fisik dan psikis, penyesuaian terhadap masa pensiun dan penurunan pendapatan ekonomi, menemukan makna hidup, mempertahankan pengaturan hidup yang membahagiakan, menemukan kebahagiaan di lingkungan keluarga, penyesuaian diri dalam menghadapi kematian dan penerimaan diri sebagai lanjut usia (Hurlock, 2011: 56).

Secara umum permasalahan yang dihadapi lanjut usia pada aspek psikologis seperti kesepian, menarik diri, mudah lelah, cemas,

ketidakstabilan emosi, depresi dan berperilaku kekanak-kanakan (Jusup, 2011: 4). Semakin bertambahnya usia pada individu maka kadar hormonal pada tubuh semakin menurun dan menyebabkan penurunan pada aspek psikologis yang menimbulkan ketidakstabilan emosi (Anggraini dkk., 2022: 45). Emosi dibagi menjadi dua yaitu emosi negatif dan emosi positif. Emosi negatif dapat menimbulkan dampak buruk terhadap diri sendiri maupun orang sekitarnya seperti marah, benci, dendam, kecewa dan emosi positif memberi dampak yang baik terhadap diri sendiri maupun orang lain seperti cinta, gembira, bersyukur (Widada, 2020: 28).

Poiman dalam Mhango (2018: 54) menyebutkan bahwa emosi yang negatif pada individu akan menimbulkan suatu perilaku yang buruk, apabila emosi positif yang muncul pada individu maka akan menimbulkan perilaku yang baik. Pengendalian emosi dibutuhkan bagi lanjut usia sebagai bentuk upaya mengurangi ketegangan yang timbul akibat emosi yang meluap-luap. Masalah pengendalian emosi pada lanjut usia dipengaruhi oleh faktor usia, jenis kelamin, pendidikan, status ekonomi dan status pernikahan (Anggraini dkk., 2022: 45). Masalah yang dialami lanjut usia mengalami masalah emosi memiliki persentase sekitar 15 % dengan ditandai ketidakmampuan diri untuk mengontrol ekspresi wajah dan emosi. (Hartanti, 2019: 12).

Pengendalian emosi adalah upaya seseorang untuk menekankan respon yang terlihat akibat rangsangan emosional dan mengarahkan energi emosional ke dalam ekspresi yang berguna dan dapat diterima oleh orang-orang di sekitarnya (Hurlock: 2007, 231). Individu yang meluapkan emosi berlebihan, mereka akan mengambil tindakan yang kurang bijak dan berpikir tidak jernih. Individu akan mudah mengalami tekanan emosi akibat kurang mampu dalam mengendalikan emosi. Keadaan tidak damai pada jiwa individu disebabkan karena tidak mendekatkan diri pada Allah SWT selalu mengikuti hawa nafsu dalam segala hal yang dilakukan sehingga individu tidak mendapatkan kebahagiaan dan kedamaian dalam jiwanya melainkan ketegangan dan tekanan mental (Hasanah, 2014: 58).



Kemampuan pengendalian emosi dalam Islam disebut dengan Sabar. Sabar merupakan pengendali hidup, pengendali tingkah laku, dan kunci dari hal-hal yang baik. Individu dalam keadaan emosi yang stabil maka dapat menentukan keputusannya dengan berfikir secara rasional dan bertindak secara bijak. Sabar memungkinkan individu untuk lebih sadar terhadap apa yang dialaminya, ketika mendapatkan suatu permasalahan yang dialami maka individu tidak mudah menyalahkan dirinya sendiri dan terhindar dari stres, sakit hati dan putus asa (Syarbini dan Afsari, 2012: 45). Al-Qur'an memberikan petunjuk kepada manusia untuk mengatur emosi sehingga manusia terhindar dari dampak timbulnya emosi secara berlebihan dan mencegah diri dari penyebab terjadinya emosi. Emosi yang stabil menjadi hal yang penting dalam menjalani kehidupan sebagaimana dalam Q.S Al Baqarah: 153 :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

Artinya:" Hai orang-orang yang beriman, jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah bersama orang-orang yang bersabar (Q.S Al-Baqarah: 153).

Ayat tersebut menjelaskan bahwa Allah SWT memberikan petunjuk kepada orang yang beriman dalam menghadapi dinamika kehidupan. Segala peristiwa atau kejadian yang terjadi diluar kendali dan kemampuan manusia maka Allah SWT memberikan pertolongan bagi orang yang beriman untuk memilih jalan dengan bersabar dan sholat (Sha'rawi, 2006: 18). Kesabaran memuat berbagai hal seperti ejekan, godaan, sabar menghadapi musibah, sabar menghadapi kesulitan hidup, sabar dalam menegakkan hukum dan keadilan. Jika seseorang menginginkan keberhasilan dalam menghadapi kesulitan maka hendaknya dalam segala kegiatan harus melibatkan Allah dalam setiap langkahnya (Sanusi, 2006: 5).

Usaha yang dilakukan untuk mencegah dan menyelesaikan masalah masyarakat secara psikis dengan cara mengajak, memotivasi,

memberikan dorongan dan memberikan bimbingan bagi kesejahteraan jiwa dan raganya sehingga individu memiliki kesadaran dalam menerima ajaran agama dengan cara berDakwah (Sutoyo, 2014: 218). Dakwah merupakan kewajiban bagi setiap umat Islam untuk saling mengingatkan dan mengajak dengan tujuan untuk menegakkan kebenaran dan kesabaran (Ismatulloh, 2015: 165). Dakwah memerintahkan yang ma'rif dan mencegah kemungkaran diantara umat manusia untuk mendapatkan kebahagiaan dunia maupun akhirat. Dakwah bukan berarti hanya menyeru atau mengajak melainkan sebagai bentuk upaya untuk membina masyarakat Islam yang memiliki kualitas diri atau khairu ummah dengan ruh tauhid dan menjunjung tinggi nilai-nilai Islam (M. Nur, 2017: 181).

Dalam proses Dakwah, pesan Dakwah harus disampaikan dengan hikmah, pelajaran yang baik (mauidhoh hasanah), dan bantahan yang baik (jidal bi ahsan) sebagaimana dijelaskan dalam Al Qur'an dalam surat An Nahl ayat 125:

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ ۗ وَجَادِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ ۗ  
إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ ۗ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ

Artinya: “Serulah (manusia) kepada jalan Tuhan-mu dengan hikmah dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu Dialah yang lebih mengetahui tentang siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk”

Dakwah memiliki landasan secara teoritis agar dalam proses pelaksanaan Dakwah berjalan secara hikmah. Pada umumnya dalam kehidupan sehari-hari, hikmah diartikan sebagai tindakan yang bijak. Orang dapat dikatakan bijak apabila memiliki ilmu pengetahuan secara mendalam tidak hanya di satu bidang tetapi juga di bidang lain. Pengetahuan yang secara mendalam dapat membantu memilih metode dan materi yang sesuai untuk diberikan kepada sasaran Dakwah yaitu masyarakat (Fabriar, 2019: 131).

Dari masa ke masa problematika Dakwah semakin mengalami perubahan dan perkembangan yang kompleks dan beragam dalam kehidupan bermasyarakat. Berbagai macam masalah umat yang perlu diselesaikan dengan Dakwah. Mengingat pentingnya hubungan Dakwah dengan kehidupan sosial masyarakat. Masyarakat merupakan sasaran dalam Dakwah yang merupakan unsur penting dalam penyampaian Dakwah. Dalam kehidupan bermasyarakat memiliki etika yang harus dijunjung tinggi oleh masing-masing individu untuk meningkatkan kesadaran dan motivasi dengan niat yang baik (Zaini, 2016: 149). Dalam Dakwah etika merupakan ahlak. Akhlak memiliki ruang lingkup yang luas terhadap perilaku dan sikap yang dimiliki manusia (Saerozi, 2015: 149).

Pengendalian emosi merupakan salah satu problematika Dakwah yang berkaitan dengan ahlak. Agama Islam mengajarkan tentang akhlakul karimah, memuat akhlak yang hubungan dengan Allah SWT, dirinya sendiri, sesama manusia, serta seluruh alam sekelilingnya (Saerozi, 2015: 149). Berbagai macam bentuk Dakwah dalam menyampaikan ajaran Islam salah satunya dengan Dakwah Irsyad. Dakwah irsyad bersifat umum yaitu mencegah dan mengatasi masalah yang timbul pada individu. Dakwah irsyad merupakan kegiatan yang berupa bimbingan konsultasi, pemberian informasi dan arahan pada individu. (Anwar, 2019: 45).

Implementasi Dakwah irsyad yaitu bimbingan agama Islam sebagai bentuk upaya untuk mewujudkan kebahagiaan dunia dan akhirat dengan menyelesaikan permasalahan yang dialami individu secara tepat. Salah satu permasalahan yang dialami oleh individu yang berkaitan dengan kejiwaan individu yaitu kemampuan pengendalian emosi pada lansia. Pelaksanaan bimbingan agama Islam sebagai sarana untuk mengembangkan kemampuan pengendalian emosi sehingga lansia dapat menyikapi emosi dengan tepat dan efektif. Kegiatan bimbingan agama Islam dimaksudkan untuk meningkatkan kemampuan dalam diri individu untuk mengatasi kesulitannya melalui iman kepada Allah Yang Maha Esa dan dorongan kekuatan taqwa.

Bimbingan agama Islam merupakan suatu proses pemberian pertolongan secara terarah, berkelanjutan dan sistematis pada setiap individu untuk mengembangkan potensi-potensi keagamaan yang dimilikinya secara optimal dengan cara dirinya menghayati nilai-nilai yang diajarkan dalam Al-Qur'an dan Hadits Nabi sehingga hidup dengan selaras sesuai dengan nilai-nilai Al-Qur'an dan Hadits nabi (Amin, 2013: 23). Menurut Saepah (2019: 481) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa bimbingan agama Islam memiliki peran penting bagi lanjut usia untuk mengatasi masalah psikis. Adanya bimbingan Agama Islam, individu dapat saling menghargai dan menghormati antar sesama lanjut usia. Selain itu para lanjut usia dapat mengendalikan emosi ketika marah atau sedih dengan cara memperbanyak dzikir.

Permasalahan yang dialami para lanjut usia yaitu membutuhkan pendampingan, dukungan dan bantuan dalam mengembangkan kemampuan pengendalian emosi sehingga mereka memiliki pedoman yang tepat untuk diterapkan dalam kehidupannya. Permasalahan yang dialami lansia membutuhkan sarana yang digunakan untuk mengembangkan kemampuan pengendalian emosi. Upaya untuk mensejahterakan hidup lansia, telah ada pelayanan khusus bagi lansia berupa lembaga yang menyediakan sarana dan prasarana yang memadai bagi lansia yang dititipkan keluarganya maupun lansia yang terlantar. Lansia akan mendapatkan pelayanan yang sesuai dari petugas khusus yang berkompeten dalam bidangnya dalam melayani lansia. Lembaga yang memadai pelayanan sosial bagi lansia di Brebes yaitu rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes. Lembaga tersebut memberikan pelayanan sosial bagi lansia khusus yang tinggal di lembaga tersebut.

Alasan peneliti memilih yaitu rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes sebagai tempat objek penelitian karena rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes merupakan satu-satunya panti sosial rujukan dari dinas sosial Jawa Tengah yang berada di Kabupaten Brebes. Letak rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes berada diantara

perbatasan Jawa Tengah dan Jawa Barat sehingga rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes sebagai tempat untuk menempatkan para lansia.

Hasil wawancara awal dengan Ibu Rustinah selaku pekerja sosial di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes ditemukan bahwa kondisi emosi lansia memiliki emosi yang labil. Hasil observasi awal ditemukan bahwa lansia menunjukkan kondisi emosi yang mudah sedih apabila mengingat keluarganya seperti mbah SU dan mbah S sehingga lansia terlihat murung. Pengendalian emosi pada lanjut usia penting untuk diteliti karena emosi negatif dapat menimbulkan pikiran dan tindakan yang cenderung negatif.

Hasil observasi menunjukkan bahwa bimbingan agama Islam dalam mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada lansia yaitu: pertama, sebelum bimbingan agama Islam dimulai pekerja sosial melakukan pendampingan dengan memberikan motivasi kepada lansia apabila ada permasalahan diperkenankan untuk bercerita dengan salah satu peksos atau pembimbing agama Islam yang dipercayai. Kedua, bimbingan agama Islam dimulai dengan dzikir bersama-sama dan pembimbing agama Islam memberikan ceramah tentang ketauhidan, fiqih, ahlak kepada sesama lansia maupun pegawai dan diakhiri dengan sholawat. Ketiga, apabila lansia terdapat permasalahan emosional maka pembimbing agama Islam mempersilahkan untuk berbagi dan memberikan pemahaman serta saran yang terdapat nilai-nilai Islam.

Kemampuan pengendalian emosi pada lanjut usia penting untuk diteliti karena ketidakstabilan emosi yang dialami oleh lansia menyebabkan lansia mudah mengalami stress, berfikiran negatif dan bersikap kekanakan sehingga lansia memiliki kecenderungan mencari perhatian kepada peksos contohnya menyendiri, tidak banyak berbicara dan lain sebagainya. Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan maka peneliti mengambil judul tentang *“Pelaksanaan Bimbingan Agama*

*Islam Dalam Mengembangkan Pengendalian Emosi Pada Lanjut Usia Di Rumah Pelayanan Sosial Klampok Brebes”.*

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan diatas, maka penulis merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana kondisi kemampuan pengendalian emosi lanjut usia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes?
2. Bagaimana bimbingan agama Islam dalam mengembangkan kemampuan Pengendalian emosi pada lanjut usia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes?
3. Bagaimana dampak bimbingan agama Islam dalam mengembangkan kemampuan Pengendalian emosi pada lanjut usia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes?

## **C. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui bagaimana kondisi kemampuan pengendalian emosi lanjut usia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes.
2. Untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan bimbingan agama Islam dalam mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada lanjut usia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes.
3. Untuk mengetahui dampak bimbingan agama Islam dalam mengembangkan kemampuan Pengendalian emosi pada lanjut usia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes?

## **D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat teoritis, penelitian ini diharapkan dapat menambah keilmuan dalam ilmu Dakwah dan di Bidang Penyuluhan Islam (BPI) pada bimbingan agama Islam dalam mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada lanjut usia di rumah pelayanan sosial lanjut

usia Klampok Brebes serta dapat menjadikan bahan rujukan bagi penelitian lainnya dalam ruang lingkup yang lebih dalam.

2. Manfaat praktis, penelitian ini diharapkan bagi peneliti dapat menambah pengetahuan, pengalaman, dan mengetahui bimbingan agama Islam dalam bimbingan agama Islam dalam mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada lanjut usia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes serta dapat bermanfaat bagi pembimbing agama Islam dalam meningkatkan kinerja dan kualitas bimbingan dalam mengembangkan kemampuan kontrol emosi bagi lanjut usia di rumah pelayanan sosial lanjut usia klampok Brebes.

#### **E. Tujuan Pustaka**

Tinjauan pustaka merupakan peninjauan literatur-literatur yang relevan untuk dijadikan referensi terkait penelitian terdahulu yang telah dikaji. Tujuannya agar tidak terjadi plagiarisme terhadap penelitian terdahulu, mencari berbagai aspek yang belum diteliti dan memperluas kajian, serta mencari pembeda dari penelitian sebelumnya. Penelitian yang menjadi literatur sebagai berikut:

Pertama, oleh Fatikhah dengan judul skripsi tentang “*Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam Untuk Menurunkan Kecemasan Akan Kematian Pada Lansia Di Rumah Pelayanan Sosial Lansia Pucang Gading Semarang*”. Fokus penelitian ini terletak pada pelaksanaan bimbingan agama Islam dan peran pembimbing agama Islam dalam menurunkan Kecemasan akan kematian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pertama metode yang digunakan pembimbing secara umum menggunakan metode langsung secara kelompok berupa ceramah dan dzikir secara berjamaah di aula sesuai dengan Al-Qur’an dan Hadits dengan materi aqidah, ibadah, dan ahlak bertujuan untuk memberikan dorongan kepada lansia agar bersemangat melanjutkan hidup dan taat beribadah. Kedua, Kontribusi pembimbing yaitu melaksanakan pemenuhan kebutuhan rohani pada lansia.

Kedua, oleh Fitriya dengan judul skripsi tentang “*Bimbingan Agama Dalam Mengendalikan Emosi Siswa Kelas VIII Di Madrasah Tsanawiyah NU Nurul Huda Mangkang*”. Fokus penelitian ini terletak pada pelaksanaan bimbingan agama dan problem emosi di MTS NU Nurul Huda Mangkang. Hasil penelitian jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam. Penelitian tersebut pertama, problem emosi yang dialami oleh siswa kelas VIII di MTs NU Nurul Huda Mangkang meliputi beberapa hal seperti marah, jengkel dan gugup karena siswa belum bisa mengendalikan emosinya. Ketika dihadapkan dengan masalah yang menurut mereka tidak berkenan di hati. Masih labilnya emosi yang mereka miliki sehingga mudah marah atau mudah tersinggung, disamping itu kurangnya dan minimnya pengetahuan para siswa tentang pentingnya menahan emosi atau mengendalikan emosi ketika ada orang lain menghina atau berbuat tidak baik kepada mereka.

Ketiga, Anggraini dkk., dengan judul jurnal tentang “*Gambaran Pengendalian Emosi Dalam Lingkungan Padat Penduduk Perum Gardenia Kabupaten Malang*”. Fokus penelitian ini terletak dari pengendalian emosi lansia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengendalian emosi pada lansia sebagian besar dikategorikan rendah dengan persentase 62,5% atau 20 orang dari 32 orang. Kurangnya pengendalian emosi pada lansia disebabkan karena beberapa faktor yaitu: umur, jenis kelamin, pendidikan, status pernikahan, pekerjaan dan penghasilan.

Keempat, oleh Siti Rofiah dengan judul skripsi tentang “*Hubungan Antara Kecedersan Emosi Dengan Strateg Coping Pada Caregiver Formal Lansia*”, Fokus penelitian ini terletak pada hubungan positif pada kecerdasan emosi dengan strategi coping pada caregiver formal lansia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil uji korelasi dengan taraf signifikansi 0,05 dari 69 responden. Hasil uji reliabilitas memiliki skala strategi coping yaitu 0,887 dan skala kecerdasan emosi yaitu 0,807. Korelasi pearson diperoleh  $r_{xy} = 0,570$  dengan taraf signifikan sebesar



0,000 disebabkan  $p < 0,05$  jadi pola hubungan antara kecerdasan emosi dengan strategi coping pada caregiver formal lansia dinyatakan signifikan. Maka hipotesis dapat diterima bahwa ada hubungan antara kecerdasan dengan strategi coping pada caregiver formal lansia.

## **F. Metode Penelitian**

### **1. Jenis dan Pendekatan Penelitian**

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus yaitu penyelidikan khusus yang dilakukan secara mendalam terhadap individu maupun unit sosial untuk menemukan variabel penting. Studi kasus bertujuan untuk memperoleh pemahaman secara mendalam memuat tentang aspek fisik dan psikologis individu yang diteliti (Samsu, 2007: 65-66).

Penelitian kualitatif adalah penelitian yang dilakukan untuk memahami fenomena yang dihadapi subjek penelitian seperti perilaku, persepsi, motivasi, tindakannya secara holistic dengan cara mendeskripsikan analisis data yang diperoleh peneliti dengan menggunakan kata-kata dan bahasa yang ilmiah dan memanfaatkan berbagai metode alamiah (Tohirin, 2012: 3). Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang memperoleh data sesuai dengan keadaan, tidak dibuat-buat atau secara natural dan tidak merubah simbol atau bilangan sesuai dengan masalah yang diangkat dalam kehidupan pada objek tertentu dengan tujuan menemukan kebenaran data yang dapat diterima secara rasional (Mundir, 2013: 51). Melalui pendekatan studi kasus peneliti berusaha untuk mendeskripsikan tentang kasus terkait dengan mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada lanjut usia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes.

### **2. Definisi Konseptual**

#### **a. Bimbingan Agama Islam**

Menurut Samsul Munir Amin bimbingan agama Islam adalah suatu proses pemberian pertolongan secara terarah, berkelanjutan dan sistematis pada setiap individu untuk

mengembangkan potensi-potensi keagamaan yang dimilikinya secara optimal dengan cara dirinya menghayati nilai-nilai yang diajarkan dalam Al-Qur'an dan Hadits Nabi sehingga hidup dengan selaras sesuai dengan nilai-nilai Al-Qur'an dan Hadits nabi (Amin, 2013: 23).

#### **b. Kemampuan Pengendalian Emosi**

Menurut Soehardi dalam Mukhiban kemampuan merupakan bakat yang dimiliki seseorang untuk melaksanakan aktivitas secara fisik maupun mental yang didapat dari lahir, belajar maupun pengalaman (Mukhiban, 2020: 115). Menurut Ekman menyatakan bahwa pengendalian emosi adalah upaya yang dilakukan individu untuk mengekspresikan emosi dengan tepat sehingga tidak berdampak buruk bagi diri sendiri maupun orang lain. Peneliti menyimpulkan bahwa kemampuan pengendalian emosi adalah kesanggupan individu untuk menahan rangsangan yang menimbulkan emosi sehingga dapat tersalurkan dengan baik sesuai dengan norma yang berlaku melalui pengalaman belajarnya. Aspek pengendalian emosi terdiri dari *emotional knowledge* (pengetahuan emosi), *emotional spirituality* (spiritual emosi), *emotional authenticity* (emosi otentik), *emotional reconciliation* (rekonsiliasi emosi) (Martin, 2003: 88).

#### **c. Lansia**

Lansia adalah individu yang memiliki usia lebih dari 60 tahun ditandai dengan adanya perubahan secara anatomis, fisiologis dan biokimia pada tubuh individu sehingga berdampak pada fungsi dan kemampuan tubuh secara keseluruhan (Setiyorini dan Wulandari, 2018: 2).

### **3. Sumber Data**

Dalam penelitian ini menggunakan dua sumber data yang terdiri dari dua sumber yaitu:

a. Sumber Data Primer

Sumber data primer adalah data yang diperoleh langsung oleh peneliti dari sumber aslinya. Data primer diperoleh dari wawancara, jejak pendapat dari objek penelitian, hasil observasi objek penelitian dan hasil pengujian (Ramdhani, 2021: 19). Sumber data primer dalam penelitian ini adalah pembimbing agama Islam, pekerja sosial dan lansia. Data primer berupa hasil wawancara tentang masalah dalam mengendalikan emosi dan wawancara tentang bimbingan agama dalam mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada lansia.

b. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder adalah data yang diperoleh berdasarkan sumber yang sudah ada sebelumnya, berupa laporan penelitian, buku, majalah atau Koran serta arsip baik yang dipublikasikan maupun tidak dipublikasikan (Ramdhani, 2021: 19). Sumber data sekunder dalam penelitian ini adalah buku referensi, google book dan jurnal penelitian.

#### **4. Teknik Pengumpulan Data**

a. Metode Wawancara

Wawancara adalah cara pengumpulan data yang dilakukan dengan sesi tanya jawab secara lisan dan tatap muka dengan responden penelitian dengan tujuan yang sudah ditentukan (Djaali, 2020: 69). Wawancara yang digunakan dalam penelitian adalah wawancara terstruktur yaitu peneliti melakukan wawancara yang sudah disiapkan terlebih dahulu pertanyaan wawancara kepada responden dan peneliti melakukan wawancara yang sama dengan narasumber yang lain dengan pertanyaan yang sama untuk pengumpulan dan pencatatan data (Sugiyono, 2014: 138).

Proses wawancara dilakukan secara langsung atau *face to face interview* yaitu wawancara pembimbing agama Islam, pekerja

sosial dan Lanjut usia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes. Lansia yang berada di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes dijadikan responden sejumlah 5 lansia untuk mengetahui kondisi kemampuan pengendalian emosi dalam aspek-aspek pengendalian emosi.

Kriteria responden lansia sebagai berikut:

1. Lansia memiliki umur sekitar 60-75 tahun
2. Lansia memiliki emosi yang labil dengan diperlihatkan sikap murung, sedih, dan kekanakan
3. Lansia memiliki penurunan daya berpikir sehingga
4. memiliki perilaku dan perasaan cenderung kurang baik.
5. Lansia mampu berkomunikasi dengan baik

b. Metode Observasi

Observasi merupakan teknik pengumpulan data dengan cara pengamatan, pencatatan secara sistematis dan menyimpulkan data yang diperoleh pada perilaku individu. Observasi berencana melakukan penelitian secara langsung terhadap proses pelaksanaan bimbingan agama Islam untuk mengembangkan kemampuan pengendalian emosi berfokus pada lanjut usia dan pembimbing agama. Observasi dilakukan untuk memperoleh data kondisi kemampuan pengendalian emosi yang dimiliki oleh lanjut usia dan pelaksanaan bimbingan agama yang diperoleh oleh lanjut usia sebagai bentuk untuk mengembangkan kemampuan pengendalian emosi.

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan sarana yang digunakan peneliti sebagai penunjang dalam pengumpulan data yang diperoleh (Sarwono, 2006: 225). Metode ini peneliti gunakan untuk mendapatkan data berupa gambaran umum terkait lokasi rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes, visi dan misi panti,

syarat penghuni panti, data lansia, data pegawai dan tugasnya, jadwal kegiatan lansia, dan permasalahan yang dihadapi oleh lansia.

## **5. Teknik Keabsahan Data**

Uji keabsahan data dalam penelitian kualitatif dapat dinyatakan valid apabila tidak terdapat perbedaan antara data yang dilaporkan peneliti dengan apa yang sesungguhnya terjadi pada objek yang diteliti (Sugiyono, 2011: 267). Pengujian kredibilitas dalam penelitian dapat menggunakan triangulasi. Triangulasi dibagi menjadi 3 bagian yaitu :

### **a. Triangulasi sumber**

Triangulasi sumber merupakan proses pengecekan data yang diperoleh peneliti dengan cara mendeskripsikan, menggolongkan data sehingga dapat ditarik kesimpulan dan disepakati. Triangulasi sumber dilakukan untuk menguji kredibilitas data yang diperoleh peneliti mengenai proses pelaksanaan bimbingan agama untuk mengembangkan kemampuan pengendalian emosi, maka pengumpulan data yang diperoleh dari pembimbing agama Islam, lanjut usia dan pekerja sosial di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes. Data yang telah dianalisis oleh peneliti dapat ditarik kesimpulan dan kesepakatan dengan tiga sumber lainnya.

### **b. Triangulasi teknik**

Triangulasi teknik merupakan proses pengecekan data yang memiliki sumber yang sama dengan menggunakan teknik yang berbeda. Perbedaan teknik yang digunakan untuk menguji data maka peneliti dapat mengkaji lebih dalam untuk memastikan kebenaran data yang diperoleh.

### **c. Triangulasi waktu**

Triangulasi waktu merupakan proses pengecekan data dengan cara menggunakan teknik yang berbeda dalam situasi yang

berbeda dalam lapangan penelitian. Data yang diperoleh peneliti, jika terdapat perbedaan data penelitian yang berbeda maka peneliti dapat melakukan pengecekan kembali sampai ditemukan data yang kuat (Sugiyono, 2014: 274).

Penelitian ini, penulis menggunakan triangulasi sumber artinya peneliti melakukan uji kredibilitas data terlebih dahulu dengan cara mengecek data yang diperoleh melalui beberapa sumber yang kemudian dideskripsikan, dikategorisasikan, mana pandangan yang sama dan mana pandangan yang berbeda, serta mana spesifik dari beberapa sumber tersebut. Data yang telah dianalisis peneliti akan menghasilkan suatu kesimpulan yang akan dimintakan kesepakatan (member check) dengan beberapa sumber data tersebut. Sebelum mendapatkan data kondisi kemampuan pengendalian emosi pada lanjut usia maka data tersebut diperoleh dari lanjut usia sendiri kemudian peneliti data lewat pekerja sosial dan pembimbing agama terlebih dahulu untuk memastikan data yang nanti didapat kredibel. (Sugiyono, 2011: 274).

## **6. Teknik Analisis Data**

Analisis data model Miles dan Huberman dalam Sugiyono ada 3 macam kegiatan dalam analisis data kualitatif sebagai berikut :

- a. Reduksi data adalah proses pemilihan, merangkum dan memfokuskan pada hal-hal yang pokok dengan mencatat data yang diperoleh dalam penelitian secara detail dan teliti. Mereduksi data dapat menajamkan data yang diperoleh menjadi lebih jelas, menyederhanakan data yang diperoleh dan menggolongkan data berdasarkan angka, huruf kapital, huruf kecil sehingga dapat mempermudah peneliti dalam mengumpulkan data selanjutnya dan mempermudah peneliti dalam melakukan pencarian data yang diperlukan.
- b. Penyajian data adalah kumpulan data yang diperoleh dalam bentuk uraian yang singkat, bagan dan terdapat korelasi sehingga dapat mempermudah peneliti untuk memahami fenomena yang terjadi dalam

penelitiannya dan memudahkan peneliti untuk merencanakan penelitian selanjutnya. Penyajian data dalam penelitian kualitatif berupa teks bersifat naratif, bentuk lainnya seperti: grafik, matriks, network (jejaring kerja), dan tabel.

- c. Penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal dalam penelitian kualitatif merupakan bagian analisis data dengan mengemukakan hasil sementara dengan disertai bukti-bukti data pendukung dalam penelitian. Pada penarikan kesimpulan awal data yang diperoleh dapat berubah apabila peneliti tidak ditemukan bukti pendukung untuk memperkuat data penelitian dan kesimpulan awal yang didukung dengan bukti pendukung yang kuat saat pengumpulan data di lapangan maka dapat dikatakan penelitian tersebut merupakan data yang dipertanggung jawabkan. Kesimpulan akhir dalam sebuah penelitian kualitatif yaitu mendeskripsikan penemuan yang diperoleh peneliti dengan data yang kuat, data konsisten pada pengumpulan data sehingga peneliti dapat menjawab rumusan masalah dan dapat mempertanggung jawabkan hasil penelitian yang diperoleh. Sedangkan verifikasi dilakukan untuk mencari kebenaran (Sugiyono, 2014: 249-253).

## **7. Sistematika Penulisan Skripsi**

Sistematika dalam penelitian ini sebagai berikut :

**BAB I**, berisi pendahuluan meliputi: latar belakang, rumusan masalah, tujuan, dan manfaat penelitian, tinjauan pustaka, kerangka teoritik, metode penelitian, dan sistematika penelitian skripsi.

**BAB II**, berisi tentang bimbingan agama meliputi: Pengertian Dakwah, tujuan Dakwah, fungsi Dakwah, unsur-unsur Dakwah, pengertian bimbingan agama, fungsi bimbingan agama Islam, tujuan bimbingan agama Islam, unsur-unsur bimbingan agama Islam, kemampuan pengendalian emosi meliputi: pengertian kemampuan pengendalian emosi, aspek-aspek pengendalian emosi, upaya pengendalian emosi, faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan pengendalian emosi,

kemudian lanjut usia meliputi : pengertian lanjut usia, perubahan-perubahan lanjut usia, masalah yang dihadapi lanjut usia.

**BAB III**, berisi tentang objek dan hasil penelitian. Gambaran umum terdiri dari sejarah berdirinya panti, motto, visi dan misi, tugas pokok dan fungsi, sasaran dan persyaratan calon penerima manfaat, daftar lansia penerima manfaat, struktur organisasi, kondisi kemampuan pengendalian emosi dan bimbingan agama Islam dalam mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada lansia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes.

**BAB IV**, berisi tentang analisis yang dibagi menjadi dua yaitu analisis kondisi kemampuan pengendalian emosi dan dan analisis pelaksanaan bimbingan agama Islam dalam mengembangkan kemampuan pengendalian emosi. pada lansia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes.

**BAB V**, berisi penutup meliputi: kesimpulan, penutup, daftar pustaka dan lampiran



## **BAB II**

### **KERANGKA TEORI**

#### **A. Dakwah**

##### **1. Pengertian dakwah**

Secara bahasa dakwah berasal dari bahasa Arab yaitu do'a, yad'u da'watan artinya seruan, panggilan, undangan atau doa (Anasom dkk., 2015: 195). Dakwah adalah segala bentuk kegiatan untuk menyampaikan ajaran Islam kepada orang lain dengan berbagai cara dalam rangka menciptakan individu dan masyarakat yang menghayati dan mengamalkan ajaran Islam di segala aspek kehidupan (Hasan, 2013: 11).

Dakwah merupakan kewajiban bagi setiap umat Islam untuk saling mengingatkan dan mengajak dengan tujuan untuk menegakkan kebenaran dan kesabaran (Ismatulloh, 2015: 165). Dakwah Islam adalah tindakan untuk menyeru, mengajak, memanggil umat manusia agar beriman dan mentaati perintah Allah SWT serta kembali pada ajaran yang benar sesuai dengan syariat Islam. Dakwah juga membawa orang lain kepada agama Islam, dan menurut petunjuk agamanya, mereka menegakkan semua aturan di muka bumi ini, segala bentuk penghambaan diri, permohonan, dan ketaatan kepada Allah SWT (Cahyadi, 2016: 77).

Dakwah adalah kegiatan secara sadar untuk menyampaikan materi agama Islam kepada orang lain untuk menerima ajaran Islam dan melaksanakannya dengan baik dalam kehidupan individu dan masyarakat untuk mencapai dan mencapai kebahagiaan dunia maupun akhirat menggunakan media yang berbeda dan metode tertentu (Amin, 2009: 7). Proses dakwah Islam akan menghadapi masalah-masalah yang berkaitan dengan perkembangan peradaban manusia itu sendiri selalu berubah, seperti politik, ekonomi, masalah sosial, budaya, dan ilmu pengetahuan. Hal ini juga terkait dengan perubahan

nilai dari sudut pandang manusia terhadap perubahan yang telah terjadi (Amin, 2008: 49).

Peneliti menyimpulkan bahwa dakwah merupakan kegiatan untuk menyeru, mengajak, memanggil seluruh umat manusia dengan cara-cara tertentu untuk meyakini dan mengamalkan ajaran agama Islam kepada individu atau kelompok sehingga dapat mencapai kebahagiaan dunia maupun akhirat.

## 2. Tujuan dakwah

Secara umum dakwah memiliki tujuan yaitu menyelamatkan umat manusia dari lembah kegelapan, membawa tempat yang terang benderang, menuju jalan yang lurus, terhindar dari segala hal yang menuju kemusyrikan yang akan menjerumuskan pada kesengsaraan dan kembali menuju jalan yang di ridho-Nya dengan jaminan kebahagiaan (Hortib, 2020: 24). Menurut Hafiduddin (1998: 78) mengatakan bahwa tujuan umum dari dakwah adalah mengubah perilaku sasaran dakwah agar mau menerima ajaran Islam dan mengamalkannya dalam kehidupan sehari-hari baik bersangkutan dengan masalah pribadi, keluarga, maupun sosial masyarakat agar mendapat keberkahan samawi dan ardhhi serta kebaikan dunia maupun akhirat. Sedangkan tujuan dakwah secara khusus yaitu:

- a. Ajaran agama Islam dapat terlaksana secara menyeluruh dengan cara yang benar dan sesuai dengan keimanan.
- b. Terwujudnya masyarakat yang didambakan dalam suatu tatanan bernegara, adil, makmur, sejahtera, damai dengan segala limpahan rahmat-Nya.
- c. Terwujudnya masyarakat yang memiliki sikap beragama yang benar.

Dakwah juga bertujuan mewujudkan insan yang memiliki hubungan antara “Hablum Minallah” dan “Hablum Minannas” yang sempurna yaitu :

- a. Menyempurnakan interaksi seorang hamba dengan pencipta-Nya (Hablum Minallah atau Mu`amalah maal Khaliq).
- b. Menyempurnakan interaksi sesama manusia (Hablum Minannas atau mu`amalah maal khalqi).
- c. Mengadakan keseimbangan (tawazun) antara keduanya itu dan mengaktifkan keduanya sejalan dan berjala (Hortib, 2020: 24).

### 3. Unsur-unsur dakwah

Unsur dakwah adalah komponen yang menjadi bagian dari kegiatan dakwah. Unsur dakwah tersebut adalah da'i (pelaku dakwah), mad'u (mitra dakwah), maddah (materi dakwah), wasilah (media dakwah), dan atsar (efek dakwah) dengan penjelasan berikut:

#### a. Da'i (Pelaku Dakwah)

Da'i adalah orang yang melakukan dakwah dalam bentuk lisan, tulisan, atau perbuatan mulia, yang dapat dilakukan secara individu atau kelompok. Kata da'i biasa dikenal dengan mubarig yang artinya orang yang menyeru kepada ajaran Islam, namun istilah tersebut memiliki arti yang sangat sempit. Orang cenderung memaknai dai sebagai orang yang menyeru hanya secara lisan seperti: penceramah agama, khotib dan sebagainya (Munir dan Ilahi, 2006: 19).

#### b. Mad'u (Mitra Dakwah)

Mad'u yaitu mereka yang menjadi sasaran dakwah, atau penerima dakwah secara individu atau berkelompok, baik individu yang muslim maupun non muslim atau seluruh manusia. dakwah bertujuan mengajak mereka untuk mengikuti ajaran agama Islam, sedangkan kepada orang-orang yang telah beragama Islam bertujuan untuk meningkatkan kualitas Iman, Islam dan Ihsan (Munir dan Ilahi, 2006: 21).

c. Maddah (materi Dakwah)

Materi dakwah merupakan pesan dakwah Islam yang menjadi bahan pembahasan da'i kepada mad'u. Secara umum materi Dakwah dibagi menjadi empat macam yaitu:

1) Materi Aqidah

Materi aqidah merupakan pokok permasalahan Materi dakwah tentang akidah Islam. Materi tentang akidah Islam yang membentuk moralitas manusia (ahlaq) (Munir dan Ilahi, 2006: 21). Dalam materi aqidah memiliki ciri-ciri untuk membedakan kepercayaan lain yaitu:

- (a) Secara terbuka mengungkapkan keyakinannya yang disertai kesaksian dengan pembacaan dua kalimat syahadat. Seseorang diharuskan memiliki kejelasan identitas yang dimilikinya sebagai seorang muslim dan mengakui keberagaman yang dimiliki oleh orang lain.
- (b) Cakrawala pandangan yang luas dengan menjelaskan bahwa Allah SWT merupakan Tuhan semesta alam bukan hanya pada golongan tertentu. Materi akidah ini menjelaskan tentang ketuhanan, kerasulan, dan alam ghoib secara mudah.
- (c) Ketahanan antara keimanan dengan Islam, atau keimanan dengan amal perbuatan. Dalam ibadah pokok merupakan manifestasi dari iman dipadukan dengan segi pengembangan diri dan kepribadian seseorang dengan kemaslahatan masyarakat yang menuju kesejahteraan (Munir dan Ilahi, 2021: 19).

2) Materi Syari'ah

Materi Syariah memiliki cakupan yang luas dan berkaitan dengan seluruh umat Islam. Syariah merupakan pusat kehidupan manusia dan tidak dapat dipisahkan dari kehidupan. Materi syariah bersifat universal. Artinya setiap

materi yang dijelaskan tentang hak-hak umat Islam dan non-Islam berlaku untuk seluruh umat manusia. Materi syariah tidak hanya mencakup kepentingan sosial dan moral, tetapi juga menjelaskan tentang perspektif yang benar. Materi syari'ah menggambarkan unsur-unsur syariat yang dapat menjelaskan informasi yang jelas tentang masyarakat hukum berupa status hukum wajib, mubah (boleh), mandab (dianjurkan), dan haram (dilarang) (Munir dan Ilahi, 2006: 26-27).

### 3) Materi Mu'amalah

Materi mu'amalah merupakan materi dakwah yang berkaitan dengan aspek kehidupan sosial, bukan hanya urusan ibadah atau hubungan manusia dengan Allah SWT. Cangkupan mu'amalah lebih luas dibandingkan dengan urusan ibadah. Hal ini dapat dipahami dengan alasan sebagai berikut:

- (a) Sumber yang dijadikan rujukan dalam masalah mu'amalah yaitu Al-Qur'an dan al-Hadist.
- (b) Ibadah yang berkaitan dengan kemasyarakatan atau kelompok maka ganjarannya lebih besar dibanding dengan ibadah perorangan.
- (c) Melaksanakan ibadah yang berkaitan dengan kemasyarakatan mendapatkan ganjaran yang lebih besar dibanding ibadah sunah (Munir dan Ilahi, 2021: 21-22).

### 4) Masalah Ahlak

Ahlak dalam bahasa arab jamak dari 'khuluqun' artinya budi pekerti, perangai dan tingkah laku. Secara istilah ahlak diartikan bahwa masalah keadaan batin yang mempengaruhi tingkah laku manusia. Dalam Islam ahlak pada dasarnya mengajarkan kualitas tingkah laku yang merupakan ekspresi dari kondisi jiwa manusia. Materi

ahlak menjelaskan tentang sifat dan kriteria perbuatan manusia serta kewajiban yang harus di penuhi (Munir dan Ilahi, 2021: 22-24).

d. Wasilah (Media Dakwah)

Dakwah dapat menggunakan berbagai wasilah untuk menyampaikan ajaran Islam kepada seluruh umat manusia. Hamzah Ya'qub mengklasifikasikan Dakwah wasilah menjadi lima jenis:

- 1) Lisan merupakan jenis wasilah yang paling sederhana menggunakan dengan lisan dan suara seperti ceramah, kuliah, bimbingan, penyuluhan, lagu, musik, dll.
- 2) Tulisan merupakan jenis wasilah yang menggunakan buku, majalah, surat kabar, surat menyurat, spanduk dll.
- 3) Lukisan merupakan jenis wasilah yang menggunakan gambar, karikatur dll.
- 4) Audio visual merupakan jenis wasilah yang merangsang indra pendengaran atau pengeliatan dan kedua-keduanya seperti televisi, film, internet dan sebagainya.
- 5) Akhlak merupakan jenis wasilah dengan menggunakan tindakan nyata yang mencerminkan ajaran Islam, dan Madu dapat dinikmati dan didengar (Munir dan Ilahi, 2006: 32).

e. Thariqah (Metode Dakwah)

Thariqoh adalah cara yang digunakan dalalam berdakwah dengan baik sesuai yang diajarkan Rasulallah SAW, sebagaimana dalam firman Allah SWT dalam Q.S. An-Nahl ayat 125 yang dijadikan kerangka acuan bagi setiap da'i baik dalam cara berpikir maupun dalam bersikap.

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ ۗ وَجَادِلْهُمْ بَالَّتِي هِيَ  
أَحْسَنُ ۚ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ ۗ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ

Artinya: “Serulah (manusia) kepada jalan Tuhan-mu dengan hikmah dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu Dialah yang lebih mengetahui tentang siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk.”

Dalam menyampaikan dakwah dalam ayat tersebut menjelaskan ada tiga macam cara yaitu:

- 1) Bil hikmah yaitu metode dakwah yang dilakukan dengan memperhatikan situasi dan kondisi sasaran dakwah dengan menekankan kemampuannya sehingga dalam melanjutkan ajaran- agama Islam, mereka tidak lagi terpaksa dan keberatan.
- 2) Mau'izatul hasanah yaitu metode dakwah dengan memberikan nasihat atau menyampaikan ajaran Islam dengan penuh rasa kasih sayang, sehingga nasihat dan ajaran Islam yang disampaikan tersebut dapat menyentuh hati mereka.
- 3) Mujadalah billati hiya ahsan yaitu metode dakwah dengan cara bertukar pikiran dan membantah dengan cara yang baik dengan tidak memberikan tekanan yang memberatkan pada komunitas yang menjadi sasaran dakwah (Munir dan Ilahi, 2006: 34).

f. Atshar (efek Dakwah)

Efek dalam ilmu komunikasi disebut umpan balik. Secara sederhana efek merupakan reaksi yang ditimbulkan aksi dakwah. Menurut Jalaluddin Rahmat, pengaruhnya dapat terjadi pada tingkatan sebagai berikut:

- 1) Efek kognitif merupakan efek yang terjadi, apabila adanya perubahan apa yang diketahui, dipahami, dan dipersepsi oleh audiens. Efek ini berkaitan dengan transmisi pengetahuan, ketrampilan, keyakinan, atau informasi.
- 2) Efek afektif merupakan efek yang ditimbulkan, apabila adanya perubahan apa yang dirasakan, disenangi, atau dibenci audiens termasuk yang berkaitan dengan emosi, sikap, dan nilai.
- 3) Efek behavioral merupakan Efek yang mengacu pada perilaku yang nyata yang dapat diamati, termasuk pola perilaku, aktivitas, atau kebiasaan perilaku (Munir dan Ilahi, 2006: 34).

## **B. Bimbingan Agama Islam**

### **1. Pengertian Bimbingan Agama Islam**

Secara umum bimbingan merupakan proses pemberian pertolongan yang dilakukan oleh tenaga profesional dalam bidangnya kepada individu maupun kelompok agar memiliki kemampuan dalam mengembangkan potensi (minat, bakat dan kemampuan) dan dapat menyelesaikan masalah sehingga mereka dapat memutuskan pilihan hidup secara mandiri dan tanggung jawab (Wangsanata dkk., 2020: 96). Menurut Samsul Munir Amin bimbingan adalah suatu proses pemberian pertolongan secara berkelanjutan terhadap perkembangan individu untuk memaksimalkan kemampuannya dan membawa manfaat yang sebesar-besarnya bagi dirinya dan masyarakat (Amin, 2013: 6). Menurut Bimo Walgito Bimbingan adalah suatu bantuan yang diberikan kepada individu atau kelompok bertujuan untuk mencegah kendala dan mengatasi masalah dalam hidupnya (Walgito, 2010: 6). Menurut Syafaruddin Bimbingan secara luas dapat diartikan sebagai suatu proses pemberian bantuan secara berkelanjutan dan



terstruktur untuk mencapai kemampuan memahami diri sendiri, mewujudkan kemampuan sesuai potensi yang dimiliki, atau mencapai kemampuan menyesuaikan diri dengan lingkungan (Syafaruddin dkk., 2019: 17).

Peneliti menyimpulkan bahwa bimbingan adalah suatu proses pemberian bantuan terhadap individu maupun kelompok secara terus-menerus dan terstruktur untuk mengembangkan potensi diri (minat, bakat, dan kemampuan) dan mengatasi masalah serta mengambil keputusan secara mandiri dan tanggung jawab sehingga dapat bermanfaat bagi dirinya sendiri maupun lingkungannya.

Menurut Samsul Munir Amin bimbingan agama Islam adalah suatu proses pemberian pertolongan secara terarah, berkelanjutan dan sistematis pada setiap individu untuk mengembangkan potensi-potensi keagamaan yang dimilikinya secara optimal dengan cara dirinya menghayati nilai-nilai yang diajarkan dalam Al-Qur'an dan Hadits Nabi sehingga hidup dengan selaras sesuai dengan nilai-nilai Al-Qur'an dan Hadits nabi (Amin, 2013: 23). Menurut Aunur Rahim Faqih bimbingan dan agama Islam adalah proses yang pemberian pertolongan terhadap individu agar dapat hidup dengan selaras sesuai perintah dan tuntunan Allah SWT agar memperoleh hidup dengan bahagia di dunia maupun akhirat (Faqih, 2001: 12).

Bimbingan agama Islam merupakan pemberian pertolongan kepada individu untuk mengembangkan fitrah dalam menghadapi problem kehidupannya sesuai dengan ajaran Islam (Riyadi dkk., 2019: 88). Menurut Anwar Sutoyo bahwa bimbingan agama Islam adalah upaya untuk membantu individu dalam mengembangkan fitrahnya dengan memberdayakan iman, akhlak dan kemampuan dalam mempelajari ajaran Allah dan Rasulnya (Sutoyo, 2007: 24).

Peneliti menyimpulkan bahwa bimbingan agama Islam adalah suatu proses pemberian pertolongan pada individu atau kelompok secara berkelanjutan, sistematis untuk mengembangkan potensi

keagamaan sesuai dengan fitrahnya individu dalam menyelesaikan masalah sesuai dengan nilai-nilai yang diajarkan dalam Al-Qur'an dan Hadist Nabi sehingga dapat memperoleh kebahagiaan dunia maupun akhirat.

## 2. Fungsi bimbingan agama Islam

Bimbingan agama Islam memiliki hubungan yang erat dengan permasalahan spiritual. Islam memberikan bimbingan terhadap seseorang agar dapat kembali ke jalan benar sesuai Al-Qur'an dan Hadist. Islam mengajarkan seseorang untuk mengambil pelajaran berharga bagi dirinya dalam menghadapi masalah. Jika seseorang mengalami gelisah, takut, cemas ialah bunga dari kehidupan yang harus diselesaikan dengan memohon pertolongan kepada Rabb-nya melalui seseorang yang profesional menangani bidang tersebut (Sutoyo, 2013: 50).

Menurut Masdudi bimbingan agama Islam memiliki fungsi sebagai berikut :

- a. Fungsi preventif yaitu bantuan yang diberikan kepada individu untuk mencegah adanya masalah.
- b. Fungsi kuratif atau korektif yaitu bantuan yang diberikan kepada individu untuk menyelesaikan masalah yang dialami.
- c. Fungsi preservatif yaitu bantuan yang diberikan kepada individu untuk mempertahankan situasi dan kondisi yang semula tidak baik (terdapat Masalah) menjadi baik (terpecahkan) serta situasi dan kondisi yang sudah lama dapat bertahan dalam jangka waktu yang panjang atau lama.
- d. Fungsi terapi yaitu bantuan yang diberikan kepada individu agar dapat melepaskan kekhawatiran dan kegelisahan terhadap masalah yang dialaminya.
- e. Fungsi development atau pengembangan yaitu bantuan yang diberikan kepada individu-individu untuk memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang sudah baik tetap

menjadi baik atau lebih baik sehingga individu dapat terhindar dari penyebab timbulnya masalah (Masdudi, 2015: 137)

### 3. Tujuan bimbingan agama Islam

Menurut Ulfiah tujuan bimbingan agama Islam dibagi menjadi dua yaitu: tujuan secara umum dan khusus. Tujuan bimbingan agama Islam secara umum yaitu memberikan pertolongan kepada individu untuk memahami jati diri sebagai hamba khalifah Allah serta dapat mengamalkan dalam amalan saleh untuk memperoleh kebahagiaan dunia maupun akhirat. Tujuan bimbingan agama Islam secara khusus yaitu :

- a. Memberikan bantuan terhadap masalah yang timbul pada individu.
- b. Memberikan bantuan untuk mengatasi masalah yang timbul pada individu
- c. Memberikan bantuan kepada individu untuk mengembangkan dan memelihara situasi dan kondisi yang baik menjadi lebih baik sehingga dapat terhindar dari penyebab masalah pada individu maupun orang lain (Ulfiah, 2020: 130).

Secara rinci tujuan bimbingan agama Islam sebagai berikut:

- a. Bimbingan untuk menghasilkan adanya perubahan, perbaikan, kesehatan dan kesucian jiwa. Jiwa yang tenang, jinak, dan damai (mutmainah), bersikap lapang dada (radhiyah) dan mendapatkan pencerahan taufik dan hidayah-Nya.
- b. Bimbingan untuk menghasilkan adanya perubahan, perbaikan, kesopanan terhadap tingkah laku seseorang sehingga dapat memberikan manfaat bagi diri sendiri, lingkungan keluarga, lingkungan kerja, lingkungan sosial dan alam sekitarnya.
- c. Bimbingan untuk menghasilkan kecerdasan emosi sehingga dalam diri seseorang timbul dan berkembang adanya rasa toleransi, setia kawan, tolong-menolong dan kasih sayang.

d. Bimbingan untuk menghasilkan kecerdasan spiritual pada diri seseorang sehingga timbul dan berkembang untuk taat kepada Tuhannya, ikhlas dalam menaati perintah-Nya dan menerima dengan tabah atas ujian-Nya. Bimbingan untuk mendapatkan potensi Ilahiah, sehingga seseorang dapat menjalankan tugasnya sebagai khalifah dengan baik dan benar, dapat mengatasi berbagai permasalahan hidup, dan dapat memberikan manfaat dan keselamatan bagi lingkungan sekitarnya dalam berbagai aspek kehidupan (Amin, 2010: 41).

#### 4. Unsur-unsur bimbingan agama Islam

##### a. Pembimbing

Pembimbing adalah seseorang yang memberikan pertolongan klien untuk menyelesaikan permasalahan yang dialami klien berdasarkan kemampuan dan pengetahuan yang dimiliki (Tarmizi, 2018: 70). Dalam melakukan bimbingan kepada individu maupun kelompok maka diharuskan bagi seorang pembimbing agama mempunyai pengetahuan tentang bimbingan dan konseling secara umum dan pengetahuan tentang agama secara luas dan mendalam. Sehingga dalam proses bimbingan kepada klien dapat diterima dengan mudah karena pembimbing mempunyai pengetahuan bimbingan dan konseling serta pengetahuan agama secara komprehensif dan profesional (Amin, 2010: 27).

##### b. Objek

Objek dalam bimbingan agama Islam yaitu seseorang yang menjadi sasaran dalam proses bimbingan agama. Yang dimaksud dengan objek bimbingan agama adalah konseli atau klien. Konseli atau klien merupakan seseorang yang memiliki permasalahan dan kesulitan menyelesaikan masalah yang dialaminya (Tarmizi, 2018: 70).

##### c. Materi

Materi merupakan unsur yang penting dalam keberhasilan pelaksanaan bimbingan agama Islam kepada konseli. Dalam memberikan bimbingan agama Islam seorang pembimbing agama memiliki materi yang disampaikan kepada yang terbimbing. Macam-macam materi bimbingan agama sebagai berikut:

1) Materi Akidah

Materi dasar dalam bimbingan agama memuat tentang akidah. Akidah merupakan sesuatu keterikatan dan menguasai hati untuk mempercayai dan tidak adanya keraguan sedikitpun kepada Allah SWT. Akidah memiliki keterkaitan dengan keimanan seseorang maka orang yang beriman akan mempercayai sepenuhnya terhadap Allah SWT (Solihin, 2021: 6). Akidah mempengaruhi karakter moral dan akhlak manusia. Maka akidah menjadi materi dasar dalam bimbingan agama Islam. Semakin kokohnya keimanan seseorang maka dapat menciptakan hati yang teguh yang terhadap tingkah lakunya sesuai dengan nilai-nilai Islam (Saerozi, 2015: 150).

2) Materi Syari'at

Pembimbing menyadari dengan sepenuh hati bahwa kehidupan merupakan anugerah bagi makhluk-Nya khususnya manusia. Sebagai umat manusia perlu dibimbing agar dapat bertindak sesuai bimbingan Allah SWT dalam kehidupannya. Tujuan materi syariah secara umum yaitu mengetahui aturan dari Allah, mampu melakukan tindakan sesuai dengan aturan Allah, adanya penilaian terhadap apa yang dilakukannya yang disertai dengan konsekuensi dan perhitungan terhadap aturan Allah yang dilakukan secara adil.

3) Materi Akhlak

Pembimbing memahami bahwa akhlak merupakan suatu moralitas atau perilaku yang memiliki panduan beberapa konsep tentang apa dan bagaimana moralitas atau akhlak yang harus

diwujudkan oleh seseorang. Sebab akhlak sebagai penyempurna keimanan dan keislaman seseorang. Akhlak merupakan ajaran tentang etika dalam Islam. Akhlak memiliki ruang lingkup yang luas terhadap perilaku dan sikap yang dimiliki setiap manusia. Rasulullah SAW memosisikan akhlak sebagai dasar kerasulannya. Melalui akal dan hati seseorang dapat menjalankan perannya dalam menentukan baik atau buruk terhadap sikap dan tindakan yang mereka tunjukkan. Agama Islam mengajarkan tentang akhlakul karimah, memuat akhlak yang hubungan dengan Allah SWT, dirinya sendiri, sesama manusia, serta seluruh alam sekelilingnya (Saerozi, 2015: 153).

d. Metode

Di dalam Islam menjelaskan berbagai gambaran yang diberikan kepada pembimbing yang bersumber pada Al-Qur'an dan Hadist. Al-Qur'an menjelaskan bahwa pembimbing memiliki kemampuan dan kekhususan dalam menerapkan ilmu pengetahuan. Bimbingan agama Islam memiliki berbagai metode yang dapat dilakukan oleh seorang pembimbing diantaranya sebagai berikut (Az-Zahrani, 2005: 26-26).

1) Metode Keteladanan merupakan metode yang digunakan dalam bimbingan agama Islam dengan menggambarkan sebagai suri teladan yang baik. (Az-Zahrani, 2005: 26). Seorang pembimbing bukan hanya menyampaikan secara materi saja melainkan dengan menerapkan materi yang disampaikan dalam kehidupan sehari-hari sehingga yang terbimbing paham bukan hanya materi saja melainkan pengalamannya. Metode keteladanan dapat dikatakan sebagai upaya untuk untuk mengubah perilaku orang lain dengan cara menjadikan dirinya dalam bertindak, berfikir, bersifat sehingga dapat menjadi contoh atau panutan (Hanafi dkk., 2018: 110).

- 2) Metode Penyadaran merupakan metode yang digunakan dalam bimbingan agama Islam dengan memberikan ungkapan-ungkapan berupa nasehat kepada yang terbimbing serta mengingatkan tentang janji-janji beserta ancaman apabila melanggar larangan-larangan yang telah ditetapkan Allah SWT. Dengan memberikan nasehat yang baik untuk mendorong seseorang berbuat kebajikan (Az-Zahrani, 2005: 26).

### **C. Kemampuan Pengendalian Emosi**

#### **1. Pengertian kemampuan pengendalian emosi**

Kemampuan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia berasal dari kata “Mampu” artinya sanggup, kuasa dan cakap dalam melakukan pekerjaan. Menurut Mohammad Zain dalam Iwan Berri menjelaskan bahwa kemampuan adalah kesanggupan, kekuatan dan kecakapan yang dilakukan diri sendiri (Berri, 2020: 44). Menurut Soehardi dalam Mukhiban kemampuan merupakan bakat yang dimiliki seseorang untuk melaksanakan aktivitas secara fisik maupun mental yang didapat dari lahir, belajar maupun pengalaman (Mukhiban, 2020: 115). Menurut Robbins Noor, Zulki Zulkifli dalam menyatakan bahwa kemampuan merupakan kapasitas individu untuk melaksanakan berbagai macam pekerjaan (Noor, 2021: 9). Peneliti menyimpulkan bahwa kemampuan merupakan kesanggupan seseorang melakukan suatu aktivitas fisik maupun mental yang didapat dari bawaan sejak lahir atau hasil belajar.

Menurut Hurlock pengendalian emosi adalah upaya seseorang untuk menekankan respons yang terlihat terhadap rangsangan emosional dan mengarahkan energi emosional ke dalam ekspresi yang berguna dan dapat diterima oleh orang-orang di sekitarnya (Hurlock: 2007, 231). Menurut Ekman menyatakan bahwa pengendalian emosi adalah upaya yang dilakukan individu untuk mengekspresikan emosi dengan tepat sehingga tidak berdampak buruk bagi diri sendiri

maupun orang lain. Dengan mengendalikan emosi maka individu dapat terhindar dari perilaku yang ditimbulkan oleh emosi (Ekman, 2009: 99). Peneliti menyimpulkan bahwa kemampuan pengendalian emosi adalah kesanggupan individu untuk menahan rangsangan yang menimbulkan emosi sehingga dapat tersalurkan dengan baik sesuai dengan norma yang berlaku melalui pengalaman belajarnya.

2. Aspek-aspek kemampuan pengendalian emosi

Aspek pengendalian emosi terdiri dari emotional knowledge, emotional spirituality, emotional authenticity, emotional reconciliation dengan penjelasan sebagai berikut: (Martin, 2003: 88).

- a. Emotional Knowledge (Pengetahuan Emosi) yaitu kemampuan yang dimiliki individu untuk memahami secara mendalam tentang emosi yang dirasakan dalam berbagai macam situasi. Pemahaman tentang emosi yang benar, penting bagi individu untuk membantu menentukan sikap dan respon emosi secara tepat (Martin, 2003: 76-77).
- b. Emotional Spirituality (Spiritual Emosi) yaitu emosi yang berkembang pada diri individu berkaitan dengan nilai-nilai spiritual. Jika spiritual emosi dapat terwujud sikap dan perilaku yang baik seperti cinta kasih, kemurahan hati, dan rasa syukur. Adapun sikap dan perilaku yang berlawanan dengan nilai-nilai keutamaan dalam spiritual emosi seperti takut, egois dan serakah. (Martin, 2003: 116).
- c. Emotional authenticity (Emosi Otentik) yaitu kemampuan yang dimiliki individu untuk melepaskan dari segala hal yang palsu yang menyebabkan ketidaknyamanan. Emosi otentik menjadikan seseorang tidak takut untuk meluapkan apa yang dialami pada berbagai situasi dan tidak takut mengakui perasaannya (Martin, 2003: 80).
- d. Emotional Reconciliation (Emosi Rekonsiliasi) yaitu kemampuan yang dimiliki individu untuk berdamai dengan dirinya sendiri



maupun orang lain dengan cara memaafkan . Rekonsiliasi pada diri seseorang dapat meningkatkan kematangan emosi (Martin, 2003: 80).

Menurut Febe Chan mengutip dari buku “Emotional Quality Management” Kemampuan pengendalian emosi dibagi menjadi empat yaitu: pertama pengetahuan emosi. Ketika pengetahuan emosi yang dimiliki seseorang terbatas maka seseorang tidak dapat berkembang secara maksimal. Pengetahuan yang dimiliki seseorang dapat menguatkan perilakunya, Kedua spiritual emosi. Seseorang yang memiliki kecerdasan emosional tanpa didasari dengan landasan spiritual akan menjadi pribadi yang manipulative, tamak sedangkan seseorang yang memiliki kecerdasan emosional yang berkaitan hubungan dengan Tuhannya akan bertumbuhnya kecerdasan emosionalnya dan menjadi pribadi yang penuh kasih sayang kepada sesama manusia. Ketiga, Semakin otentik seseorang maka bisa menjadi diri sendiri, Keempat, emosi rekonsiliasi. Ketidakmampuan seseorang untuk mengembangkan kecerdasan emosi disebabkan tidak bisa beranjak dari masa lalu yang dimilikinya (Chan, 2011: 101).

### 3. Upaya mengembangkan kemampuan pengendalian emosi

Menurut Hude terdapat beberapa model pengendalian emosi yang dapat dilakukan seseorang pada situasi emosi diantaranya itu :

- a. Model Pengalihan (Displacement) merupakan model pengalihan dengan cara menyalurkan ketegangan emosi pada objek yang lain. Model pengalihan meliputi kartasis, manajemen rasionalitas dan mengingat Tuhan. Kartasis adalah suatu model pengalihan untuk menyalurkan emosi sehingga individu keluar dari emosi yang ditimbulkan orang lain. Manajemen rasionalitas adalah suatu acara dalam pengendalian emosi dengan mengalihkan suatu emosi yang ditunjukkan sesuatu yang berbeda dengan yang

sebenarnya. Sedangkan Mengingat tuhan merupakan model pengalihan emosi dengan merubah emosi negatif menjadi positif sehingga individu dapat dapat menyikapi sesuatu dengan positif dengan mengalihkan kecenderungan negatif.

- b. Model Penyesuaian Kognitif (Cognitive Adjustment) merupakan suatu cara pengendalian emosi dengan cara menyesuaikan diri antara pengalaman dengan pengetahuan yang dimiliki sebagai upaya untuk memahami masalah yang timbul pada individu. Model penyesuaian kognitif meliputi tentang atribusi positif, empati, dan altruisme. Atribusi positif adalah suatu cara untuk menempatkan pandangan individu dalam wacana positif. Model empati merupakan suatu mekanisme pengendalian emosi melalui kesadaran diri untuk menghayati bahwa yang terjadi pada dirinya juga dialami oleh orang lain. Sedangkan altruisme merupakan suatu prinsip yang harus ditegakkan dalam hubungan interpersonal bahwa segala sesuatu yang dilakukan tanpa adanya pamrih.
- c. Model Coping (Coping Strategi) merupakan suatu cara untuk mengendalikan emosi dengan cara menerima dan menjalani segala sesuatu yang terjadi dalam kehidupan misalnya syukur, sabar, memberikan maaf, adaptasi.
- d. Model Regresi merupakan suatu mekanisme yang dilakukan untuk mempertahankan diri dengan cara mundur dari perkembangan yang lebih tinggi. Hal ini dilakukan untuk mencegah kegagalan atau ancaman ego, sehingga individu dapat mundur kembali ke taraf perkembangan yang lebih rendah.
- e. Model Represi dan Supresi  
Model Represi merupakan suatu mekanisme untuk mempertahankan diri dengan menekan dari pengalaman

atau kejadian yang tidak menyenangkan dalam alam bawah sadar individu. Sedangkan model supresi merupakan suatu cara untuk mengendalikan emosi secara terbuka dengan tetap menjaga impuls dan nafsu atau mengalihkan ingatan yang berhubungan dengan peristiwa yang menyakitkan untuk sementara waktu.

- f. Model Relaksasi merupakan suatu cara yang dilakukan untuk menenangkan tubuh dalam keadaan tenang. Relaksasi yang dapat dilakukan misalnya: tarik nafas, melemaskan otot-otot, berjalan melihat pemandangan di luar khususnya ketika sedang menghadapi emosi negatif (Hude, 2006: 257).

Menurut Rudi dalam buku “Bimbingan Pribadi-Sosial, Belajar, dan Karir” menyebutkan bahwa upaya untuk mengendalikan emosi bisa dilakukan dengan cara sebagai berikut:

- a. Segala tindakan yang dilakukan bersandar pada akal sehat artinya sebelum melakukan sesuatu maka harus dipikirkan terlebih dahulu.
- b. Memikirkan kemungkinan timbulnya dampak negatif artinya sebelum kita melakukan suatu tindakan maka kita memikirkan kemungkinan yang terjadi apabila kita melakukan hal tersebut dapat menimbulkan dampak buruk baik pada diri sendiri maupun orang lain.
- c. Berusaha untuk memaafkan kesalahan orang lain (Rudi dkk., 2004: 18).

Menurut El Bantanie dalam buku “Dahsyatnya Terapi Wudhu” mengungkapkan bahwa seseorang dapat melakukan pengendalian emosi sebagai berikut (El-Bantanie, 2020: 104-105):

- a. Mendekatkan diri pada Allah SWT

Dalam Islam ibadah bukan hanya untuk kepentingan hubungan antara makhluk dan pencipta-Nya melainkan ibadah mengandung pembelajaran agar seseorang mampu memahami makna dan hikmah dibalik melakukan ibadah yang dilaksanakan seseorang. Pengendalian emosi seseorang dapat dilakukan dengan melaksanakan ibadah misalnya puasa. Puasa memberikan hikmah bagi seseorang yang melaksanakannya agar dapat mengendalikan hawa dan nafsunya.

b. Memperbanyak zikir

Hikmah dibalik seseorang yang melakukan zikir yaitu dapat mendatangkan ketentraman dan ketenangan pada batinnya sehingga seseorang dapat mengendalikan diri terhadap rangsangan emosi yang timbul oleh sebab tertentu.

c. Menahan diri

Ketika seseorang dalam keadaan emosi seperti marah maka hendaknya merubah posisi dirinya, misal seseorang sedang marah dalam keadaan berdiri maka dapat merubah posisi dengan duduk, jika belum reda maka dapat mengambil wudhu. Wudhu dapat menjadi penetralisir terhadap emosi yang timbul dalam diri seseorang.

d. Memikirkan keutamaan menahan diri

Meluapkan emosi merupakan hal yang wajar yang dilakukan seseorang namun apabila berlebihan maka hal tersebut justru dapat merugikan dirinya dan orang yang sekitarnya. Menahan diri dari emosi yang timbul merupakan satu karakter yang dimiliki orang yang bertaqwa yang akan mendatangkan keutamaan yaitu memperoleh jannah-Nya. (El-Bantanie, 2020: 104-105).

Menurut Widodo model untuk mengendalikan emosi seseorang dengan cara saling memaafkan merupakan ajaran dalam agama Islam yang seharusnya dilakukan oleh setiap pemeluknya.

Meminta maaf ataupun memberikan maaf kesalahan orang lain merupakan hal yang harus ditanamkan sejak diri yang nantinya akan menjadi kepribadian dan kebiasaan seseorang. Memberikan maaf kepada orang lain memberikan dampak terhadap hubungan interpersonal yang positif pada penyesuaian psikologis seseorang (Widodo, 2019: 115).

4. Faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan pengendalian emosi

Faktor yang mempengaruhi individu pada kemampuan pengendalian emosi pada lansia sebagai berikut:

a. Usia

Menurut Siti Maryam menyatakan bahwa penuaan pada lansia menyebabkan berbagai emosi, antara lain kesedihan, kecemasan, kesepian, dan mudah tersinggung. Masalah kesehatan mental yang terjadi pada lansia dapat mempengaruhi kehidupan sehari-hari mereka (Maryam dkk., 2008: 67). Menurut Ayu arum Sari Hartanti menyatakan bahwa semakin baik keadaan emosional lansia maka akan semakin baik pula kesehatan fisik pada lansia (Hartanti, 2019: 14). Menurut Aywangsa dan Ariastuti menyatakan bahwa semakin bertambahnya usia maka semakin meningkatnya resiko depresi pada lansia (Aywangsa dan Ariastuti, 2015: 20).

b. Jenis Kelamin

Menurut Eti Nuryanti mengatakan bahwa wanita memiliki emosional yang lebih ekspresif dibanding dengan pria. Perbedaan emosi wanita dipengaruhi oleh lingkungan bahwa laki-laki sejak kecil tidak diharapkan untuk mudah menangis sedangkan wanita dianggap wajar oleh orang tua atau lingkungannya, selain itu emosional wanita juga dapat dipengaruhi oleh sistem hormone. Hal tersebut bukan berarti pria tidak memiliki emosi melainkan memiliki perbedaan cara untuk mengekspresikan emosi (Nuryati, 2014: 30).

Menurut Martini menjelaskan bahwa wanita lebih rentan terhadap gangguan mental emosional disebabkan perubahan hormonal dan perbedaan karakter antara wanita dan pria. Dalam menghadapi masalah wanita cenderung menggunakan emosional dari pada rasionalnya, hal tersebut menyebabkan wanita lebih rentan mengalami gangguan jiwa (Ngapiyem., dkk : 2020 : 27).

c. Kognitif

Menurut studi kolaboratif Eko dan Gloria, prevalensi fungsi kognitif pada lansia adalah 17-34%. Depresi, neurologi, dan diabetes merupakan faktor penyebab penurunan kognitif pada lansia sehingga lansia rentan terhadap gangguan dalam kualitas hidupnya (Gloria dan Eko, 2016: 2).

d. Pernikahan

Menurut Ayuwangsa dan Ariastuti mengungkapkan bahwa lansia masih memiliki pasangan hidup memiliki potensi lebih rendah dibanding lansia yang tidak memiliki pasangan hidup atau berstatus duda atau janda, hal ini disebabkan karena lansia yang memiliki pasangan hidup dapat berkeluh kesah, kasih sayang satu sama lain sehingga lansia dapat terhindar dari gangguan mental (Ayuwangsa dan Ariastuti, 2015: 21).

e. Pendidikan

Pendidikan mempengaruhi cara bertindak dan tingginya pendidikan memudahkan seseorang menerima informasi dan memiliki berbagai macam pengetahuan. Pendidikan juga berfungsi untuk mengembangkan kognitif seseorang sehingga menjadi perantara terhadap suatu fenomena dan suasana hati seseorang (Sutinah dan Maulani, 2017: 212).

f. Lingkungan

Lingkungan merupakan faktor yang mempengaruhi emosional lansia. Lingkungan tersebut berupa keluarga, tempat tinggal, dan masyarakat. Menurut Alfrina Hany menyatakan bahwa

lingkungan yang kurang baik menjadi salah satu penyebab adanya gangguan emosional pada lansia, terhadap gangguan emosional pada lansia (Hany, 2018: 27).

Menurut Maryam menyebutkan keluarga merupakan dukungan paling utama bagi lansia yaitu: mempertahankan kesehatan, mempertahankan mental, motivasi dan memenuhi kebutuhan spiritual lansia. Lansia yang tinggal dirumah memiliki mekanisme koping yang baik karena hidup berada diantara orang-orang yang dikasihinya dan lansia yang tinggal di rumah dapat melakukan apa saja meskipun anak ikut serta memutuskan tindakan untuk lansia sedangkan lansia yang tinggal di panti menuntut untuk hidup mandiri dan terbatasnya kegiatan yang diatur oleh panti. Para lansia yang tinggal di panti atau rumah pelayanan sosial tidak mendapatkan dukungan dari keluarga mengakibatkan timbulnya rasa kesepian dan keterasingan. Hal tersebut dapat memicu resiko depresi pada lansia (Maryam, 2008: 68).

#### **D. Lansia**

##### **1. Pengertian lanjut usia**

Menurut Second World Assembly on Aging (SWAA) mengungkapkan bahwa lanjut usia merupakan individu yang memiliki umur mencapai 60 tahun keatas pada pengelompokan negara berkembang, lanjut usia memiliki umur mencapai 65 tahun keatas di pengelompokan negara maju. Menurut Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 dalam Bab 1 Pasal 1 Ayat 2 yang berbunyi bahwa lanjut usia adalah seseorang yang mencapai usia 60 tahun keatas (Efendi, 2009: 243). Lansia adalah individu yang memiliki usia lebih dari 60 tahun ditandai dengan adanya perubahan secara anatomis, fisiologis dan biokimia pada tubuh individu sehingga berdampak pada fungsi dan kemampuan tubuh secara keseluruhan (Setiyorini dan Wulandari, 2018: 2). Peneliti menyimpulkan bahwa

lanjut usia adalah seseorang yang memasuki usia mencapai 60 keatas yang ditandai dengan adanya perubahan secara fisik, psikologis maupun sosial.

## 2. Perubahan yang terjadi pada lanjut usia

Seiring bertambahnya usia seseorang maka akan mengalami beberapa perubahan termasuk perubahan para lanjut usia. Menurut Siti Partini Sudirman dalam buku "*Psikologi Lanjut Usia*" menjelaskan tentang beberapa perubahan yang dialami para lanjut usia sebagai berikut :

### a. Perubahan Fisik

Lanjut usia adalah suatu proses yang dialami seseorang yang ditandai adanya penurunan fisik. Proses penuaan disebabkan oleh faktor biologis yang memiliki 3 fase diantaranya yaitu: fase progresif, fase stabil, dan regresif. Fase regresif merupakan fase yang menunjukkan adanya penurunan mekanisme pada sel. Proses penuaan menyebabkan sel-sel mengalami penurunan fungsi disebabkan sel telah berfungsi dalam jangka waktu yang lama. Proses tersebut terjadi secara alamiah, berlangsung secara terus-menerus dan berkesinambungan (Sudirman, 2011: 37-39).

Menurut Desmita mengatakan bahwa perubahan fisik pada masa dewasa telah mencapai titik puncak sekaligus mengalami penurunan. Perkembangan fisik yang terjadi sebagai berikut:

#### (a) Kesehatan badan

Pada lanjut usia secara berangsur-angsur mengalami kemunduran secara fisik sehingga lebih berpotensi terserang berbagai penyakit.

#### (b) Sensor



Pada lanjut usia perubahan sensori fisik melibatkan panca indra meliputi indra pendengaran, indra penglihatan, indera perasa, indra penciuman, dan indra peraba. Penurunan pada indera penglihatan pada lanjut usia dapat ditandai dengan berkurangnya ketajaman penglihatan dan melambatnya adaptasi terhadap perubahan cahaya, biji mata menjadi menyusut, lensa mata menjadi tidak jernih sehingga cahaya yang dapat diterima pada lanjut usia berkurang. Pada indra pendengaran lanjut usia mengalami masalah pendengaran. Diperkirakan sekitar 75% pada umur 75 hingga 79 mengalami berbagai macam masalah pendengaran disebabkan selaput telinga (Coachella). Selain itu, penurunan dapat ditandai pada indra perasa, penciuman bahwa lanjut usia memiliki kepekaan terhadap rasa pahit dan masam lebih lama dibandingkan dengan rasa manis dan asin.

(c) Otak

Pada masa lanjut usia mengalami penurunan sejumlah neuron, kehilangan unit-unit sel dasar dalam sistem saraf. Menurut Santrock dalam Desmita mengungkapkan bahwa lanjut usia diperkirakan terdapat 5-10 % neuron berhenti tumbuh sampai mencapai usia 70 tahun dan kehilangan neuron berjalan semakin cepat (Desmita, 2015: 234-237).

b. Perubahan Kognitif

Ketika memasuki masa tua, seseorang mengalami perubahan pada fungsi kognitif. Akibatnya lansia mengalami gangguan pada fungsi ingatan yang diekspresikan melalui verbal. Penurunan dalam kecepatan memproses mempengaruhi aspek kognitif lanjut usia. Penurunan dalam berfikir, dalam hal perhatian, ingatan,

penggunaan strategi memori dan mengungkapkan memori jangka lama kembali. Stereotip di kalangan masyarakat yang menganggap bahwa lanjut usia memiliki penurunan kognitif misalnya dalam hal belajar, mengingat dan bertambahnya usia maka lansia mengalami penurunan pada kecerdasannya. Fungsi fisik dan kognitif lansia dapat mempengaruhi kondisi psikososial yang dapat dilihat pada perubahan emosional dan kemampuan kemandirian (Sudirman, 2011: 67-93).

Menurut Desmita mengungkapkan bahwa kemunduran fungsi kognitif pada lanjut usia secara umum tidak dapat dihindarkan disebabkan oleh berbagai macam faktor seperti penyakit kekacauan otak (Alzheimer), kecemasan dan depresi. Akan tetapi meskipun mengalami penurunan fungsi kognitif bukan berarti kemampuan kognitif tidak bisa dipertahankan atau ditingkatkan dengan cara memberikan rangsangan intelektual (Desmita, 2015: 241).

Menurut Siti Hikmah menyatakan lanjut usia mulai mengalami penurunan dalam beberapa bahasa karena memburuknya fungsi pendengaran, memori, kecepatan pemrosesan informasi, atau penyakit (Hikmah, 2015: 311).

c. Perubahan Sosio-Emosional

Gejala emosional terkait dengan keberadaan orang lain, dapat diartikan dalam situasi sosial maka dari itu disebut dengan gejala sosio-Emosional. Berbagai pendapat yang menyebutkan tentang emosi terhadap lanjut usia. Emosi dan lanjut usia didominasi hal tentang “kehilangan”. Lanjut usia dipandang individu yang mengalami penurunan dalam satu waktu, kaku, emosi yang tidak fleksibel,

rendahnya energi efektif, kehilangan semangat, kecilnya perhatian terhadap emosi (Sudirman, 2011: 98).

Berbagai pendapat yang dikemukakan oleh para ahli dengan perbedaan pandangan tentang adanya keterkaitan emosi dengan usia, maka dengan temuan penelitian yang berbeda menunjukkan bahwa emosi pada lanjut usia adalah kaya, kompleks dan beragam. Namun hal ini teori yang mendukung adanya tema “kehilangan” pada lanjut usia yaitu teori krisis normatif menyebutkan bahwa pertumbuhan tergantung bagaimana seseorang membawa tugas-tugas perkembangan dalam setiap tahapan hidup melalui cara yang sehat secara emosional (Sudirman, 2011: 99).

Menurut Erik Erikson dalam Siti Partini Sudirman menyatakan bahwa lanjut usia berada dalam tahapan integritas versus hilang harapan. Integritas diri merupakan suatu pencapaian berdasarkan refleksi tentang hidupnya. Dalam teori tersebut maka lanjut usia perlu adanya evaluasi terhadap penerimaan diri bahwa lanjut usia semakin dekat dengan kematian. Lanjut usia yang berhasil mencapai tahapan integritas maka akan memiliki kebermaknaan hidup pada sosialnya, masa lalu, masa kini, dan masa depan. Dalam tahapan ini, kearifan telah berkembang. Kearifan adalah penerimaan diri atas ketidaksempurnaan dalam kehidupannya. bahwa integritas diri terhadap lansia membutuhkan stimulasi dan tantangan yang terus berkelanjutan. Berbagai macam sumber integritas diri mulai dari aktivitas politik sampai program kebugaran jasmani, dan hubungan antara cucu-cucunya. (Sudirman, 2011: 99).

Masa Lanjut usia secara emosi lansia dipercaya lebih bijaksana. Hal ini disebabkan bahwa lanjut usia

dianggap sudah melalui setengah dari perkembangan yang melewati berbagai hal baik dan buruk dalam kehidupannya. Beberapa ahli memiliki perbedaan pandangan bahwa kebijaksanaan tidak memiliki keterkaitan dengan umur. Kebijaksanaan memiliki struktur yang rumit sehingga tidak ada definisi tunggal dalam hal ini.

Dalam hal ini teori yang mendukung bahwa kebijaksanaan dimiliki seiring bertambahnya usia seseorang. Menurut Erikson dalam Riana mengungkapkan bahwa kebijaksanaan yang dimiliki lanjut usia seiring berjalannya waktu dalam menghadapi kematian dan kebermaknaan hidup. Menurut Pasupathi, Staudinger, dan Batles dalam Riana menjelaskan bahwa kebijaksanaan adalah suatu kemampuan tinggi yang dimiliki individu untuk memecahkan masalah yang mendasar. Selain kebijaksanaan, perubahan emosi dapat diketahui bahwa lansia memiliki perasaan yang lebih sensitif dan mudah tersinggung apabila terdapat ketidaknyamanan dalam hati dan pikiran lanjut usia (Riana dkk., 2019: 308).

### 3. Permasalahan yang dihadapi lanjut usia

Menurut Siti Partini Sudirman mengungkapkan bahwa pada lanjut usia mengalami berbagai macam masalah sebagai berikut :

#### a. Masalah Ekonomi

Ketika seseorang memasuki usia lanjut akan mengalami penurunan produktivitas kerja, masa pensiun atau berhenti dari pekerjaan. Hal tersebut berdampak pada penurunan pendapatan yang diperoleh dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari. Sebagian lanjut usia memiliki kondisi yang tidak memungkinkan sehingga masa tua menjadi tidak produktif dan berkurang bahkan tidak ada pendapatan yang diperolehnya. Pada dasarnya lanjut usia memiliki kebutuhan yang semakin meningkat seperti pemenuhan gizi dan

seimbang, pemeriksaan kesehatan secara konsisten, perawatan bagi lanjut usia yang memiliki penyakit akibat masa tua, kebutuhan sosial dan rekreasi.

b. Masalah Sosial Budaya

Ketika seseorang memasuki usia lanjut akan mengalami penurunan kontak sosial dengan anggota keluarga, masyarakat maupun teman kerja disebabkan putus hubungan kerja disebabkan pensiun. Perubahan nilai sosial di kalangan masyarakat yang semakin individualitas menyebabkan masyarakat kurang perhatian para lanjut usia sehingga muncul rasa tersisihkan dari kehidupan bermasyarakat dan terlantar. Kurangnya kontak sosial berdampak pada lanjut usia sehingga mereka merasa kesepian, murung.

c. Masalah Kesehatan

Lanjut usia dapat ditandai dengan kemunduran sel-sel diakibatkan proses penuaan yang berdampak pada penurunan fungsi organ, kemunduran fisik, munculnya berbagai penyakit terutama penyakit degenerative. Masalah kesehatan merupakan masalah yang paling dirasakan oleh lanjut usia. Seseorang yang menjalani masa tua dengan harapan memiliki kondisi yang sehat sehingga seseorang diharuskan merancang rencana hidup sesuai dengan kesanggupannya.

d. Masalah Psikologis

Memasuki lanjut usia mengalami masalah psikologis seperti kesepian, terasing, tidak percaya diri, ketidakmandirian, keterlantaran khususnya bagi lanjut usia yang memiliki kondisi ekonomi menengah kebawah, power syndrom dan sebagainya. Bidang psikologi bagi lanjut usia merupakan aspek yang penting dalam kehidupannya bahkan bidang psikologis paling menonjol dari bidang yang lainnya (Sudirman, 1997: 9-33).

e. Kebutuhan lanjut usia

Menurut Uthong Jirawan dalam penelitiannya menyebutkan bahwa kebutuhan lansia dapat dibagi menjadi beberapa bidang berikut:

- 1) Kebutuhan akan dukungan keluarga, lansia yang terasingkan dalam lingkungannya maka lansia tidak memiliki stabilitas emosional dan mental, dan ekonomi harus bergantung pada dukungan individu atau organisasi sosial di luar keluarga. Oleh karena itu, lansia membutuhkan dukungan dari keluarga maupun dari luar, seperti kelompok relawan pemerintah dan nonpemerintah.
- 2) Perlunya asuransi pendapatan, khususnya asuransi sosial, jaminan hari tua. Ketika individu mencapai usia tua dan berhenti bekerja, mereka akan menerima pensiun hari tua untuk membantu mereka hidup bahagia dan aman sesuai dengan status mereka di hari kemudian, tanpa membebani anak-anak mereka dan masyarakat.
- 3) Perlunya partisipasi dalam masyarakat, terutama partisipasi dalam kegiatan tertentu dalam masyarakat. Masyarakat harus memberikan kesempatan kepada lanjut usia untuk berpartisipasi dalam peningkatan kehidupan masyarakat, untuk mempelajari hal-hal baru untuk perbaikan diri, untuk beradaptasi dengan perubahan dalam peningkatan budaya, dan untuk menjaga kesehatan fisik dan mental setiap saat.
- 4) Kebutuhan akan kemandirian. Jika keluarga dan masyarakat mendorong lansia untuk memiliki kesempatan berpartisipasi dalam kegiatan di keluarga dan masyarakat, maka akan membantu lansia untuk mengetahui bagaimana menjadi mandiri dan tidak menjadi beban masyarakat di akhir hayat.
- 5) Kebutuhan sosial lansia meliputi; kebutuhan adalah bagian dari keluarga, kelompok sosia, kebutuhan akan pengakuan

dan rasa hormat dari individu dalam keluarga dan masyarakat, kebutuhan menjadi bagian penting di mata anggota keluarga, kelompok masyarakat dan masyarakat, kebutuhan menjalin hubungan baik dengan orang-orang di dalam keluarga, masyarakat, dan masyarakat untuk dapat menyesuaikan diri dengan anak-anak dalam keluarga dan masyarakat dan keinginan untuk memiliki kesempatan melakukan apa yang diinginkan.

- 6) Kebutuhan jasmani dan rohani merupakan kebutuhan yang paling mendasar dalam kehidupan manusia.
- 7) Kebutuhan ekonomi, ingin mendapat bantuan keuangan dari anak-anaknya untuk menabung karena sakitnya, Ingin negara membantu menyediakan karir untuk meningkatkan pendapatan (Uthong, 2021: 5-6).

Selain itu menurut Siti Partini Sudirman menyatakan bahwa kebutuhan lanjut usia dalam aspek psikologis yang harus dipenuhi yaitu :

- 1) Kebutuhan lansia akan rasa aman seperti keamanan, ketergantungan, perlindungan, bebas dari ketakutan, cemas, dan kekalutan.
- 2) Kebutuhan rasa memiliki dan dimiliki disertai dengan kasih sayang.
- 3) Kebutuhan akan aktualisasi diri (Sudirman, 1997: 15).

#### **E. Upaya bimbingan agama Islam dalam mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada lanjut usia**

Islam merupakan agama Dakwah, agama yang menyebarkan kebenaran, mendorong mereka yang tidak percaya untuk mempercayainya dan menumbuhkan pemahaman dan kesadaran umat manusia untuk menjalani kehidupan sesuai dengan perintah yang diwajibkan. Dakwah secara bahasa berasal dari kata do'a, yad'uu, da'awah artinya menyeru,

berdoa, memohon, mengajak (Masruroh, 2020: 53). Secara istilah Dakwah adalah upaya mewujudkan masyarakat yang menjunjung tinggi kehidupan beragama dengan melaksanakan ajaran Islam secara utuh dan menyeluruh (Fabriar, 2019: 127).

Dakwah merupakan kewajiban bagi setiap umat Islam untuk saling mengingatkan dan mengajak dengan tujuan untuk menegakkan kebenaran dan kesabaran (Ismatulloh, 2015: 165). Dakwah Islam adalah tindakan untuk menyeru, mengajak, memanggil umat manusia agar beriman dan mentaati perintah Allah SWT serta kembali pada ajaran yang benar sesuai dengan syariat Islam. Dakwah juga membawa orang lain kepada agama Islam, dan menurut petunjuk agamanya, mereka menegakkan semua aturan di muka bumi ini, segala bentuk penghambaan diri, permohonan, dan ketaatan kepada Allah SWT (Cahyadi, 2016: 77). Dakwah memerintahkan yang ma'ruf dan mencegah kemungkaran diantara umat manusia untuk mendapatkan kebahagiaan dunia maupun akhirat. Dakwah bukan berarti hanya menyeru atau mengajak melainkan sebagai bentuk upaya untuk membina masyarakat Islam yang memiliki kualitas diri atau khairu ummah dengan ruh tauhid dan menjunjung tinggi nilai-nilai Islam (M. Nur, 2017: 181).

Dalam proses Dakwah, pesan Dakwah harus disampaikan dengan hikmah, pelajaran yang baik (mauidhoh hasanah), dan bantahan yang baik (jidal bi ahsan) sebagaimana dijelaskan dalam Al Qur'an dalam surat An Nahl ayat 125:

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ ۗ وَجَادِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ ۗ  
إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ ۗ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ

Artinya: “Serulah (manusia) kepada jalan Tuhan-mu dengan hikmah dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu Dialah yang lebih mengetahui tentang siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk”



Dakwah memiliki landasan secara teoritis agar dalam proses pelaksanaan Dakwah berjalan secara hikmah. Pada umumnya dalam kehidupan sehari-hari, hikmah diartikan sebagai tindakan yang bijak. Orang dapat dikatakan bijak apabila memiliki ilmu pengetahuan secara mendalam tidak hanya di satu bidang tetapi juga di bidang lain. Pengetahuan yang secara mendalam dapat membantu memilih metode dan materi yang sesuai untuk diberikan kepada sasaran Dakwah yaitu masyarakat (Fabriar, 2019: 131). Dakwah memiliki cangkupan yang luas dalam berbagai aspek kehidupan manusia baik secara individu maupun kelompok yaitu masyarakat (Hidayanti, 2004: 226).

Kompleksnya permasalahan Dakwah dalam kehidupan masyarakat, maka Dakwah diberikan sesuai dengan kebutuhan mad'u. Bentuk kegiatan Dakwah dalam mengatasi problem kemampuan pengendalian emosi yaitu melaksanakan Dakwah irsyad, Dakwah irsyad merupakan kegiatan yang berupa bimbingan konsultasi, pemberian informasi dan arahan pada individu. Dakwah irsyad bersifat umum yaitu mencegah dan mengatasi masalah yang timbul pada individu (Anwar, 2019: 45). Tujuan Dakwah secara umum memberikan pembinaan pada masyarakat untuk mencapai kebahagiaan dunia maupun akhirat (Pimay, 2005: 35). Tujuan Dakwah dari segi penyampaian materi tentang akhlak yaitu membentuk kepribadian umat muslim yang memiliki akhlak yang mulia dan terhindar dari akhlak yang buruk. Pada realitanya tujuan Dakwah tersebut dapat terwujud, apabila seseorang memiliki hubungan baik antara dirinya sendiri dengan Allah, hubungan baik dengan dirinya sendiri dan hubungan baik diri sendiri dengan orang lain (Pimay, 2005: 41).

Kegiatan Dakwah irsyad yang terdiri bimbingan dengan mengamalkan ajaran agama Islam melalui bimbingan agama Islam. Bimbingan agama Islam adalah suatu proses pemberian pertolongan secara terarah, berkelanjutan dan sistematis pada setiap individu untuk mengembangkan potensi-potensi keagamaan yang dimilikinya secara optimal dengan cara dirinya menghayati nilai-nilai yang diajarkan dalam Al-Qur'an dan Hadits

Nabi sehingga hidup dengan selaras sesuai dengan nilai-nilai Al-Qur'an dan Hadist nabi (Amin, 2013: 23).

Kemampuan pengendalian emosi dalam Islam disebut sabar. sabar merupakan pengendali hidup, pengendali tingkah laku, dan kunci dari hal-hal yang baik. Individu dalam keadaan emosi yang stabil maka dapat menentukan keputusannya dengan berfikir secara rasional dan bertindak secara bijak. Sabar memungkinkan individu untuk lebih sadar terhadap apa yang dialaminya, ketika ada suatu permasalahan yang dialami maka individu tidak mudah menyalahkan dirinya sendiri dan terhindar dari stres, sakit hati dan putus asa (Syarbini dan Afsari, 2012: 45). Sabar artinya menahan diri untuk menuruti keinginannya sehingga dapat mencapai suatu kebaikan (Shihab, 2013: 166).

Sabar merupakan bagian penting dari ahlaq yang diperlukan seorang muslim untuk menghadapi masalah dunia dan akhirat. Menurut Imam Al-Ghazali, kesabaran memiliki kaitannya dengan manajemen hati seseorang. Allah SWT menciptakan akal kepada manusia berfungsi sebagai kontrol yang membedakan antara manusia dengan hewan sehingga manusia dapat melakukan pengendalian diri terhadap untuk tindakan yang dilarang dalam ajaran agama Islam dan manusia dapat membedakan antara hal-hal buruk dan baik. (Munir, 2019: 125). Individu seringkali meluapkan emosi secara berlebihan sehingga mereka mengambil tindakan yang kurang bijak dan berpikir tidak jernih. individu akan mudah mengalami tekanan emosi akibat kurang mampu dalam mengendalikan emosi. Keadaan tidak damai pada jiwa individu disebabkan karena tidak mendekatkan diri pada Allah selalu mengikuti hawa nafsu dalam segala hal yang dilakukan sehingga individu tidak mendapatkan kebahagiaan dan kedamaian dalam jiwanya melainkan ketegangan dan tekanan mental (Hasanah, 2014: 58).

Seseorang yang sabar dalam memberikan respon suatu persoalan dapat menstabilkan emosinya terlebih dahulu sehingga tidak melakukan tindakan secara gegabah. seseorang yang sabar memiliki stabilitas emosi yang baik dan memiliki pendirian yang kuat sehingga tidak mudah

terpengaruh dengan lingkungan maupun situasi tertentu (Sutoyo, 2000: 49). Kesabaran menjadikan individu mudah untuk mengendalikan emosi dengan baik dalam situasi dan kondisi yang dialaminya. Situasi dan kondisi sesulit apapun yang dialami individu yang memiliki kesabaran maka menghindarkan diri dari penilaian subjektif yang dipengaruhi oleh emosi dan berfikir positif terhadap permasalahan yang dialaminya sehingga dapat dapat berfikir secara jernih dan penuh kehati-hatian dalam mengambil keputusan secara bijak (Ernadewita, 2019: 59). Sebagaimana dalam Q.S Al Baqarah: 153:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ  
Artinya:" Hai orang-orang yang beriman, jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah bersama orang-orang yang bersabar (Q.S Al-Baqarah: 153).

Ayat tersebut menjelaskan bahwa Allah SWT memberikan petunjuk kepada orang yang beriman dalam menghadapi dinamika kehidupan. Segala peristiwa atau kejadian yang terjadi diluar kendali dan kemampuan manusia maka Allah SWT memberikan pertolongan bagi orang yang beriman untuk memilih jalan dengan bersabar dan sholat. (Sha'rawi, 2006: 18). Kesabaran memuat berbagai hal seperti ejekan, godaan, sabar menghadapi musibah, sabar menghadapi kesulitan hidup, sabar dalam menegakkan hukum dan keadilan. Jika seseorang menginginkan keberhasilan dalam menghadapi kesulitan hidup maka hendaknya dalam segala kegiatan harus melibatkan Allah dalam setiap langkahnya (Sanusi, 2006: 5).

Bimbingan agama Islam sebagai solusi untuk mengatasi atau mencegah masalah akibat ketidakstabilan emosi pada lansia. Dengan adanya bimbingan agama Islam lansia mendapatkan pengetahuan agama secara mendalam sebagai pedoman dalam hidupnya. Bimbingan agama Islam juga sebagai upaya untuk mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada lansia dengan memberikan pengertian bahwa

meluapkan emosi dengan tepat akan mendatangkan pikiran yang jernih dan mengambil keputusan secara bijak. Bimbingan agama Islam sangat dibutuhkan bagi lansia untuk mendapatkan pemahaman agama Islam berupa petuah atau nasehat yang baik yang dapat diterapkan dalam kehidupannya.

### **BAB III**

#### **BIMBINGAN AGAMA ISLAM DALAM MENGEMBANGKAN KEMAMPUAN PENGENDALIAN EMOSI PADA LANJUT USIA**

##### **A. Gambaran umum rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes**

###### **1. Sejarah berdirinya rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes**

Di tahun 1919 pada jaman pemerintahan Belanda telah berdirinya sebuah bangunan yang digunakan untuk menampung para korban akibat peperangan. Bapak RMT. Marto Tjondro Negoro merupakan tokoh yang mendirikan bangunan tersebut di masa pemerintahannya sebagai Bupati Brebes. Diperkembangan selanjutnya bangunan dikelola oleh pemerintah daerah setempat dan dimanfaatkan sebagai balai pengobatan bagi masyarakat. Bangunan dikenal dengan sebutan “Gedung Kere” dikarenakan pada saat itu gedung banyak digunakan oleh masyarakat yang kurang mampu secara finansial untuk berobat yang terserang penyakit kemudian menginap di gedung tersebut.

Gedung kere terletak di desa Klampok Kecamatan Wanasari Kabupaten Brebes. Tanah beserta gedung kere memiliki lebar 5000 m<sup>2</sup>. Di tahun 1949 pemerintah daerah Brebes menyerahkan tanah dan gedung tersebut kepada kantor sosial untuk dijadikan sebagai panti wedha bagi para lansia yang terlantar. Pada tahun 1979 telah direnovasi oleh kantor sosial di Kabupaten Brebes. Kemudian Gedung panti dinamai dengan “Wedha Purba Yuwana” yang memiliki fungsi sebagai sarana pendidikan penyuluhan terhadap korban peperangan yang memerjuangkan kemerdekaan. Pada saat itu terdapat kendala pada sarana dan prasana maka surat putusan gubernur KDH Tk.1 Jawa Tengah No. 061/182/91 organisasi dan tata kerja panti-panti sosial di lingkungan dinas sosial Jawa Tengah. Panti wedha purma yuwana merupakan unit pelaksana teknis daerah dinas sosial Provinsi Jawa Tengah.

Pergub No. 50 Tahun 2008 Panti Wredha Purbo Yuwono menjadi Satuan Kerja (SATKER) Panti Wredha Purbo Yuwono. Berdasarkan Pergub No. 111 tahun 2010 Satker Panti Wredha Purbo Yuwono berubah menjadi Unit Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia Purbo Yuwono Brebes. Berdasarkan Pergub No. 53 Tahun 2013 Unit Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia Purbo Yuwono Brebes berubah menjadi Unit Pelayanan Sosial Lanjut Usia Purbo Yuwono Brebes. Berdasarkan Pergub No. 109 Tahun 2016 Unit Pelayanan Sosial Lanjut Usia Purbo Yuwono Brebes berubah menjadi Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Klampok Brebes (Dokumentasi Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Klampok Brebes).

## **2. Motto, visi dan misi**

### a) Motto

“TUA BAHAGIA BERGUNA DAN BERKUALITAS”

### b) Visi

Visi merupakan tujuan masa depan sebuah instansi, organisasi atau perusahaan. Seperti halnya Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Klampok Brebes juga memiliki visi yaitu mewujudkan kemandirian kesejahteraan sosial lanjut usia dan penyandang disabilitas netra melalui pelayanan secara profesional.

### c) Misi

Guna mencapai visi diatas, maka misi Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Klampok Brebes diselenggarakan dalam beberapa tahapan, sebagai berikut:

- 1) Meningkatkan jangkauan, kualitas dan profesionalisme dalam penyelenggaraan pelayanan Kesejahteraan Sosial terhadap Lanjut Usia dan Penyandang Disabilitas Netra.
- 2) Mengembangkan, memperkuat sistem kelembagaan yang mendukung penyelenggaraan pelayanan Kesejahteraan Sosial terhadap Lanjut Usia dan Penyandang Disabilitas Netra.

### 3. Tugas pokok dan fungsi

#### a) Tugas Pokok

Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Klampok Brebes memiliki tugas pokok yaitu melaksanakan teknis operasional atau teknis kegiatan penunjang tertentu Dinas Penyatuhan, Bimbingan dan Rehabilitas Sosial.

#### b) Fungsi

Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Klampok Brebes memiliki fungsi sebagai berikut:

- (1) Penyusunan rencana teknis operasional dibidang penyatuan, bimbingan dan rehabilitas sosial.
- (2) Koordinasi dan pelaksanaan kebijakan teknis operasional dibidang penyantunan, bimbingan dan rehabilitas sosial.
- (3) Evaluasi dan pelaporan bidang penyantunan, bimbingan dan rehabilitas sosial.
- (4) Pelaksanaan tugas kedinasan lain yang diberikan oleh Kepala Dinas sesuai dengan tugas dan fungsinya.

### 4. Sasaran dan Persyaratan

#### a) Sasaran

Lansia terlantar atau lansia yang tidak mampu secara ekonomi

#### b) Persyaratan

Bagi keluarga atau masyarakat yang menjadi wali lansia diharuskan memenuhi syarat yang telah ditetapkan sebagai berikut:

- (1) Lansia terlantar.
- (2) Umur lansia minimal 60 tahun.
- (3) Memiliki surat pengantar dari Dinsos Kabupaten/Kota.
- (4) Memiliki surat keterangan dari Desa/Kelurahan.
- (5) Mengisi blangko atau formulir.
- (6) Fotocopi identitas seperti KK, KTP, Jamkesmas/Jamkesda, BPJS (jika ada).

5. Daftar lansia penerima manfaat

No.	Nama	Asal
1.	Ratmi	Tegal
2.	Karta	Brebes
3.	Rustam	Pemalang
4.	Dulnyana	Banyumas
5.	Suratmi A.	Brebes
6.	Nur Azis	Brebes
7.	Tayal	Pekalongan
8.	Jalidin	Brebes
9.	Anilah	Tegal
10.	Kiki	Tegal
11.	Kasmuri	Pekalongan
12.	Surahman	Kendal
13.	Sumirah	Tegal
14.	Tjarmi	Tegal
15.	Sabening	Brebes
16.	Sarwi	Brebes
17.	Toefur	Tegal
18.	Nur Aeni	Tegal
19.	Sainah	Tegal
20.	Soherah	Cilacap



21.	Dwi wati	Tegal
22.	Waririn	Tegal
23.	Rahmat	Semarang
24.	Kasmi	Tegal
25.	Sri Rahayu	Brebes
26.	Jiwan	Brebes
27.	Nursinah	Brebes
28.	Sukirman	Tegal
29.	Dusmi	Brebes
30.	Sukitno	Tegal
31.	Dasmen	Brebes
32.	Juminten	Yogyakarta
33.	Diana R.	Tegal
34.	Darmi	Brebes
35.	Ramadhon	Tegal
36.	Sunarwi	Tegal
37.	Tanyu	Brebes
38.	Tarsini	Brebes
39.	Bintaro	Brebes
40.	Sri Suwarningsih	Brebes
41.	R. Masdalena	Tegal
42.	Kasimidi	Brebes

43.	Susilo Hs.	Surabaya
44.	Wastiah	Tegal
45.	Kasmi B.	Tegal
46.	Sri Urip M.	Tegal
47.	Sukardi	Brebes
48.	Daimah	Brebes
49.	Watri	Tegal
50.	Wariyem	Brebes
51.	Kasriyah	Tegal
52.	Didi Mufrodi	Brebes
53.	Solihin	Brebes
54.	Tarjani	Brebes
55.	Pahing	Tegal
56.	Sumarni	Tegal
57.	Karsad	Brebes
58.	Koimah	Brebes
59.	Karyo	Tegal
60.	Nakrowi	Brebes
61.	Muridah	Brebes
62.	Aminah	Brebes
63.	Tarwadi	Tegal
64.	Alek B. D	Brebes

65.	Dasman	Brebes
66.	Rusnawati	Banyumas
67.	Mujenah	Brebes
68.	Tanaim	Brebes
69.	Jampah	Brebes
70.	Slamet W.	Tegal
71.	M. Soleh	Tegal
72.	Maad	Brebes
73.	Karyono	Tegal
74.	Sudirman	Brebes
75.	Lis Nurliliana	Brebes
76.	Daryuni	Brebes
77.	Suherman	Brebes
78.	Sukinah	Brebes
79.	Kasdik	Brebes
80.	Harti	Brebes
81.	Sudarmo	Brebes
82.	Rahayu	Brebes
83.	Bundarsono	Tegal
84.	Sutminah	Brebes
85.	Suhartono	Brebes
86.	Awang	Brebes

87.	Nur Hanifah	Tegal
88.	Slamet D.	Tegal
89.	Sutiti	Brebes
90.	Sri Sudiryani WR.	Tegal

**B. Kondisi kemampuan pengendalian emosi lanjut usia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes**

Lanjut usia penerima manfaat di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Klampok Brebes berjumlah 90 orang yang berasal dari berbagai latar belakang seperti rujukan keluarga, masyarakat, lembaga maupun keinginan sendiri sehingga memiliki perbedaan kemampuan pengendalian emosi. Permasalahan kemampuan pengendalian emosi ditunjukkan bahwa perilaku lansia yang sering kali lebih diam, murung dan mencari perhatian pekerja sosial di panti yang disebabkan lansia mengingat keluarganya dan menginginkan dijenguk oleh sanak keluarga. Seperti diungkapkan oleh Ibu Rustinah selaku pekerja sosial di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes bahwa:

”Perilakunya itu mbahnya lebih diam kalo lagi murung, terus pengen diperhatikan sama kami misalnya mbahnya itu meletakan yang tidak sesuai pada tempatnya kaya makai muknah yang dipake bawahannya ajah, padahal udah dikasih dijelaskan tapi tetap saja. Kembali lagi seperti anak kecil, capernya kaya gitu” (Wawancara dengan Ibu Rustinah pada 17 Juli 2022).

Emosi yang tidak menyenangkan yang terjadi pada lansia disebabkan mengingat keluarga, mengingat kehidupan di masa lalu. Sebagaimana diungkapkan Ibu Rustinah sebagai berikut:

“Emosi negatif itu kadang suka mengingat keluarganya pengen dijenguk sama anaknya, disini ada yang ditelantarkan anaknya, ada yang gak punya keluarga, ada yang engga mampu secara ekonomi, terus keinget memori yang dulu-dulu nostalgia masa lalu gini hidup

enak sekarang disini terus nanti murung”(Wawancara dengan Ibu Rustinah 17 Juli 2022).

Perbedaan karakter dan latar belakang yang dimiliki lansia sehingga kemampuan pengendalian emosi yang berbeda pula. Peneliti menggunakan sumber data primer berupa lansia yang memiliki kriteria yang ditentukan peneliti sebagai responden. Berikut uraian hasil wawancara dengan responden dalam penelitian sebagai berikut:

#### 1. Mbah SR

Mbah SR merupakan lansia penerima manfaat berusia 67 tahun yang tinggal sejak 2016 di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes. Gambaran kemampuan pengendalian emosi mbah SR (67) sebelum tinggal di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes diperoleh dari hasil wawancara dapat diuraikan sebagai berikut:

Pengetahuan emosi lansia mbah SR (67) memiliki pengetahuan emosi yang kurang baik. Hal ini dapat ditunjukkan bahwa mbah SR (67) hanya mengetahui jenis emosi, penyebab timbulnya emosi tetapi kurang mampu menentukan perilaku yang tepat, sebagaimana dikatakan oleh mbah SR (67) sebagai berikut:

“Asline ya sedih ndo”

“Memang hati nurani mbah yang satu ikut anak yang satu menantuku ikut anak laki-laki jarang dirumah kerjanya di Batang ndo bingung yaweslah di panti jompo ajah”(wawancara dengan mbah SR (67) pada tanggal 18 Juli 2022).

Mbah SR (67) kesulitan mengambil keputusan dalam bertindak. Hal ini diungkapkan dengan mbah SR (67) sebagai berikut:

“Wes bingung ya wes mending gak usah ikut semua dari bikin ribut ruwed lagi nanti” (wawancara dengan mbah SR (67) pada tanggal 18 Juli 2022).

Emosi spiritual mbah SR (67) menunjukkan bahwa mbah SR (67) timbul gangguan spiritual emosi yaitu takut akan penolakan terhadap keluarganya dan sulit menerima dan menyesuaikan diri dalam situasi

dan kondisi yang tidak menyenangkan, sebagaimana ungkapan mbah SR (75) sebagai berikut:

“Gimana lagi ya aslinya belum, tapi gimana soale anak mbah kan perempuan ikutnya suami itu penghasilane ya pas-pasan buat makan kalo yang laki-laki kerjanya jauh di Batang. Yawes mending disini ajah” (wawancara dengan mbah SR (67) pada 18 Juli 2022).

Emosi otentik mbah SR (67) malu mengakui perasaannya dan tidak dapat mengungkapkan peristiwa dan perasaan apa yang telah dialaminya, sebagaimana ungkapan mbah SR (67) sebagai berikut:

“Malu sama anak cucu tapi mbah mata yuyu gendo tapi tak tahan kalo depan anak-anak mbah (wawancara dengan mbah SR (67) pada 18 Juli 2022).

Emosi rekonsiliasi mbah SR (67) belum memaafkan orang lain sepenuhnya dan belum mampu berdamai dengan dirinya sendiri sehingga ia tidak dapat menyelesaikan permasalahannya dengan baik, sebagaimana ungkapan mbah SR (75) sebagai berikut:

“Kadang mbah berat masalah-masalah nanti gimana kalo ikut yang anak yang satu bukan, mbah sama mba kakung akhire mending jangan ikut dipanti ajah”.

“ya maafin tapi hati mbah masih ada engga enak namane wong ya ndo Yang satu anak yang satukan bukan ya engga enak” (wawancara dengan mbah SR (67) pada 18 Juli 2022).

## 2. Mbah S

Mbah S merupakan lansia penerima manfaat berusia 61 tahun yang tinggal sejak 2021 di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes. Mbah S (61) merupakan lansia yang ditelantarkan oleh anak menantunya. Selain itu mbah S (61) mengalami kekerasan secara psikologis dan fisik. Gambaran kemampuan pengendalian emosi mbah S (61) diperoleh dari hasil wawancara dapat diuraikan sebagai berikut, sebelum mbah S (61) tinggal di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Klampok Brebes sebagai berikut:

### a. Pengetahuan emosi

Mbah S (61) memiliki pengetahuan emosi yang kurang baik. Hal ini dapat ditunjukkan bahwa mbah S (61) hanya dapat mengetahui jenis

emosi, penyebab timbulnya emosi tetapi kurang mampu menentukan perilaku yang tepat, sebagaimana dikatakan oleh mbah S (61) sebagai berikut:

“Marah iya sedih iya juga mbak”

“Dulu itu diusir ama menantu saya disana. Rumah-rumah saya sendiri diusir itu, saya engga boleh tidur disitu akhirnya saya tidur di musholah. Terus ada yang lapor kesini, ada orang terlantar. Saya di rumah engga boleh tidur disitu, apa-apa ngga boleh disitu, engga dikasih makan. Kalo sore anak saya disuruh minta duit ke saya tapi saya engga dikasih makan, aku sakit engga ditengokin(wawancara dengan mbah S (61) pada tanggal 18 Juli 2022)..

Mbah S (61) sulit menahan diri dari meluapkan emosi negatif hingga terjadi perselisihan sehingga, sebagaimana dikatakan oleh mbah S (61) sebagai berikut:

“Saya udah sabar tapi akhire cekcok itu ama menantu saya soalnya dia itu mau mbacok mbak” (wawancara dengan mbah S (61) pada tanggal 18 Juli 2022).

b. Emosi spiritual

Mbah S (61) memiliki emosi spiritual yang kurang baik. Mbah S (61) timbul gangguan spiritual emosi yaitu ketakutan akan penolakan terhadap keluarganya. Mbah S (61) timbul perasaan tidak terima yang berlebihan, sulit menyesuaikan diri dalam situasi dan kondisi yang tidak menyenangkan, sebagaimana dikatakan oleh mbah S (61) sebagai berikut:

“Susah rasane. rumah-rumah saya kok ngga boleh tidur disitu. Pokoknya engga boleh. Engga boleh semuanya. mau dibacok lagi. Saya mau dibacok cekcok itu saya sampe ndregdeg (gemetar) lari sampe ngga make sandal, ya saya bilang aku mau dibunuh makanya saya kasih tau sama pak J ketua RT buat saksi kalo aku itu digini-giniin sama menantu (wawancara dengan mbah S (61) pada 18 Juli 2022)”.

c. Emosi otentik

Mbah S (61) memiliki emosi otentik yang kurang baik. Mbah S (61) malu mengakui perasaannya dan memilih memendam emosi serta

tidak dapat mengungkapkan apa yang sedang dialami. Hal ini terlihat dari ungkapan mbah S (61) sebagai berikut:

“Malu lah. Engga nangis, biasa aja”

“Engga, anak saya nurutnya sama menantu saya itu, apa-apa sendiri aja mba” (Wawancara dengan mbah S (61) pada 18 Juli 2022).

d. Emosi Rekonsiliasi

Mbah S (61) memiliki emosi rekonsiliasi yang kurang baik. Mbah S (61) belum mampu memaafkan atas kesalahan orang lain dan belum mampu berdamai dengan diri sendiri sehingga tidak dapat menyelesaikan masalah dengan baik dan ia belum terlepas dari peristiwa yang dialami . Hal ini diungkapkan oleh mbah S (61) sebagai berikut:

“Jelas iya berat masalahe rumah-rumah saya diusir, anak saya minta duitnya ke saya coba, menantu saya malah kaya gitu ngusir gak boleh tidur dirumah sendiri, anak saya juga ikutan sama suaminya itu”

“Susah mbak buat maafin soalnya menentu saya kaya gitu sih mbak” (Wawancara dengan mbah S (61) pada 18 Juli 2022).

3. Mbah K

Mbah K merupakan lansia penerima manfaat berusia 75 tahun yang tinggal sejak 2019 di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes. Gambaran kemampuan pengendalian emosi mbah K (75) sebelum tinggal di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes diperoleh dari hasil wawancara dapat diuraikan sebagai berikut:

a. Pengetahuan emosi

Mbah K (75) memiliki pengetahuan emosi yang kurang baik. Mbah K (75) hanya mengetahui jenis emosi dan penyebab emosi tetapi belum mampu menentukan perilaku yang tepat, sebagaimana dikatakan oleh mbah K (75) sebagai berikut:

“Sebelum disini rasane sengsara sedih mbak”

“Jujur nih saya tinggal di bengkel, tidur disitu apa-apa disitulah ngenes ya sengsara. saya engga punya anak istri saya juga udah meninggal udah lama” (wawancara dengan mbah K (75) pada tanggal 17 Juli 2022).



Mbah K (75) dalam menghadapi emosi, tidak dapat berpikir secara positif sehingga muncul sikap iri terhadap kehidupan orang lain, sebagaimana dikatakan oleh mbah S (61) sebagai berikut:

“Kalo sedih ya cari kesibukan apa gitu. memang saya menyadari kalo saya engga punya anak istri. Jujur saya dulu saya merasa iri pengen kaya orang diluar sana. Kalo kita liat diluar hidupnya mapan, apa-apa dibeliin sama keluarga, hidupnya dikelilingi keluarga itu kadang-kadang bikin saya iri tapi dengan hati yang sadar, pada saat itu ya saya hidup sendirian anak engga ada istri juga udah engga ada” (wawancara dengan mbah K (75) pada tanggal 17 Juli 2022).

b. Emosi Spiritual

Mbah K (75) memiliki emosi spiritual yang kurang baik. Mbah K muncul gangguan spiritual emosi yaitu takut akan penolakan dari krluarganya dan sulit menerima kondisi kehidupan yang dialami sehingga timbul perilaku iri. Sesuai dengan ungkapan mbah K (75) sebagai berikut:

“Belum nrima itu dulu saya iri sama kehidupan temen-temen kalo saya liat habis ini habis itu sedangkan saya engga punya anak engga punya istri dulu tinggal di bengkel apa-apa lakuin sendiri” (wawancara dengan mbah K (75) pada 17 Juli 2022”).

c. Emosi Otentik

Mbah K (75) memiliki emosi otentik yang kurang baik. Mbah K (75) memilih memendam emosi yang dirasakan dan tidak dapat mengatikan peristiwa dan perasaan yang telah dialami, sebagaimana dikatakan oleh mbah K (75) sebagai berikut:

“Malu si engga, tapi nangis paling kalo sama mbah putri ajah, kalo sama pegawe disini ya paling terang-terangan kalo mbah lagi krasa gini-gini”.

“Iya cerita kadang sama pegawe disini, sama mbah putri. Namanya hidup dipanti engga mungkin ada masalah pasti ada ya diselein lah baik-baik” (wawancara dengan mbah K (75) pada 17 Juli 2022).

d. Emosi Rekonsiliasi

Mbah K (75) memiliki emosi rekonsiliasi yang kurang baik. Mbah K (75) kesulitan memaafkan dan belum mampu berdamai dengan diri

sendiri, sehingga ia tidak dapat menyelesaikan masalah dengan baik.

Hal ini diungkapkan oleh mbah K (75) sebagai berikut:

“Jujur sengsara dulu, makanya iri dulu itu saya mba, karena hidup mbah gak kaya orang-orang”

“Tak coba mba tak maafna mba walaupun engga gampang hatinya mba. Sadar saya engga ada anak istri ya mungkin nasibnya saya gini” (wawancara dengan mbah K (75) pada 17 Juli 2022).

#### 4. Mbah SU

Mbah SU merupakan lansia penerima manfaat berusia 70 tahun yang tinggal sejak 2019 di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes. Gambaran kemampuan pengendalian emosi mbah SU sebelum mbah SU (70) tinggal di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Klampok Brebes diperoleh dari hasil wawancara dapat diuraikan sebagai berikut:

##### a. Pengetahuan emosi

Mbah SU (70) memiliki pengetahuan emosi yang kurang baik. mbah SU (70) hanya mengetahui jenis emosi dan penyebab emosi tetapi belum mampu menentukan perilaku yang tepat, sesuai dengan ungkapan mbah SU (70) sebagai berikut:

“Atine ngenes iya sedih nok”

“Soalnya sedihe mbah ini suaminya sudah meninggal nok, waktu itu karena kecelakaan. Mbah juga ngga punya anak. Mbah ini ikut kakak tapi engga cocok soalnya disana, namanya ikut saudara tapi melebihi kaya nggak ikut saudara. Bayangkan nok, makan harus beli sendiri, mau nyuci pakaian beli air sendiri, listrik juga mbah ikut membantu tapi mbah gak betah nok karena untuk selanjutnya makan dari mana?. Sedangkan mbah sudah tidak berdaya untuk ikut orang kerja di orang juga engga berdaya. Namanya uang ditinggal suami mbah yang meninggal memang ada tapikan untuk makan selanjutnya darimana?”

Mbah SU (70) sulit menahan diri dari meluapkan emosi negatif dengan cara pergi meninggalkan keluarganya. Hal ini diungkapkan dengan mbah SU (70) sebagai berikut:

“Mbah kalo lagi ada masalah sama keluarga ya mending pergi kan engga cocok, ya udah timbang ikut kakak mending pergi nyari tempat lain ajah dimana gitu” (Wawancara dengan mbah SU, pada tanggal 17 Juli 2022).

b. Emosi Spiritual

Mbah SU (70) memiliki emosi spiritual yang kurang baik. Mbah SU (70) timbul rasa takut akan penolakan keluarganya dan ketakutan tidak terpenuhi kebutuhannya dan tidak dapat menerima keadaan yang telah dialami dan sulit menyesuaikan diri terhadap perubahan kondisi hidupnya, sesuai dengan ungkapan mbah SU (70) sebagai berikut:

“Belum, soalnya dulu ngontrak rumah dua tahun rumahnya engga bergoyang maksudnya rumah engga bergoyang itu buat cari nafkah susah vakum. Andai rumah yang dikontrakin mbah engga vakum mungkin mbah engga ikut kakak dari pada jadi ribute” (wawancara dengan mbah SU (70) pada 18 Juli 2022).

c. Emosi Otentik

Mbah SU (70) memiliki emosi otentik yang kurang baik. Mbah SU (70) malu mengakui perasaannya, memilih memendam emosi dan tidak dapat mengutarakan apa yang sedang dialami. Hal ini terlihat dari ungkapan mbah SU (70) sebagai berikut:

“Mbah gak mau ajah, karena ya belum tentu orang yang kita ceritakan itu mau perduli sama kita juga”

“Engga cerita, mbah kalo sedih ya udah cuman didalem hati ajah. Biar mbah yang ngerasain orang lain jangan, orang belum tentu perduli ke mbah nok.” (wawancara dengan mbah SU (70) pada 17 Juli 2022).

d. Emosi Rekonsiliasi

Mbah SU (70) memiliki rekonsiliasi yang kurang baik. Mbah SU (70) masih kesulitan memaafkan dan belum mampu berdamai dengan dirinya sendiri sehingga tidak dapat menyelesaikan masalah dengan baik dan tidak dapat lepas dari peristiwa dan perasaan yang telah dialami. Hal ini diungkapkan oleh mbah SU (70) sebagai berikut:

“Kalo yang ini agak berat soalnya mbah itu engga punya suami anak nok, tinggalnya sama kakak apa-apa sendiri bayangkan nok, mbah dah engga berdaya bekerja udah gak kaya dulu”

“Masih ya ada yang mengganjal nok soalnya ada masalah keluarga masalah pribadi” (Wawancara dengan mbah SU (70) pada 17 Juli 2022).

## 5. Mbah MS

Mbah MS merupakan lansia penerima manfaat berumur 70 tahun. Tinggal di rumah pelayanan Klampok Brebes sejak 2021. Gambaran kemampuan pengendalian emosi mbah MS (70) Sebelum tinggal di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Klampok Brebes diperoleh dari hasil wawancara dapat diuraikan sebagai berikut:

### a. Pengetahuan Emosi

Mbah MS (70) memiliki pengetahuan emosi yang kurang baik. mbah MS (70) hanya mengetahui jenis emosi dan penyebab timbulnya emosi tetapi kurang mampu menentukan perilaku yang tepat, sesuai dengan ungkapan mbah MS (70) sebagai berikut:

“Susah tapi arane menungsa ya kadang ana senenge ana orane ya kadang ngenes“

Terjemah: “Sedih tapi namanya manusia ya ada senengnya ada engga ya kadang sedih”

“Soale anake aku adoh, kesel bolak balike. weslah daripada ngumah mati nang ndalan mati nang latare wong mending kene penak “.

Artinya: “Soalnya anaknya aku jauh, capek bolak baliknya. Yaudah daripada di rumah nanti meninggal dijalan meninggal di depan rumah orang mending disini enak” (wawancara dengan mbah MS (70) pada tanggal 18 Juli 2022).

Mbah MS (70) kesulitan mengendalikan pikiran negatif sehingga mbah MS (70) tidak memperoleh ketenangan batin. Hal ini diungkapkan mbah MS (70) sebagai berikut:

“Cuman ngomong tok asline aku pengen nang kene, yaweslah daripada nggumah, akune ya apa-apa ora tentrem adoh apa-apa kangelan”

Artinya “cuman bilang doang aku pengen disini, yaudahlah daripada dirumah, aku ya kalau apa apa engga tentram, apa-apa kangelan” (wawancara dengan mbah MS (70) pada tanggal 18 juli 2022).

### d. Emosi Spiritual

Mbah MS (70) memiliki emosi spiritual yang kurang baik. Mbah MS (70) timbul gangguan spiritual emosi yaitu takut akan penolakan

terhadap keluarganya, tidak dapat menerima kondisinya dan sulit menyesuaikan diri terhadap kondisi hidupnya. Hal ini sesuai dengan ungkapan mbah MS (70) sebagai berikut:

“Yawes pimen maning ora nrima ya pada bae wong anake aku adoh ana sing nang Sumatra Madura, aku ora pan melu dari pada adoh bolak balike maing kampunge. Ari nang umah ya bisa cuman ari ngumah kurang adem ora kaya nang kene pan sholat ya perek, pokoke mending aku nang kene”

Artinya : “Yaudah gimana lagi engga nrima ya sama ajah orang anak saya jauh ada yang di Sumatra, Madura. Aku engga mau ikut dari pada jauh bolak balinya ke kampung saya. Kalo di rumah kurang nyaman engga kaya disini sholatnya deket, pokoknya mending saya disini” (wawancara dengan mbah MS pada 18 Juli 2022).

#### b. Emosi Otentik

Mbah MS (70) memiliki emosi otentik yang kurang baik. Mbah MS (70) malu mengakui perasaannya dan memilih menutupi emosi yang dirasakan dan tidak dapat mengatakan peristiwa dan perasaan yang telah dialami. Hal ini dapat terlihat dari ungkapan mbah MS sebagai berikut:

“Isin, Ya ben lah kaya kie bae anake aku adoh-adoh”

Artinya : “Malu, Ya biarin lah kaya gini ajah anak saya jauh-jauh” wawancara dengan mbah MS (70) 18 Juli 2022).

“Ora mba, aku tah lagi emosi bae kanggo ngilangna ya hiburane cuman maca buku, maca koran, maca majalah sing wes lawas-lawas tak wacani” (wawancara dengan mbah MS (70) 18 Juli 2022).“

Artinya:”Engga mba, saya kalau lagi emosi terus buat ngilanginnya ya hiburannya cuman buku, maca koran, maca majalah yang udah lama-lama dibaca” (Wawancara dengan mbah MS (70) pada 18 Juli 2022).

#### d. Emosi Rekonsiliasi

Mbah MS (70) memiliki emosi spiritual yang kurang baik. Mbah MS (70) kurang mampu memaafkan kesalahan orang lain dan belum mampu berdamai dengan diri sendiri sehingga tidak dapat menyelesaikan masalah dan tidak lepas dari permasalahan dan

peristiwa yang telah dialami. Hal ini terlihat dari ungkapan mbah MS (70) sebagai berikut:

“Iya, aku kadang ngrasane nembe balik Malaysia dikongkon balik anak, anake adoh-adoh. Aku moh, apa apane kue angel”

Artinya: “Iya, Aku kadang merasa baru pulang Malaysia disuruh pulang sama nak, anak saya jauh-jauh. Aku engga mau, apa-apanya susah”

“Bisa ngapurani tapi ya ora bisa gagian, aku ne masih rada ngrundel mbiyen kae”

Artinya :”Bisa memaaaafkan tapi engga bisa cepet, akunya masih menggajal mbiyen” (wawancara dengan mbah MS (70) pada 18 Juli 2022).

Tabel 2

Kondisi kemampuan pengendalian emosi pada lansia sebelum di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes

No	Inisial	Aspek Kemampuan Pengendalian Emosi	Bentuk	Kondisi
1.	Mbah SR	Pengetahuan emosi	Belum timbul perilaku yang positif, timbul emosi yang tidak menyenangkan	Memilih tidak tinggal dengan anaknya, kebingungan menentukan keputusan, timbul perasaan mudah sedih
		Emosi spiritual	Timbul emosi spiritual yang tidak sehat, tidak dapat belajar dari peristiwa dan perasaan yang telah dialami	Timbul rasa takut terhadap penolakan keluarganya, sulit menerima dan menyesuaikan diri dalam situasi dan kondisi yang tidak menyenangkan

		Emosi otentik	Tidak dapat mengatakan peristiwa dan perasaan yang telah dialami	Memilih memendam perasaan sedihnya, malu mengakui perasaan sedihnya, dan tidak dapat mengatakan kepada orang lain apa yang telah dialami
		Emosi rekonsiliasi	Tidak mudah memaafkan kesalahan orang lain dan tidak mampu berdamai dengan diri sendiri	Membutuhkan beberapa waktu untuk memaafkan kesalahan orang lain dan merasa berat terhadap jalan hidup yang dipilihnya
2.	Mbah S	Pengetahuan emosi	Belum nampak perilaku yang positif, timbul emosi yang tidak menyenangkan	Terjadi perselisihan dengan keluarganya, cepat marah dan mudah sedih
		Emosi spiritual	Timbul emosi spiritual yang tidak sehat dan tidak dapat belajar dari peristiwa dan perasaan yang dialami	Timbul emosi takut akan penolakan keluarganya, timbul perasaan tidak terima yang berlebihan, sulit menyesuaikan diri pada kondisi hidupnya yang semula tinggal di rumah menjadi hidup dijalan
		Emosi otentik	Tidak dapat mengatakan peristiwa dan perasaan yang telah dialami	Malu mengakui perasaan sedih yang dialami, memendam rasa sedih dan kecewanya, tidak dapat mengatakan apa yang telah

				dialami dihadapan anaknya dan menanggapi anaknya tidak memperdulikannya lagi
		Emosi rekonsiliasi	Tidak mudah memaafkan kesalahan orang lain dan tidak mampu berdamai dengan diri sendiri	Kesusahan memaafkan kesalahan orang lain, mengalami luka batin yang mendalam, merasa sangat berat menanggung beban hidupnya, selalu mengingat peristiwa yang terjadi padanya
3.	Mbah K	Pengetahuan emosi	Belum timbul perilaku yang positif, timbul emosi yang tidak menyenangkan	Timbul perilaku iri terhadap kehidupan orang lain, mudah sedih jika melihat hidup orang lain
		Emosi spiritual	Timbul emosi spiritual yang tidak sehat dan tidak dapat belajar dari peristiwa dan perasaan yang dialami	Timbul gangguan spiritual emosi seperti ketakutan akan penolakan keluarganya, tidak dapat menerima kondisi hidupnya tanpa kehadiran anak dan istri, tidak dapat menyesuaikan diri terhadap perubahan hidupnya yang semula hidup bersama istri menjadi sendirian
		Emosi otentik	Tidak dapat mengatakan peristiwa dan perasaan yang	Malu mengakui perasaan sedihnya, memilih diam dan



			telah dialami	memendam emosinya, tidak dapat mengutarakan apa yang telah dialaminya dihadapan orang lain.
		Emosi rekonsiliasi	Tidak mudah memaafkan kesalahan orang lain dan tidak mampu berdamai dengan diri sendiri	Membutuhkan waktu untuk memaafkan kesalahan orang lain dan belum mampu berdamai dengan diri sendiri terhadap kondisi hidup yang dijalani, merasa berat menjalani hidupnya
4.	Mbah SU	Pengetahuan emosi	Belum timbul perilaku yang positif, timbul emosi yang tidak menyenangkan	Memilih pergi dari rumah, terjadi perselisihan, mudah tersinggung dan mudah sedih
		Emosi spiritual	Timbul emosi spiritual yang tidak sehat dan tidak dapat belajar dari peristiwa dan perasaan yang dialami	Timbul rasa takut terhadap penolakan keluarganya dan takut tidak terpenuhi, sulit menerima hidup yang jalani dan sulit menyesuaikan diri dalam situasi dan kondisi yang tidak menyenangkan
		Emosi otentik	Tidak dapat mengatakan peristiwa dan perasaan yang telah dialami	Malu mengakui perasaannya, memilih memendam emosi dan permasalahan, ingin terlihat tegar

				dihadapan orang lain, dan mengangg
		Emosi rekonsiliasi	Tidak mudah memaafkan kesalahan orang lain dan tidak mampu berdamai dengan diri sendiri	Kesulitan untuk memaafkan, merasa sakit hati, dan merasa berat terhadap hidup yang dijalaninya
5.	Mbah MS	Pengetahuan emosi	Belum timbul perilaku yang positif, timbul emosi yang tidak menyenangkan	kebingungan menentukan langkah, berpikiran negatif, mudah sedih
		Emosi spiritual	Timbul emosi spiritual yang tidak sehat dan tidak dapat belajar dari peristiwa dan perasaan yang dialami	Timbul gangguan spiritual emosi seperti takut akan penolakan, tidak dapat menerima dan menyesuaikan terhadap perubahan kondisi hidup
		Emosi otentik	Tidak dapat mengatakan peristiwa dan perasaan yang telah dialami	Malu mengakui perasaan sedih dihadapan orang lain, memendam emosi dan tidak dapat mengungkapkan peristiwa yang telah terjadi.
		Emosi rekonsiliasi	Tidak mudah memaafkan kesalahan orang lain dan tidak mampu berdamai dengan diri sendiri	Membutuhkan waktu untuk memaafkan orang lain, tidak dapat menyelesaikan masalah dengan baik, sulit untuk lepas dari masalah dan peristiwa yang telah dialami

Berbagai macam faktor kemampuan pengendalian emosi pada lansia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes. Hal ini diungkapkan oleh Ibu Rustinah selaku pekerja sosial di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes sebagai berikut:

“Karena perbedaan permasalahan, kalau yang gelandangan itu murung terus caper emosinya negatif karena merasa enakan diluar dan ada yang karena dianter keluarga, ada yang ditelantarkan anaknya, disini macam-macam itu ada yang karena ekonomi. Kebanyakan disini yang ditelantarkan itu karena ketidak harmonisan keluarga akhirnya ditelantarkan. Terus kalau karena faktor usia mba, namanya sudah mengalami penuaan jadi ada perbedaan, simbahnya itu sudah kaya anak kecil mba, ada yang udah pikun. Biasanya kalo lagi ada masalah keliatan mbak, menyendiri, murung, kalo engga ya caper” (Wawancara dengan ibu Rustinah pada 17 Juli 2022).

Kemampuan pengendalian emosi pada lansia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes dapat dilihat dari empat aspek yaitu pengetahuan emosi, emosi spiritual, emosi otentik dan emosi rekonsiliasi. Pertama, pengetahuan emosi yaitu lansia kurang memahami emosi cara mengatasi emosi yang tidak menyenangkan sehingga sikap dan perilaku cenderung negatif seperti perselisihan, iri hati, dan pergi dari rumah. Kedua, emosi spiritual yaitu timbul ketakutan akan penolakan dan ketakutan tidak terpenuhi kebutuhan hidupnya, kesulitan untuk menyesuaikan diri terhadap perubahan kondisi hidupnya yang disebabkan permasalahan dan emosi yang tidak menyenangkan sehingga sulit menerima kondisi hidup yang dijalani. Ketiga, emosi otentik yaitu lansia memilih memendam perasaan yang rasakan dan lebih memilih tidak mengungkapkan peristiwa yang telah dialami di hadapan orang lain. Keempat, emosi rekonsiliasi yaitu lansia tidak mudah dapat memaafkan kesalahan orang lain dan sulitnya berdamai dengan diri sendiri sehingga tidak dapat menyelesaikan masalah dan tidak dapat lepas dari peristiwa yang telah dialami.

Kondisi kemampuan pengendalian emosi pada lansia terjadi diakibatkan beberapa faktor diantaranya: *pertama*, faktor usia yang mempengaruhi kelima responden dengan rentang usia 60-75 tahun yang memiliki penurunan secara fisik dan psikologis. Secara psikologi kelima responden mengalami penurunan seperti emosi labil disebabkan mereka merasa diasingkan atau mendapat penolakan dari keluarganya. *Kedua*, faktor kognitif yang menyebabkan lansia mengalami penurunan kognitif yang menyebabkan mereka kesulitan mengambil keputusan atau menentukan suatu tindakan yang tepat. *Ketiga*, jenis kelamin pada lansia memiliki perbedaan dalam mengekresikan emosi yang dirasakan, lansia yang berjenis kelamin perempuan lebih ekspresif dibanding lansia yang berjenis kelamin laki-laki. *Keempat*, emosi rekonsiliasi yang terjadi pada lansia ditunjukkan bahwa lansia kesulitan memaafkan kesalahan orang lain dan sulitnya berdamai dengan diri sendiri membuat lansia tidak dapat menyelesaikan masalah dengan baik dan tidak dapat lepas dari peristiwa dan perasaan yang telah dialaminya.

### **C. Bimbingan agama Islam dalam mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada lanjut usia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes**

Bimbingan agama Islam adalah suatu proses pemberian pertolongan pada individu atau kelompok secara berkelanjutan, sistematis untuk mengembangkan potensi keagamaan sesuai dengan fitrahnya individu dalam menyelesaikan masalah sesuai dengan nilai-nilai yang diajarkan dalam Al-Qur'an dan Hadist Nabi. Hasil wawancara dan observasi peneliti berupa pelaksanaan bimbingan agama Islam bagi lansia berdasarkan menurut penuturan Bapak Bapak Sodhikin selaku pembimbing agama Islam kedua sebagai berikut:

“Adanya bimbingan agama ini supaya lansia disini punya ilmu pengetahuan tentang agama Islam. Biar bisa mendekatkan diri pada Allah, kalo ada masalah larinya ke Allah, minta petunjuk pada Allah. Bimbingan agama harapannya bisa diterapkan dikehidupan sehari-hari. Bapak sampaikan disini rutin setiap hari kamis kalo saya mbak.

Memang sudah program dari sini, nanti dibantu sama pegawai disini buat ngingetin mbah-mbah disini ikut kegiatan” (wawancara dengan Bapak Sokhiddin pada 21 Juli 2022).

Hal ini serupa dengan Mukhlisin selaku pembimbing agama Islam sebagai berikut:

“Bimbingan agama ini bapak sampaikan nantinya memiliki wawasan agama yang luas kemudian bisa diterapkan, memenuhi kewajibannya misalnya sholat, puasa, perilakunya baik intinya ada perubahan yang lebih baik (wawancara dengan Bapak Mukhlisin pada 21 Juli 2022).

Bimbingan agama Islam di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes dilakukan secara rutin di hari selasa dan kamis. Hal ini dituturkan Ibu Rustninah selaku pekerja sosial di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes sebagai berikut:

“Untuk bimbingan keagamaan, pak ustadz Mukhlisin hari selasa dan hari kamisnya pak ustadz Drs. Sokhiddin. untuk hari selasa pukul 09.00 s/d 10.00 dan hari kamis pukul 08.00 s/d 09.00 WIB” (wawancara dengan Ibu Rustinah pada 17 Juli 2022).

Bimbingan agama Islam memiliki hubungan yang erat dengan permasalahan spiritual. Islam memberikan bimbingan terhadap seseorang agar dapat kembali ke jalan benar sesuai Al-Qur’an dan Hadist. Pembimbing agama Islam sebagai seseorang yang profesional yang berfungsi memberikan bimbingan atau arahan kepada seseorang yang memiliki permasalahan sehingga membutuhkan bimbingan atau arahan. Fungsi bimbingan agama Islam dibagi menjadi empat macam yaitu fungsi *preventif*, fungsi *kuratif*, fungsi *preservatif*, dan Fungsi *development*. Di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok ini empat fungsi tersebut dijalankan dengan baik oleh pembimbing agama Islam, hal ini sesuai dengan pemaparan Bapak Sokhiddin sebagai berikut:

“Fungsinya bimbingan agama Islam disini itu memberikan ilmu pengetahuan agama karenakan setiap mbah disini beda-beda pengetahuan agamanya jadi ilmu agama itu penting sekali nantinya bisa dipraktikkan langsung. Bimbingan agama juga untuk menasehati mbah disini juga, kalo ada apa-apa tentang ibadah tentang masalah hidup ya kadang kesaya minta nasehat gimana baiknya, biasanya saya kasih motivasi supaya tetap semangat menjalani hidup di masa tua mba” (wawancara dengan Bapak Sokhiddin pada 21 Juli 2022).

Hal ini juga diungkapkan Bapak Mukhlisin selaku pembimbing agama Islam sebagai berikut:

“Fungsinya itu sebagai petuah, namanya hidup dipanti ya mbak banyak dari luar engga kenal awalnya ya saling mengingatkan kalo ada yang keliru ya dituturi ya dengan cara yang baik jangan sampai malah nambah masalah lagi kan rewed ya mba. Pokoke dituturi, dikasih solusi” (wawancara dengan Bapak Mukhlisin pada 21 Juli 2022).

Tujuan bimbingan agama Islam yaitu untuk mendekatkan diri pada Allah dengan cara memberikan ilmu pengetahuan agama dan dapat mengamalkannya. Bimbingan agama Islam juga dijadikan sarana untuk memberikan penyelesaian masalah agama maupun sosial dalam sudut pandang agama. Hal ini diungkapkan oleh Bapak Sokhiddin selaku pembimbing agama Islam sebagai berikut:

“Tujuannya ya kalo dalam bahasa pendidikan itu olahraga tapi ini olahraga rohaniyah. Jadi dengan bimbingan agama Islam diberikan untuk menambah ilmu wawasan tentang agama, bimbingan agama juga bisa dijadikan solusi ketika ada masalah diselesaikan pakai sudut pandang agama seperti apa baiknya, bapak harap sih banyak pengaruh baiknya selain ibadah juga perilakunya baik (wawancara dengan bapak Sokhiddin pada 21 Juli 2022).

Hal ini senada dengan ungkapan Bapak Mukhlisin selaku pembimbing agama Islam sebagai berikut:

“Tujuannya ya supaya mbahnya dapat mendekatkan diri pada Allah, melaksanakan sholat, puasa, ngaji juga ilmunya juga bertambah banyak ilmu yang bisa diambil itu bermanfaat di kehidupan sehari-hari ” (wawancara dengan Bapak Mukhlisin pada 17 Juli 2022).

Hal ini juga diungkapkan oleh ibu Rustinah selaku pekerja sosial sebagai berikut:

“Saya memang mendampingi, kalau sebelum atau selesai bimbingan agama biasanya saya mengingatkan kepada simbah-simbah disini barangkali ada pertanyaan atau ada permasalahan atau ingin curhat, monggo simbah bisa ke pak ustadz atau saya atau ke peksos yang lain yang dapat dipercaya, pasti akan diusakan dicari solusinya” (wawancara dengan peksos Ibu Rustinah pada tanggal 17 Juli 2022).

Tercapainya pelaksanaan bimbingan agama Islam tidak dapat terlepas dari unsur-unsur bimbingan agama Islam yang harus dipenuhi didalamnya untuk mencapai tujuan dan fungsi dari bimbingan agama Islam di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes. Adapun unsur-unsur dalam bimbingan agama Islam yang harus dipenuhi sehingga bimbingan agama Islam dapat terlaksana dengan baik sebagai berikut:

### 1. Pembimbing agama Islam

Bedasarkan hasil wawancara dan observasi dalam pelaksanaan bimbingan agama Islam di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes terdiri dari dua pembimbing agama Islam yaitu Bapak Mukhlisin dilaksanakan pada hari selasa dan Bapak Sokhiddin pada hari kamis.

### 2. Lansia

Bedasarkan hasil wawancara dan observasi peneliti bahwa Kegiatan bimbingan agama Islam wajib diikuti bagi seluruh lansia muslim dan sehat secara fisik. Hal ini juga dituturkan oleh ibu rustinah sebagai berikut:

“Nggak semua ikut bimbingan agama di aula mbak, ada yang sakit jadi mbahnya ada yang istirahat diruangan isolasi” (wawancara dengan ibu rustinah pada 17 juli 2022).

### 3. Materi

Materi-materi yang disampaikan beragam dan bervariasi oleh masing-masing pembimbing agama Islam. Materi-materi pokok yang diberikan tentang aqidah, syari'at dan ahlak. Materi aqidah menjelaskan tentang masalah ketakwaan sebagai seorang muslim dan muslimah, materi syari'at yang diberikan tentang ibadah dan fiqh seperti tentang tata cara sholat yang benar, cara bersuci, dan ibadah-ibadah lainnya yang dianjurkan dalam ajaran Islam dan materi akhlaq.

Kegiatan di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes dalam mengembangkan kemampuan pengendalian emosi yang meliputi beberapa aspek yaitu pengetahuan emsoi, emosi spiritual, emosi otentik dan emosi rekonsiliasi sebagai berikut:

#### a. Pengetahuan emosi

Pengetahuan emosi merupakan kemampuan individu memahami emosi yang dirasakan sehingga dapat menentukan perilaku yang positif. Aspek ini dapat terlihat apabila individu mampu mengetahui jenis emosi, mengetahui penyebab emosi dan dapat menentukan respon yang tepat dalam menghadapi suatu emosi. Dalam hal ini pembimbing agama Islam memberikan pemahaman secara luas melalui pandangan agama agar lansia dapat memahami perbuatan mana yang dilarang dan perbuatan mana yang dianjurkan dalam agama Islam dalam menghadapi emosi yang tidak menyenangkan. Kegiatan tersebut berupa kegiatan pengajian. Dengan mengikuti kegiatan pengajian maka akan membangun kesadaran bahwa mengikuti pengajian niatnya bukan hanya karena aturan panti tetapi lansia menyadari bahwa dengan mengikuti pengajian agama merupakan suatu kebutuhan dirinya untuk mendapat wawasan yang luas tentang agama sehingga lansia dapat mengembangkan kemampuannya untuk menghadapi emosi yang tidak menyenangkan dengan cara menghayati nilai-nilai Islam dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan pengajian diberikan dengan materi aqida, syari'ah dan ahlak. Upaya mengembangkan kemampuan pengendalian emosi dengan memberikan materi ahlak, agar lansia dapat mencegah segala perbuatan yang tercela yang disebabkan meluapkan emosi secara berlebihan. Materi ahlak dapat menjadikan pedoman hidup bagi lansia dalam bertindak dan berkata sesuai dengan ajaran Islam. Hal ini disampaikan oleh bapak Mukhlisin selaku pembimbing agama sebagai berikut:

“Materi yang saya berikan itu campur-campur mbak, ada tentang aqidah, syariah dan ahlak. Aqidah itu tentang keyakinan seseorang yang dijadikan pedoman hidup seorang muslim atau muslimah, kita harus mengimani enam rukun iman itu. Materi ibadah itu biasanya saya menyampaikan tentang tata cara sholat, cara bersuci yang benar banyak mbak macam-macam. Kalau ahlak itu ya yang kaitan sama perilaku seseorang, gimana orang dapat bertindak yang benar jangan sampe berbuat yang tidak baik sesuai dengan ajaran agama kita. Nah paling utama ini ahlak ya yang ada kaitannya sama tadi



judulnya pengendalian emosi ya mba. Materi ahlak ini bisa jadi ilmu pengetahuan sekaligus untuk pembiasaan diri supaya kalo bertindak berkata yang baik kalo yang gak baik jangan dilakukan, harus dituturi kalau engga baik mbak nanti kalo engga di tuturi jadi kebiasaan buruk terus mba” (wawancara dengan bapak Mukhlisin pada 21 Juli 2022).

Senada dengan ungkapan Bapak Sokhidin sebagai berikut:

“Materinya itu bebas mbak, ya ada aqidahnya, syariah, ahlak. Materi yang diberikan kepada lansia untuk membangun kesadaran diri untuk melakukan perintah Allah misale sholat, tolong menolong dan menjauhi larangannya, gampangane ya dalam pendidikan bimbingan agama Islam itu ya seperti olah rohanine jadi jasmani rohaninya itu seimbang engga berat satu ajah.”(Wawancara dengan bapak Sokhiddin 21 Juli 2022).

Pemahaman tentang materi yang disampaikan pembimbing agama Islam dan mengaku mengikuti kegiatan pengajian bedasarkan kemauan sendiri dan sadar bahwa ilmu pengetahuan agama itu penting untuk dirinya, mbah SR mengatakan:

“Paham gendo, mbah jadi tau kalau perbuatan itu dilarang sama Allah engga boleh jangan nanti dosa kata pak ustadz ,belajar fiqih mba kaya sholat yang bener, diajarin do’a”

“Niatnya karena mbah pengen sendiri sesekali pengen cari pahala, namanya manusia kalo mau apa-apa kan harus ada ilmunya, harus ada niatnya ya gak? kalo bengong-bengong kan ngga dapet apa-apa kalo mendengarkan ceramahkan dapat pahala. Kalo orang udah tua kaya mbah ngga ibadah mau ngapain. Kalo orang banyak makan, tidur, bengong itu kata pak ustadz nanti keagamaannya jadi kurang” (Wawancara dengan mbah SR pada 18 Juli 2022).

Mbah S mengatakan bahwa:

“Memahami mbak ya sekirane mampu ya dijalani mba”

“Kemauan sendiri ngga disuruh ajah bernagkat, karena daripada bosan” (Wawancara dengan mbah S pada 18 Juli 2022).

Mbah K mengatakan bahwa:

“Kadang-kadang kita ingetlah inget disana begini pak ustad ngasih ceramah-ceramah ya kita ambil yang tadinya kita jauh sekarang bisa menjalani mendekati Allah dengan ibadah ada ibadah yang dianjurkan selain sholat lima waktu, tentang perbuatan-perbuatan yang baik kalo emosi jangan lekas marah sama semua gitu ditahan jangan ngomong yang jelek-jelek banyak manfaatnya kok”

“Disamping aturan dari panti memang karena kemauan sendirilah dari hati buat siraman rohani biar iman kita tambah tebal, ya kita juga butuhlah siraman-siraman rohani” (Wawancara dengan mbah K pada 17 Juli 2022).

Mbah SU mengatakan bahwa:

“Ya ada pahamnya pastinya soalnya materinya kan sehari-hariitu yang mudah diterima mbah-mbah disini”

“Disamping ada peraturan mba ya lumayan buat nambah ilmu” (Wawancara dengan mbah SU pada 17 Juli 2022).

Mbah MS mengatakan bahwa:

“Nek aku paham ya walaupun aku mbiyen ora paham apa-apa saiki dadi rada ngertilah”

“Mangkat dewek ngerti kue ilmu ya mangkat bae lah daripada jagong jagong tok”

Artinya:

“ Kalau saya paham ya walaupun saya dulu engga paham apa-apa sekarang agak ngerti”

“Bernagkat sendiri tahu itu ya berangkat dari pada duduk-duduk doing” (Wawancara dengan mbah MS pada 17 Juli 2022).

### c. Emosi spiritual

Emosi spiritual merupakan emosi yang berkaitan dengan ilahi yang tumbuh dalam diri individu sehingga dapat merespon emosi yang tidak menyenangkan dengan perilaku yang positif. Dalam hal ini pembimbing agama memberikan upaya untuk menghadapi emosi yang tidak menyenangkan dengan menggunakan pendekatan agama Islam. Beberapa kegiatan yang dilakukan untuk mengembangkan emosi spiritual pada lansia yaitu kegiatan sholat dan kegiatan dzikir. Dengan melaksanakan kegiatan tersebut, selain dapat mendekatkan diri pada Allah SWT juga mendatangkan ketenangan pada batinnya sehingga dapat mengontrol respon emosi yang tidak menyenangkan dan mengontrol perilaku yang kecenderungan mengikuti hawa nafsu sesaat. Hal ini sesuai dengan ungkapan mbah SR sebagai berikut:

“Mbah sholat ndo suka ke musholah dulu sama mbah kakung ya bareng barangkali jatuh dulu waktu mbah kakung masih ada, kalo sekarang mbah sholatnya dikamar ndo soalnya mata mbah udah engga jelas takut jatuh”

“Mbah kalo habis pipis malam-malam engga bisa tidur lagi, mending tasbeh, kan tasbeh kan isinya seratus ya yang itu ada batasnya tigapuluh tiga ya sebisanya untuk hiburan hati jmenghadap Allah jadi tentram ndo hatinya, besok diterima atau engga engga tau yang penting ada usahanya” (Wawancara dengan mbah SR pada Juli 2022).

Mbah S mengungkapkan bahwa:

“Sholat mba, kadang saya suruh ngimami disuruh adzan kalo mbah adzan ajah, biasanya di imamin sama pak ustadz kalo engga ya sama pegawai disini mba”

“Kadang iya mba, paling kalo pengajian itu sama selese sholat jama’ah” (Wawancara dengan mbah S (60) pada 18 Juli 2022).

Mbah K mengungkapkan bahwa:

“Ya sholat lima waktu ada yang sholat sendiri ada yang jama’ah”

“Iya dzikir sebisanya ya sekiranya bikin tenanglah walaupun bisanya cuman itu itu ajah ya lumayan mba daripada engga sama sekali” (Wawancara dengan mbah K (75) pada 17 Juli 2022).

Mbah SU mengatakan bahwa:

“Sholat mba alahamdulillah walaupun sakit ya sholat”

“Ya kadang-kadang mba kalo iya pengajian gitu” (Wawancara dengan mbah SU (70) pada 17 Juli 2022).

Mbah MS mengatakan bahwa:

“Sembayang, nangkene malah kepenak musholahe perek nemen”

“Ya wirid sebisane bae akutah”

Artinya:

“ Sholat, disini malah enak musholahnya deket banget”

“ Ya dzikir sebisanya saja aku” (Wawancara dengan mbah MS (70) pada 17 Juli 2022).

Kegiatan sholat merupakan kegiatan yang dilaksanakan oleh lansia untuk mendekatkan diri pada Allah, dengan sholat maka akan menghadirkan Allah dalam hati seseorang bahwa Allah dapat melihat mendengar apa yang dilakukannya sehingga seseorang akan tunduk pada perintah dan larangannya sehingga menjauhi segala hal yang tercela. Dzikir bukan hanya untuk mengingat Allah melainkan untuk memperoleh secara batin, sebagaimana ungkapan Bapak Mukhlisin sebgai berikut:

”Upayanya itu dinasehatin biar emosinya reda kembali dikasih tau kalo perbuatannya itu engga bagus. bimbingan agama itu ya supaya bisa mendekatkan diri pada Gusti Allah misalnya sholatnya dikentengin, dzikirannya diperbanyak. Biasanya saya kasih bacaan-bacaan dzikir hati jadi lebih tenang mba nanti kalo lagi bimbingan bareng baca dzikiran terus setelah sholat kan itu mesti ya mba makanya saya sering mengingatkan sholat sholat. Orang kalo mengingat Allah terus kalo mau melakukan apapun jadi merasa terawasi, lagi emosi pengen mbales inget gusti Allah jadi nggak jadi melakukan inget ini gak boleh ini jangan” (wawancara dengan Bapak Mukhlisin pada 25 Juli 2022).

d. Emosi otentik

Kegiatan konsultasi merupakan kegiatan untuk membantu lansia untuk memperoleh wawasan, pemahaman dengan cara tanya jawab antara pembimbing agama Islam dan klien dalam proses bimbingan agama Islam. Kegiatan konsultasi dilakukan agar lansia dapat bertanya dan dapat berbagi cerita dengan pembimbing agama Islam atau pekerja tentang permasalahan agama atau masalah hidup yang dialami lansia.

Terlaksananya bimbingan agama Islam dengan baik tidak luput bantuan dari pekerja sosial yang bertugas untuk melakukan pendampingan seperti mengingatkan lansia untuk mengikuti bimbingan dan mendorong lansia untuk berkonsultasi kepada pembimbing agama Islam atau pekerja sosial dalam bimbingan agama Islam atau diluar pelaksanaannya. Hal ini sesuai dengan ungkapan Ibu Rustinah sebagai berikut:

“Saya upayakan untuk mendampingi simbah disini, selalu ngajak mbahnya ikut bimbingan. saya sarankan monggo kalau bimbingan atau diluar bimbingan simbah putri atau simbah kakung milih pegawai misal saya atau pak ustadz yang dapat dipercaya untuk curhat kalo ada masalah. Dengan maksud kalau orang yang belum curhat itu pikirannya macam-macam, kita ajah kalau ada unek-unek tidak dikeluarkan juga mengganjal itu juga mengganggu. Terus nanti dikasih nasehat sama pak ustadz kalo bimbingan (Wawancara dengan Ibu Rustinah pada 25 Juli 2022).

Kegiatan konsultasi dapat mengembangkan emosi otentik pada lansia yaitu lansia dapat bertanya dan berbagi cerita kepada

pembimbing agama Islam dan pekerja sosial terhadap permasalahan yang dialaminya. Dengan berkonsultasi, lansia dapat mengungkapkan permasalahan dan perasaan yang dialami sehingga lansia merasa lebih tenang dan terbebas dari beban emosi. Hal ini sesuai dengan ungkapan mbah SR (67) sebagai berikut:

“Seneng cerita mbah tah, kalo disini sama bu Rustinah. Ya dari pada dipendem dadane sakit” (wawancara dengan mbah SR (67) pada 18 Juli 2022).

Mbah K (75) mengatakan bahwa:

“Iya cerita kadang sama pegawe disini, sama mbah putri. Namanya hidup dipanti engga mungkin ada masalah pasti ada ya diselein lah baik-baik” (wawancara dengan mbah K (75) pada 17 Juli 2022).

Senada dengan ungkapan mbah MS (70) sebagai berikut:

“Ya ari ana apa ya seneng cerita kadang kepegawene kadang ya aku karo ponakan. Nangkene pegawene apik-apik pak ustad ana apa. ora isin aku soale nang kene akeh sing kaya aku nasibe pada” Artinya “Iya kalo ada apa-apa ya suka cerita kadang kepewai kadang ya ke ponakan. disini pegawainya baik-baik pak ustadz juga. Engga malu aku disini banyak yang kaya saya nasibnya sama” (wawancara dengan mbah MS (70) pada 18 Juli 2022).

e. Emosi rekonsiliasi

Emosi rekonsiliasi merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang untuk memaafkan kesalahan orang lain maupun diri sendiri sehingga individu mampu saling berdamai. Untuk mengembangkan emosi rekonsiliasi pada lansia terdapat kegiatan ziarah makam. Kegiatan ini merupakan kegiatan yang sifatnya tidak wajib dan suka rela. Kegiatan ini dapat mengembangkan emosi rekonsiliasi pada lansia, selain mengingat akan kematian juga mengingat setiap orang memiliki kesalahan dan khilaf terhadap orang lain sedangkan kematian tidak diketahui siapa yang akan mengalaminya terlebih dahulu maka seseorang selayaknya dapat memberi maaf dan memaafkan pada orang lain selagi masih diberi kesempatan untuk hidup.

Kegiatan ziarah makam dilakukan beberapa lansia yang mengaku bahwa ia mengingat kematian dan mengingat dosa-dosa yang dilakukan pada orang lain. Sesuai dengan ungkapan mbah MS (70) sebagai berikut:

“Aku ari anuk maing makam melu nganter jenazah”

“Dadi eling mati ya diakehi ibadahe aja gawe elek aja dendaman mbokan durung jaluk maaf wonge wis laka pimen”

Artinya :

“ Saya sering ke makam ikut mangantar jenazah”

“ Jadi ingat meninggal ya dibanyakin ibadahnya jangan bikin keburukan jangan dendaman barangkali belum minta maaf orangnya udah engga ada” (Wawancara dengan mbah MS (70) pada 18 Juli 2022).

Mbah K (75) juga mengungkapkan bahwa :

“Sesama penghuni disini ya ikut empati berbela sungkawa ya kita kalo sehat ikut ke makam kalo nda ya cukup berdo'a dari sini”

“Ingat hidup sementara seneng sementara susah sementara ya namanya hidup ya, makanya kalo dah tua banyakin ibadahnya berbuat baik pada sesama manusia dah itu” (Wawancara dengan mbah MS (70) pada 17 Juli 2022).

Berbeda dengan mbah S mengatakan bahwa:

“Saya belum ikut kegiatan itu mba kan saya baru setuan lebih dikit ada korona jadi gak boleh ada kegiatan luar mba”

“Ya ingat umur bisa kapan ajah meninggal” (Wawancara dengan mbah S (60) pada 17 Juli 2022).

Sedangkan mbah SR mengaku tidak dapat mengikutinya karena fisiknya yang sudah mulai menurun, sesuai dengan ungkapan mbah SR s sebagai berikut:

“ Mbah matanya udah kurang ndo jadi gak ikutan”

“Yam bah ingat dosa mbah udah tua ya ndo ya gak tau umurnya samoe kapan banyakin mohon ampun lah semoga diampuni” (Wawancara dengan mbah SR (67) pada 18 Juli 2022).

Begitupula dengan mbah SU mengatakan bahwa:

“Kalo mbah cukup berdo'a saja disini, mbah jalannya udah sakit ndo gak kuat jalan kaki kalo jauh asam urat”

“ Ingat kematian pastinya. Mbah pengennya meninggal dalam keadaan yang baik minta sama Allah “(Wawancara dengan mbah SU (70) pada 18 Juli 2022).

#### 4. Media

Media yaitu salah satu penunjang keberhasilan penyampaian materi dalam bimbingan agama Islam agar materi dapat diterima dan dipahami oleh lansia dengan baik. Media yang digunakan dalam bimbingan agama Islam yaitu lisan dan ahlak. Hal ini sesuai dengan ungkapan Bapak Sokhiddin sebagai berikut:

“Kalo disini pakainya secara langsung ajah lewat lisan. secara lisan. Ya sistemnya kaya ngajar dikelas persis ya ceramah, kalo jadi pembimbing ya harus mencontohkan apa yang sudah diajarkan sama simbah disini mba” (Wawancara dengan Bapak Sokhiddin yang dilakukan pada saat 21 Juli 2022).

Hal ini selaras dengan Bapak Mukhlisin sebagai berikut:

“Lisan sama perbuatan mba, engga cuman nuturi tok ya harus juga ngelakoni mba” (wawancara dengan Bapak Muklishin pada 21 Juli 2022).

## 5. Metode

Tercapainya bimbingan agama Islam bukan hanya materi saja yang disampaikan melainkan metode yang digunakan turut serta mempengaruhi keberhasilan materi yang disampaikan dapat diterima dengan baik atau tidak. Di ruma pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes dalam memberikan bimbingan agama Islam menggunakan dua metode yaitu metode keteladanan dan nasehat. Hal ini diungkapkan oleh Bapak Shodikin selaku pembimbing agama sebagai berikut:

“Materi yang saya berikan itu campur-campur mbak, ada tentang aqidah, syariah dan ahlak. Aqidah itu tentang keyakinan seseorang yang dijadikan pedoman hidup seorang muslim atau muslimah, kita harus mengimani enam rukun iman itu. Materi ibadah itu biasanya saya menyampaikan tentang tata cara sholat, cara bersuci yang bener banyak mbak macem-macem. Kalau ahlak itu ya yang kaitan sama perilaku seseorang, gimana orang dapat bertindak yang bener jangan sampe berbuat yang tidak baik sesuai dengan ajaran agama kita. Nah paling utama ini ahlak ya yang ada kaitannya sama tadi judulnya pengendalian emosi ya mba. Materi ahlak ini bisa jadi ilmu pengetahuan sekaligus untuk pembiasaan diri supaya kalo bertindak berkata

yang baik kalo yang gak baik jangan dilakukan, harus dituturi kalau engga baik mbak nanti kalo engga di tuturi jadi kebiasaan buruk terus mba” (wawancara dengan bapak Mukhlisin pada 21 Juli 2022).

Hal lain juga disampaikan oleh bapak Sokhidin sebagai berikut:

“Materinya itu bebas mbak, ya ada aqidahnya, syariah, ahlak. Materi yang diberikan kepada lansia untuk membangun kesadaran diri untuk melakukan perintah Allah misale sholat, tolong menolong dan menjauhi larangannya, gampangane ya dalam pendidikan bimbingan agama Islam itu ya seperti olah rohanine jadi jasmani rohaninya itu seimbang engga berat satu ajah.”(Wawancara dengan bapak Sokhiddin 21 Juli 2022).

Hal serupa diungkapkan oleh Ibu Rustinah selaku pekerja sosial sebagai berikut:

“Mbanya disini kalo ada apa-apa cerita ke pa ustadz ke saya juga mba, itu mbanya bertanya soal ibadah gimana yang bener, juga persoalan hidup bagaimana penyelesaiannya. Saya juga bertanya sama pak ustadz kalo menyelesaikan masalah seperti apa dalam sudut pandang agama mba (Wawancara dengan Ibu Rustinah pada 25 Juli 2022).

### **C. Dampak bimbingan agama Islam dalam mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada lanjut usia**

Bimbingan agama Islam dapat menjadi sarana bagi lansia untuk menambah wawasan keagamaan sehingga lansia dapat menjalankan perintah dan menjauhi larangan-Nya. Bimbingan agama Islam yang bersumber dari Al-qur'an dan Hadsit dapat menjadi pedoman hidup sehingga potensi lansia berkembang kearah positif.

Kondisi lansia sebelum masuk rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok dalam kemampuan pengendalian emosi masih kurang baik sehingga sulit memutuskan tindakan dan tindakan cenderung kearah negatif dan seperti perselisihan, pergi dari rumah, dan iri hati. Setelah mendapatkan bimbingan agama Islam, lansia mengalami perubahan pada kemampuan pengendalian emosi. Seseorang dapat dikatakan memiliki kemampuan pengendalian emosi yang baik apabila memenuhi semua



aspek yang disebutkan dalam teori Martin. Beberapa aspek yang digunakan untuk mengukur kemampuan pengendalian emosi sebagai berikut:

a. Pengetahuan emosi

Pengetahuan Emosi yaitu kemampuan yang dimiliki individu untuk memahami secara mendalam tentang emosi yang dirasakan dalam berbagai macam situasi. Pemahaman tentang emosi yang benar, penting bagi individu untuk membantu menentukan sikap dan respon emosi secara tepat (Martin, 2003: 76-77). Pengetahuan emosi lansia setelah diberikan bimbingan agama Islam mengalami perubahan yang cukup baik. Hal ini ditunjukkan bahwa lansia dapat mengambil tindakan yang positif dalam menghadapi emosi yang tidak menyenangkan seperti berbagi cerita, berdo'a, berdzikir dan melakukan hal positif lainnya. Sesuai dengan ungkapan beberapa lain, Mbah SR (67) mengungkapkan bahwa:

“Mbah biasanya kalo ada apa-apa itu ceritanya ke bu rustinah ndo soale mbah kakung udah meninggal udah lama, kalo sama yang lain si cerita tapi engga kaya sama bu rustinah. Mbah baca-baca tasbihan apa yang mbah bisa ndo., Alfatihah biasanya kirim donga kadang-kadang karo nangis ndo dongakena anak putune mbah semoga diparingi rejeki, sehat-sehat pokoke” (wawancara 18 Juli 2022).

Artinya : “Mbah biasanya kalo ada apa-apa itu ceritanya ke bu rustinah ndo soale mbah kakung udah meninggal udah lama, kalo sama yang lain si cerita tapi engga kaya sama bu rustinah. Mbah baca-baca tasbih apa yang mbah bisa ndo. Alfatihah biasanya kirim doa kadang-kadang sambil menangis, doain anak cucu mbah semoga dikasih riski, sehat terus pokoknya” (wawancara 18 Juli 2022).

Mbah K juga (75) mengungkapkan bahwa:

“Biasane misal lagi emosi terus ya mencari kesibukan apalah apa nyabuti rumput, bersih bersih kamar apa-apa pokoknya ada kegiatan kalo malam mbah minta sama Allah ya wirid ya sholat. Kalo cerita apa-apa ceritanya ke istri. Kadang ya pegawe kaya pak

ustadz, Ibu Rustinah. Engga cuman satu orang yang enak diajak” (wawancara dengan mbah K (75) pada 17 Juli 2022).

Mbah MS (70) mengungkapkan bahwa:

“Kari dipikir kepimen apike kadang ya njaluk pendapat sing apik, aku lagi emosi bae hiburane aku kue cuman maca buku kadang kesel ya nyebut astagfirullahaladzim. Saiki aku tah ora papa lah, wong anake aku adoh ana sing nang Sumatra Madura, aku ora pan melu dari pada adoh bolak balike maing kampunge. Ari nang umah ya bisa cuman ari ngumah kurang adem ora kaya nang kene pan sholat ya perek, pokoke mending aku nang kene”

Artinya: “Tinggal dipikirkan gimana baiknya, kadang minta pendapat yang baik, aku kalau sedang emosi hiburannya Cuma baca buku kalo capek ya istigfar astagfirullahaladzim. Sekarang aku engga papa lah, orang anak aku jauh ada di Sumatra, Madura, Aku engga mau ikut dari pada jauh pulang pergi kampunya. Kalau di rumah ya bisa tapi kalau di rumah kurang tentram engga kaya disini kalau sholat deket, pokoknya mending aku disini” (wawancara dengan mbah MS (70) pada 18 Juli 2022).

Sedangkan kedua lansia yakni mbah S (61) dan mbah SU (70) memiliki pengetahuan emosi yang kurang baik meskipun telah diberikan bimbingan agama Islam secara rutin. Lansia memilih diam atau murung saat menghadapi permasalahan dan emosi yang tidak meyenangkan. Sesuai dengan ungkapkan mbah S (61) dan mbah SU (70). Hal ini diungkapkan mbah S (61) sebagai berikut:

“Paling duduk diem kadang ya cari kesibukan cabutin rumput apa nyapu-nyapu, sekali-kali cerita ama temen. Soalnya kadang kalo lagi sendirian diem kepikirane gini padahal ya yang punya rumah tapi malah terlantar. Awal-awal saya disini itu diisolasi mandiri saya sakit itu keinget dulu saya engga ada yang ngerawat enggak ditengokin anak nggak boleh tinggal disitu (wawancara dengan mbah S pada 21 Juli 2022)”.

Hal lain diungkapkan oleh Mbah SU (70) sebagai berikut:

“Kadang kalo sendirian kepikiran mbah mikiri kenapa saudara mbah engga ada yang kesini selama tiga tahun engga ada yang kesini paling mbah cerita ke bu rustinah kalo ada masalah, terus dari pada pusing mbah nyanyi-nyanyi. Mbah kan seneng nnyanyi”(wawancara dengan mbah SU (70) pada 17 Juli 2022).

## b. Emosi spiritual

Emotional Spirituality (Spiritual Emosi) yaitu emosi yang berkembang pada diri individu berkaitan dengan nilai-nilai spiritual. Jika spiritual emosi dapat terwujud sikap dan perilaku yang baik seperti cinta kasih, kemurahan hati, dan rasa syukur. Adapun sikap dan perilaku yang berlawanan dengan nilai-nilai keutamaan dalam spiritual emosi seperti takut, egois dan serakah. (Martin, 2003: 116). Emosi spiritual pada lansia mengalami perubahan lebih baik setelah diberikan bimbingan agama Islam. Lansia dapat mensyukuri hidupnya dan dapat menerima hidupnya tanpa menyimpan luka hati akibat masa lalu yang telah dialaminya. Sesuai dengan ungkapan beberapa lansia, Mbah SR (67) mengungkapkan bahwa:

“Namanya jauh dari anak putu ya ndo mesti kangen ya ndo, sekarang mah engga pernah ngunjungin udah 2 tahun soalnya ada corona itu si. Engga dibolehin pihak panti. Mbah ya ndo engga putus asa tetep semangat. Mbah menerima apa adanya, mungkin nasib mbah gitu. Disini mah banyak yang engga punya anak kalo mbah mah masih mending ada anak punya saudara mbah juga di bantu ponakan mbah yang disini” (wawancara dengan mbah SR (67) pada 18 Juli 2022).

Mbah K juga (75) mengungkapkan bahwa:

“Ya, biarin ajah. Sekarang saya adem ayem disini. Saya sadar mungkin hidup saya sudah gini tapi saya bersyukur akhirnya dapat tempat yang lumayan enaklah dibanding sebelumnya” (wawancara dengan mbah K (75) pada 17 Juli 2022).

Selain itu, ungkapkan mbah MS (70) sebagai berikut:

“ya aku tah saiki ora papa ora masalah wong nang kene apa-apa kepenak, sholate perek, mangan kari mangan kepenak nang kene dari pada mati nang dalan mati nang latare wong suka nang kene bae lah”.

Artinya : “Ya aku sekarang engga papa engga masalah disini apa-apa enak, sholatnya dekat, makan tinggal makan enak disini dari pada meninggal dijalan meninggal di halaman orang lebih baik disini ajalah” (wawancara dengan mbah SR (67) pada 17 Juli 2022).

Sedangkan kedua lansia yakni mbah S (61) dan mbah SU (70) dilihat dari ungunannya, ia belum mampu menerima hidupnya sepenuhnya disebabkan luka batin di masa lalu. Hal ini diungkapkan mbah S (61) sebagai berikut:

“Sekarang ya nrima hidup di sini lebih enak kalo di rumah engga kaya gini tapi masih kadang-kadang masih inget diginiin sama menantu saya itu engga trima. (wawancara dengan mbah S pada 18 Juli 2022)”.

Hal lain diungkapkan mbah SU (70) sebagai berikut:

“Tinggal disini ada tempat yang dapat menerima kelebihan dan kekurangan mbah ya Alhamdulillah. Makan tinggal makan minum tinggal minum kalo ngga mau ya engga usah dimakan. Tapi engga pernah ada yang njenguk nok ada yang bikin ngeganjel ada yang engga. permasalahan pribadi ada permasalahan keluarga ya ada” (wawancara dengan mbah SU (70) pada 18 Juli 2022).

#### c. Emosi otentik

Emotional authenticity (Emosi Otentik) yaitu kemampuan yang dimiliki individu untuk melepaskan dari segala hal yang palsu yang menyebabkan ketidaknyamanan. Emosi otentik menjadikan seseorang tidak takut untuk meluapkan apa yang dialami pada berbagai situasi dan tidak takut mengakui perasaannya (Martin, 2003: 80). Lansia mengalami perubahan yang lebih baik setelah diberikan bimbingan agama Islam. Lansia dapat konsultasi dengan cara berbagi cerita dengan pembimbing agama Islam dan pekerja sosial mengenai permasalahannya sehingga ia terbebas dari beban emosi. Sesuai dengan ungkapan beberapa lansia, mbah SR (67) mengatakan:

“Engga ndo, mbah saiki kan mbah tinggal disini nek sedih mbah gampang nangis mata yuyu ndo”

“Seneng cerita mbah tah, kalo disini sama bu Rustinah. Ya dari pada dipendem dadane sakit” (wawancara dengan mbah SR (67) pada 18 Juli 2022).

Hal lain diungkapkan mbah K (75) sebagai berikut:

“Malu si engga, tapi nangis paling kalo sama mbah putri ajah, kalo sama pegawe disini ya paling terang-terangan kalo mbah lagi krasa gini-gini”.

“Iya cerita kadang sama pegawe disini, sama mbah putri. Namanya hidup dipanti engga mungkin ada masalah pasti ada ya diselein lah baik-baik” (wawancara dengan mbah K (75) pada 17 Juli 2022).

Hal ini disampaikan mbah MS (70) sebagai berikut:

“Ora isin, Ya arane wong, cuman ora kepimen-kepimen. biasa bae ora nangis sing kaya kae”

Artinya : Ora Isin, Ya namanya orang, tapi engga gimana-gimana. Biasa ajah engga nangis yang gitu

“Ya ari ana apa ya seneng cerita kadang kepegawene kadang ya aku karo ponakan. Nangkene pegawene apik-apik pak ustad ana apa. ora isin aku soale nang kene akeh sing kaya aku nasibe pada”

Artinya “ Iya kalo ada apa-apa ya suka cerita kadang kepewai kadang ya ke ponakan. disini pegawainya baik-baik pak ustadz juga. Engga malu aku disini banyak yang kaya saya nasibnya sama” (wawancara dengan mbah MS (70) pada 18 Juli 2022).

Sedangkan kedua lansia yakni mbah S (61) dan mbah SU (70) dilihat dari pengakuannya dalam emosi otenti belum berkembang baik meskipun telah diberikan bimbingan agama Islam. Lansia memilih menutup diri dan memendam permasalahan dan perasaan yang dialami. Sesuai dengan ungkapan Mbah S (61):

“Ya sama mbak. Apa-apa tak dirasain didalam hati ajah mbak” (wawancara dengan mbah S (61) pada 18 Juli 2022).

Senada dengan Mbah SU (70) mengungkapkan bahwa:

“Sama nok, mbah pengene diliat orang mbah itu orangnya keliatannya yang seneng-seneng ajah nok” (wawancara dengan mbah SU (70) pada 17 Juli 2022).

#### d. Emosi rekonsiliasi

Emotional Reconciliation (Emosi Rekonsiliasi) yaitu kemampuan yang dimiliki individu untuk berdamai dengan dirinya sendiri maupun orang lain dengan cara memaafkan . Rekonsiliasi pada diri seseorang dapat meningkatkan kematangan emosi (Martin, 2003: 80). Emosi rekonsiliasi lansia mengalami perubahan yang lebih baik setelah di

berikan bimbingan agama Islam. Lansia dapat memaafkan kesalahan seseorang dan dapat berdamai dengan hidupnya sehingga permasalahan dapat terselesaikan dengan baik dan terlepas dari beban emosi di masa lalu. Sesuai dengan ungkapan mbah SR (67):

Hal ini diungkapkan mbah SR (67):

“Kalo sekarang gak merasa keberatan ndo mbah udah gak papa tinggal disini mbah terima, mbah bersyukur disini gendo mbah masih ada keluarga masih untung”

“Ya maafkan namanya anak ya ndo. Kalo engga jengukin ya engga papa soalnya engga boleh pihak panti, paling kalo butuh apa-apa mbah minta nelpon sama bu Rustinah ndo”(wawancara dengan mbah SR (67) pada 18 Juli 2022).

Hal ini diungkapkan mbah K (70) sebagai berikut:

“Masalah tadi mbah udah biarkan yang udah ya gimana lagi, banyakin bersyukur intinya jadi engga iri sama yang lain”

“Ya maafkan semuanya dah. buat mbah ya sekarang sadar buat apa saling membenci ke orang lain yang pada akhirnya bikin sengsara sendiri pikirannya engga tenang, disini juga lumayan enak makan tinggal makan hidupnya udah dijamin pemerintah” (wawancara dengan mbah K (75) pada 17 Juli 2022).

Hal ini diungkapkan mbah MS (70):

“Ora saiki wes kaya biasa, nang kene kepenak, apa-apa gampang”

Artinya: “Engga sekarang seperti biasa, disini enak, apa-apa gampang”

“Saiki kie tak ampurani aku saiki wes tak ngerteni wong keadaane adoh umahe ana nang Sumatra ana nang Madura adoh daripada adoh bolak balike mending nang kene bae, kepenak nang kene mba (wawancara dengan mbah MS (70) pada 18 Juli 2022).

Artinya: “Sekarang dimaafkan aku sekarang udah mengerti orang keadaanya jauh rumahnya ada di Sumatra ada di Madura jauh daripada jauh-jauh pulange mending disini aja, eneka disini mba (wawancara dengan mbah MS (70) pada 18 Juli 2022).

Sedangkan kedua lansia yakni mbah S (61) dan mbah SU (70) dilihat dari pengakuannya, ia kesulitan memaafkan kesalahan orang dan belum mampu berdamai dengan diri sendiri sehingga permasalahan di masa lalu tidak terselesaikan dengan baik, mengalami luka batin yang mendalam. Hal ini sesuai dengan ungkapan mbah S (61) sebagai berikut:

“Mbah berate lupain mba kejadian yang mau dibacok, diusir itu”  
“Kayaknya susah, dia itu susah orangnya. Rumah-rumah saya apa-apa engga dibolehin saya sampe tidur diemperan musholah, tetangga saya pada liat itu (wawancara dengan mbah S (61) pada 18 Juli 2022)”.

Hal lain diungkapkan mbah SU sebagai berikut:  
“Sekarang si engga tapi kalo inget dulu sesek kalo inget semua yang dulu-dulu”  
“Mbah nok, selama tiga tahun disini gak ada yang ngunjungin. mbah disini gak punya saudara sama sekali, mbah sebatangkara disini jadi mbah kadang ya kalo inget dulu-dulu ya rada ngeganjal” (Wawancara dengan mbah SU (70) pada 17 Juli 2022).

Adanya bimbingan agama Islam dapat menjadikan kondisi kemampuan pengendalian emosi lebih baik dari sebelumnya sehingga ketika mengalami emosi yang tidak menyenangkan, lansia dapat mengatasinya dengan baik dan menghasilkan tindakan yang positif. Dalam hal ini, bimbingan agama Islam memiliki dampak yang positif bagi lansia dalam mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada lansia, sebagaimana Bapak Mukhlisin mengungkapkan bahwa:

“Tentunya bimbingan agama Islam itu kegiatan yang positif insyaallah bermanfaat, ada dampak positifnya. Bimbingan agama Islam yang bapak berikan tentang cerita-cerita nabi, mbah-mbah itu suka kalau diceritani kisah nabi mba, dengan cerita nabi nantinya dapat mengambil hikmah bisa mengikuti sifat-sifat mulia. Kalo punya temperamentalnya tinggi bisa belajar sabar. Sabar itu berkaitan dengan siapa yang mendidiknya. Mendidik secara agama sebagaimana kesabaran Rasulullah dan nabi terdahulu dari situ nanti bisa mengikutinya ambil hikmahnya. Perubahan mbah disini bisa dilihat semulanya tidak paham kalau perbuatan yang dilakukan itu tidak baik menjadi tau, kalau lagi ada masalah sama simbah lain engga gegabah tindakannya, kalo agak ada dikit masalah cepet

baikannya rukun kembali, kalo sementara ada yang temperamentalnya tinggi ya ada biasanya saya tuturi itu nanti nurut” (Wawancara dengan Bapak Sokhiddin pada tanggal 28 Desember 2022).

Ibu Rustinah juga mengungkapkan bahwa bimbingan agama Islam memiliki dampak positif bagi lansia bahwa lansia dapat menentukan perilaku yang tepat dalam menghadapi emosi yang tidak menyenangkan, dapat menerima masukan dari pembimbing agama Islam dan Pekerja sosial, mudah memaafkan kesalahan sesama penghuni panti sehingga memiliki hubungan yang harmonis, jika terdapat permasalahan lansia dapat berkonsultasi dengan pembimbing agama Islam atau pekerja sosial untuk membantu menemukan solusi dari permasalahan yang dialami lansia. Hal ini sesuai dengan ungkapan Ibu Rustinah sebagai berikut:

“Dampaknya bagi lansia itu positif, kebanyakan mereka yang murung itu karena perbedaan permasalahan kalau yang gelandangan itu murung terus caper terus emosinya labil gampang tersinggung belum bisa menerima disini, enakan diluar kalau disini diatur. Tapi setelah ikut bimbingan agama Islam udah mulai berubah mba ya walaupun engga semuanya ya mba ada yang butuh waktu yang lebih lama mba, perubahannya itu mbahnya jadi paham mana perbuatan yang baik mana yang engga baik, sudah bisa menerima kondisinya sekarang dipanti engga murung engga caper, nurut kalau di nasehati, cepet rukun sama teman-teman yang lain, kalau lagi ada masalah itu mau cerita ke saya mba ada yang ke pak ustadz nanti dinasehati, orang yang belum curhatkan pikirannya macem-macem. Kita ajah kalau unek-uneknya engga dikeluarkan juga mengganjal mengganggu” (Wawancara dengan Ibu Rustinah pada tanggal 28 Desember 2022).



## BAB IV

### BIMBINGAN AGAMA ISLAM DALAM MENGEMBANGKAN KEMAMPUAN PENGENDALIAN EMOSI PADA LANSIA

#### A. Analisis Kondisi Kemampuan Pengendalian Emosi di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Klampok Brebes

Kemampuan pengendalian emosi pada lansia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes dikatakan baik apabila lansia dapat merespon rangsangan emosi dengan sikap dan reaksi yang tepat. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti bahwa terdapat dua dari lima lansia yang berada di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes memiliki kemampuan pengendalian emosi yang minim, hal ini ditunjukkan dengan perilaku lansia yang sering kali lebih diam, murung dan mencari perhatian pekerja sosial di panti. Seperti diungkapkan oleh Ibu Rustinah selaku pekerja sosial di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes bahwa:

”Perilakunya itu mbahnya lebih diam kalo lagi murung, terus pengen diperhatikan sama kami misalnya mbahnya itu meletakan yang tidak sesuai pada tempatnya kaya makai muknah yang dipake bawahannya ajah, padahal udah dikasih dijelaskan tapi tetap saja. Kembali lagi seperti anak kecil, capernya kaya gitu” (Wawancara dengan Ibu Rustinah pada 17 Juli 2022).

Emosi yang tidak menyenangkan muncul ketika lansia mengingat keluarganya yang tidak kunjung menemuinya dan tidak ada kabar yang diterima sehingga lansia timbul perilaku murung. Sebagaimana dikatakan ibu Rustinah sebagai berikut:

“Emosi negatif itu kadang suka mengingat keluarganya pengen dijenguk sama anaknya, disini ada yang ditelantarkan anaknya, ada yang gak punya keluarga, ada yang engga mampu secara ekonomi, terus keinget memori yang dulu-dulu nostalgia masa lalu gini hidup enak sekarang disini terus nanti murung”(Wawancara dengan Ibu Rustinah 17 Juli 2022).

Menurut antoni dio martin (2003: 88) mengungkapkan bahwa aspek pengendalian emosi terdiri dari *emotional knowledge*, *emotional spirituality*, *emotional authenticity*, dan *emotional reconciliation*. Kondisi kemampuan pengendalian emosi pada lansia dapat diketahui sebagai berikut:

a. *Emotional Knowledge* (Pengetahuan Emosi)

Emotional Knowledge (Pengetahuan Emosi) yaitu kemampuan yang dimiliki individu untuk memahami secara mendalam tentang emosi yang dirasakan dalam berbagai macam situasi. Pemahaman tentang emosi yang benar, penting bagi individu untuk membantu menentukan sikap dan respon emosi secara tepat (Martin, 2003: 76-77).

Teori diatas dapat dikatakan bahwa lansia memiliki pengetahuan yang kurang baik. Dalam menyelesaikan masalah dan menghadapi emosi yang tidak menyenangkan dengan tindakanyang cenderung negatif. Hal ini sesuai dengan ungkapan mbah S (61) pada dasarnya memahami jenis emosi dan penyebab timbulnya emosi tetapi dalam menghadapi emosi yang tidak menyenangkan diselesaikan dengan perselisihan (Wawancara dengan mbah S (61) pada 17 Juli 2022). Mbah K (75) juga mengungkapkan bahwa dalam menghadapi permasalahan dan emosi yang tidak menyenangkan dengan rasa iri terhadap kehidupan orang lain (Wawancara dengan mbah K (75) pada 17 Juli 2022). Selain itu, mbah SU (70) juga mengungkapkan bahwa ia memilih pergi dari umah untuk menyelesaikan masalah dan perasaan yang dialaminya (Wawancara dengan mbah SU (75) pada 17 Juli 2022). Sedangkan mbah SR (67) dan mbah MS (70) kesulitan menentukan perilaku dalam menghadapi permasalahan dan perasaan yang tidak menyenangkan (Wawancara dengan mbah SR (75) dan mbah MS (70) pada 18 Juli 2022).

Pengetahuan emosi yang kurang pada lansia menyebabkan tindakan lansia digerakkan oleh naluri dan egonya sehingga timbul perilaku yang negatif. Hal ini dikuatkan pendapat menurut Martin (2003: 81) mengatakan bahwa individu yang tidak memiliki emosi spiritual maka emosi akan dijalankan oleh naluri dan kebutuhan yang egois. Apabila pengetahuan emosi diimbangi dengan spiritual maka tidak akan timbul perilaku yang negatif seperti perselisihan, iri, pergi dari rumah dan kesulitan menentukan tindakan yang tepat. Spiritual membantu lansia menemukan tindakan yang lebih bermakna, tanpa adanya spiritual lansia akan mudah terbawa emosi yang dialami dan membawa tindakan kearah cenderung negatif. Hal ini dikuatkan pendapat Martin (2003: 115) bahwa kecerdasan emosional berkaitan erat dengan kecerdasan spiritual, tanpa adanya kecerdasan spiritual dalam perkembangan kecerdasan emosional seseorang menjadi kekuatan yang jahat dan penuh dengan kepura-puraan, sikap dan perilaku yang baik yang ditunjukkan untuk alasan tertentu.

Dengan spiritual akan membantu lansia untuk menemukan bagaimana menghadapi persoalan hidup lebih bermakna, jika lansia memiliki spiritual yang kurang baik maka timbullah perilaku yang tidak tepat. Hal ini juga dikuatkan oleh pendapat Zohar dan Ian Marshal (2003:4). Kecerdasan spiritual membantu seseorang untuk menghadapi masalah dan mampu menyelesaikan masalah dengan menempatkan sikap dan tindakan yang sesuai dan lebih bermakna.

b. Emosi Spiritual

Emotional Spirituality (Spiritual Emosi) yaitu emosi yang berkembang pada diri individu berkaitan dengan nilai-nilai spiritual. Jika spiritual emosi dapat terwujud sikap dan perilaku yang baik seperti cinta kasih, kemurahan hati, dan rasa syukur. Adapun sikap dan perilaku yang berlawanan dengan nilai-nilai

keutamaan dalam spiritual emosi seperti takut, egois dan serakah. (Martin, 2003: 116).

Teori diatas dapat dikatakan bahwa lansia memiliki gangguan emosi spiritual yang seperti ketakutan akan penolakan terhadap keluarganya dan ketakutan akan tidak terpenuhi kebutuhan hidupnya dan timbul perilaku yang tidak tepat seperti perselisihan, pergi dari rumah dan iri. Sesuai dengan ungkapan mbah SR (67) mengatakan bahwa ia merasa takut mendapatkan penolakan disebabkan satu anaknya yang satu bukan dan mengaku belum mampu menerima perubahan kondisi hidupnya (Wawancara dengan mbah SR (67) pada 18 Juli 2022). Mbah K (70) bahwa ia takut akan penolakan terhadap keluarganya, mengingat ia tidak memiliki istri dan anaknya, dan belum menerima kehidupan yang dijalannya sehingga ia iri terhadap kehidupan orang lain (Wawancara dengan mbah K (75) pada 18 Juli 2022). Mbah S (61) juga memiliki gangguan emosi spiritual seperti takut akan penolakan disebabkan dipaksa pergi oleh menantunya dan sulit menerima perubahan hidupnya (Wawancara dengan mbah S (61) pada 17 Juli 2022). Senada dengan mbah SU (70) bahwa ia ketakutan akan penolakan pada keluarganya dan takut akan tidak terpenuhi kebutuhan hidupnya sehingga memilih pergi dari rumah dan meninggalkan keluarganya dan belum menerima hidupnya (Wawancara dengan mbah SU (70) pada 17 Juli 2022). Dan mbah MS (70) yang memiliki gangguan emosi spiritual yang seperti ketakutan akan penolakan terhadap keluarganya dan ia membutuhkan waktu untuk menerima kondisi hidupnya (Wawancara dengan mbah MS (70) pada 18 Juli 2022).

Kurangnya kecerdasan spiritual pada lansia menyebabkan lansia tidak mampu untuk mengambil hikmah dari setiap kejadian yang dialami sehingga lansia tidak bijak dalam menyikapi permasalahan dan tidak dapat menyesuaikan diri terhadap

perubahan kondisi kehidupan yang semula tentram menjadi menderita sehingga lansia belum mampu menerima kondisi yang telah dialami. Hal ini dapat ditunjukkan bahwa ketika lansia mendapat permasalahan, lansia tidak dapat menyelesaikan permasalahan secara bijak dan tidak memiliki solusi terbaik bagi dirinya maupun orang lain. Ketidakadanya solusi terbaik untuk dirinya maupun orang lain membuat permasalahan yang dialami lansia semakin sulit untuk diselesaikan sehingga permasalahan semakin panjang dan rumit oleh sebab itu, munculnya perselisihan dan pertikaian dalam keluarga lansia. Menurut Zohar dan Ian Marshall (2000:14) menyebutkan bahwa indikator bagi seseorang yang memiliki kecerdasan spiritual yang baik dapat dilihat dari sikapnya yang mudah menyesuaikan diri terhadap segala perubahan, individu mampu menghadapi dan mengambil hikmah dari hal kemalangan, dan individu mampu untuk menghadapi dan melewati rasa sakit.

Perubahan kondisi lansia yang disebabkan karena kurangnya dukungan yakni dukungan keluarga seperti keluarga yang tidak menginginkan keberadaan lansia, keluarga yang terlalu sibuk dengan urusan masing-masing, kurangnya perhatian pada lansia dan keterbatasan secara ekonomi menjadi salah satu penyebab lansia gangguan pengendalian emosi seperti mudah sedih, lebih sensitif dan mudah marah. Hal ini didukung oleh pendapat Dian Hardianti (2020: 144) mengungkapkan Ditinjau dari segi kejiwaan bahwa lansia yang memiliki kecenderungan untuk berpikiran yang sensitif, mudah tersinggung, mudah merasa cemas disebabkan lansia mengalami penurunan secara mental namun apabila lansia mendapat memberikan dukungan maka akan membantu lansia dalam menjalani hari-hari dengan baik dan terjaga kesehatan mental dengan baik.

c. Emosi Otentik

Emosi Otentik merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk melepaskan dari segala hal yang palsu yang menyebabkan ketidaknyamanan. Emosi otentik menjadikan seseorang tidak takut untuk meluapkan apa yang dialami pada berbagai situasi dan tidak takut mengakui perasaannya (Martin, 2003: 80). Teori tersebut dapat dikatakan bahwa lansia memiliki emosi otentik yang kurang baik. Lansia malu mengakui perasaannya dan memilih memendam peristiwa dan perasaan yang telah dialami. Sesuai dengan ungkapan mbah SR (67) bahwa ia malu mengakui perasaannya dihadapan orang lain dan memilih menyimpan permasalahan dan perasaannya sendirian (Wawancara dengan mbah SR (67) pada 18 Juli 2022). Mbah K (75) mengungkapkan bahwa ia tidak memiliki keluarga inti jadi ia memilih menyimpan permasalahan dan perasaan yang dialaminya sendirian (Wawancara dengan mbah K (75) pada 17 Juli 2022). Mbah S (70) juga mengatakan bahwa ia malu dan tidak ingin mengungkapkan perasaan sedih dan marah kepada orang lain setelah terjadi peristiwa dipaksa keluar dari rumah (Wawancara dengan mbah S (61) pada 17 Juli 2022). Lain halnya dengan mbah SU (70) mengatakan bahwa ia tidak mengingankan mengungkapkan permasalahan dan perasaan yang dialaminya disebabkan ia menganggap orang lain belum tentu mau memperdulikannya dan ingin terlihat tegar dihadapan orang lain (Wawancara dengan mbah SU (70) pada 17 Juli 2022). Mbah MS mengatakan bahwa ia malu jika mengatakan perasaan sedihnya dan memilih memendam perasaannya (Wawancara dengan mbah MS (70) pada 17 Juli 2022).

Kondisi lansia yang suka menutupi permasalahan dan perasaan yang dialami dan malu mengakui perasaannya disebabkan oleh pemahaman emosi yang tidak dilandasi dengan spiritual

dalam diri lansia yang menimbulkan ketidak jujurannya lansia terhadap permasalahan dan emosi yang telah dialami sehingga ia takut dan malu mengakui perasaan yang dialami serta tidak dapat mengungkapkan peristiwa yang telah dialami. Pribadi yang penuh dengan kepura-puraan tersebut, menjadikan lansia tidak dapat belajar terhadap permasalahan dan perasaan yang dialami sehingga permasalahan dan perasaannya semakin rumit untuk diselesaikan maka mulailah lansia menunjukkan perilaku yang suka berpura-pura terhadap apa yang dialami sehingga ia akan mengalami kesulitan untuk berdamai dengan dirinya sendiri dan orang lain. Hal ini dikuatkan pendapat Martin (2003:83) bahwa emosi spiritual seseorang akan menumbuhkan pribadi yang penuh dengan kejujuran dan otentik. Individu yang tidak memiliki emosi spiritual yang baik maka emosinya digerakan oleh naluri dan egonya sehingga kehidupan seseorang menjadi terpuruk yang membuat perasaan seseorang menjadi rumit, disebabkan pemahaman yang dimiliki tidak cukup membantu dirinya menyelesaikan permasalahan kemudian seseorang mulai berpura-pura dan memanipulasi diri maupun orang lain.

d. Emosi Rekonsiliasi

Emosi rekonsiliasi merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang untuk memaafkan kesalahan orang lain maupun diri sendiri sehingga individu mampu saling berdamai. Memaafkan orang yang telah menyakiti hati seseorang bukan hal yang mudah dan memungkinkan seseorang untuk belajar memaafkan kesalahan orang lain (Martin, 2003: 80). Menurut Martin (2003:166) menyebutkan bahwa pertumbuhan emosi diawali dengan cara memaafkan diri sendiri maupun orang lain dan menyadari bahwa peristiwa di masalah telah terjadi serta seseorang perlu membiarkan peristiwa tersebut menjadi berlalu.

Teori diatas dapat dikatakan bahwa lansia memiliki emosi rekonsiliasi yang kurang baik. Lansia belum mampu memaafkan kesalahan orang lain dan kesulitan berdamai dengan diri sendiri sehingga ia tidak dapat menyelesaikan masalah dengan baik. Lansia malu mengakui perasaannya dan memilih memendam peristiwa dan perasaan yang telah dialami. Sesuai dengan ungkapan mbah SR (67) bahwa ia masih membutuhkan waktu untuk memaafkan dan menganggap berat terhadap permasalahan yang dihadapinya disebabkan serta mengambil keputusan (Wawancara dengan mbah SR (67) pada 18 Juli 2022). Mbah K (75) mengungkapkan bahwa ia belum memaafkan kesalahan orang lain dan sulit berdamai dengan diri sendiri karena ia menginginkan hidup seperti orang lain yang penuh dengan perhatian dan kasih sayang dari keluarga (Wawancara dengan mbah K (75) pada 17 Juli 2022). Mbah S (70) juga mengatakan bahwa ia sangat sulit memaafkan orang lain, mengalami luka batin yang sangat dalam disebabkan peristiwa di masa lalu dan sulit berdamai dengan diri sendiri sehingga masalah tidak terselesaikan dengan baik serta tidak terlepas dari masa lalu tentang peristiwa dan perasaan yang dialami (Wawancara dengan mbah S (61) pada 17 Juli 2022). Lain halnya dengan mbah SU (70) mengatakan bahwa tidak semua hal bisa dimaafkan, ia masih belum mampu memaafkan kekalahan orang lain dan sulit berdamai dengan diri sendiri sehingga masalah tidak terselesaikan dengan baik, mengalami luka batin, terbebas dari permasalahan di masa lalu (Wawancara dengan mbah SU (70) pada 17 Juli 2022). Mbah MS mengatakan bahwa ia masih kesulitan memaafkan kesalahan orang lain dan sulitnya berdamai dengan diri sendiri (Wawancara dengan mbah MS (70) pada 17 Juli 2022).



Bedasarkan pendapat tersebut, sesuai dengan data lapangan bahwa lansia sebelum tinggal di rumah di pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes mengalami kesulitan untuk memaafkan orang lain dan merasa tertekan atau terbebani masalah yang dimilikinya. Sulitnya berdamai dengan diri sendiri maupun orang lain menjadi akar permasalahan yang menimbulkan kesedihan, kemarahan, sakit hati yang terlalu yang berpotensi lansia mengalami beban emosi sehingga rekonsiliasi tidak dapat berkembang dengan baik.

Seseorang dikatakan rekonsiliasinya baik apabila seseorang mampu berdamai dengan diri sendiri maupun orang lain serta melepaskan pengalaman emosi yang tidak menyenangkan. Berdamai dengan diri sendiri dapat diperoleh dari kemampuannya untuk membebaskan diri dari perasaan atau permasalahan yang menekan dirinya maka dari situlah seseorang dapat memaafkan diri sendiri dan berdamai dengan orang lain dapat diperoleh dari kemampuan lansia untuk memaafkan kesalahan yang diperbuat orang lain kepadanya. Ketidak mampuan lansia untuk berdamai dengan diri sendiri maupun orang lain berpotensi luka batin yang lebih lama sehingga dapat menimbulkan pikiran negatif dan tidak mendapat kebahagiaan dalam hidupnya. Hal ini sesuai dengan pendapat Zaprul Khan (2016: 192) kurangnya kemampuan untuk memaafkan orang lain dapat menyebabkan lansia memiliki luka batin yang lebih lama. Dengan memaafkan kesalahan orang lain maka seseorang akan mendapatkan kedamaian batin, menjadi pribadi yang lebih sehat, menjalani hidup dengan bahagia, dan menambah panjangnya umur sedangkan seseorang yang tidak mampu memaafkan orang lain atau memendam kemarahan, kebencian, dan dendam maka seseorang dapat menyimpan kebencian akan menyebabkan kegelisahan, berpikir negatif, tidak produktif, penyakit jantung dan memperpendek umur seseorang.

Bedasarkan data yang diperoleh bahwa kondisi lansia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes Fenomena yang dialami lansia dalam perspektif psikologi bahwa emosi yang timbul disebabkan adanya rangsangan yang berasal dari luar maupun dalam diri individu. Rangsangan yang berasal dari diri individu seperti keadaan fisik dan psikologis individu sedangkan rangsangan yang berasal dari luar individu seperti lingkungan keluarga, lingkungan sekolah (Ulya dkk., 2018: 165).

Kondisi kemampuan pengendalian emosi pada lansia sangat berbeda dan beragam, faktor yang mempengaruhi dalam kemampuan pengendalian emosi seperti:

1. Usia

Lansia di rumah pelayanan sosial lanjut usia yang dijadikan sumber data oleh peneliti rentang usia 60-75 tahun yang berasal dari latar belakang yang beragam dan karakter yang berbeda. Usia yang dimiliki lansia turut mempengaruhi perkembangan kematangan emosi. Semakin bertambahnya umur maka seseorang mengalami perubahan yang disebabkan penuaan sehingga terdapat perubahan secara fisik dan mental lansia. Dibuktikan dengan fakta lapangan sebelum lansia tinggal di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes menunjukkan penurunan secara mental yaitu kesulitan mengendalikan emosi sehingga muncul perilaku dan sikap yang tidak tepat seperti: perselisihan, pergi dari rumah dan iri.

Lansia memiliki pengendalian emosi yang berbeda dan beragam yang disebabkan adanya perbedaan proses penuaan yang dialami lansia yang berbeda-beda. Hal ini didukung pendapat Moloney dalam Ricard (2021: 96) mengatakan bahwa usia yang semakin bertambah menyebabkan penurunan hormonal sehingga lansia mengalami kemunduran pada kondisi emosionalnya. Hal ini juga dikuatkan oleh pendapat Rusma dalam Siti Utami Dewi., dkk (2022: 29) bahwa gangguan emosi pada lansia merupakan masalah yang dialami lansia

untuk mengendalikan emosi yang dapat memicu ketidakstabilan hormonal dan memicu ketegangan psikis.

## 2. Jenis kelamin

Lansia di rumah pelayanan sosial lanjut usia yang dijadikan sumber data oleh peneliti terdiri dari dua lansia berjenis kelamin perempuan dan tiga lansia berjenis kelamin laki-laki. Jenis kelamin lansia turut serta mempengaruhi kemampuan pengendalian emosi. Dalam mengekspresikan emosi perempuan lebih terlihat dibanding laki-laki. Dibuktikan di lapangan bahwa saat lansia diwawancarai, lansia yang berjenis kelamin perempuan lebih ekspresif dibanding lansia yang berjenis kelamin laki-laki. Saat menghadapi emosi, lansia dapat mengakui perasaannya dan dapat mengekspresikan emosi yang dirasakan, terlihat menangis saat bercerita dan mata yang berkaca-kaca seperti mbah SR, mbah SU. Meskipun pada kenyataannya mbah SU mengaku tidak menginginkan orang lain mengetahui kesedihannya namun saat bercerita justru terlihat menunjukkan mata yang berkaca-kaca. Sedangkan lansia yang berjenis kelamin laki-laki saat diwawancarai terlihat tidak seperti lansia yang berjenis kelamin perempuan, hanya saja beberapa lansia dapat mengakui perasaan dan kejadian dihadapan orang lain. Hal ini sesuai dengan pendapat Eti Nuryanti (2014: 30) mengatakan bahwa wanita memiliki emosional yang lebih ekspresif dibanding dengan pria. Perbedaan emosi wanita dipengaruhi oleh lingkungan bahwa laki-laki sejak kecil tidak diharapkan untuk mudah menangis sedangkan wanita dianggap wajar oleh orang tua atau lingkungannya, selain itu emosional wanita juga dapat dipengaruhi oleh sistem hormone. Hal tersebut bukan berarti pria tidak memiliki emosi melainkan memiliki perbedaan cara untuk mengekspresikan emosi.

## 3. Kognitif

Semakin bertambahnya usia seseorang maka akan mengalami perubahan secara fisik dan mental. Lansia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes yang mengalami gangguan emosi dapat

disebabkan adanya perubahan fungsi kognitif. Dibuktikan dengan fakta lapangan bahwa kemampuan pengendalian emosi pada lansia dilihat dari cara lansia mengatasi permasalahan secara tepat. Lansia yang memiliki fungsi kognitif yang baik maka dapat berpikir secara rasional terhadap permasalahan seperti: berbagi cerita, mencari kesibukan, menenangkan diri dengan cara berdzikir dan dapat mengatasi permasalahannya secara mandiri. Selain itu juga terdapat lansia yang mengalami penurunan kognitif maka lansia hanya mengalihkan emosi negatif tanpa menyelesaikan permasalahannya secara tuntas sehingga timbul pikiran negatif, bersifat kekanakan, kesulitan menentukan tindakan yang tepat dan hati yang tidak tenang disebabkan luka batin yang belum sembuh.

Penurunan kognitif pada lansia menyebabkan lansia tidak dapat berpikir secara jernih dalam mengambil tindakan yang tepat sehingga tidak jarang lansia mengalami permasalahan dalam kemampuan pengendalian emosi. Hal ini didukung pendapat Menurut Keliat dalam Mia Fatma Ekasari., dkk (2018: 45) bahwa kognitif merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang untuk berpikir dan memberi hal yang logis seperti proses mengingat sesuatu, orientasi, persepsi dan memperhatikan. Tingkat keberfungsian kognitif pada lansia mempengaruhi proses menerima dan mengorganisasikan dan menginterpretasikan sensor stimulus sehingga lansia dapat melakukan proses berfikir dan mencari solusi dalam menghadapi permasalahan.

#### 4. Lingkungan

Lansia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes memiliki latar belakang yang berbeda-beda seperti dari hasil penjarangan atau terlantar, dititipkan keluarganya, keinginan sendiri. Dari lima lansia terdapat tiga lansia masuk rumah pelayanan sosial lanjut usia atas dasar kemauan sendiri dan dua lansia yang diterlantarkan. Lansia yang terlantar yaitu lansia yang tidak memiliki anak dan mempunyai anak namun tetapi tidak mau mengurusinya. Dari data yang diperoleh bahwa

lansia yang terlantar memiliki kemampuan pengendalian emosi yang kurang baik disebabkan lansia tidak mendapat dukungan dari lingkungan keluarga sehingga lansia memiliki masalah pengendalian emosi. Hal ini ditunjukkan bahwa lansia yang ditelantarkan memiliki luka batin yang mendalam, kesulitan memaafkan, sikap yang kurang sesuai dalam menghadapi emosi negatif sehingga sering kali terlihat lansia murung, mudah sensitif perasaannya. Ditinjau dari segi kejiwaan bahwa lansia yang memiliki kecenderungan untuk berpikiran yang sensitif, mudah tersinggung, mudah merasa cemas disebabkan lansia mengalami penurunan secara mental namun apabila lansia mendapat memberikan dukungan maka akan membantu lansia dalam menjalani hari-hari dengan baik dan terjaga kesehatan mental dengan baik (Hardianti., dkk: 2020: 144).

Berbagai macam faktor kemampuan pengendalian emosi pada lansia yang telah disebutkan peneliti, didukung oleh pendapat Ibu Rustinah selaku pekerja sosial di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes sebagai berikut:

“Karena perbedaan permasalahan, kalau yang gelandangan itu murung terus caper emosinya negatif karena merasa enakan diluar dan ada yang karena dianter keluarga, ada yang ditelantarkan anaknya, disini macam-macam itu ada yang karena ekonomi. Kebanyakan disini yang ditelantarkan itu karena ketidak harmonisan keluarga akhirnya ditelantarkan. Terus kalau karena faktor usia mba, namanya sudah mengalami penuaan jadi ada perbedaan, simbahnya itu sudah kaya anak kecil mba, ada yang udah pikun. Biasanya kalo lagi ada masalah keliatan mbak, menyendiri, murung, kalo engga ya caper” (wawancara dengan Ibu Rustinah pada 17 Juni 2022).

Masalah yang dihadapi perkembangan emosional pada lansia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes yaitu keinginan yang kuat untuk bersama keluarga sehingga peranan keluarga sangat berpengaruh dalam mencapai tugas perkembangan lansia. Lansia yang berada di rumah pelayanan sosial lanjut usia berasal dari berbagai latar belakang yang

berbeda, mereka berasal dari telantar di jalanan, keluarga yang terlalu sibuk, kesulitan ekonomi, dan tidak memiliki keluarga inti serta mereka memiliki permasalahan keluarga yang bermacam-macam yang membuat lansia mengalami permasalahan pengendalian emosi seperti mudah sedih dan mudah marah. Sesuai dengan pendapat Yanik Muyassaroh.,dkk (2022: 134) mengungkapkan bahwa permasalahan yang berhubungan dengan perkembangan emosional pada lansia disebabkan mereka menginginkan kebersamaan keluarga yang sangat kuat, permasalahan lain yaitu lansia mudah marah terhadap sesuatu yang tidak sesuai dengan keinginannya dan lansia mudah stress disebabkan ekonomi yang tidak memenuhi kebutuhannya. Permasalahan tersebut merupakan fase yang dialami oleh orang yang berusia 60 tahun keatas.

Teori Erikson dalam Yanik Muyassaroh.,dkk (2022: 134) pada buku “Psikologi Perkembangan“ menyatakan bahwa psikologi perkembangan lansia terdapat fase integritas vs despair atau integritas vs keputusasaan. Lansia yang mampu mencapai integritas maka lansia dapat mencegah dari keputusasaan dan kekecewaan. Fase integritas merupakan fase yang tidak mudah dilalui oleh lansia dalam mencapai tugas perkembangannya dikarenakan lansia yang berada dilingkungan yang kurang mendukung maka lansia akan merasa terasingkan, lansia memiliki stigma negatif di masyarakat bahwa lansia sudah tidak mampu melakukan kegiatan apapun atau sudah tidak berguna. Ketidakmampuan mencapai integritas menjadikan lansia tidak dapat menerima hidup yang telah dilaluinya sehingga timbul rasa kecemasan. Sesuai dengan kondisi di lapangan bahwa sebelum tinggal di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes, dilihat dari latar belakang dari permasalahan yang dimilikinya terlihat lansia kurang mendapat dukungan keluarga dan lansia merasa diasingkan dari keluarganya sehingga lansia kerap kali timbul emosi yang tidak menyenangkan serta ketidakmampuan lansia untuk mengatasinya

menjadikan berbagai permasalahan psikologis seperti permasalahan kemampuan pengendalian emosi.

Ketidakmampuan lansia untuk mengendalikan emosi pada lansia dalam pandangan Islam disebabkan lansia mengikuti semua hawa nafsu yang memiliki kecenderungan berdampak negatif pada diri sendiri maupun orang lain. Namun pada dasarnya nafsu pada dasarnya merupakan fitrah manusia selama tidak menentang perintah Allah SWT dan Rasul-Nya. Jika lansia tidak mampu mengendalikan emosi maka seseorang akan melakukan segala tindakannya hanya bersandar pada hawa nafsunya yang cenderung negatif yang dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain.

Pada dasarnya kepribadian manusia dalam pandangan Islam terdiri dari qalbu, akal dan nafs yang dapat mengarahkan perbuatan manusia. Qalbu merupakan potensi fitrah manusia yang membentuk kesadaran daya emosi (rasa) dan moral. Akal merupakan potensi fitrah manusia yang membentuk kesadaran daya kognisi atau berfikir sedangkan nafs atau nafsu merupakan potensi fitrah manusia yang memiliki daya konasi atau kecenderungan untuk melakukan sesuatu secara positif maupun negatif. Seseorang yang memiliki dorongan bawah sadar yang didominasi oleh nafsu maka seseorang hanya mengejar, memuaskan dan mengumbar ransangan nafsunya tetapi jika seseorang dapat menggunakan qalbu dan akal dengan baik maka nafsu yang dimilikinya dapat terkendali (Diana: 2015: 42).

Pemasalahan pada lansia dicegah dan di atasi dengan menggunakan bimbingan dan konseling melalui pendekatan agama. Bimbingan dan konseling melalui pendekatan agama untuk meyakinkan seseorang sebagai hamba Allah, mendorong dan membantu seseorang untuk memahami dan mengamalkan ajaran dengan benar, mendorong dan memahami individu dan mengamalkan Iman, Islam dan Ikhsan (Sutoyo: 2013: 214). Bimbingan dan konseling melalui pendekatan agama. untuk memberikan bantuan mental dan spiritual pada lansia. Bimbingan Konseling dengan pendekatan

agama yang diberikan pembimbing agama Islam kepada lansia untuk memberikan pemahaman dan dorongan kepada lansia untuk mengatasi suatu permasalahan dengan menerapkan nilai-nilai ajaran agama Islam. Jenis dalam Bimbingan dan konseling melalui pendekatan agama yaitu seperti ceramah, sholat dan dzikir.

Pelaksanaan bimbingan agama Islam merupakan bentuk kegiatan Dakwah irsyad, dimana pembimbing agama Islam di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes tidak berhenti untuk menyadarkan lansia bahwasanya melakukan tindakan yang bersandar pada emosi negatif akan merugikan dirinya sendiri maupun orang lain. Oleh karena itu lansia perlu menahan diri dari hawa nafsu yang dapat mengarahkan pikiran, hati maupun tindakan yang keliru dengan cara bersabar. Situasi dan kondisi sesulit apapun yang dialami individu yang memiliki kesabaran maka menghindarkan diri dari penilaian subjektif yang dipengaruhi oleh emosi dan berfikiran positif terhadap permasalahan yang dialaminya sehingga dapat dapat berfikir secara jernih dan penuh kehati-hatian dalam mengambil keputusan secara bijak (Ernadewita, 2019: 59). Sebagaimana dalam Q.S Al Baqarah: 153:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

Artinya:" Hai orang-orang yang beriman, jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah bersama orang-orang yang bersabar (Q.S Al-Baqarah: 153).

Ayat tersebut menjelaskan bahwa Allah SWT memberikan petunjuk kepada orang yang beriman dalam menghadapi dinamika kehidupan. Segala peristiwa atau kejadian yang terjadi diluar kendali dan kemampuan manusia maka Allah SWT memberikan pertolongan bagi orang yang beriman untuk memilih jalan dengan bersabar dan sholat. (Sha'rawi, 2006: 18). Kesabaran memuat berbagai hal seperti ejekan, godaan, sabar menghadapi musibah, sabar menghadapi kesulitan hidup, sabar dalam menegakkan hukum dan keadilan. Jika seseorang



menginginkan keberhasilan dalam menghadapi kesulitan hidup maka hendaknya dalam segala kegiatan harus melibatkan Allah dalam setiap langkahnya (Sanusi, 2006: 5).

Pembimbing agama Islam di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes dalam menyadarkan lansia tanpa adanya paksaan agar tidak timbul permasalahan baru bagi lansia. Pembimbing agama Islam memberikan pemahaman tentang menahan diri dari keinginan untuk berbuat sesuatu yang bersandar pada hawa nafsu yang nantinya dapat akan merugikan diri sendiri dan orang lain serta memberikan motivasi agar lansia memiliki ketangguhan untuk menghadapi ujian hidup. Pemahaman yang diberikan kepada lansia bersandar pada ayat suci Al-Qur'an dan hadist dengan menggunakan bahasa yang dapat dimengerti seluruh lansia, mengingat bahwa lansia yang tinggal di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes berasal dari berbagai macam daerah dan suku yang berbeda. Nasehat dan ajakan lansia untuk bersabar yang dilakukan pembimbing agama Islam merupakan upaya dari pembimbing agama agar lansia mampu mengendalikan emosi secara tepat.

## **B. Analisis bimbingan agama Islam dalam mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada lanjut usia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes**

Bimbingan agama Islam merupakan bimbingan agama Islam adalah suatu proses pemberian pertolongan pada individu atau kelompok secara berkelanjutan, sistematis untuk mengembangkan potensi keagamaan sesuai dengan fitrahnya individu dalam menyelesaikan masalah sesuai dengan nilai-nilai yang diajarkan dalam Al-Qur'an dan Hadist Nabi.

Hasil wawancara dan observasi peneliti berupa pelaksanaan bimbingan agama Islam bagi lansia berdasarkan menurut penuturan Bapak Bapak Sokhidin selaku pembimbing agama Islam kedua sebagai berikut:

“Adanya bimbingan agama ini supaya lansia disini punya ilmu pengetahuan tentang agama Islam. Biar bisa mendekatkan diri pada Allah, kalo ada masalah larinya ke Allah, minta petunjuk pada Allah.

Bimbingan agama harapannya bisa diterapkan di kehidupan sehari-hari. Bapak sampaikan disini rutin setiap hari kamis kalo saya mbak. Memang sudah program dari sini, nanti dibantu sama pegawai disini buat ngingetin mbah-mbah disini ikut kegiatan” (wawancara dengan Bapak Sokhiddin pada 21 Juni 2022).

Hal ini serupa dengan Mukhlisin selaku pembimbing agama Islam sebagai berikut:

“Bimbingan agama ini bapak sampaikan nantinya memiliki wawasan agama yang luas kemudian bisa diterapkan, memenuhi kewajibannya misalnya sholat, puasa, perilakunya baik intinya ada perubahan yang lebih baik (wawancara dengan Bapak Mukhlisin pada 21 Juli 2022).

Bimbingan agama Islam di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes dilakukan secara rutin di hari selasa dan kamis. Hal ini dituturkan Ibu Rustninah selaku pekerja sosial di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes sebagai berikut:

“Untuk bimbingan keagamaan, pak ustadz Mukhlisin hari selasa dan hari kamisnya pak ustadz Drs. Sokhidin. untuk hari selasa pukul 09.00 s/d 10.00 dan hari kamis pukul 08.00 s/d 09.00 WIB” (wawancara dengan Ibu Rustinah pada 17 Juli 2022).

Bedasarkan penuturan diatas bahwa bimbingan agama Islam di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes dilaksanakan secara sistematis, secara teratur hari atau waktu pelaksanaannya. Bimbingan agama Islam dilaksanakan agar lansia mendapatkan pengetahuan agama dan dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari sehingga lansia dapat menyelesaikan permasalahan secara tepat sesuai dengan ajaran agama Islam. Didukung oleh pendapat Samsul Munir Amin (2013: 23) bimbingan agama Islam adalah suatu proses pemberian pertolongan secara terarah, berkelanjutan dan sistematis pada setiap individu untuk mengembangkan potensi-potensi keagamaan yang dimilikinya secara optimal dengan cara dirinya menghayati nilai-nilai yang diajarkan dalam Al-Qur’an dan Hadits Nabi sehingga hidup dengan selaras sesuai dengan nilai-nilai Al-Qur’an dan Hadits nabi.

Di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok ini lima fungsi dalam melaksanakan bimbingan agama Islam, fungsi tersebut dijalankan dengan

baik oleh pembimbing agama Islam, hal ini sesuai dengan pemaparan Bapak Sokhidin sebagai berikut:

“Fungsinya bimbingan agama Islam disini itu memberikan ilmu pengetahuan agama karenakan setiap mbah disini beda-beda pengetahuan agamanya jadi ilmu agama itu penting sekali nantinya bisa dipraktekan langsung. Bimbingan agama juga untuk menasehati mbah disini juga, kalo ada apa-apa tentang ibadah tentang masalah hidup ya kadang kesaya minta nasehat gimana baiknya, biasanya saya kasih motivasi supaya tetap semangat menjalani hidup di masa tua mba” (wawancara dengan Bapak Sokhidin pada 21 Juli 2022).

Hal ini juga diungkapkan Bapak Mukhlisin selaku pembimbing agama Islam sebagai berikut:

“Fungsinya itu sebagai petuah, namanya hidup dipanti ya mbak banyak dari luar engga kenal awalnya ya saling mengingatkan kalo ada yang keliru ya dituturi ya dengan cara yang baik jangan sampai malah nambah masalah lagi kan rewed ya mba. Pokoke dituturi, dikasih solusi” (wawancara dengan Bapak Mukhlisin pada 21 Juli 2022).

Pemaparan pembimbing agama Islam merujuk pada teori Masdudi (2015: 137) yang menyatakan bahwa bimbingan agama memiliki lima fungsi utama yang diterapkan oleh pembimbing agama yaitu:

- a. Fungsi *preventif* yaitu pembimbing agama Islam memiliki peran sebagai fasilitator yang memberikan pemahaman kepada lansia terhadap hal-hal yang dapat memicu emosi yang tidak menyenangkan dan motivasi hidup agar terhindar dari permasalahan. Contohnya banyak lansia yang tidak mendapatkan dukungan keluarga maka pembimbing agama Islam dapat menyampaikan pemahaman yang tepat agar lansia menghindarkan diri dari hal-hal yang dapat memicu pikiran negatif dan emosi yang tidak menyenangkan serta memberikan motivasi hidup pada lansia.
- b. Fungsi *kuratif* yaitu pembimbing agama Islam memiliki peran untuk membantu mencari jalan keluar dari permasalahannya. Pembimbing agama Islam memberikan bantuan berupa nasehat-nasehat sebagai solusi untuk pemecahan masalah. Pembimbing agama Islam perlu memastikan lansia dapat memahami nasehat yang disampaikan sehingga nasehat

tersebut sebagai bahan pertimbangan lansia dalam menentukan tindakan dalam menghadapi permasalahan pengendalian emosi.

- c. Fungsi preservatif yaitu pembimbing agama Islam untuk mempertahankan situasi dan kondisi yang semula terdapat masalah menjadi terpecahkan dan bertahan dalam jangka lama. Dalam hal ini pembimbing agama Islam memberikan pemahaman melalui materi bimbingan agama Islam agar memiliki pemahaman agar terhindar dari hal-hal yang dapat memicu emosi yang tidak menyenangkan, serta memiliki upaya untuk menghadapi permasalahan emosi sehingga lansia dapat memperbaiki dirinya menjadi pribadi yang lebih baik.
- d. Fungsi terapi yaitu pembimbing agama Islam bukan hanya menyampaikan materi saja melainkan memberikan cara-cara khusus sebagai pengobatan. Berdasarkan temuan dilapangan bahwa terapi yang dilakukan pembimbing agama Islam di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes berupa dzikir. Dzikir bersama-sama dilakukan setiap bimbingan agama Islam. Hal ini dilakukan guna mengingat Allah sekaligus menumbuhkan ketenangan pada batin lansia.
- e. Fungsi *development* yaitu pembimbing agama Islam berperan untuk memberikan upaya pemberian bantuan kepada lansia untuk mempertahankan situasi yang sudah baik menjadi baik atau lebih baik sehingga tidak adanya kemungkinan yang dapat menjadi sumber timbulnya permasalahan. Dalam hal ini pembimbing agama Islam memberikan upaya untuk mempertahankan agar situasi baik atau lebih baik dengan cara seperti: mendorong lansia untuk melakukan dzikir secara berkelanjutan bukan hanya dilakukan pada saat pelaksanaan bimbingan agama saja melainkan dilakukan secara berkelanjutan agar emosional dan stipiritual lansia dapat berkembang dengan baik sehingga lansia dapat mengontrol segala tindakan negatif yang disebabkan emosi negatif.

Bedasarkan pemaparan yang telah dijelaskan diatas oleh peneliti bahwa fungsi bimbingan agama Islam cukup baik membantu lansia dalam

mengembangkan kemampuan pengendalian emosi artinya lansia dapat meluapkan emosi secara tepat dan dapat melakukan tindakan secara bijak dalam merespons emosi negatif sehingga lansia akan terhindar dari dampak negatif yang ditimbulkan oleh emosi negatif pada mentalnya. Peran pembimbing agama Islam di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes sebagai fasilitator dan motivator yang berusaha mengarahkan dan memberikan solusi terhadap permasalahan pengendalian emosi bukan sebagai penentu dari keputusan yang diambil lansia dalam menghadapi masalah.

Adapun tujuan bimbingan agama Islam di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes dilaksanakan untuk mencapai tujuan yang telah diharapkan. Menurut Ulfiah (2020: 130) bimbingan agama Islam dibagi menjadi dua yaitu secara umum dan khusus. Tujuan bimbingan agama Islam secara umum yaitu memberikan pertolongan kepada individu untuk memahami jati diri sebagai hamba khalifah Allah serta dapat mengamalkan dalam amalan saleh untuk memperoleh kebahagiaan dunia maupun akhirat. Tujuan bimbingan agama Islam secara khusus yaitu memberikan bantuan terhadap masalah yang timbul pada individu, memberikan bantuan untuk mengatasi masalah yang timbul pada individu, memberikan bantuan kepada individu untuk mengembangkan dan memelihara situasi dan kondisi yang baik menjadi lebih baik sehingga dapat terhindar dari penyebab masalah pada individu maupun orang lain.

Teori yang telah dijelaskan diatas sesuai dengan ungkapan pembimbing agama Islam di rumah pelayanan sosial lanjut usia Kalampok Brebes. Hal ini diungkapkan oleh Bapak Sokhiddin selaku pembimbing agama Islam sebagai berikut:

“Tujuannya ya kalo dalam bahasa pendidikan itu olahraga tapi ini olahraga rohaniyah. Jadi dengan bimbingan agama Islam diberikan untuk menambah ilmu wawasan tentang agama, bimbingan agama juga bisa dijadikan solusi ketika ada masalah diselesaikan pakai sudut pandang agama seperti apa baiknya, bapak harap sih banyak pengaruh

baiknya selain ibadah juga perilakunya baik (wawancara dengan bapak shodikin pada 21 Juli 2022).

Hal ini selaras dengan ungkapan Bapak Muklisin selaku pembimbing agama Islam sebagai berikut:

“Tujuannya ya supaya mbahnya dapat mendekatkan diri pada Allah, melaksanakan sholat, puasa, ngaji juga ilmunya juga bertambah banyak ilmu yang bisa diambil itu bermanfaat di kehidupan sehari-hari ” (wawancara dengan Bapak Muklisin pada 17 Juli 2022).

Tercapainya tujuan bimbingan agama Islam di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes, tidak lepas dari bantuan pekerja sosial yang mendorong dan mendampingi lansia untuk mengikuti bimbingan agama. Hal ini juga diungkapkan oleh ibu Rustinah selaku pekerja sosial sebagai berikut:

“Saya memang mendampingi, kalau sebelum atau selesai bimbingan agama biasanya saya mengingatkan kepada simbah-simbah disini barangkali ada pertanyaan atau ada permasalahan atau ingin curhat, monggo simbah bisa ke pak ustadz atau saya atau ke peksos yang lain yang dapat dipercaya, pasti akan diusakan dicari solusinya” (wawancara dengan peksos Ibu Rustinah pada tanggal 17 Juli 2022).

Bedasarkan hasil wawancara dapat disimpulkan bahwa tujuan bimbingan agama Islam di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes sudah tercapai sesuai yang diharapkan. Tercapainya tujuan utama bimbingan agama Islam yaitu berkembangnya ilmu pengetahuan agama Islam dan dapat mengamalkannya sehingga lansia memiliki kesadaran untuk menaati segala perintahnya dan menjahui mengenai perintah dan larangan. Hal tersebut dibuktikan fakta lapangan bahwa lansia dapat menerima kondisi yang dijalani dan lansia dapat mengalihkan emosi negatif yang dirasakan dengan melakukan hal yang positif seperti berdzikir, berbagi cerita, dan mencari kesibukan positif yang lainnya.

Tujuan secara khusus dalam bimbingan agama Islam yaitu lansia dapat terhindar dari masalah gangguan pengendalian emosi, memberikan bantuan untuk menyelesaikan masalah pengendalian emosi dan mempertahankan kestabilan emosi. Hal tersebut dibuktikan fakta lapangan

bahwa pembimbing agama Islam selain memberikan ceramah juga memotivasi kepada lansia dan pekerja sosial turut serta memberikan dorongan kepada lansia dengan mempersilahkan lansia untuk bertanya atau sekedar cerita kepada pembimbing agama Islam atau pekerja sosial sebagai sarana lansia dalam menyelesaikan masalah. Dengan berbagi cerita maka lansia dapat meluapkan unek-unek yang belum tersampaikan sehingga dapat mencegah timbul permasalahan baru atau serupa yang disebabkan tekanan pada batinnya. Bimbingan agama Islam yang dilaksanakan secara teratur dapat merawat jiwa lansia senantiasa mengingat petuh-petuah yang disampaikan oleh pembimbing agama.

Tercapainya pelaksanaan bimbingan agama Islam tidak dapat terlepas dari unsur-unsur bimbingan agama Islam yang harus dipenuhi didalamnya untuk mencapai fungsi dan tujuan dari bimbingan agama Islam di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes sebagai berikut:

1. Pembimbing agama

Bedasarkan hasil wawancara dan observasi dalam pelaksanaan bimbingan agama Islam di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes terdiri dari dua pembimbing agama Islam yaitu Bapak Mukhlisin dilaksanakan pada hari selasa dan Bapak Sokhiddin pada hari kamis. Kedua pembimbing agama Islam sudah berkompeten dalam menyampaikan materi agama dan sudah berpengalaman dalam memberikan bimbingan agama Islam kepada lansia selama bertahun-tahun di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes sehingga pelaksanaan bimbingan agama Islam dapat terlaksana dengan terarah dan terstruktur. Pembimbing agama Islam diharuskan memiliki pengetahuan yang luas dalam menyampaikan materi sehingga bimbingan agama Islam dapat diterima dengan baik. Pendapat ini dikuatkan oleh oleh Samsul Munir Amin (2010:27) menyebutkan bahwa pembimbing agama Islam harus memiliki pengetahuan secara luas tentang bimbingan konseling secara umum dan memiliki pengetahuan yang luas tentang

agama Islam sehingga dalam proses penyampaian materi dapat dipahami dengan mudah.

## 2. Lansia

Bedasarkan hasil wawancara dan observasi peneliti bahwa Kegiatan bimbingan agama Islam wajib diikuti bagi seluruh lansia muslim, jika lansia dalam kondisi tidak sehat secara fisik maka tidak diwajibkan mengikuti bimbingan agama Islam secara berkelompok di aula rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes. Hal ini juga dituturkan oleh ibu rustinah sebagai berikut:

“Nggak semua ikut bimbingan agama di aula mbak, ada yang sakit jadi mbahnya ada yang istirahat diruangan isolasi” (wawancara dengan Ibu Rustinah pada 17 Juli 2022).

Bedasarkan pemaparan tersebut, kegiatan bimbingan agama Islam wajib diikuti bagi seluruh lansia yang beragama Islam dan sehat secara fisik.

## 3. Materi

Beberapa materi yang disampaikan disesuaikan dengan kebutuhan lansia maka pembimbing agama Islam diharuskan mendalami dan memahami informasi tentang kebutuhan lansia sehingga materi yang disampaikan dapat menjadi wawasan sekaligus solusi dari setiap permasalahannya. Materi-materi yang diberikan pembimbing agama Islam di rumah pelayanan rumah sosial lanjut usia Klampok Brebes secara garis besar materi yang disampaikan berupa aqidah, syari'at dan ahlak. Peneliti menganalisis hasil dari bimbingan agama Islam untuk mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada lansia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil observasi, wawancara dan dokumentasi menggunakan empat aspek pengendalian emosi menurut teori Antoni Dio Marthin yang meliputi pengetahuan emosi, emosi spiritual, emosi otentik, dan emosi



rekonsiliasi dalam mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada lansia sebagai berikut:

a. Pengetahuan emosi

Pengetahuan emosi berkaitan dengan kemampuan individu untuk memahami emosi itu sendiri sehingga dapat menentukan perilaku yang positif. Dengan bimbingan agama Islam dapat membantu menambah pengetahuan emosi pada lansia dengan menerapkan bimbingan agama Islam dalam kegiatan pengajian.

1) Kegiatan pengajian

Kegiatan pengajian adalah kegiatan yang memberikan pengetahuan dan pemahaman agama yang bersumber pada al-qur'an dan hadist sebagai pedoman hidup bagi lansia. Dalam menyampaikan materi dalam pengajian menggunakan bahasa dan istilah yang mudah dipahami oleh seluruh lansia sehingga materi dapat diterima oleh lansia. Materi yang diberikan berupa materi akidah, materi syariah dalam bentuk ilmu fiqih dan ahlak.

Untuk menambah pengetahuan tentang emosi, pembimbing agama Islam memberikan materi ahlak agar lansia dapat berperilaku yang baik, tidak menuruti hawa nafsu yang dapat menyesatkan dirinya. Pada dasarnya nafsu merupakan fitrah manusia selama tidak menentang perintah Allah SWT dan Rasul-Nya. Jika lansia tidak dapat menahan hawa nafsunya maka lansia akan kesulitan untuk mengendalikan emosi dan tindakannya hanya bersandar pada hawa nafsunya sesaat yang cenderung negatif yang dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain. Seseorang yang memiliki dorongan bawah sadar yang didominasi oleh nafsu maka seseorang hanya mengejar, memuaskan dan mengumbar ransangan nafsunya tetapi jika seseorang dapat menggunakan qolbu dan akal dengan baik maka nafsu yang dimilikinya dapat terkendali (Diana: 2015: 42).

Dengan materi ahlak bagi lansia selain dilakukan untuk memberikan pemahaman tentang perilaku yang baik saat merespon rangsangan emosi yang tidak menyenangkan dan sebagai bentuk pembiasaan. Pembiasaan dilakukan dengan tujuan agar setiap lansia memiliki sikap sabar untuk menahan diri dari lisan dan tindakan yang tercela. Mengingat lansia memiliki perbedaan karakter dan latar belakang yang beragam menjadikan lansia memiliki pemahaman akan emosi juga berbeda, pemahaman yang kurang menyebabkan lansia bertindak tidak bijak. Jika tidak dicegah dan diatasi maka akan mengganggu batin lansia dan hubungan interpersonal dengan orang lain.

c. Emosi spiritual

Emosi spiritual merupakan emosi yang tumbuh dalam diri individu yang berkaitan dengan nilai spiritual sehingga individu dapat menentukan perilaku yang positif dalam menghadapi emosi yang tidak menyenangkan. Dengan bimbingan agama Islam dapat menumbuhkan emosi spiritual yang sehat dengan menerapkan bimbingan agama Islam dalam kegiatan beberapa kegiatan sebagai berikut:

1) Kegiatan sholat

Kegiatan sholat merupakan kegiatan bimbingan agama Islam yang bertujuan untuk mendekatkan diri pada Allah SWT. Sholat merupakan ibadah yang memiliki kedudukan yang tinggi, dimana seseorang diwajibkan melaksanakan sholat dalam kondisi apapun kecuali dengan udzur syar'i. Mengingat kondisi lansia yang berasal dari berbagai latar belakang yang berbeda sehingga pemahaman tentang agama Islam juga berbeda-beda. Pembimbing agama Islam memberikan motivasi, dorongan dan himbauan serta arahan kepada lansia agar tetap meningkatkan ibadah sholatnya menggunakan materi ilmu fiqh

seperti bagaimana gerakan sholat, do'a sholat, surat-surat, tata cara berwudhu serta hal yang lainnya.

Dalam penyampaiannya pembimbing agama Islam menggunakan metode penyadaran berupa ceramah tentang ibadah sholat dengan diselingi praktek secara berkelompok di aula. Apabila terdapat lansia yang belum memahami tata cara sholat secara mendasar maka lansia akan mendapat bimbingan secara individual oleh pekerja sosial seperti mempraktekkan gerakan sholat, doa yang dibacakan dan menghafal surat surat pendek. Mengingat lansia memiliki perbedaan latar belakang yang berbeda-beda maka pemahaman tentang agama juga berbeda, banyak lansia yang sudah lama dijalan dan sudah lama tidak melaksanakan sholat menyebabkan lansia lupa akan bacaan sholat dan hafalan surat pendek. Dengan adanya praktek sholat maka lansia memahami tata cara pelaksanaan sholat yang baik dan benar. Sholat menjadikan lansia lebih mendekatkan diri pada Allah SWT. Mendekatkan diri artinya seseorang dapat meningkatkan ketaqwaanya dengan menjalankan perintah dan menjauhi larangan-Nya. Sholat menjadi salah satu amalan untuk menunjang kedekatan sebagai seorang hamba dengan pencipta-Nya sekaligus sarana untuk berkomunikasi langsung dengan pencipta-Nya. Dengan melaksanakan sholat maka lansia akan mengingat bahwa Allah maha melihat, mendengar, mengetahui apapun yang dilakukan sehingga lansia akan sadar bahwa Allah SWT yang mampu memberikan jalan keluar dari setiap permasalahannya. Berdasarkan hasil observasi di lapangan bahwa pembimbing agama Islam bukan hanya memberikan materi bimbingan agama Islam melainkan juga mengajak dan melaksanakan lansia untuk melakukan sholat berjamaah bersama. Dengan mendekatkan diri pada Allah SWT salah satunya dengan sholat khusyuk akan timbul rasa takut dan

merasa terawasi apabila lansia melakukan ucapan atau tindakan sehingga lansia dapat memutuskan segala sesuatu memikirkan sebab dan akibat yang akan diterima apabila melakukannya. Hal ini dikuatkan pendapat Hasan Albany (2012: 6-10) mengatakan Sholat yang dilakukan dengan khushyuk dapat menjadi hikmah tersendiri yaitu mencegah seseorang untuk melakukan perbuatan yang keji dan mungkar. Sholat yang khushyuk seseorang akan merasa Allah SWT berada di sisinya, merasa diawasi sebab Allah SWT maha mendengar, maha melihat dan mengetahui segala sesuatu yang belum dilakukan maupun sesudah melakukan sesuatu sehingga seseorang akan malu apabila melakukan perbuatan yang dilarang Allah.

## 2) Kegiatan dzikir

Kegiatan dzikir merupakan kegiatan bimbingan agama Islam yang bertujuan untuk menenangkan jiwa dan mendekatkan diri pada Allah SWT. Berdzikir kepada Allah yaitu mengingat Allah, memuji asma dan sifat jaiz Allah SWT. Kegiatan dzikir dilaksanakan sebelum mulai pengajian keagamaan secara rutin hari selasa dan kamis masuk dalam rangkaian pelaksanaan bimbingan agama Islam. Dzikir yang diajarkan berupa tasbih, tahmid dan takbir. Lansia yang semula timbul emosi yang tidak menyenangkan seperti mudah tersinggung, mudah sedih dapat menjadi lebih tenang dalam pikiran dan batinnya dalam menghadapi masalah dengan berperilaku baik dalam menghadapi emosi yang tidak menyenangkan.

Kegiatan dzikir diikuti lansia dengan antusias untuk mengikutinya dari awal sampai selesai. Hal ini dilakukan lansia atas dasar kemauan sendiri dan merasakan manfaat dzikir dapat bermanfaat bagi dirinya saat hati dan pikirannya menjadi lebih tenang serta menahan diri untuk melakukan perbuatan yang

tercela ketika terdapat dorongan emosi yang tidak menyenangkan. Dengan melakukan dzikir memperoleh ketenangan secara batinnya dan memupuk adanya peningkatan kecerdasan emosional sehingga lansia memiliki kemampuan pengendalian emosi yang baik. Hal ini dikuatkan menurut pendapat Sarnoto dan Wibowo (2021: 65).mengatakan bahwa seseorang yang membiasakan dzikir secara rutin dapat membantu meningkatkan kecerdasan emosi. Dengan kecerdasan emosional seseorang memiliki upaya yang dilakukan untuk mengelola emosi dan melawan hawa nafsu dengan cara mengendalikan emosi diri, mengatur diri dan mampu melakukan hubungan sosial pada situasi dan kondisi tertentu.

d. Emosi otentik

1) Kegiatan konsultasi

Kegiatan konsultasi merupakan kegiatan untuk membantu lansia untuk memperoleh wawasan, pemahaman dengan cara tanya jawab antara pembimbing agama Islam dan klien dalam proses bimbingan agama Islam. Kegiatan konsultasi dalam bimbingan agama Islam dilakukan setelah penyampaian materi, kemudian lansia dipersilahkan oleh pembimbing agama Islam untuk berkonsultasi. Kegiatan konsultasi dalam bimbingan agama Islam dalam rangka untuk memberikan pemahaman terhadap hal yang tidak diketahui oleh lansia dan menjadi cara untuk menemukan jalan keluar dari permasalahan berdasarkan sudut pandang agama.

Kegiatan konsultasi dalam bimbingan agama Islam terbatas oleh waktu yang telah ditentukan dalam jadwal kegiatan sehari-hari lansia yaitu pada hari selasa mulai pukul 08.00-08.30 WIB dan hari kamis mulai pukul 07.00-08.30 WIB sehingga apabila lansia terdapat permasalahan, dapat melakukan konsultasi

diluar jam pelaksanaan bimbingan agama Islam dan bersifat fleksibel. Kegiatan konsultasi secara fleksibel dilakukan diluar jam bimbingan agama Islam dapat dilakukan oleh pekerja sosial. Tujuan dari adanya konsultasi agar lansia dapat menyelesaikan permasalahan yang dialami dengan cara berbagi cerita kemudian peksos akan memberikan nasehat terhadap permasalahannya. Dengan berbagi cerita dapat meringankan beban pikiran lansia karena berbagi cerita dapat membantu lansia meluapkan emosi-emosi dan pikiran. Pandangan ini dikuatkan oleh Hengki Irawan Setia Budi dalam buku “Manajemen Konflik Mengelola Emosi Marah dan Stres Secara Bijak” bahwa dengan mengutarakan isi hati dapat bermanfaat bagi diri individu yaitu menguatkan diri kembali. Individu yang dapat bercerita dengan mengekspresikan emosi yang dirasakan seperti sedih dengan menangis dapat melepaskan beban yang dirasakan sehingga dapat terhindar dari masalah kesehatan akibat memendam emosi yang dialami (Budi Hengki irawan setia, 2020: 153).

#### d. Emosi rekonsiliasi

##### 1) Kegiatan ziarah makam

Kegiatan ziarah makam merupakan kegiatan mengunjungi makam untuk mendoakan seseorang yang telah mendahului kita menghadap pencipta-Nya. Ketika terdapat lansia penerima manfaat meninggal dunia dan di makamkan pada pemakaman umum di Klampok Brebes maka lansia dipersilahkan untuk mengikuti proses pemakaman dan dilanjutkan ziarah kubur terhadap makam lansia penghuni panti yang lain. Lansia yang dapat mengikuti proses pemakaman di pemakaman umum tanpa adanya paksaan dan tidak diwajibkan untuk mengikutinya, mengingat lansia mengalami penurunan fisik yang

menyebabkan lansia mengalami kesulitan untuk jalan, mudah lelah saat melakukan aktivitas.

Kegiatan ziarah makam memberikan makna khusus bagi psikologis lansia yaitu mengingat akan kematian sehingga lansia dapat meningkatkan ketakwaan kepada Allah SWT dengan memperbanyak ibadah sebagai bekal di akhirat nanti dan lansia dapat menjalin hubungan yang baik dengan sesama. Menjalinkan hubungan yang baik untuk menciptakan kerukunan antara sesama penghuni panti dan pegawai panti sehingga ketika terdapat permasalahan lansia dapat kembali akrab dengan saling memberi maaf dan memaafkan. Dengan mengingat kematian juga lansia dapat menumbuhkan kesadaran bagi dirinya bahwa semakin lama memendam amarah maka ia hanya akan menyakiti dirinya sendiri sehingga ia tidak dapat beranjak dari masa lalunya yang disebabkan karena sulitnya memaafkan seseorang yang telah membuatnya merasa diasingkan, merasa kesepian dan lain sebagainya.

Ziarah makam sebagai sarana untuk membangun kesadaran diri lansia untuk meningkatkan kualitas keimanan lansia. Dengan mengingat kematian lansia dapat meningkatkan ibadah dan mengamalkan keimanannya dalam kehidupan sehari-hari. Dengan Ziarah kubur seseorang dapat mengalihkan kehidupannya bukan hanya urusan dunia melainkan juga urusan akhirat sehingga seseorang akan melaksanakan perintah dan menjahui larangan-Nya sebagai bekal untuk menghadapi kehidupan di akhirat nanti, dimana segala perbuatan dimintai pertanggung jawaban (Arifin: 2020:144).

#### 4. Media

Keberhasilan penyampaian materi dalam bimbingan agama Islam tidak lepas dari media yang digunakan agar materi dapat diterima dan dipahami oleh lansia. Media yang digunakan dalam

bimbingan agama Islam di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes secara lisan dan ahlak. Media lisan berupa ceramah dan ahlak berupa perilaku pembimbing agama Islam agar dapat dicontoh oleh lansia dari apa yang telah disampaikan dalam bimbingan agama Islam. Hal ini sesuai dengan ungkapan Bapak Shokhiddin sebagai berikut:

“Kalo disini pakainya secara langsung ajah lewat lisan. secara lisan. Ya sistemnya kaya ngajar dikelas persis ya ceramah, kalo jadi pembimbing ya harus mencontohkan apa yang sudah diajarkan sama simbah disini mba” (Wawancara dengan Bapak Sokhiddin yang dilakukan pada saat 21 Juli 2022).

Hal ini selaras dengan Bapak Mukhlisin sebagai berikut:  
“Lisan sama perbuatan mba, engga cuman nuturi tok ya harus juga ngelakoni mba” (wawancara dengan Bapak Muklisiin pada 21 Juli 2022).

Bedasarkan wawancara dengan pembimbing agama Islam dalam menyampaikan materi bimbingan agama Islam cukup efektif namun pembimbing agama Islam perlu meningkatkan media yang digunakan bimbingan agama Islam agar penyampaian materi lebih menarik bagi lansia.

## 5. Metode

Keberhasilan pelaksanaan bimbingan agama Islam bukan hanya terletak dari pemilihan materi yang tepat melainkan harus diimbangi dengan pemilihan metode yang digunakan dalam menyampaikan materi dalam bimbingan agama Islam. Penggunaan metode dalam bimbingan agama Islam akan menunjang keberhasilan lansia dalam memahami isi dari materi dan dapat mengamalkannya dalam kehidupan sehari-hari. Pembimbing agama Islam dalam memberikan bimbingan agama Islam menggunakan dua metode yaitu metode penyadaran dan Nasehat. Menurut Musfir bin Said Az-Zahrani (2005: 26) menyatakan bahwa metode bimbingan agama dapat menggunakan metode penyadaran yaitu metode yang dilakukan



dengan memberikan nasehat atau petuah kepada seseorang. Selain itu menggunakan metode keteladanan yaitu metode yang digunakan dengan memberikan suri tauladan atau contoh yang baik (Musfir, 2005: 26).

Bedasarkan hasil data wawancara dan obserasi oleh peneliti bahwa metode yang digunakan dalam bimbingan agama Islam di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes yaitu metode keteladanan dan penyadaran. Metode tersebut efektif untuk mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada lansia. Menurut pernyataan Bapak Mukhlisin dan Bapak Sokhiddin selaku pembimbing agama Islam, metode yang digunakan efektif dan sesuai dengan kebutuhan bagi lansia. Hal ini diungkapkan oleh Bapak Sokhiddin selaku pembimbing agama sebagai berikut:

“Ya metode ceramah biasa saja, Saya lebih cenderung kepada pendekatan secara agama dengan pemberian sistem ceramah kemudian dengan cara apa ajah yang kira-kira mereka itu mau. Biasanya orang tua itu seneng dengan guyonan. Ya, saya menyampaikan ceramah kadang-kadang berusaha menghibur dan memberikna contoh yang baik misalnya kalo ada mbah-mbah yang temperentalnya tinggi itu ya saya kasih tau baik-baik mba diajak salaman kalo lagi ada masalah sama temen-temennya biar saling memaafkan biar engga ada salahpahaman lah” (Wawancara dengan Bapak Sokhiddin yang dilakukan pada saat 21 Juli 2022).

Hal ini juga diungkapkan dengan untkapkan oleh Bapak Mukhlisin selaku pembimbing agama Islam sebagai berikut:

“Ceramah, Kalo buat mengendalikan emosi ya dituturi mba, dikasih bacaan dzikir biar hatinya tenang terus mengingat Allah, mengerjakan sholat, membaca Al-Qur’an”(Wawancara dengan Bapak Muklisiin pada 21 Juli 2022).

Hal serupa diungkapkan oleh Ibu Rustinah selaku pekerja sosial sebagai berikut:

“Mbanya disini kalo ada apa-apa cerita ke pa ustadz ke saya juga mba, itu mbanya bertanya soal ibadah gimana yang bener, juga persoalan hidup bagaimana penyelesaiannya. Saya juga bertanya sama pak ustadz kalo menyelesaikan masalah seperti apa dalam sudut pandang agama mba (Wawancara dengan Ibu Rustinah pada 21 Juli 2022).

Bedasarkan data wawancara dan observasi yang dilakukan peneliti, metode bimbingan agama Islam di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes sebagai berikut:

a. Metode Keteladanan

Metode keteladanan merupakan suatu cara yang dilakukan untuk membimbing lansia dengan memberikan contoh yang baik agar dapat ditiru dan dilaksanakan dalam kehidupan sehari-hari. Untuk mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada lansia, pembimbing agama Islam bukan hanya menyampaikan materi melainkan memberikan figure yang dapat dijadikan keteladanan dalam melaksanakan materi yang disampaikan. Adapun bentuk keteladanan yang diberikan pembimbing agama Islam yaitu menciptakan hubungan yang baik dengan sesama penghuni panti beserta pegawai panti. Dalam mengembangkan pengendalian emosi pada lansia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes metode keteladanan diberikan kepada lansia contohnya pembimbing agama islam memberikan bacaan dzikir agar timbul ketenangan batin bagi lansia.

Bedasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti bahwa bimbingan agama Islam dimulai dengan dzikiran bersama. Dengan adanya dzikir di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes ini memberikan solusi untuk mengobati masalah kesehatan mental. Lansia memiliki permasalahan sebelum tinggal dan sesudah tinggal di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes seperti murung dan menyendiri. Pengaruh dzikir bagi lansia sangat berguna bagi lansia, dengan dzikir lansia mengingat Allah

SWT dapat mendatangkan ketenangan sehingga lansia mampu mengendalikan emosi serta tidak terdapat lansia yang murung di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes. Selain itu, apabila terdapat lansia yang bermasalah dalam pengendalian emosi mengakibatkan buruknya interaksi sesama penghuni panti maka pembimbing agama Islam atau pekerja sosial dapat mendamaikan kedua belah pihak dengan cara dipertemukan dan mengajak bersamalan. Selain itu pembimbing agama Islam atau pekerja sosial menjadi pendengar baik untuk membantu mencari solusi dari permasalahan yang dialami lansia.

b. Metode Penyadaran

Metode penyadaran merupakan suatu cara yang dilakukan untuk membimbing lansia berupa nasehat. Bimbingan agama Islam di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes menggunakan metode penyadaran dengan cara penyampaian ceramah yang berisikan nasehat, motivasi bagi lansia menggunakan bahasa yang sederhana agar mudah memahami apa yang disampaikan dan diterapkan dikehidupan sehari-hari sehingga lansia menjadi pribadi yang dapat mengendalikan emosinya dengan benar dan tepat. Dalam mengembangkan kemampuan pengendalian emosi sebagai pembimbing agama Islam memberikan dorongan dan nasehat kepada lansia untuk bertanya atau berbagi cerita untuk membantu menyelesaikan masalah yang dialami berdasarkan sudut pandang agama. Selain itu, pekerja sosial turut serta memberikan dorongan dan nasehat kepada lansia yang mengalami masalah untuk berbagi cerita terhadap orang

yang dipercayainya. Dengan berbagi cerita dapat membantu menyelesaikan masalah yang dialami dan melepaskan beban yang dirasakannya.

### **C. Analisis dampak bimbingan agama Islam dalam mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada lanjut usia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes**

Kondisi lansia sebelum tinggal di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes memiliki kemampuan pengendalian emosi yang kurang baik sehingga lansia kesulitan menenangkan diri, sulit mengatasi dorongan emosi yang timbul dan bertindak secara tidak tepat dalam mengatasi suatu masalah. Pemberian bimbingan agama Islam dalam mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada lansia merupakan suatu kegiatan dakwah. Dimana dakwah merupakan kegiatan untuk menyampaikan ajaran agama Islam kepada individu maupun kelompok untuk menghasilkan suatu perubahan kearah yang lebih baik. Dampak bimbingan agama Islam dalam mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada lansia dapat ditinjau dari empat aspek dalam teori Antoni Dio Martin sebagai berikut:

#### **1. Pengetahuan emosi**

Pengetahuan emosi merupakan kemampuan individu untuk memahami emosi yang terjadi pada dirinya sendiri dan dapat menentukan perilaku yang positif. Hasil wawancara dalam penelitian ini kepada lima informan setelah diberikan bimbingan agama Islam, mereka memiliki pengetahuan tentang emosi yang berbeda-beda. Tiga lansia yaitu mbah SR, mbah K dan mbah MS memiliki pengetahuan emosi yang baik. Ketika lansia mengalami permasalahan hidup dan perasaan yang tidak menyenangkan seperti sedih, lansia mengembangkan emosi tersebut menjadi positif dengan mendekatkan diri pada Allah SWT seperti berdoa, berdzikir dan berbagi cerita.

Meskipun terkadang mendapatkan rangsangan emosi yang tidak menyenangkan namun lansia mengembangkan emosi yang tidak

menyenangkan menjadi lebih positif disebabkan pemahaman yang benar terhadap emosi dengan diimbangi spiritual maka emosi akan berkembang menjadi emosi yang dewasa dan dapat menghadapi dan menyelesaikan masalah dengan tindakan yang lebih bermakna. Hal ini dikuatkan Marthin (2003:81) menyebutkan bahwa pada awalnya seseorang akan menyembangkan pengetahuan akan emosi yang dirasakan, emosi akan berkembang menjadi subur apabila terdapat unsur spiritual yang dapat mendorong seseorang memiliki emosi yang dewasa. Hal lain dikuatkan pendapat Zohar dan Ian Marshall (2003: 4) Kecerdasan spiritual membantu seseorang untuk menghadapi masalah dan mampu menyelesaikan masalah dengan menempatkan sikap dan tindakan yang sesuai dan lebih bermakna.

Dua lansia yaitu mbah S dan mbah SU setelah diberikan bimbingan agama Islam memiliki pengetahuan emosi yang kurang baik. Ketika lansia mengalami permasalahan hidup dan perasaan yang tidak menyenangkan seperti sedih dan marah, lansia tidak dapat mengembangkan emosi tersebut menjadi positif seperti memilih diam. Hal ini disebabkan pemahaman terhadap emosi tidak diimbangi spiritual sehingga lansia tidak dapat untuk menemukan bagaimana menghadapi persoalan hidup lebih bermakna. Hal ini dikuatkan pendapat menurut Martin (2003: 115) menyebutkan bahwa kecerdasan emosional berkaitan erat dengan kecerdasan spiritual seseorang, tanpa adanya kecerdasan spiritual dalam perkembangan kecerdasan emosional seseorang menjadi kekuatan yang jahat dan penuh dengan kepura-puraan, sikap dan perilaku yang baik yang ditunjukkan untuk alasan tertentu.

Pemahaman emosi yang tumbuh tidak disertai dengan spiritual maka emosi akan dikuasai oleh naluri dan keinginan egois. Hal ini dikuatkan pendapat menurut Martin (2003: 81) mengatakan bahwa individu yang tidak memiliki emosi spiritual maka emosi akan dijalankan oleh naluri dan kebutuhan yang egois. Jika pemahaman lansia diimbangi dengan kecerdasan spiritual maka spiritual akan membantu menentukan

perilaku yang tepat. Hal ini juga dikuatkan oleh pendapat Zohar dan Ian Marshal (2003:4). Kecerdasan spiritual membantu seseorang untuk menghadapi masalah dan mampu menyelesaikan masalah dengan menempatkan sikap dan tindakan yang sesuai dan lebih bermakna.

## 2. Emosi spiritual

Emosi spiritual merupakan kemampuan yang dimiliki individu dalam mewujudkan nilai-nilai spiritual dalam menghadapi emosi negatif sehingga individu mampu menghasilkan sikap atau perilaku yang positif. Spiritual merupakan faktor yang penting dalam kehidupan manusia sebagai cara untuk menghadapi suatu perubahan yang disebabkan berbagai permasalahan hidup. Hasil wawancara dalam penelitian ini kepada lima informan setelah diberikan bimbingan agama Islam, mereka memiliki emosi spiritual yang berbeda-beda. Tiga lansia yaitu mbah SR, mbah K dan mbah MS memiliki emosi spiritual yang sehat seperti rasa damai atau syukur. Dengan rasa syukur terhadap keadaan yang dimiliki maka lansia dapat menjalani hidup dengan damai dan mendatangkan pikiran positif. Hal ini dikuatkan oleh pendapat Jatie K. Pudibudoyo, (2020: 188) menyatakan bahwa rasa syukur penting untuk dikembangkan bagi lansia dalam menjalani kehidupan. Lansia yang selalu mensyukuri dalam keadaan apapun maka akan menjadikan lansia memiliki pikiran yang positif dan dapat menjalani kehidupan secara positif.

Kecerdasan spiritual yang lebih baik dari sebelumnya pada lansia menyebabkan lansia mampu untuk mengambil hikmah dari setiap kejadian yang dialami sehingga lansia bijak dalam menyikapi permasalahan dan dapat menyesuaikan diri terhadap perubahan kondisi kehidupan yang semula tentram menjadi menderita sehingga lansia mampu menerima kondisi yang telah dialami. Hal ini dapat ditunjukkan bahwa ketika lansia mendapat permasalahan, lansia dapat menentukan perilaku yang tepat seperti ketika lansia sedih atau terdapat permasalahan dapat menyelesaikan secara bijak dengan cara berdoa, berdzikir, berbagi cerita dan melakukan aktivitas yang positif. Hal ini dikuatkan pendapat menurut Zohar dan Ian

Marshall (2000:14) menyebutkan bahwa indikator bagi seseorang yang memiliki kecerdasan spiritual yang baik dapat dilihat dari sikapnya yang mudah menyesuaikan diri terhadap segala perubahan, individu mampu menghadapi dan mengambil hikmah dari hal kemalangan, dan individu mampu untuk menghadapi dan melewati rasa sakit.

Dua lansia yaitu mbah S dan SU memiliki emosi spiritual yang tidak sehat seperti ketakutan akan penolakan pada keluarganya. Kurangnya kecerdasan spiritual pada lansia menyebabkan lansia tidak mampu untuk mengambil hikmah dari setiap kejadian yang dialami menjadikan lansia tidak bijak dalam menyikapi permasalahan dan tidak dapat menyesuaikan diri terhadap perubahan kondisi kehidupan yang semula tentram menjadi menderita sehingga lansia belum mampu menerima kondisi yang telah dialami. Menurut Zohar dan Ian Marshall (2000:14) menyebutkan bahwa indikator bagi seseorang yang memiliki kecerdasan spiritual yang baik dapat dilihat dari sikapnya yang mudah menyesuaikan diri terhadap segala perubahan, individu mampu menghadapi dan mengambil hikmah dari hal kemalangan, dan individu mampu untuk menghadapi dan melewati rasa sakit.

Sesuai dengan teori Zohar dan Ian Marshall dapat disimpulkan bahwa kondisi spiritual yang dimiliki lansia setelah tinggal di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes, terlihat belum masuk dalam indikator seseorang yang memiliki kecerdasan spiritual yang baik sehingga lansia lansia memiliki pemahaman yang kurang dalam menyikapi emosi yang tidak menyenangkan. Hal ini disebabkan pemahaman emosi yang tidak diimbangi dengan kecerdasan spiritual menyebabkan lansia kesulitan menempatkan perilaku dan sikap yang tepat seperti lebih diam, memilih memendam emosi.

### 3. Emosi otentik

Emosi otentik merupakan kemampuan individu untuk melepaskan sesuatu yang palsu dalam dirinya dengan mengekspresikan emosi yang dialaminya apa adanya dan dapat mengatakan peristiwa yang telah

dialami. Hasil wawancara dalam penelitian ini kepada lima informan setelah diberikan bimbingan agama Islam, mereka memiliki emosi otentik yang berbeda-beda. Tiga lansia yaitu mbah SR, mbah K dan mbah MS memiliki emosi otentik yang baik. Lansia dapat mengakui perasaannya didepan orang lain dan dapat mengatakan peristiwa dan perasaan yang dialami. Hal ini disebabkan emosi yang dilandasi spiritual membuat seseorang menjadi semakin jujur terhadap emosi yang dirasakannya. Kejujuran emosi pada lansia dapat menjadikan lansia tidak takut mengatakan apa yang dialami dan mengekspresikan emosi yang dialami. Hal ini dikuatkan pendapat menurut Martin (2003: 80) mengungkapkan bahwa emosi yang otentik menjadikan individu tidak merasa takut untuk mengungkapkan pengalaman dan perasaan yang telah yang dialami, tidak menutupi emosi dan jiwa yang sedang rapuh dan tidak menekan emosi dari luar.

Dua lansia yaitu mbah S dan mbah SU memiliki Lansia malu untuk mengakui emosi yang dirasakan, memilih memendam emosi yang dirasakan, dan selalu ingin terlihat baik-baik saja. Semakin lama ketidakjujuran lansia terhadap permasalahan dan emosinya maka akan terjadi penumpukan emosi dan permasalahan yang dialami semakin kompleks dan semakin sukar untuk diselesaikan. Hal ini dikuatkan pendapat menurut Martin (2003:156) menyebutkan bahwa setiap individu memiliki alasan tersendiri untuk tidak mengungkapkan permasalahan emosinya, memendam persoalan emosi hanya akan menjadikan seseorang mengalami ketidakjujuran emosi yang dapat menyebabkan penumpukan emosi dan permasalahan yang dialami semakin kompleks.

#### 4. Emosi rekonsiliasi

Emosi rekonsiliasi merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang untuk memaafkan kesalahan orang lain maupun diri sendiri sehingga individu mampu saling berdamai. Memaafkan orang yang telah menyakiti hati seseorang bukan hal yang mudah dan mungkin seseorang untuk



belajar memaafkan kesalahan orang lain. mampu memaafkan kesalahan orang lain dan mampu memaafkan diri sendiri dengan cara tidak membiarkan dirinya terus-menerus memikirkan dan menyimpan pengalaman dan emosi yang tidak menyenangkan di masalalu sehingga meskipun lansia tinggal di panti. Lansia dikatakan rekonsliasinya sudah dapat dikatakan baik, apabila lansia mampu berdamai dengan diri sendiri maupun orang lain serta melepaskan pengalaman emosi yang tidak menyenangkan berlarut-larut. Berdamai dengan diri sendiri dapat diperoleh dari kemampuannya untuk membebaskan diri dari perasaan atau permasalahan yang menekan dirinya maka mulailah seseorang dapat memaafkan diri sendiri dan berdamai dengan orang lain dapat diperoleh dari kemampuan lansia untuk memaafkan kesalahan yang diperbuat orang lain kepadanya. Hal ini dikuatkan pendapat Martin (2003:166) menyebutkan bahwa pertumbuhan emosi diawali dengan cara memaafkan diri sendiri maupun orang lain dan menyadari bahwa peristiwa di masalalu telah terjadi serta seseorang perlu membiarkan peristiwa tersebut menjadi berlalu.

Kemampuan untuk memamaafkan kesalahan orang lain yang telah berbuat salah merupakan kemampuan yang menunjukkan bahwa seseorang dapat menyelesaikan gejolak batin yang dialami. Hal ini dikuatkan oleh pendapat Nurfajar Alamsyah bahwa seseorang yang memiliki kemampuan untuk memaafkan dengan setulus hati kepada seseorang yang telah dianggap bersalah maka sebagai salah satu bukti seseorang mampu menyelesaikan permasalahan batin yang dasyat (Alamsyah: 2016: 41). Dua lansia yaitu mbah S dan mbah SU memiliki rekonsiliasi emosi yang kurang baik. Hal ini ditunjukkan bahwa lansia belum mampu memaafkan kesalahan orang lain, dan belum mampu memaafkan diri sendiri sehingga lansia masih terbebani oleh permasalahan yang telah dialami di masa lalu. Ketidakkampuan lansia untuk memaafkan kesalahan orang lain meskipun telah lama terjadi akan menyebabkan luka batin yang lebih lama, dikarenakan lansia membiarkan dirinya terus menerus menyimpan amarah

kepada orang yang telah menyakitinya. Hal ini dikuatkan Martin (2003: 172) mengatakan bahwa pemaafan penting bagi diri sendiri bukan orang lain, seseorang yang menyimpan amarah secara terus-menerus sama halnya seseorang membiarkan dirinya sendiri terluka disebabkan dendam dan amarah.

Ketidakmampuan lansia untuk memaafkan dirinya sendiri disebabkan lansia tidak mampu menyelesaikan permasalahan hidup dan emosi yang tidak menyenangkan di masa lalu sehingga jika lansia mengingat peristiwa di masa lalu akan kembali terbuka luka batinnya. Ketidakmampuan lansia untuk memaafkan diri sendiri maupun orang lain akan menjadi beban emosi tersendiri bagi lansia sehingga rekonsiliasi emosi tidak dapat berkembang dengan baik. Hal ini dikuatkan pendapat Martin (2003: 167) seseorang yang menjalani hidup namun nuraninya masih terikat peristiwa yang tidak menyenangkan maka ia akan terjebak emosi di masa lalu sehingga tidak berkembang rekonsiliasi emosi dengan baik. Lansia yang kurang mampu memaafkan kesalahan orang lain dapat memperpanjang luka batin sehingga tidak mendapatkan ketenangan pada batinnya. Pendapat ini dikuatkan oleh Arif dan Iman menyatakan bahwa orang yang benar-benar memaafkan orang lain dapat terhindar dari keinginan balas dendam atau tidak ingin saling damai dengan seseorang yang telah menyakiti. Semakin kecilnya keinginan balas dendam atau tidak saling damai maka seseorang akan sembuh dari luka yang disebabkan oleh orang lain sehingga dapat memulai rasa damai dan dapat menyelesaikan konflik (Arif dan Iman 2016: 134).

Dampak positif dari bimbingan agama Islam bagi lansia dapat dilihat bahwa kemampuan pengendalian emosi pada lansia mengalami perubahan kearah positif. Untuk melihat dampak dari bimbingan agama Islam dalam mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada lansia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes dengan melihat kondisi sebelum dan setelah diberikan bimbingan agama Islam sebagai berikut:

*Tabel 3. Hasil bimbingan agama Islam dalam mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada lansia*

No	Inisial	Aspek (Teori Antoni Dio Martin)	Bentuk	Kondisi Sebelum	Kegiatan Bimbingan Agama Islam	Kondisi Setelah
1.	Mbah SR (67)	Pengetahuan Emosi	Mengetahui emosi yang dialami dan menghasilkan perilaku yang positif	Memilih tidak tinggal dengan anaknya, kebingungan menentukan perilaku, timbul perasaan mudah sedih	-Pengajian dengan materi ahlak	Dapat menentukan perilaku yang tepat. mengatasi emosi yang tidak menyenangkan dengan dzikir dan doa.
		Emosi spiritual	Timbul emosi spiritual yang sehat, dapat belajar dari peristiwa dan perasaan yang telah dialami	Timbul rasa takut terhadap penolakan keluarganya, sulit menerima dan menyesuaikan diri dalam situasi dan kondisi yang tidak menyenangkan	-Kegiatan sholat dengan materi fiqih dan praktek  -Kegiatan Dzikir	Timbul emosi spiritual yang sehat yaitu rasa syukur, dapat belajar dari pengalamannya  Dapat menyesuaikan diri hidup di panti

		Emosi otentik	dapat mengatakan peristiwa dan perasaan yang telah dialami	Memilih memendam perasaan sedihnya, malu mengakui perasaan sedihnya, dan tidak dapat mengatakan kepada orang lain apa yang telah dialami	-Kegiatan konsultasi	Dapat terbuka terhadap permasalahan dan emosi yang dialami, , tidak malu mengatakan perasaannya yang sedang dialami
		Emosi rekonsiliasi	Mudah memaafkan kesalahan orang lain dan tidak mampu berdamai dengan diri sendiri	Membutuhkan beberapa waktu untuk memaafkan kesalahan orang lain dan merasa berat terhadap jalan hidup yang dipilihnya	-Kegiatan ziarah makam	Dapat memaafkan kesalahan orang lain, dapat menyelesaikan masalahnya dan menerima hidup yang telah dijalaninya
2.	Mbah S (61)	Pengetahuan emosi	Mengetahui emosi yang dialami dan perilaku yang positif	Terjadi perselisihan dengan keluarganya, cepat marah dan mudah sedih	-Pengajian dengan materi ahlak	Tidak berbuat gegabah namun jika terdapat masalah ia murung, diam, mudah

						berpikiran negatif
		Emosi spiritual	Emosi spiritual yang sehat dan dapat belajar dari peristiwa dan perasaan yang dialami	Timbul emosi spiritual takut akan penolakan keluarganya, timbul perasaan tidak terima yang berlebihan, sulit menyesuaikan diri pada kondisi hidupnya yang semula tinggal di rumah menjadi hidup dijalan	-Kegiatan sholat dengan materi fiqh dan praktek	Masih timbul emosi spiritual yang tidak sehat, ia masih belum mampu menerima keadaan, belum mampu menyesuaikan diri hidup dipanti dan belum mampu mengambil pelajaran hidup terhadap peristiwa yang dialami
		Emosi otentik	Dapat mengatakan peristiwa dan perasaan yang telah dialami	Malu mengakui perasaan sedih yang dialami, memendam rasa sedih dan kecewanya, tidak dapat mengatakan apa yang telah	-Kegiatan konsultasi	Lebih memilih diam dan bersikap tertutup serta malu mengakui perasaan yang sedang dialami

				dialami dihadapan anaknya dan menanggapi anaknya tidak memperdulikannya lagi		
		Emosi rekonsiliasi	mudah memaafkan kesalahan orang lain dan tidak mampu berdamai dengan diri sendiri	Kesusahan memaafkan kesalahan orang lain, mengalami luka batin yang mendalam, merasa sangat berat menanggung beban hidupnya, selalu mengingat peristiwa yang terjadi padanya	-Kegiatan ziarah makam	Sulit memaafkan dan mengalami luka batin yang sangat dalam serta tidak dapat terlepas beban permasalahan dan emosi di masa lalu
3.	Mbah K (75)	Pengetahuan emosi	Mengetahui emosi yang dialami dan menghasilkan perilaku yang positif	Timbul perilaku iri terhadap kehidupan orang lain, mudah sedih jika melihat hidup orang lain	-Pengajian dengan materi ahlak	Tidak mudah iri terhadap kehidupan orang lain, menenangkan diri dengan dzikir
		Emosi spiritual	Emosi spiritual yang	Timbul gangguan	-Kegiatan sholat	Timbul emosi spiritual yang

			sehat dan dapat belajar dari peristiwa dan perasaan yang dialami	spiritual emosi seperti ketakutan akan penolakan keluarganya, tidak dapat menerima kondisi hidupnya tanpa kehadiran anak dan istri, tidak dapat menyesuaikan diri terhadap perubahan hidupnya yang semula hidup bersama istri menjadi sendirian	dengan materi fiqih dan praktek -Kegiatan dzikir	positif yaitu rasa syukur dan mampu mengambil pelajaran hidup dari pengalamannya sehingga ia tidak mudah iri terhadap kebahagiaan orang lain serta mampu menyesuaikan hidup dipanti dengan baik
		Emosi otentik	Dapat mengatakan peristiwa dan perasaan yang telah dialami	Malu mengakui perasaan sedihnya, memilih diam dan memendam emosinya, tidak dapat mengutarakan apa yang telah	-Kegiatan konsultasi	Bersikap terbuka terhadap permasalahan dan emosinya bersama peksos dan istrinya, serta tidak malu mengakui

				dialaminya dihadapan orang lain.		emosi yang sedang dirasakannya
		Emosi rekonsiliasi	Mudah memaafkan kesalahan orang lain dan t mampu berdamai dengan diri sendiri	Membutuhkan waktu untuk memaafkan kesalahan orang lain dan belum mampu berdamai dengan diri sendiri terhadap kondisi hidup yang dijalani, merasa berat menjalani hidupnya	-Kegiatan ziarah makam	Mampu memaafkan, tidak membenci orang lain, menerima hidup yang dijalani sekarang, terbebas dari beban masalah dan emosi di masa lalu
4.	Mbah SU (70)	Pengetahuan emosi	Mengetahui emosi yang dialami dan menghasilkan perilaku yang positif	Memilih pergi dari rumah, terjadi perselisihan, mudah tersinggung dan mudah sedih	-Pengajian dengan materi ahlak	Masih terlihat murung, berpikiran negatif dan sulit mengambil tindakan
		Emosi spiritual	Emosi spiritual yang sehat dan dapat belajar	Timbul rasa takut terhadap penolakan keluarganya	-Kegiatan sholat dengan materi fiqih	Masih terdapat rasa takut akan penolakan dari keluarga,



			dari peristiwa dan perasaan yang dialami	dan takut tidak terpenuhi, sulit menerima hidup yang jalani dan sulit menyesuaikan diri dalam situasi dan kondisi yang tidak menyenangkan	dan praktek	belum menerima hidupnya serta sulit menyesuaikan diri
		Emosi otentik	Dapat mengatakan peristiwa dan perasaan yang telah dialami	Malu mengakui perasaannya, memilih memendam emosi dan permasalahan, ingin terlihat tegar dihadapan orang lain	-Kegiatan konsultasi	Memilih memendam emosi dan permasalahannya sendirian atau bersikap tertutup, ingin terlihat tegar dihadapan orang lain serta malu mengakui perasaan sedihnya
		Emosi rekonsiliasi	mudah memaafkan kesalahan orang lain dan mampu	Kesulitan untuk memaafkan, merasa sakit hati, dan	-Kegiatan ziarah makam	Belum mampu memaafkan, masih terdapat luka batin dan sulit menerima

			berdamai dengan diri sendiri	merasa berat terhadap hidup yang dijalannya		kehidupan yang telah dialami
5.	Mbah MS (70)	Pengetahuan emosi	Mengetahui emosi yang dialami dan menghasilkan perilaku yang positif	kebingungan menentukan langkah, berpikiran negatif, mudah sedih	-Pengajian dengan materi ahlak	Dapat mengalihkan emosi yang tidak menyenangkan dengan membaca buku dan dzikir
		Emosi spiritual	Emosi spiritual yang sehat dan dapat belajar dari peristiwa dan perasaan yang dialami	Timbul gangguan spiritual emosi seperti takut akan penolakan, tidak dapat menerima dan menyesuaikan terhadap perubahan kondisi hidup	-Kegiatan sholat dengan materi fiqih dan praktek	Timbul emosi spiritual yang positif yaitu rasa syukur, mampu mengambil pelajaran hidup dari peristiwa yang telah dialami dan dapat menyesuaikan diri hidup di panti
		Emosi otentik	Dapat mengatakan peristiwa dan	Malu mengakui perasaan sedih	-Kegiatan konsultasi	Dapat berbagi cerita dengan pembimbing

			perasaan yang telah dialami	dihadapan orang lain, memendam emosi dan tidak dapat mengungkapkan peristiwa yang telah terjadi.		agama Islam dan peksos atau bersikap terbuka terhadap permasalahan dan emosinya, tidak malu mengakui perasaan yang dialami
		Emosi rekonsiliasi	mudah memaafkan kesalahan orang lain dan mampu berdamai dengan diri sendiri	Membutuhkan waktu untuk memaafkan orang lain, tidak dapat menyelesaikan masalah dengan baik, sulit untuk lepas dari masalah dan peristiwa yang telah dialami	-Kegiatan ziarah makam	Mampu memaafkan, dapat menerima hidupnya, terbebas dari beban permasalahan dan emosi di masa lalu
No	Inisial	Aspek (Teori Antoni Dio Martin)	Bentuk	Kondisi Sebelum	Kegiatan Bimbingan Agama Islam	Kondisi Setelah
1.	Mbah SR	Pengetahu	Mengetahui	Memilih tidak	-Pengajian	Dapat

	(67)	an Emosi	emosi yang dialami dan menghasilkan perilaku yang positif	tinggal dengan anaknya, kebingungan menentukan perilaku, timbul perasaan mudah sedih	dengan materi ahlak	menentukan perilaku yang tepat. mengatasi emosi yang tidak menyenangkan dengan dzikir dan doa.
		Emosi spiritual	Timbul emosi spiritual yang sehat, dapat belajar dari peristiwa dan perasaan yang telah dialami	Timbul rasa takut terhadap penolakan keluarganya, sulit menerima dan menyesuaikan diri dalam situasi dan kondisi yang tidak menyenangkan	-Kegiatan sholat dengan materi fiqh dan praktek  -Kegiatan Dzikir	Timbul emosi spiritual yang sehat yaitu rasa syukur, dapat belajar dari pengalamannya  Dapat menyesuaikan diri hidup di panti
		Emosi otentik	dapat mengatakan peristiwa dan perasaan yang telah dialami	Memilih memendam perasaan sedihnya, malu mengakui perasaan sedihnya, dan tidak dapat mengatakan	-Kegiatan konsultasi	Dapat terbuka terhadap permasalahan dan emosi yang dialami, , tidak malu mengatakan perasaannya yang sedang

				kepada orang lain apa yang telah dialami		dialami
		Emosi rekonsiliasi	Mudah memaafkan kesalahan orang lain dan tidak mampu berdamai dengan diri sendiri	Membutuhkan beberapa waktu untuk memaafkan kesalahan orang lain dan merasa berat terhadap jalan hidup yang dipilihnya	-Kegiatan ziarah makam	Dapat memaafkan kesalahan orang lain, dapat menyelesaikan masalahnya dan menerima hidup yang telah dijalaninya
2.	Mbah S (61)	Pengetahuan emosi	Mengetahui emosi yang dialami dan perilaku yang positif	Terjadi perselisihan dengan keluarganya, cepat marah dan mudah sedih	-Pengajian dengan materi ahlak	Tidak berbuat gegabah namun jika terdapat masalah ia murung, diam, mudah berpikiran negatif
		Emosi spiritual	Emosi spiritual yang sehat dan dapat belajar dari peristiwa dan perasaan yang dialami	Timbul emosi spiritual takut akan penolakan keluarganya, timbul perasaan tidak	-Kegiatan sholat dengan materi fiqih dan praktek	Masih timbul emosi spiritual yang tidak sehat, ia masih belum mampu menerima keadaanya,

				terima yang berlebihan, sulit menyesuaikan diri pada kondisi hidupnya yang semula tinggal di rumah menjadi hidup dijalan		belum mampu menyesuaikan diri hidup dipanti dan belum mampu mengambil pelajaran hidup terhadap peristiwa yang dialami
		Emosi otentik	Dapat mengatakan peristiwa dan perasaan yang telah dialami	Malu mengakui perasaan sedih yang dialami, memendam rasa sedih dan kecewanya, tidak dapat mengatakan apa yang telah dialami dihadapan anaknya dan menanggapi anaknya tidak memperdulikannya lagi	-Kegiatan konsultasi	Lebih memilih diam dan bersikap tertutup serta malu mengakui perasaan yang sedang dialami
		Emosi rekonsilias	mudah memaafkan	Kesusahan memaafkan kesalahan	-Kegiatan ziarah	Sulit memaafkan

		i	kesalahan orang lain dan tidak mampu berdamai dengan diri sendiri	orang lain, mengalami luka batin yang mendalam, merasa sangat berat menanggung beban hidupnya, selalu mengingat peristiwa yang terjadi padanya	makam	dan mengalami luka batin yang sangat dalam serta tidak dapat terlepas beban permasalahan dan emosi di masa lalu
3.	Mbah K (75)	Pengetahuan emosi	Mengetahui emosi yang dialami dan menghasilkan perilaku yang positif	Timbul perilaku iri terhadap kehidupan orang lain, mudah sedih jika melihat hidup orang lain	-Pengajian dengan materi ahlak	Tidak mudah iri terhadap kehidupan orang lain, menenangkan diri dengan dzikir
		Emosi spiritual	Emosi spiritual yang sehat dan dapat belajar dari peristiwa dan perasaan yang dialami	Timbul gangguan spiritual emosi seperti ketakutan akan penolakan keluarganya, tidak dapat menerima kondisi hidupnya tanpa	-Kegiatan sholat dengan materi fiqih dan praktek -Kegiatan dzikir	Timbul emosi spiritual yang positif yaitu rasa syukur dan mampu mengambil pelajaran hidup dari pengalamannya sehingga ia tidak mudah iri

				kehadiran anak dan istri, tidak dapat menyesuaikan diri terhadap perubahan hidupnya yang semula hidup bersama istri menjadi sendirian		terhadap kebahagiaan orang lain serta mampu menyesuaikan hidup dipanti dengan baik
		Emosi otentik	Dapat mengatakan peristiwa dan perasaan yang telah dialami	Malu mengakui perasaan sedihnya, memilih diam dan memendam emosinya, tidak dapat mengutarakan apa yang telah dialaminya dihadapan orang lain.	-Kegiatan konsultasi	Bersikap terbuka terhadap permasalahan dan emosinya bersama peksos dan istrinya, serta tidak malu mengakui emosi yang sedang dirasakannya
		Emosi rekonsiliasi	Mudah memaafkan kesalahan orang lain dan t mampu berdamai	Membutuhkan waktu untuk memaafkan kesalahan orang lain dan belum mampu	-Kegiatan ziarah makam	Mampu memaafkan, tidak membenci orang lain, menerima



			dengan diri sendiri	berdamai dengan diri sendiri terhadap kondisi hidup yang dijalani, merasa berat menjalani hidupnya		hidup yang dijalani sekarang, terbebas dari beban masalah dan emosi di masa lalu
4.	Mbah SU (70)	Pengetahuan emosi	Mengetahui emosi yang dialami dan menghasilkan perilaku yang positif	Memilih pergi dari rumah, terjadi perselisihan, mudah tersinggung dan mudah sedih	-Pengajian dengan materi ahlak	Masih terlihat murung, berpikiran negatif dan sulit mengambil tindakan
		Emosi spiritual	Emosi spiritual yang sehat dan dapat belajar dari peristiwa dan perasaan yang dialami	Timbul rasa takut terhadap penolakan keluarganya dan takut tidak terpenuhi, sulit menerima hidup yang jalani dan sulit menyesuaikan diri dalam situasi dan kondisi yang	-Kegiatan sholat dengan materi fiqih dan praktek	Masih terdapat rasa takut akan penolakan dari keluarga, belum menerima hidupnya serta sulit menyesuaikan diri

				tidak menyenangkan		
		Emosi otentik	Dapat mengatakan peristiwa dan perasaan yang telah dialami	Malu mengakui perasaannya, memilih memendam emosi dan permasalahan, ingin terlihat tegar dihadapan orang lain	-Kegiatan konsultasi	Memilih memendam emosi dan permasalahannya sendirian atau bersikap tertutup, ingin terlihat tegar dihadapan orang lain serta malu mengakui perasaan sedihnya
		Emosi rekonsiliasi	mudah memaafkan kesalahan orang lain dan mampu berdamai dengan diri sendiri	Kesulitan untuk memaafkan, merasa sakit hati, dan merasa berat terhadap hidup yang dijalaninya	-Kegiatan ziarah makam	Belum mapu memaafkan, masih terdapat luka batin dan sulit menerima kehidupan yang telah dialami
5.	Mbah MS (70)	Pengetahuan emosi	Mengetahui emosi yang dialami dan menghasilaka	kebingungan menentukan langkah, berpikiran	-Pengajian dengan materi ahlak	Dapat mengalihkan emosi yang tidak

			n perilaku yang positif	negatif, mudah sedih		menyenangkan dengan membaca buku dan dzikir
		Emosi spiritual	Emosi spiritual yang sehat dan dapat belajar dari peristiwa dan perasaan yang dialami	Timbul gangguan spiritual emosi seperti takut akan penolakan, tidak dapat menerima dan menyesuaikan terhadap perubahan kondisi hidup	-Kegiatan sholat dengan materi fiqih dan praktek	Timbul emosi spiritual yang positif yaitu rasa syukur, mampu mengambil pelajaran hidup dari peristiwa yang telah dialami dan dapat menyesuaikan diri hidup di panti
		Emosi otentik	Dapat mengatakan peristiwa dan perasaan yang telah dialami	Malu mengakui perasaan sedih dihadapan orang lain, memendam emosi dan tidak dapat mengungkapkan peristiwa yang telah terjadi.	-Kegiatan konsultasi	Dapat berbagi cerita dengan pembimbing agama Islam dan peksos atau bersikap terbuka terhadap permasalahan dan emosinya, tidak malu mengakui

						perasaan yang dialami
		Emosi rekonsiliasi	mudah memaafkan kesalahan orang lain dan mampu berdamai dengan diri sendiri	Membutuhkan waktu untuk memaafkan orang lain, tidak dapat menyelesaikan masalah dengan baik, sulit untuk lepas dari masalah dan peristiwa yang telah dialami	-Kegiatan ziarah makam	Mampu memaafkan, dapat menerima hidupnya, terbebaskan dari beban permasalahan dan emosi di masa lalu

Dampak pemberian bimbingan agama Islam di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes dalam mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada lansia memiliki dampak positif. Dilihat dari beberapa aspek dalam teori Antoni Dio Marthin, lansia setelah mendapat bimbingan agama Islam terdapat perubahan yang lebih baik meskipun tidak semua lansia terdapat perubahan lebih baik. Dari lima responden, terdapat tiga lansia yakni mbah SR, mbah K, dan mbah MS yang memiliki kemampuan pengendalian emosi yang lebih baik dan dua lansia yakni mbah S dan mbah SU memiliki kemampuan pengendalian emosi yang belum berkembang dengan baik. Bimbingan agama Islam dapat meningkatkan pengetahuan agama Islam pada lansia. Pengetahuan agama yang benar dapat menjadi pedoman hidup bagi lansia sehingga dapat menyikapi suatu permasalahan dan dorongan emosi dengan perilaku yang positif. Sesuai dengan ungkapan Bapak Sokhiddin sebagai berikut:

“Tentunya bimbingan agama Islam itu kegiatan yang positif insyaallah bermanfaat, ada dampak positifnya. Bimbingan agama Islam yang bapak berikan tentang cerita-cerita nabi, mbah-mbah itu suka kalau diceritani kisah nabi mba, dengan cerita nabi nantinya dapat mengambil hikmah bisa mengikuti sifat-sifat mulia. Kalo punya temperamentalnya tinggi bisa belajar sabar. Sabar itu berkaitan dengan siapa yang mendidiknya. Mendidik secara agama sebagaimana kesabaran Rasulullah dan nabi terdahulu dari situ nanti bisa mengikutinya ambil hikmahnya. Perubahan mbah disini bisa dilihat semulanya tidak paham kalau perbuatan yang dilakukan itu tidak baik menjadi tau, kalau lagi ada masalah sama simbah lain engga gegabah tindakannya, kalo agak ada dikit masalah cepet baikannya rukun kembali, kalo sementara ada yang temperamentalnya tinggi ya ada biasanya saya tuturi itu nanti nurut” (Wawancara dengan Bapak Sokhiddin pada tanggal 28 Desember 2022).

Ibu Rustinah juga mengungkapkan bahwa bimbingan agama Islam memiliki dampak positif bagi lansia bahwa lansia dapat menentukan perilaku yang tepat dalam menghadapi emosi yang tidak menyenangkan, dapat menerima masukan dari pembimbing agama Islam dan Pekerja sosial, mudah memaafkan kesalahan sesama penghuni panti sehingga memiliki hubungan yang harmonis, jika terdapat permasalahan lansia dapat berkonsultasi dengan pembimbing agama Islam atau pekerja sosial untuk membantu menemukan solusi dari permasalahan yang dialami lansia. Hal ini sesuai dengan ungkapan Ibu Rustinah sebagai berikut:

“Dampaknya bagi lansia itu positif, kebanyakan mereka yang murung itu karena perbedaan permasalahan kalau yang gelandangan itu murung terus caper terus emosinya labil gampang tersinggung belum bisa menerima disini, enakan diluar kalau disini diatur. Tapi setelah ikut bimbingan agama Islam udah mulai berubah mba ya walaupun engga semuanya ya mba ada yang butuh waktu yang lebih lama mba, perubahannya itu mbahnya jadi paham mana perbuatan yang baik mana yang engga baik, sudah bisa menerima kondisinya sekarang dipanti engga murung engga caper, nurut kalau di nasehati, cepet rukun sama teman-teman yang lain, kalau lagi ada masalah itu mau cerita ke saya mba ada yang ke pak ustadz nanti dinasehati, orang yang belum curhatkan pikirannya macem-macem. Kita ajah kalau unek-uneknya engga dikeluarkan juga mengganjal mengganggu” (Wawancara dengan Ibu Rustinah pada tanggal 28 Desember 2022).

Bedasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa bimbingan agama Islam memberikan dampak positif bagi lansia. Yang awalnya lansia sulit mengendalikan emosi yang dibuktikan dengan tindakan yang negatif seperti perselisihan, memilih pergi dari rumah, iri, dan sulit mengambil tindakan namun setelah diberikan bimbingan agama Islam dapat bertindak lebih positif. Kegiatan yang ada dalam bimbingan agama Islam diantaranya yaitu: *pertama*, pengajian agama melalui dapat menambah wawasan lansia sehingga lansia dapat mengambil tidaka yang tepat saat menghadapi emosi. *Kedua*, kegiatan sholat dan dzikir dapat mendekatkan diri pada Allah SWT sehingga ia dapat mensyukuri kehidupan yang dimilikinya saat ini, dapat mengambil pelajaran pada hidupnya artinya tidak mudah menyalahkan siapapun dalam hidupnya dan dapat menyesuaikan diri dengan baik. *Ketiga*, kegiatan konsultasi dapat menjadi solusi bagi lansia agar dapat bersikap terbuka terhadap permasalahan dan perasaan yang dialami sehingga dapat mengurangi beban masalah dan beban emosi lansia. *Keempat*, kegiatan ziarah makam dapat mengingatkan akan kematian sehingga dapat membangun hubungan yang baik antara dirinya dengan pencipta-Nya dengan melaksanakan ibadah dan dapat membangun hubungan yang baik antara sesama manusia artinya lansia dapat menjalin hubungan yang harmonis dengan cara saling memaafkan kesalahan orang lain dan tidak menyimpan rasa dendam dalam dirinya. Dengan adanya bimbingan agama Islam menjadi sarana bagi lansia untuk menyelesaikan permasalahan bedasarkan sudut pandang agama Islam. Dari lima lansia terdapat tiga lansia yang memiliki perubahan kearah yang baik sedangkan dua lansia yang lainnya masih belum dapat dikatakan belum mangalami perubahan ke arah positif secara signifikan. Bimbingan agama Islam di rumah pelayanan sosial dapat dikatakan cukup baik karena mampu memberikan perubahan secara positif bagi psikologi lansia.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. KESIMPULAN**

Bedasarkan uraian yang telah dijelaskan dan dianalisis hasil penelitian tentang pelaksanaan bimbingan agama Islam dalam mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada lanjut usia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes maka penulis dapat menarik kesimpulan sebagai berikut:

Kondisi kemampuan pengendalian emosi lanjut usia sebelum tinggal di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes dilihat dari empat aspek yaitu pengetahuan emosi yang kurang baik seperti timbul perselisihan, iri hati, pergi dari rumah, dan kebingungan menentukan tindakan. Emosi spiritual tidak sehat rasa takut akan penolakan dan sulit menerima perubahan hidupnya, emosi otentik yang kurang baik dengan memendam permasalahan dan perasaan yang dialami dan emosi rekonsiliasi yaitu lansia kurang mamapu memaafkan dan mengalami luka batin sehingga tidak dapat berdamai dengan diri sendiri.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa bimbingan agama Islam berjalan cukup baik dan sistematis dengan unsur-unsur didalamnya. Bimbingan agama Islam sebagai upaya mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada lansia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes dengan pengajian agama secara umum menggunakan materi akidah, syariah dan ahlak. Kegiatan bimbingan agama Islam dalam mengembangkan kemampuan pengendalian emosi dengan empat aspek yaitu pertama, pengetahuan emosi melalui pengajian agama dengan materi ahlak, Kedua, emosi spirituai melalui kegiatan sholat dan dzikir. Ketiga, emosi otentik melalui kegiatan konsultasi dan Keempat dengan ziarah makam. Menggunakan media lisan dan menggunakan dua metode yaitu penyadaran dan keteladanan. Bimbingan agama Islam memberikan dampak positif, dari liama lansia terdapat tiga lansia yang berkembang kearah positif dapat dilihat dari empat aspek yaitu pertama, pengetahuan

emosi yaitu lansia dapat menentukan tindakan positif. Kedua, emosi spiritual yaitu muncul rasa syukur, dapat mengambil pelajaran hidup, dapat menyesuaikan perubahan hidupnya. Ketiga, emosi otentik yaitu bersikap terbuka dengan mengungkapkan permasalahan dan emosinya, tidak malu mengakui. Dan emosi rekonsiliasi yaitu lansia mampu memaafkan kesalahan orang lain dan berdamai dengan diri sendiri sehingga terlepas dari beban masalah dan emosi di masa lalu.

## **B. SARAN**

Hasil penelitian dan analisis maka peneliti memberikan beberapa saran untuk mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada lansia di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes. Peneliti menyadari bahwa setiap individu memiliki kekurangan atau kekeliruan, maka peneliti mengemukakan beberapa saran sebagai berikut:

1. Perlunya mengembangkan media yang digunakan dalam pelaksanaan bimbingan agama Islam agar lansia tidak merasa jenuh dalam mengembangkan materi bimbingan agama Islam sehingga dapat diterima dengan baik oleh lansia.
2. Bagi pembimbing agama Islam dan pekerja sosial terus mempertahankan hubungan baik dengan lansia agar lansia merasa nyaman untuk bercerita dan dapat membantu memecahkan masalah yang dialami lansia.
3. Bagi lansia sebaiknya mengikuti bimbingan agama bukan hanya sekedar mengikuti kegiatan melainkan mampu mengamalkan materi yang telah diberikan dalam bimbingan agama Islam dan lansia belajar memaafkan kesalahan orang lain agar batinnya merasa damai dan tidak terbayangi masalah yang berdampak pada kesehatan mental.

## **C. PENUTUP**

Alhamdulillah dengan rasa syukur atas nikmat yang telah Allah SWT berikan kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan tugas penelitian



meskipun banyak hambatan yang harus dilalui dan diatasi. Peneliti menyadari bahwa skripsi yang telah dijelaskan diatas terdapat banyak kekurangan dan kesalahan dalam penulisan meskipun peneliti sudah berusaha semaksimal mungkin. Maka kiritik dan saran yang membangun sangat berperan bagi peneliti dalam mengembangkan penelitian yang telah dikaji. Akhir kata, semoga dengan adanya skripsi ini maka dapat memberikan manfaat bagi bagi pembaca dan bermanfaat bagi peneliti sendiri sehingga dapat menjadikan bahan referensi penelitian yang selanjutnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alamsyah Nurfajar: 2016: 2016. *Ketika Hati Nurani Bicara*. Yogyakarta: Lintang Rasi Aksara Lintang Rasi Aksara.
- Albany Hasan. 2012. *The Miracle Of Night Sholat Tahajud*. Jakarta: Kawah Media.
- Amin Samsul Munir. 2010. *Bimbingan dan Konseling Islam*. Jakarta: Amzah
- Anasom, dkk, 2015. “Serifikasi Halal Sebagai Strategi Dakwah MUI (Majelis Ulama Indonesia) Jawa Tengah”, *jurnal ilmu Dakwah*, 35 (2).
- Anggraini dkk., 2022. *Gambaran Pengendalian Emosi Pada Lansia Dalam Lingkungan Padat Penduduk Perum Gardenia Kabupaten Malang*. *Nursing Information Journal*, 1 (2).
- Anwar M Fuad. 2019. *Landasan Bimbingan dan Konseling Islam*. Yogyakarta: CV. Budi Utama.
- Arif, Iman Setiadi. 2016. *Psikologi Positif: Pendekatan Saintifik Menuju Kebahagiaan*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Arifin Suherman. 2020. *Pola Perubahan Ziarah Makam Sebagai Arena Sosial*. *Jurnal At Taqddum*. (12)(2)
- Ariswati Triningtyas, Diana Muhanti Siti. 2018. *Mengenal Lebih Dekat Tentang Lanjut Usia*. Magetan : CV. AE Media Grafik.
- Aryawangsa Anak Agung Ngurah, Ariastuti Ni Luh Putu. 2016. *Prevalensi dan Distribusi Faktor Depresi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Tampaksiring 1 Kabupaten Gianyar Bali 2015*. *Directory Of Open Access Journals*, 7 (1).
- Az-Zahrani Musfir bin Sa'id. 2005. *Konseling Terapi*. Jakarta: Gema Insani.
- Budi Hengki Irawan Setia. 2020. *Manajemen Konflik Mengelola Marah dan Stres Secara Bijak*. Sleman: CV. Budi Utama.
- Cahyadi Ashadi, 2016. *Subjek Dakwah Dalam Al-Qur'an* . *Jurnal El-Afkar* 5 (1)
- Chan Febe. 2011. *Competence For Succes 1 Maksimalkan Potensi Menjadi Profesional Berkompeten Keterampilan dan Pengetahuan*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Darwis Hude. 2006. *Emosi (Penjajahan Religi dan Psikologi Tentang Emosi Manusia dalam Al-Qur'an)*. Jakarta: Erlangga.

- Desmita. 2015. Psikologi Perkembangan, Bandung ; PT. Remaja Rosdakarya.
- Dewi, Siti Utami., dkk. 2022. Keperawatan Geronti. Sumatra: PT Global Eksekutif Teknologi.
- Dian Hardianti, Jamaluddin Hos, Sarpin: 2021. Bentuk Dukungan Keluarga Dalam Menjaga Kesehatan Mental Lansia Vol. 1. No. 2.
- Diana R. Rachmy. 2015. Pengendalian Emosi Psikologi Islam. Jurnal UNISIA (37)(82)
- Djaali. 2020. Metodologi Penelitian Kualitatif, Jakarta Timur : PT. Bumi Aksara.
- Efendi, Makhfudi. 2009. Keperawatan Kesehatan Komunitas (Teori dan Praktik Keperawatan, Jakarta : Salemba Medika.
- Ekasari Mia Fatma., dkk. 2018. Meningkatkan Kualitas hidup lansia Konsep dan Berbagi Intervensi.Malang: Wineka Media.
- Ekman Paul. 2009. Membaca Emosi Orang. Yogyakarta: Think.
- El Bantanie Muhammad Syafi'ie. 2010. Dahsyatnya Terapi Berwudhu. Jakarta: Gramedia.
- Ernadewita, 2019. Sabar Sebagai Terapi Kesehatan Mental, Jurnal Kajian dan Pengembangan Umat (3) (1).
- Fabriar Silvia Riskha, 2019. Urgensi Psikologi Dalam Aktivitas Dakwah. Jurnal An-Nida, 11 (2).
- Faqih Aunur Rahim. 2001. Bimbingan dan Konseling Islami. Yogyakarta: UII Press.
- Gloria V., Eko E. 2016. Hubungan Hipertensi Dengan Fungsi Kognitif Di Politik SMF Ilmu Penyakit Dalam RSUP Prof. Dr. D. Kandou Manado. Jurnal e-Clinic, 4 (1).
- Hafiduddin Didin. 1998. Dakwah Aktual. Jakarta: Gema Insani Press.
- Hanafi Hafid. dkk. 2018. Profesionalisme Guru Dalam Pengelolaan Kegiatan Pembelajaran Di Sekolah. Yogyakarta : CV. Budi Utama.
- Hany Alfina. 2018. Quality Of Life And Mental Emotional Health Of Elderly People, Jurnal Ilmu Keperawatan, 6 (1).
- Hartanti, Ayu Arum Sari. 2019. Hubungan Status Emosional Dengan Kesehatan Fisik Lansia Di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember. Jurnal Universitas Muhammadiyah Jember, 2 (1).

- Hasan Mohammad, 2013. Metode Pengembangan Ilmu Dakwah. Surabaya: Pena Salsabila.
- Hasanah, Hasyim. 2014. Peran Bimbingan Konseling Islam Dalam Menentukan Tekanan Emosi Remaja. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 5 (1).
- Hidayanti Ema, 2014. Dakwah Pada Setting Rumah Sakit; (Studi Deskriptif Terhadap Sistem Pelayanan Bimbingan Konseling Islam Bagi Pasien Rawat Inap Di Rsi Sultan Agung Semarang). *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 5 (2).
- Hikmah Siti. 2015. Psikologi Perkembangan. Semarang: CV Karya Abadi Jaya.
- Hortib HS Ahmad. 2020. Kitab Misbah Az Zalam Karya Syaikh Muhammad Muhajirin Amsar al-Dary Dalam Persepektif Dakwah Bil al-Qalam. Banten: A-Empat.
- Hurlock Elizabeth B, 2011. Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Jakarta: Erlangga.
- Indra Dewi. 2019. Seni Melupakan Berdamai Masa Lalu. Surabaya: Anak Hebat Indonesia.
- Iskandar. 2019. Dakwah Inklusif (Konseptualisasi dan Aplikasi), Sulawesi : IAIN Parepare Nusantara Press.
- Ismatulloh, 2015. Metode Dakwah Dalam Al-Qur'an (Studi Pernaafsiran Hamka terhadap QS. An-Nahl : 125). *Jurnal Lentera*, 70 (2).
- Jusup Jenny. 2011. Kiat Menghadapi Masalah Kesehatan Lansia + 35 Resep Hidangan Sehat. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- M. Nur Dalinur, 2017. Manajemen Dakwah, Perubahan Sosial, dan Kesalehan Sosial dalam Masyarakat Islam Melayu Kota Palembang. *Jurnal Komunikasi Islam dan Kehumasan*, 1 (2).
- Martin Anthony Dio. 2003. Emotional Quality Management. Jakarta: Agra
- Maryam Siti, dkk. 2008. Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya. Jakarta : Salemba Medika.
- Masdudi. 2015. Bimbingan dan Konseling Perspektif Sekolah. Cirebon: Nurjati Press.
- Mukhiban A. 2020. Upaya Kepala Madrasah Melakukan Peningkatan Kompetensi Pedagogik Guru Dalam Manajemen Kelas Melalui Supervisi Administrasi Kelas Di MTS Riyadush Sholihin Purwareja Klampok Banjar Negara Tahun Ajaran 2019/2020. *Jurnal Pendidikan Empirisme*, 32 (7).

- Mundir. 2013. Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif. Jember: STAIN Jember press.
- Munir M, Ilahi Wahyu, 2021. Manajemen Dakwah (Edisi Pertama) Jakarta: Kencana.
- Munir Misbachul. 2019. Konsep Sabar Menurut Al-Qhazali Dalam Kitab Ihya ‘Ulum Al-Din, Jurnal Spiritualis 5 (2).
- Muyassaroh Yunik., dkk. Psikologi Perkembangan. Sumatra: PT. Global Eksekutif Teknologi.
- Muyassaroh, H. 2020. Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap dalam Menghadapi Pandemi Covid 19. In LP2M (Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat).
- Muyassaroh, Yanik dkk. 2022. Psikologi Perkembangan. Sumatra: PT. Global Eksekutif Teknologi.
- Ngapiyem Ruty, dkk. 2020. Deteksi Dini Terpadu Kesehatan Jiwa Masyarakat Dalam Meningkatkan Kewaspadaan Di Salah Satu Dusun Di Gunung Kidul. Journal Of Health, 7 (1).
- Noor Zulki Zulkifli. 2021. Buku Referensi Strategi Pemasaran 5.0. Yogyakarta : CV. Budi Utama.
- Nuryati Eti. 2014. Psikologi Perempuan Dalam Berbagai Perspektif Edisi 2. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Pimay Awaludin. 2005. Paradigma Dakwah Humanis: Strategi dan Metode Dakwah Prof. KH. Saifuddin Zuhri. Semarang: RaSAIL.
- Prihwanto Puji dkk. 2019. Konseling Lintas Agama dan Budaya: Strategi Konseling Di Era Modern. Jakarta: Guepedia.
- Prima Iwan Berri. 2020. Produktivitas Petani Di Wilayah Perbatasan RI. Surabaya : Pustaka Media Guru.
- Ramdhani Rahmi, Sri Bina Nuraini. 2021. Statistika Penelitian Pendidikan : Analisis Perhitungan Matematis dan Aplikasi SPSS.
- Ricard Michael., dkk. 2021. Perkembangan Peserta Didik Konsep dan Permasalahan. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Risna, dkk. 2019. Peranan Bimbingan Keagamaan Dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Remaja. Jurnal Bimbingan, Konseling, Psikoterapi Islam, 7 (2).

- Riyadi dkk. 2019. Bimbingan Konseling Bagi Pasien Rawat Inap Di Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang. *Jurnal SMaRT Studi Masyarakat, Religi, dan Tradisi*, 5 (1).
- Saerozi. 2015. *Pengantar Bimbingan dan Penyuluhan Islam*. Semarang Karya Abadi Jaya.
- Samsu. 2017. *Metode Penelitian (Teori dan Aplikasi Penelitian Kunlitatif, Kualitatif, Mixed Methods, serta Research dan Development)*. Jambi: Pusat Studi Agama dan Kemasyarakatan (PUSAKA).
- Sanusi Anwar. 2006. *Jalan Kebahagiaan*. Jakarta: Gema Insani.
- Sarnoto Ahmad Zain, Wibowo Susilo. 2021. Membangun Kecerdasan Emosional Melalui Dzikir Dalam Perspektif Al-Qur'an. *Jurnal Ilmu-Ilmu KeIslaman* (11)(1).
- Sarwono Jonathan. 2006. *Metode penelitian Kuantatif dan Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Setiyorini Erni, Wulandari Ning Arti. 2018. *Asuhan Keperawatan Lanjut Usia Dengan Penyakit Degeneratif*, Malang : Media Nusa Creative.
- Sha'rawi Muhammad Mutawali. 2006. *Kenikmatan Taubat: Pintu Menuju Kebahagiaan dan Surga*. Jakarta: Qultum Media.
- Shihab M. Quraish. 2007. *Secercah Cahaya Ilahi*. Bandung: PT Mizan Pustaka.
- Sudirman, Siti Partini. 2011. *Psikologi Lanjut Usia*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R and D*. Bandung: Alfabeta.
- Sutinah dan Maulani. 2017. Hubungan Pendidikan, Jenis Kelamin, Dan Status Perkawinan Dengan Depresi Pada Lansia, *Jurnal Endurance* 2 (2).
- Sutoyo Agus. 2000. *Kiat Sukses Prof. Hembing*. Jakarta: Prestasi Insan Indonesia
- Sutoyo Anwar. 2013. *Bimbingan dan Konseling Islam (Teori dan Praktik)*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Syafaruddin, dkk. 2019. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling (Telaah Konsep Teori dan Parktis)*. Medan: Perdana Publishing.
- Syarbini Amirulloh, Afsari Novi Hidayati.2012. *Rahasia Superdahsyat Dalam Sabar Dan Shalat*. Jakarta: Qultum Media.

- Syarifuddin dkk., 2021. Konsep stoisisme untuk mengatasi emosi negatif menurut Henry menampiring. (3)(2).
- Tohirin, 2012. Metode Penelitian Kualitatif Dalam Pendidikan dan Bimbingan Konseling: Pendekatan Praktis Untuk Peneliti Pemula dan Dilengkapi dengan Hasil Wawancara Serta Model Penyajian Data. Jakarta: Rajawali Press.
- Ulfiah. 2020. Psikologi Konseling (Teori dan Implementasi Edisi Pertama). Jakarta: Kencana.
- Uthong Jirawan. 2021. Role of the Elderly and Local Community Development: A Case Study of Ban Hua Don, Mai Klon Sub-district, Mueang District, Ubon Ratchathani Province. *International Journal of Sociologies and Anthropologies Science Reviews (IJSASR)*, 1 (3).
- Walgito Bimo. 2010. Bimbingan dan Konseling (Studi dan karier). Yogyakarta: C.V Andi Offset.
- Wangsanata Susana Aditiya., dkk. 2020."Mengembalikan Fungsi Kognisi Pasien Penyakit si RSI Sunan Kudus Melalui Layanan Bimbingan Islam". *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 4 (1).
- Widada Aruman Edhy. 2020. Sukses Bekerja Pensiun Bahagia. Bogor : IPB Press.
- Zaini Ahmad. 2016. Peranan Dakwah Dalam Pengembangan Masyarakat Islam, *Jurnal Community Development*, 1 (1).
- Zaprul Khan. 2016. Kesuksesan Autentik. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Zohar Danah, Marshall Ian. 2007. SQ: Kecerdasan Spiritual (Terjemahan) dari SQ: Spiritual Intelligence. The Ultimate Intelligence. Bandung: PT. Mizan Pustaka.

## **LAMPIRAN**

### **Lampiran 1**

#### **DRAF WAWANCARA**

- A. Wawancara dengan pembimbing agama Islam di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes
1. Menurut bapak, seperti apa bimbingan agama Islam yang diberikan kepada simbah disini?
  2. Apa fungsi dari bimbingan agama Islam di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes?
  3. Apa tujuan bimbingan agama Islam yang diberikan kepada simbah disini?
  4. Materi apa saja yang disampaikan bimbingan agama Islam dan menurut bapak materi yang tepat untuk mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada simbah ?
  5. Metode apa yang digunakan dalam menyampaikan bimbingan agama Islam kepada simbah?
  6. Media apa saja yang disampaikan saat bimbingan agama Islam?
  7. Bagaimana upaya bapak yang dilakukan untuk mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada di di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes?
  8. Bagaimana dampak bimbingan agama Islam bagi lansia dalam mengembangkan kemampuan pengendalian emosi?
- B. Wawancara dengan pekerja sosial di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes
1. Bagaimana perilaku lansia ketika sedang mengalami permasalahan dalam pengendalian emosi?
  2. Apa penyebab emosi yang tidak menyenangkan pada simbah ?
  3. Faktor apa yang mempengaruhi kemampuan pengendalian emosi pada simbah?



4. Apakah ada perubahan ketika sudah diberikan bimbingan agama Islam?
  5. Kapan pelaksanaan bimbingan agama Islam di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes ?
  6. Apakah ibu, turut serta mendampingi simbah dalam melaksanakan bimbingan agama Islam?
  7. Apakah seluruh lansia ikut serta dalam bimbingan agama Islam ?
  8. Apakah simbah disini mengalami masalah dapat atau berbagi cerita untuk memintai bantuan kepada ibu atau pak ustadz?
  9. Apa upaya yang ibu lakukan dalam mengembangkan kemampuan pengendalian emosi pada simbah disini?
  10. Bagaimana dampak bimbingan agama Islam bagi lansia dalam mengembangkan kemampuan pengendalian emosi?
- C. Wawancara dengan lansia penerima manfaat sebelum dan setelah tinggal di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes
- a. Wawancara sebelum tinggal di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes

1.	Pengetahuan Emosi	<p>Mampu membedakan emosi yang dirasakan</p> <p>Mampu mengetahui penyebab emosi</p> <p>Mampu menentukan sikap dan perilaku yang tepat</p>	<p>Bagaimana perasaan mbah sebelum memutuskan tinggal di panti ?</p> <p>Mengapa mbah merasakan emosi tersebut?</p> <p>Apa yang mbah lakukan ketika menghadapi emosi tersebut?</p>
----	-------------------	---	---

2.	Emosi spiritual	Mampu menerapkan unsur emosi	Apakah mbah dapat menerima hidup mbah yang dulu? apa alasannya?
3.	Emosi otentik	Mampu mengakui perasaan yang dialami	Dulu, jika ingin menunjukkan emosi yang mbah rasakan, mbah merasa malu?
		Mampu mengekspresikan emosi yang dialami	Dulu, saat mbah menghadapi masalah, apakah mbah dapat berbagi cerita dengan orang lain?
4.	Emosi rekonsiliasi	Mampu memaafkan kesalahan orang lain	Dulu, apakah mbah dapat memaafkan orang lain yang telah melakukan kesalahan pada mbah di masa lalu?
		Mampu berdamai dengan diri sendiri	Dulu, apakah mbah merasa berat terhadap permasalahan yang mbah alami?

b. Wawancara sebelum tinggal di rumah pelayanan sosial lanjut usia Klampok Brebes

1.	Pengetahuan Emosi	Mampu menentukan sikap dan perilaku yang tepat	Sekarang, jika mbah menghadapi emosi tersebut disini, apa yang
----	-------------------	--	--

			mbah lakukan?
2.	Emosi spiritual	Mampu menerapkan unsur emosi	Apakah mbah dapat menerima hidup mbah yang sekarang? apa alasannya?
3.	Emosi otentik	Mampu mengakui perasaan yang dialami	Sekarang, jika ingin menunjukkan emosi yang mbah rasakan, mbah masih merasa malu?
		Mampu mengekspresikan emosi yang dialami	Sekarang, jika mbah ada masalah, apakah mbah dapat berbagi cerita?
4.	Emosi rekonsiliasi	Mampu memaafkan kesalahan orang lain	Sekarang mbah, dapat memaafkan orang yang telah melakukan kesalahan pada mbah di masa lalu?
		Mampu berdamai dengan diri sendiri	Sekarang mbah masih merasa berat melewati permasalahan di masa lalu?

#### Wawancara kegiatan bimbingan agama Islam

1. Apakah mbah dapat memahami materi yang disampaikan pak ustadz? apa saja yang mbah pahami?
2. Apa niat mengikuti bimbingan agama Islam atas dasar kemauan sendiri atau hanya karena aturan saja? apa alasannya?
3. Apakah mbah selalu melaksanakan sholat?
4. Apakah mbah sering melakukan dzikir untuk menenangkan diri dari emosi mbah alami?

5. Apakah mbah kalau ada masalah dapat berkonsultasi pada bu Rustinah atau pak ustadz?
6. Apakah mbah mengikuti kegiatan ziarah makam?
7. Apa yang mbah pikirkan tentang kegiatan ziarah makam?

## Lampiran 1



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH  
DINAS SOSIAL  
PANTI PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA  
BOJONGBATA

Jalan Dr. Cipto Mangunkusumo Nomor 4 Pemalang Kode Pos 52319  
Telepon 0284 – 321041 Faksimile 0284 – 321041  
Surat Elektronik ppslu.bojongbata@gmail.com

**SURAT KETERANGAN**  
Nomor : 423.4 / 125

Yang bertanda tangan di bawah ini :

N a m a : ASEP TAUFIK HIDAYAT, S.ST  
N I P : 19740424 199603 1 002  
Pangkat / Golongan : Penata Tingkat I, III/d  
Jabatan : Kepala Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bojongbata Pemalang

Dengan ini menerangkan:

N a m a : MERLINA RESTIYA UTAMI  
N I M : 1801016012  
Asal Kampus : Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

Bahwa nama yang tersebut diatas telah Melaksanakan Penelitian di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Klampok Brebes dari tanggal 1 Juli 2022 s/d 30 Juli 2022.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pemalang, 16 Desember 2022

KEPALA PANTI PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA  
BOJONGBATA PEMALANG

  
ASEP TAUFIK HIDAYAT, S.ST  
Penata Tingkat I  
NIP. 19740424 199603 1 002

## DOKUMENTASI

### Lampiran 3



Pelaksanaan bimbingan agama Islam



**PEKSOS mendampingi lansia**



Wawancara dengan pembimbing agama Islam



Wawancara dengan Peksos





Wawancara dengan lansia penerima manfaat

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Merlina Restiya Utami  
Tempat, Tanggal Lahir : Brebes, 29 23 Mei 2000  
Alamat : Jl. Hormat 1 Desa Pulogading, RT 03/RW 01,  
Kecamatan Bulakamba, Kabupaten Brebes  
Nama Ayah : Wigyono  
Pekerjaan Ayah : Buruh Tani  
Nama Ibu : Warsem  
Pekerjaan Ibu : Pedagang

Jenjang Pendidikan :

1. SDN 01 Pulogading
2. SMP Negeri 03 Bulakamba
3. SMA Negeri 01 Bulakamba
4. UIN Walisongo Semarang

Semarang, 7 Desember 2022



Merlina Restiya Utami

1801016012