

SKRIPSI
FENOMENA KECEMASAN PADA LANSIA DI PONPES LANSIA RADEN
RAHMAT SEMARANG



Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat

Guna memperoleh Gelar Sarjana

Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora

Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh :

Tahsya Kanthi Kusuma Swari

NIM: 1804046027

FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGRI WALISONGO SEMARANG

2022

**FENOMENA KECEMASAN PADA LANSIA MUKIM DI PONPES
LANSIA RADEN RAHMAT SEMARANG**



Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat

Guna memperoleh Gelar Sarjana

Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora

Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh :

Tahsya Kanthi Kusuma Swari

NIM: 1804046027

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGRI WALISONGO SEMARANG**

2022

DEKLARASI KEASLIAN

DEKLARASI KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini;

Nama : Tahsya Kanthi Kusuma Swari

NIM : 1804046027

Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi

Menyatakan skripsi yang berjudul :

FENOMENA KECEMASAN PADA LANSIA MUKIM DI PONDOK PESANTREN RADEN RAHMAT SEMARANG

Dengan ini, saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul di atas secara keseluruhan adalah hasil penelitian atau karya saya sendiri, kecuali bagian tertentu yang menggunakan sumber rujukan.

Semarang, 8 Desember 2022

Deklarator



Tahsya Kanthi Kusuma Swari

NIM: 1804046027

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

FENOMENA KECEMASAN PADA LANSIA MUKIMDI PONPES LANSIA
RADEN RAHMAT SEMARANG



Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat

Guna memperoleh Gelar Sarjana

Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora

Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh :

Tahsya Kanthi Kusuma Swari

NIM: 1804046027

Semarang, 8 Desember 2022

Disetujui oleh :

Pembimbing



Sri Rejeki, S.Sos.I, M.Si

NIP.197903042000542001

NOTA PEMBIMBING

NOTA PEMBIMBING

Lamp :-

Hal :Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada :

Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

UIN Walisongo Semarang

Di Semarang

Assalamualaikum Wr.Wb

Setelah kami mengadakan koreksi dan perbaikan seperlunya, maka bersama ini kami kirimkan naskah skripsi saudara

Nama : Tahsya Kanthi Kusuma Swari

NIM : 1804046027

Progam : S1 Ilmu Ushuluddin dan Hmunaiora

Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi

Judul Skripsi : FENOMENA KECEMASAN PADA LANSIA MUKIM DI
PONDOK PESANTREN LANSIA RADEN RAHMAT
SEMARANG

Dengan ini mohon agar skripsi tersebut dapat segera dimunaqosahkan. Atas perhatiannya kami sampiakan terimakasih.

Wassalamualaikum Wr.Wb

Semarang, 8 Desember 2022

Disetujui oleh:

Pembimbing



Sri Rejeki, S.Sos.I, M.Si

NIP.197903042000642001

PENGESAHAN

PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi dibawah ini atas :

Nama : Tahsya Kanthi Kusuma Swari

NIM : 1804046027

Judul : Fenomena Kecemasan Pada Lansia Mukim di Pondok Pesantren Lansia Raden Rahmat Semarang.

Telah dimunaqosahkan oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, pada tanggal :

28 Desember 2022

Dan telah diterima serta disahkan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora.

Semarang, 22 Februari 2022



Dewan/Penguji I

Fitriyati, S.Psi., M. Si.

NIP. 1907252005012002

Penguji III

Bahroon Anshori M. Ag

NIP. 197505032006041001

Sekretaris Sidang/Penguji II

Svariful Anam M. SI

NIP. 198401092019031001

Penguji IV

Ernawati, M. Stat

NIP. 199310062019032025

Pembimbing

Sri Rejeki, S.Sos.I, M.SI

NIP. 197903042006042001

MOTTO

“Tidaklah seorang muslim tertimpa suatu kelelahan, atau penyakit, atau kekhawatiran (cemas), atau kesedihan, atau gangguan, bahkan duri yang melukainya melainkan Allah akan menghapus kesalahan-kesalahannya karenanya,”

(Hadits Riwayat Bukhari no. 5642 dan Muslim no. 2573).

TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Penulisan transliterasi berguna sebagai usaha pengalihan huruf abjad bahasa satu dengan yang lainnya. Transliterasi Arab Latin dalam skripsi ini ialah penyalinan huruf-huruf arab beserta perangkat yang berpedoman pada Surat Keputusan Bersama (SKB) Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan R.I Nomor: 158 Tahun 1987 dan Nomor: 0543b/U/1987.

1. Konsonan

Konsonan bahasa arab dalam sistem tulisan arab yang dilambangkan dengan huruf dan sebagian dilambangkan dengan tanda, serta sebagian yang lain dilambangkan dengan huruf dan juga tanda sekaligus.

Daftar Huruf Bahasa Arab dan literasinya kedalam huruf Latin dapat dilihat pada tabel berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Sa	ṣ	es (dengan titik diatas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	ḥ	Ha (dengan titik dibawah)
خ	Kha	Kh	Ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Zal	Ẓ	Zet(dengan titik diatas)
ر	Ra	R	Er

ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	Es dan ye
ص	Sad	ṣ	Es (dengan titik dibawah)
ض	Dad	ḍ	De (dengan titik dibawah)
ط	Ta	ṭ	Te (dengan titik dibawah)
ظ	Za	ẓ	Zet (dengan titik dibawah)
ع	‘ain	‘	Koma terbalik (diatas)
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Ki
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
ه	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	‘	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

2. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdapat vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong.

a. Vokal Tunggal

Vokal tunggal bahasa Arab merupakan vokal yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Huruf arab	Nama	Huruf latin	Nama
اَ	1. <i>Fathah</i>	A	A
اِ	2. <i>Kasrah</i>	I	I
اُ	3. <i>Ḍammah</i>	U	U

b. Vokal Rangkap

vokal rangkap bahasa Arab merupakan vokal yang lambangnya gabungan antara huruf dan tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Huruf arab	Nama	Huruf latin	Nama
4. اِي° اِي'	5. <i>Fathah</i> dan Ya	6. Ai	7. A dan I
8. اِي°و'	9. <i>Fathah</i> dan Wau	10. Au	11. A dan U

3. Maddah

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa tanda atau harakat dan huruf. Transliterasinya sebagai berikut:

Huruf arab	Nama	Huruf latin	Nama
12. اَ...أ'	13. <i>Fathah</i> dan Alif atau Ya	14. ā	15. A dan garis diatas

يَ .16	17. <i>Kasrah</i> dan Ya	18. ī	19. I dan garis diatas
وَّ .20	21. <i>Ḍammah</i> dan Wau	22. ū	23. U dan garis diatas

4. **Tamarbūṭah**

Transliterasi untuk *ta marbutah* ada dua, yaitu: *ta marbutah* yang hidup atau mendapat harakat *fathah*, *kasrah*, dan *dammah*, transliterasinya adalah [t]. sedangkan *ta marbutah* yang mati atau mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah [h].

Kalau pada kata yang berakhir dengan *ta marbutah* diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang al serta bacaan kedua kata itu terpisah maka *ta marbutah* ditransliterasikan dengan ha (h).

5. **Syaddah(Tasydīd)**

Syaddah atau tasydīd yang dalam sistem tulisan arab dilambangkan dengan sebuah tanda tasydīd (ّ), dalam transliterasi ini dilambangkan dengan perulangan huruf (konsonan ganda) yang diberi tanda syaddah.

Jika huruf ىbertasdid di akhir sebuah kata dan didahului oleh huruf kasraf (ىاِ), maka i ditransliterasikan seperti huruf maddah (ī)..

6. **Kata Sandang**

Kata sandang dalam sistem tulisan arab dilambangkan dengan huruf (alif lam ma'rifah). Dalam pedoman transliterasi ini, kata sandang ditransliterasikan seperti biasa, al-, baik ketika ia diikuti oleh huruf syamsiyah maupun huruf qamariyah. Kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan garis mendatar (-).

7. **Hamzah**

Aturan transliterasi huruf hamzah menjadi apostrof (ʻ) hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan akhir kata. Namun, bila hamzah terletak di awal kata, ia tidak dilambangkan, karena dalam tulisan arab ia berupa alif

8. Penulisan Kata Arab yang Lazim Digunakan dalam Bahasa Indonesia

Kata, istilah atau kalimat arab yang ditransliterasikan adalah kata, istilah, atau kalimat yang belum dibakukan dalam bahasa indonesia. Kata, istilah, atau kalimat yang sudah lazim dan menjadi bagian dari pembendaharaan bahasa indonesia atau sudah sering ditulis dalam tulisan bahasa indonesia tidak lagi ditulis menurut cara transliterasi di atas. Namun, bila kata-kata tersebut menjadi bagian dari satu rangkaian teks arab, maka mereka harus ditransliterasikan secara utuh.

9. Huruf Kapital

Walau sistem tulisan Arab tidak mengenal huruf kapital (All Caps), dalam transliterasinya huruf-huruf tersebut dikenai ketentuan tentang penggunaan huruf kapital berdasarkan pedoman ejaan Bahasa Indonesia yang berlaku (EYD). Huruf kapital, misalnya, digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri (orang, tempat, bulan) dan huruf pertama pada permulaan kalimat. Bila nama diri didahului oleh kata sandang (al-), maka yang ditulisdengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awalkata sandangnya. Jika terletak pada awal kalimat, maka huruf A dari kata sandang tersebut menggunakan huruf kapital (Al-). Ketentuan yang sama juga berlaku untuk huruf awal dari judul referensi yang didahului oleh kata sandang al-, baik ketika ia ditulis dalam teks maupun dalam catatan rujukan (CK,DP, CDK, dan DR).

10. Tajwid

Mereka yang menginginkan kefasihan dalam bacaan, pedoman transliterasi ini tentu tidak terpisahkan dengan ilmu tajwid. Oleh sebab itu, peresmian pedoman transliterasi Arab Latin ini perlu disertai pedoman tajwid.

UCAPAN TERIMAKASIH

Alhamdulillahirobbil'alamin, segala puji bagi Tuhan yang Maha Esa, atas berkat dan rahmatnya, peneliti diberikan kekuatan, kelancaran, dalam menyelesaikan penelitian ini. sholawat dan salam senantiasa terhaturkan kepada nabi besar, nabi Muhammad SAW yang menjadi suri tauladan dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian yang berjudul "FENOMENA KECEMASAN PADA LANSIA MUKIM DI PONDOK PESANTREN RADEN RAHMAT SEMARANG" disusun guna menyelesaikan tugas akhir serta meraih gelar sarjana dalam bidang Tasawuf dan Psikoterapi.

Tentunya selesainya skripsi ini tidak lepas dari dukungan, bimbingan, dan saran dari berbagai elemen. Dengan demikian peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak, ibu, adek yang memberikan dukungan besar dari segi bentuk apapun, entah finansial yang tak terhitung dan doa yang tak pernah berhenti dilangitkan. Berkat mereka, peneliti mempunyai kekuatan untuk menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik.
2. Prof. Dr. H. Imam Taufiq, M.Ag, selaku Rektor UIN Walisongo Semarang
3. Dr. Hasyim Muhammad, M.Ag, Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.
4. Fitriyati, S.Psi, M.Si, Psikolog, selaku ketua Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.
5. Kepada dosen pembimbing Ibu Sri Rejeki yang sudah sabar membimbing dan mengarahkan hingga selesainya penelitian
6. Seluruh dosen Tasawuf dan Psikoterapi yang telah memberikan ilmu dan arahan selama di dunia perkuliahan.
7. Kepada ime, shiha, lisa, icha, yang telah memberikan dukungan dan menjadi tempat bertukar pikiran, main, bercanda intinya makasih ,wkwwk

8. Seluruh crew RGM One dan Production House yang telah mewarnai di setiap langkah yang dilalui peneliti serta menjadi tempat belajar yang tak terlupakan.
9. Seluruh teman-teman tasawuf psikoterapi angkatan 2018 yang sudah kebersamai semasa kuliah dari semester 1 hingga 3, sebab 2 tahun kita berjarak karena pandemi.
10. Seluruh pihak yang bersangkutan, yang telah membantu penulis dalam bentuk finansial maupun pikiran, semua itu saya ucapkan banyak-banyak terimakasih. Tidak dapat menyebutkan nama satu persatu sebab sudah banyak nama yang masuk dalam turnitin, sehingga menyebabkan banyak terkenanya plagiarisme yang tinggi. Tapi percayalah, saya tidak pernah lupa kebaikan kalian.

Semarang, 8 Desember 2022

Peneliti



Tahsya Kanthi Kusuma Swari

NIM : 1804046027

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	I
DEKLARASI KEASLIAN	II
PERSETUJUAN PEMBIMBING	III
NOTA PEMBIMBING	IV
PENGESAHAN	V
MOTTO	VI
TRANSLITERASI ARAB-LATIN.....	VII
UCAPAN TERIMAKASIH	XII
DAFTAR ISI.....	XIV
ABSTRAK	XV
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Kajian pustaka	7
F. Metode Penelitian	9
G. Sistematika Penulisan.....	14
BAB II LANDASAN TEORI	16
A. Lansia	16
1. Pengertian lansia.....	16
2. Kondisi psikologis lansia	17
3. Lansia dan Permasalahannya	22
B. Kecemasan.....	33
1. Pengertian Kecemasan.....	33
2. Faktor kecemasan	34
3. Ciri dan gejala kecemasan.....	36
4. Tingkat Kecemasan	37
5. Jenis-jenis kecemasan	38
6. Metode Koping Kecemasan	39
BAB III PENYAJIAN DATA PENELITIAN	43
A. Gambaran Umum Pondok Pesantren Lansia Raden Rahmat	43
1. Profil pondok pesantren	43
2. Sejarah Berdiri dan Perkembangannya.....	44
3. Visi, Misi, dan Sarana Prasarana	48
B. Kajian di Ponpes Lansia Raden Rahmat.....	48
C. Dekripsi Data Penelitian	50
1. Profil subjek penelitian	50
2. Diskripsi Kecemasan pada Lansia di Pondok Pesantren Lansia Raden Rahmat Semarang. 50	
3. Faktor yang mempengaruhi Kecemasan pada Lansia	54
4. Mekanisme Koping Lansia dalam menghadapi Kecemasan.....	57
BAB IV ANALISIS DATA.....	60

A. Analisis Kecemasan Lansia di Ponpes Raden Rahmat Semarang	60
B. Faktor kecemasan Lansia di Ponpes Raden Rahmat	64
C. Metode koping Lansia di Ponpes Raden Rahmat.....	67
BAB V PENUTUP	71
A. Kesimpulan.....	71
B. Saran	71
DAFTAR PUSTAKA	72
LAMPIRAN.....	75
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	83

ABSTRAK

Kecemasan selalu menjadi masalah keseharian yang tidak bisa di hindari, rasa cemas tersebut bervariasi di setiap individu. Kecemasan dapat berdampak negative maupun positif, tergantung bagaimana dari individu tersebut melakukan coping terhadap dirinya. Kecemasan sendiri tidak memandang siapa yang akan menjadi korban, entah dari segi finansial ataupun kepribadian. Kecemasan yang berbentuk negatif akan memberikan dampak yang buruk terhadap diri seseorang, dengan sebaliknya, ketika kecemasan bersifat positif, maka akan memberikan dampak positif pula terhadap diri seseorang.

Lansia menjadi salah satu masa perkembangan yang rentan akan hal tersebut, sehingga menjadikan kerentanan di fisik maupun psikis lansia, terlebih lansia yang memiliki knowledge yang rendah dan masa lalu yang cukup buruk, sehingga menjadikannya lebih sulit mengontrol di setiap emosi yang datang. Perkembangan yang kian merapuh menjadi alasan beberapa lansia terserang berbagai penyakit, salah satunya kecemasan.

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologis deskriptif. Dimana dalam penelitian ini peneliti fokus terhadap fenomena kecemasan yang terjadi di Ponpes Lansia Raden Rahmat Semarang. Tujuan dari penelitian ini untuk memahami tentang bagaimana kecemasan yang terjadi pada Lansia di Ponpes Raden Rahmat beserta bagaimana mereka menangani kecemasan yang mereka alami. Beberapa data yang digunakan adalah Observasi, Dokumentasi, dan wawancara. Data primer tertuju pada subjek penelitian yaitu lansia dan data skundernya di dukung oleh jurnal, buku, serta makalah yang dapat mendukung penelitian ini. Wawancara di lakukan kepada 3 orang santri yang bermukim di Pondok Lansia Raden Rahmat Semarang. Observasi di lakukan sejak tanggal 31 Oktober sampai 13 November 2022. Wawancara ini dilakukan secara semi-terstruktur. Transkrip wawancara kemudian di analisis dengan pendekatan fenomenologi deskriptif (*Descriptive Phenomenological Analysis*)

Hasil dari penelitian ini mengungkapkan bahwa kecemasan yang terjadi di Pondok Pesantren Lansia Raden Rahmat Semarang mayoritas Kecemasan Ringan, Kecemasan yang bermula dari faktor Masa lalu dan pengalaman yang belum bisa terselesaikan di masa tuanya. Metode yang Lansia gunakan dalam menangani kecemasan yang di alaminya merupakan kegiatan positif, di dukung dengan *background* pondok, sehingga beberapa lansia menggunakan kajian-kajian dan aktifitasnya menjadi salah satu cara untuk meminimalisir kecemasan.

Kata Kunci : *kecemasan, lansia , kecemasan pada lansia.*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap manusia mengalami perubahan di setiap bertambahnya usia, dari masa anak-anak sampai tua mereka mempunyai kewajiban dan hak di setiap perkembangan yang mereka jalani. Dari perkembangan tersebut pasti tidak lepas dari permasalahan-permasalahan yang masih menyangkut dan berdampak pada perkembangan.

Setiap perkembangan tentu memiliki krisis atau beberapa poin yang mengharuskan ada perubahan di perilaku dan kepribadiannya. Setiap individu mempunyai dua pilihan untuk menanggapi hal tersebut, yaitu dengan respon positif atau negatif. Pada individu dapat meneruskan perkembangannya dengan baik apabila dapat mengatasi krisis yang ada di perkembangannya, apabila suatu konflik pada salah satu tahap tidak dapat teratasi kemungkinan akan sulit menghadapi dan menyesuaikan diri di tahap berikutnya.

Ada beberapa tahapan yang disimpulkan oleh beberapa ilmuwan, salah satunya yang disimpulkan oleh Erick H. Erikson. Ada delapan tahap perkembangan psikososial menurut Erikson, yaitu: oral sensoris, otot-otot anal, lokomotor genital, laten, remaja, pemuda, dewasa, dan usia tua.¹

Lansia merupakan masa akhir dalam suatu kehidupan, masa tua sendiri ialah sifat alamiah dimana semua orang akan mengalami masa itu. Lansia bukan hanya tentang bertambahnya angka atau berubahnya keadaan fisik, namun di dalamnya terdapat proses pendewasaan yang dipersiapkan menjalani masa-masa tua. Teradinya beberapa perubahan kepada lansia, dari segi motorik, fisik, fungsi biologis, pengamatan, berpikir kehidupan afeksi, serta hubungan dan integrasi sosial.² Menurut Wauran, 1981 ukuran tua bisa dilihat dari tiga segi,

¹ Teti Ratnawulan, *Perkembangan dan tahap penting dalam perkembangan*, Jurnal of special education, Vol. IV, No. 1, Februari, 2018, h. 70.

²F.J. Monk, A.M.P. Knoers dan Siti Rahayu Hadinoto, *Psikologi Perkembangan Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*, Jogjakarta: Gajah Mada University Press, h.323.

yaitu tua berdasarkan umur, tua berdasarkan emosional, tua berdasarkan intelektual dan pola pikirnya.³

Terkait dengan masa tua tentu tidak mungkin lepas dari masalah dan problematika yang pastinya lebih kompleks. Dari permasalahan fisik hingga psikis lansia mendapat lebih rentan akan terserang penyakit, dengan kondisi psikis yang tidak stabil. Lansia juga akan mengalami gangguan psikis yang dimana gangguan tersebut sangat dapat mempengaruhi kehidupan dalam kesehariannya.

Kondisi mental lansia sangat berpengaruh pada keseharian yang dilakukan oleh Lansia. Kondisi mental yang bagus juga akan memberikan dukungan dalam menghasilkan kegiatan produktif, memenuhi hubungan di masyarakat, dan kemampuan beradaptasi dengan perubahan lingkungan yang signifikan, sebaliknya jika kondisi mental lansia memburuk, maka akan memberikan dampak negatif pula terhadap kegiatan-kegiatan yang dilakukannya.

Menua merupakan proses yang mengalami perubahan kepada ketergantungan fisik dan mental. Perasaan cemas, depresi, atau tidak mau mengakui penyakitnya merupakan keluhan yang menjadi tanda adanya penyakit dalam proses menua.⁴ Tidak jarang di usia lansia mereka memiliki tingkat kekhawatiran yang tinggi, sehingga membuat kekhawatiran itu menjadi sebuah kecemasan yang sangat sukar di kendalikan oleh dirinya sendiri. Mungkin ada beberapa lansia yang dapat menangani kecemasan tersebut dengan baik, namun ada juga yang sebaliknya, tidak dapat menghadapinya dengan baik.

Menurut Trismiati dalam Yuke Wahyu Widosari, (2010) kecemasan dalam bahasa Inggris yaitu *anxiety* yang asalnya dari bahasa Latin *angustus* yang artinya kaku, dan *ango, anci* yang artinya mencekik. Kemudian Syamsu Yusuf,

³Supriadi, *Lanjut Usia dan Permasalahannya* (Jurnal PPKn & Hukum Vol. 10 No. 2, Oktober 2015), h.84

⁴Fauzul dan Nurul Ariningtyas, *Tingkat Kecemasan Lansia Berdasarkan Depression Anxiety Stress Scale 42 (Dass 42) di Posyandu Lansia Mekar Raharja, Dusun Lemah Dadi Bangun Jiwo, Kasihan, Bantul*

2009 memaparkan *anxiety* merupakan tidak berdayannya neurotik, rasa tidak aman, tidak matang, dan kurang mampu dalam menghadapi tuntutan realitas (lingkungan), kesulitan dan tekanan hidup sehari-hari. Kecemasan merupakan suatu perasaan yang sukar di kontrol dan sangat mengganggu untuk melaksanakan kegiatan sehari-hari.

Lanjut permasalahan lansia dalam Penelitian skripsi tentang “Kesepian pada Lansia di Panti Tresna Werdha Privinsi Bengkulu” yang di lakukan oleh Sri Rosarita sebagian lansia mengalami perasaan kesepian, seperti terasing dari keluarga, persaan terasing dari lingkungan, tertutup, dan perasaan gelisah.⁵ Kesepian memang terasa remeh dan hal biasa, namun awal mula kecemasan juga diawali dari merasa kesepian, dari kesepian tersebut pikiran lansia menjadi tidak terkontrol dan dapat terjadi perilaku di luar kendali.

Di tambah permasalahan kematian yang menjadi salah satu kecemasan yang sangat banyak di rasakan oleh lansia, seperti dalam penelitian Tita Puspita Ningrum Dkk tentang Gambaran Tingkat Kecemasan Tentang Kematian Pada Lansia Di BPSTW Ciparay Kabupaten Bandung. Penelitian ini sebanyak 150 responden di antaranya 58 laki laki, 92 perempuan. Penelitian ini menggunakan tehnik *purposive sampling*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan lebih setengahnya responden mengalami kecemasan kematian tinggi (50.6 %) dan setengahnya mengalami kecemasan rendah (49,4%). Kecemasan yang tinggi di sebabkan mekanisme coping lansia terhadap kematian masih belum adaptif. Kematian tidak pernah di ketahui waktu dan pastinya, namun kecemasan memberi dampak besar pada pola pikir lansia.⁶

Dalam (UN, 2020) ada 727 manusia yang usiannya 65 tahun atau lebih di tahun 2020. Menurut keterangan UNFAPA, akan berlipat menjadi 1,5 milyar di tahun 2010 . Selain itu, hasil prediksi diperkirakan akan ada 33 negara yang

⁵ Sri Rosarita, *Perasaan kesepian pada lansia di panti tresna Werdha provinsi Bengkulu*, Skripsi IAIN Bengkulu, 2018.

⁶ Tita Puspita, Okatiranti, Shanti Nurhayati, *Gambaran tingkat kecemasan tentang kematian pada lansia di BPSTW Ciparay Kabupaten Bandung*, Jurnal Keperawatan BSI, Vol. VI, No.2, September 2018.

lansia nya mencapai 10 juta orang, 22 negara diantaranya merupakan berkembang. Secara globalnya, peningkatan lansia yang sudah 65 tahun lebih meingkat, seperti di tahun 1990 meningkat sebanyak 6% dan pada tahun 2020 meningkat sebanyak 9,3 persen.pada tahun 2050 di proyeksikan menjadi meningkat 16%. Ini berarti satu dari enam individu adalah lansia yang berusia 65 tahun atau lebih.⁷

Dengan data di atas dapat dilihat bahwa lansia akan mengalami kenaikan drastis, ketergantungan lansia terhadap usia yang masih produktif akan terus melonjak. Rasio ketergantungan lansia terhadap penduduk usia produktif meningkat menjadi 16,76 %.⁸ Apabila hal ini terjadi akan mudah terjadi pertikaian dalam rumah ataupun masyarakat, terlebih dalam rumah yang lansia tinggal bersama dengan anak atau cucunya. Jika tingkat pertikaian semakin tinggi manusia usia produktif akan lebih cepat merasa stress dan depresi yang nantinya akan berdampak pada kesejahteraan lansia, lansia akan sering mengalami kecemasan akan dirinya sendiri dan orang yang tinggal besamanya.

Menurut Erikson, proses tumbuh kembang lansia di pengaruhi oleh kegiatan atau perkembangan sebelumnya, seperti melakukan kegiatan sehari-hari dan interaksi dengan lingkungan disekitarnya. Dengan demikian pada usia lanjut mereka akan tetap melakukan kegiatan yang biasa di lakukan pada tahapan perkembangan sebelumnya, missal olahraga, melakukan hobi dan bercocok tanam.⁹

Dalam Geriatric Mental Health Foundation memaparkan stress dan perubahan seiring dengan penuaan seperti kesehatan yang memburuk, masalah

⁷ Andry Poltak Lasriado Girsang, et.al, Statistik Penduduk Lanjut Usia 2021, Badan pusat Statistik, h. 3

⁸ *Ibid.*, h.32

⁹Rizka Lellyani Maramis, “Kebermaknaan Hidup dan Kecemasan Dalam Menghadapi Kematian Pada Lansia di Pnati Werdha Samarinda”, dalam Psikoborneo, Vol. 3, No. 4 (2015), h.413.

memory, dan kehilangan dapat menyebabkan gangguan kecemasan.¹⁰ Kecemasan sering menghantui lansia, dari rasa takut kehilangan, penyakit yang marak pada tubuhnya, finansial yang tidak mencukupi, kurangnya kasih sayang dari pihak keluarga, di tinggalkan sendirian dan kematian.

Masa pensiun bagi lansia cukup menakutkan, membuat lansia menjadi pesimis dan menambah rasa takut dalam menjalani kesehariannya. Hal ini membuat kekhawatiran berdampak pada rasa cemas dan merasa nanti dia tidak punya apa-apa dan tidak bisa lagi menjalani kehidupan yang normal seperti biasanya.¹¹

Banyak fenomena kecemasan yang berfariatif dari lansia, dari segi internal maupun eksternal, bentuk bentuk kecemasan pada lansia yang berfariatif harus mendapat perhatian dari lingkungan ataupun orang muda. Ketika sebagian orang dapat memahami bentuk kecemasan dari lansia maka akan mudah bagi lansia untuk menjalani sisa perjalanan yang sudah di takdirkan. Sikap dan sifat saling memahami anantara lansia dan kalangan muda akan menciptakan lingkungan yang lebih damai.

Akan banyak mendapat keuntungan dalam memahami kecemasan lansia ini, selain membuat kehidupan lebih damai, juga lebih mudah mengidentifikasi masalah yang ada pada lansia. Sehingga ketika banyak orang yang lebih paham tentang lansia, lansia akan dapat hidup lebih sejahtera, tenang dan layak untuk penutupan perkembangan di kehidupannya.

Berdasarkan pemaparan di atas, peneliti tertarik untuk menggali lebih dalam tentang kecemasan lansia yang berada di Pondok Pesantren Raden Rahmat yang bertempat di Dukuh Krajan, Rt.03, Rw. 01, Desa Gedong, Kecamatan Banyubiru, Kabupaten Semarang, Jawa tengah. Melalui pendekatan fenomenologi peneliti ingin menelisik lebih dalam tentang kecemasan yang

¹⁰ Geriatric Mental Health Foundation. (n.d.) Anxiety and Older Adults: Overcoming Worry and Fear. 10 November 2021. <https://www.aagponline.org/>.

¹¹ Hildawati, Problematika Gangguan Kecemasan Pada Lanjut Usia di Lingkungan Sosial, Moderasi Vo. 2, No. 2, h 1-7

dialami lansia dengan melalui karya ilmiah ini peneliti memilih tema “*Fenomena Kecemasan Pada Lansia Mukim di Pondok Lansia Raden Rahmat*”.

B. Rumusan Masalah

Dari paparan latar belakang masalah dan pembatasan masalah yang terpaparkan di atas, yang perlu di teliti adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana kecemasan yang dialami oleh lansia mukim di pondok Pesantren Lansia Raden Rahmat Semarang?
2. Apa faktor yang mempengaruhi kecemasan pada lansia mukim?
3. Bagaimana mekanisme coping lansia dalam menghadapi kecemasannya?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui bagaimana bentuk kecemasan apa saja yang di alami lansia di Pondok Lansia Raden Rahmat Semarang.
2. Untuk mengetahui factor apa saja yang mempengaruhi kecemasan Lansia
3. Untuk mengetahui cara lansia saat menghadapi kecemasan yang ada pada dirinya.

D. Manfaat Penelitian

Secara substansial ada dua segi manfaat, di antaranya:

a) Manfaat Teoritis

1. Penelitian ini diharapkan agar dapat memberi wawasan dan tambahan pengetahuan dalam memahami kecemasan pada lansia.
2. Diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan diskusi lebih mendalam tentang kecemasan yang terjadi pada lansia.
3. Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi, acuan untuk penelitian selanjutnya mengenai kecemasan lansia.

b) Manfaat Praktis

1. Diharapkan dengan penelitian ini dapat di gunakan untuk tinjauan terhadap kecemasan lansia
2. Setelah memahami kecemasan lansia, di harapkan akan banyak dampak positif terhadap lansia serta orang orang yang belum lansia dan menciptakan kehidupan yang sejahtera.

E. Kajian pustaka

1. Fauzul Husna dan Nurul Aringningtyas melakukan penelitian tentang (*tingkat kecemasan lansia berdasarakan Depression Anxiety Stress Scale 42(DASS 42) Di Posyandu Lansia Mekar Raharja dusun Lemah Dadi Bangun Jiwo, Kasihan Bantul.* dalam penelitiannya ia menggunakan metode diskriptif, ada 61 lansia yang menjadi subjek dalam penelitian. Ia menggunakan metode sampel Accidental. Hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa 67,3% lansia mengalami kecemasan normal, 20% mengalami kecemasan ringan, 9,1 % kecemasan sedang, 3,6% kecemasan tingkat berat, dan 0% kecemasan sangat berat. Kemudian peneliti menyatakan bahwa kecemasan yang di alami lansia di Pos Pelayanan Terpadu Lansia Mekar Rharja, Lemah Dadi, Bangun Jiwo, Kasihan , Bantul, Yogyakarta dalam kondisi Normal.

Perbedaan dengan penelitian yang akan di lakukan oleh peneliti adalah sang peneliti meneliti tentang kecemasan pada Lansia yang tepatnya di lokasi Pondok Pesantren Lansia Raden Rahmat Gedong, Banyubiru, Semarang, Jawa tengah. Sang peneliti berfokus di seluruh kecemasan yang terjadi pada Lansia Mukim yang berada di Ponpes Raden Rahmat.

2. Penelitian yang berjudul *Fenomenologi Kecemasan Lansia Menghadapi Kematian Dalam Prespektif Kebutuhan Spiritual Di Desa Podoroto Kecamatan Kesamben, Kabupaten Jombang* ini di teliti oleh Ikhwan Hamid, Devia Priharninuk, Ahmad Zakaria. Jurnal ini menjelaskan tentang presepsi pada Lansia dalam menghadapi kematian. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologis, informan 4 lansia dan dengan tehnik snowball sampling. Instrument

penelitian ini menggunakan metode Colaizi. Penelitian ini menghasilkan 4 tema yaitu 1)di peroleh dari sub tema mengingatkan diri sendiri kemudian ditemukan tema mempersiapkan kematian, 2)diperoleh dari sub tema kedekatan batin kemudian ditemukan tema merasa dekat dengan tuhan, 3)diperoleh dari sub tema menuntut tuhan dari sub tema kemudian ditemukan tema menjalankan perintah tuhan, 4)diperoleh dari sub tema meringankann beban kemudian ditemukan sub tema memberikan manfaat.

Perbedaan dengan yang akan dilakukan oleh peneliti di bagian fokus permasalahan, peneliti Ikhwan Hamid meneliti tentang Kecemasan dalam menghadapi kematian, sedangkan Penelitian yang akan terlaksana mengenai segala aspek kecemasan pada lansia. Lokasin yang dijadikan tempat penelitian juga berbeda, peneliti Ikhwan Hamid meneliti di Podoroto, Kesamben, Jombang, sedangkan tempat penelitian yang akan terlaksana ini akan d lakukan di Pondok Lansia Raden Rahmat Banyubiru, Semarang, Jawa Tengah.

3. *Jurnal Terapi Tersenyum Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Lansia Di Wilayah Bantul,Yogyakarta* yang di tulis oleh Sri Styowati dan Nasrul Hakim. Penelitian ini berfokus pada terapi tersenyum dalam mengurangi kecemasan pada lansia di wilayah Bantul,Yogyakarta.dalam penelitian ini tidak di sebutkan rumusan ataupun jenis penelitiannya,namun di penenlitian ini di jelaskan Terapi Tersenyum di lakukan selama 40 kali hitungan dengan yang dilakukan selama 20 kali.Sebelum dan sesudah terapi tersenyum di gunakan pengukuran tingkat kecemasan menggunakan *instrument depression anxiety stress scales (DASS)* guna memantau keberhasilan atau keefektifannya. Hasil pengabdian kepada masyarakat dengan tema terapi tersenyum efektif untuk menurunkan kecemasan pada lansia di wilayah Timbulharjo Sewon Bantul.

Perbedaan dengan penelitian yang akan diteliti oleh peneliti adalah fokus penelitian dan metode yang digunakan, peneliti Sri styowati

berfokus pada Terapi Tersenyum Untuk mengurangi Kecemasan, sedangkan penelitian ini berfokus pada kecemasan pada lansia tidak mencantumkan terapi di dalamnya, begitu juga dengan metode, metode yang di gunakan oleh Sri Styowati adalah kualitatif eksperiment, sedangkan yang akan di gunakan di penelitian in nanti adalah kualitatif dengan pendekatan Fenomenologis.

F. Metode Penelitian

Sebuah penelitian selalu menggunakan metode agar penelitian berjalan dengan terarah dan benar, serta dengan menggunakan metode penelitian akan lebih mempermudah dalam menarik kesimpulan dengan tepat. Dengan demikian peneliti menggunakan metode sebagai berikut:

1. Jenis penellitian

Dalam penelitian ini meggunakan jenis penelitian lapangan dengan metode kualitatif . metode ini di gunakan guna dapat memberi akses dalam pemahaman pembaca.¹² Salah satu pengertian penelitian kualitatif disampaikan oleh Walidin, Saifullah, Tabrani, 2015 mengemukakan penelitian kualitatif dalah peneltian yang memaparkan pemahaman fenomena manusia atau sosial dengan penyajian data yang menyeluruh dan kompleks serta dapat di sajikan dengan kata –kata. Selaras dengan tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui bagaimana bentuk kecemasan pada lansia di Pondok Pesantren Raden Rahmat Semarang peneliti secara langsung datang ke lokasi penelitian untuk mengambil informasi beserta data yang dibutuhkan dari fenomena tersebut.

2. Pendekatan

Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologi, diskriptif. Pendekatan fenemonelogi diskriptif merupakan penelitian yang berkembang di dalam psikologi. Menurut YF La Kahija, penelitian fenomenologi yaitu penelitian tentang fenomena

¹² Bayu Dardias Kurniadi, *Praktek Penelitian Kualitatif: Pengalaman dari UGM*. Yogyakarta. Research Centre for Politics and Goverment (PolGov), 2011, h. 115.

(peristiwa/kejadian/aktifitas mental) dalam macam-macam perjalanan hidup seseorang.¹³ Penelitian fenomenologi diskriptif merupakan penelitian yang fokus pada pengalaman subjektif manusia dan interpretasi dunia.

Dalam penelitian ini peneliti ingin mengetahui bagaimana kecemasan yang dialami lansia di Pondok Pesantren Lansia Raden Rahmat Semarang. Peneliti ingin langsung mengetahui bagaimana subjek penelitian yang mengalami langsung peristiwa dan menafsirkan pengalamannya.¹⁴

3. Lokasi Penelitian

Untuk memperoleh data di penelitian ini, peneliti memilih penelitian yang berlokasi di Dukuh Krajan, Rt.03, Rw. 01, Desa Gedong, Kecamatan Banyubiru, Kabupaten Semarang, Jawa Tengah.

4. Subjek Penelitian

Dalam penelitian fenomenologi diperbolehkan menggunakan subjek terbatas atau sedikit, namun dengan beberapa syarat dan pertimbangan. Menurut Georgi bahwa penelitian kualitatif fenomenologi (diskriptif) tidak repot dengan strategi sampling akan tetapi lebih menekankan kedalaman analisis.¹⁵

Subjek dalam penelitian fenomenologi ini adalah lansia mukim yang mondok di Pondok Pesantren Lansia Raden Rahmat Semarang dengan karakteristik:

- a) Lansia mukim di Ponpes Raden Rahmat
- b) Laki laki maupun perempuan
- c) Sudah bermukim minimal 1 tahun

5. Sumber Data

¹³ YF La Kahija, *Penelitian Fenomenologis: jalan Memahami Pengalaman Hidup*, (Yogyakarta:PT Kanisius, 2018) h.26

¹⁴ *Ibid* h.46

¹⁵ YF La Kahija, *Penelitian Fenomenologis: jalan Memahami Pengalaman Hidup*, (Yogyakarta:PT Kanisius, 2018) h.92

Sumber data sangat diperlukan dalam melakukan penelitian, sumber data bisa di dapatkan dari informan langsung ataupun sumber lainnya. Ada dua golongan dalam sumber data yaitu data primer dan data skunder.

a) Data Primer

Data primer adalah data yang di dapat langsung dari informan yang bersangkutan. Data primer dalam peneltian ini adalah lansia yang berada di Pondok Pesantren Lansia Raden Rahmat Semarang, pengasuh Ponpes Lansia Raden Rahmat Semarang dan ustadz yang mengajar di Ponpes Lansia Raden Rahmat Semarang.

b) Data Sekunder

Data Sekunder adalah data yang berasal dari sumber lain guna mendukung data utama. Dalam penelitian ini menggunakan data sekunder berupa dokumentasi, jurnal ilmiah, referensi, buku dan artikel yang relevan dengan penelitan.

6. Teknik Pengumpulan Data

Ada beberapa teknik dalam penelitian ini, yaitu melalui wawancara, obervasi, dan dokumentasi.

a) Wawancara

Metode wawancara ini dilakukan langsung dengan suber utama informan tentang permasalahan yang berkaitan peneltian. Seperti yang disampaikan Amir Hamzah, wawancara ialah proses komunikasi atau Tanya jawab antara peneliti dan narasumber guna mengumpulkan inormasi.¹⁶

Dalam peneltian ini teknik yang digunakan adalah semi-tersetruktur. Dimana pertanyaan untuk wawancara telah disiapkan terlebih dahulu untuk memastikan kesesuaian dengan apa yang diteliti, pewawancara juga bebas mengajukan pertanyaan yang menarik dan dibutuhkan dalam penelitian ini.

¹⁶ Amir Hamzah, *Metode Penelitian Kualitatif. Rekonstruksi Pemikiran Dasar serta contoh Penerapan Pada Ilmu Pendidikan, Sosial & Humaniora.* (Malang; Literasi Nusantara,2019). H.76

Tidak ada batasan dalam wawancara penelitian fenomenologi, namun diperlukan wawancara mendalam agar dapat menghasilkan hasil yang maksimal. Beberapa syarat wawancara dalam penelitian fenomenologi diantaranya:

- 1) Peneliti sudah menyiapkan panduan wawancara yang mencerminkan *epache*.¹⁷
- 2) Peneliti menggunakan *rapport* (kepercayaan) yang baik dengan partisipan.
- 3) Peneliti mendengarkan dengan penuh perhatian saat wawancara dilakukan
- 4) Peneliti sudah merasa jelas saat membaca ulang seluruh transkrip sehingga tak lagi perlu diperjelas oleh partisipan.

b) Observasi

Metode observasi adalah pengalaman dan pengamatan serta pencatatan secara sistematis untuk mendapatkan data tentang apa yang akan diteliti.¹⁸ dalam penelitian ini peneliti langsung terjun ke lokasi untuk mengambil data.

c) Dokumentasi

Selain observasi dan wawancara, data dapat didapatkan dari arsip, foto, catatan harian, hasil foto, cindra mata, jurnal DLL. Dokumentasi dapat digunakan sebagai pelengkap dari observasi dan wawancara, seperti buku harian yang ditulis oleh partisipan, ini sangat berguna guna membuka pintu masuk dalam akses pengalaman orang.

¹⁷ *Epache* adalah istilah yang diambil dari Huserl dari bahasa Yunani untuk menunjukkan pentingnya membebaskan diri dari pengaruh pengetahuan yang sudah bercokol dalam diri sendiri saat menganalisis data. Ada beberapa istilah lain yang umum digunakan untuk *apache* ini, yaitu *Einklummerung* (Jerman) dan *Breckting* (Inggris) yang berarti memasukkan ke dalam kurung. Istilah lain yang sering ditemui adalah *Suspension* yang berarti “memecat” untuk sementara waktu pengetahuan yang ada dalam diri sendiri.

¹⁸ S Nasution, *Metode Penelitian Naturalistik Kualitatif (Ed.1)*, (Bandung: Tarsito, 1988).
h.62

7. Analisis Data dan Kesimpulan

Dalam kualitatif tentu berbeda dengan penelitian dengan metode kuantitatif, dalam kualitatif dibutuhkan analisa yang lebih dalam sedangkan dalam penelitian kuantitatif memiliki rumus dalam mengolah data. Analisis data kualitatif merupakan proses mengorganisasikan, menganalisa, menata dan mengurutkan data dalam suatu kerangka pola dan satu rangkaian uraian dasar.

Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah DPA (*Descriptive Phenomenological Analysis*), ada beberapa tahap analisisnya, yaitu:

a) Pengumpulan data

Dalam teknik analisis, pengumpulan data merupakan bagian terpenting. Sebab dengan adanya data yang terkumpul, maka hasil akan menjadi cukup kompleks dan mudah dalam pemahaman oleh pembaca. Dalam penelitian ini pengumpulan datanya ada 3 yaitu wawancara, observasi, dan dokumentasi.

b) Reduksi Data

Dalam bukunya "*Phenomenological Research Methods*" Clark Moustakes (1994:97) mengatakan dalam penelitian fenomenologi ada 4 tahap reduksi, diantaranya:

1. Menggunakan *epache*, setelah itu membaca seluruh transkrip dari data yang dihasilkan, agar peneliti dapat merasakan serta memahami transkrip keseluruhan.
2. Peneliti melakukan penyetaraan terhadap subjek bahwa semua pernyataan sama pentingnya. Lalu pernyataan-pernyataan yang sudah disampaikan oleh subjek di saring oleh peneliti, di saat beberapa pernyataan bisa ditampung dan dibuang, seperti:
 - a) Tidak relevannya pernyataan subjek dengan apa yang menjadi topic peneliti

- b) Tumpang tindihnya pernyataan
 - c) Berulangnya pernyataan
3. Poin-poin yang ada dikumpulkan oleh peneliti untuk dijadikan tema
 4. Terakhir, tema yang didapatkan dijadikan deskripsi agar mudah dipahami dan dimengerti.
- c) Penarikan kesimpulan
- Penarikan kesimpulan ini dilakukan di akhir langkah dari step-step yang sudah terlaksana di dalam penelitian, penarikan kesimpulan berisi tentang hasil dari observasi, dokumentasi dan wawancara. Hal yang perlu disampaikan dalam hal ini yaitu inti dari pengalaman subjek.

G. Sistematika Penulisan

Adanya sistematika penulisan bertujuan agar pembaca mudah untuk memahami isi dari penelitian ini, dalam penelitian ini ada lima bab yang dimana setiap bab akan membahas sub bab tertentu dan bersambungan.

BAB I

Dalam bab ini berisi tentang memaparkan pendahuluan yang didalamnya berisi tentang latar belakang masalah, lokasi penelitian dan rumusan masalah. Di dalamnya juga paparkan mengenai tujuan, dan manfaat penelitian, yang kemudian di dukung tinjauan pustaka, metode penelitian, dan sistematika penulisan.

BAB II

Isi dari bab II yaitu mengenai tinjauan teori mengenai Kecemasan pada lansia, dalam bab ini 2 sub bab besar, yaitu tentang lansia dan kecemasan. Pada bagian lansia peneliti menjelaskan tentang pengertian lansia dan kondisi psikologis lansia. Selanjutnya sub bab besar kedua yaitu kecemasan, dalam sub bab ini peneliti menjelaskan mengenai pengertian kecemasan, factor kecemasan, ciri kecemasan, tingkat kecemasan, dan jenis-jenis kecemasan.

BAB III

Pada bab III peneliti menjelaskan deskripsi umum mengenai obyek penelitian. Ada tiga sub bab yaitu gambaran umum pondok pesantren raden

rahmat Semarang, kecemasan lansia di ponpes Raden Rahmat Semarang, dan deskripsi penelitian di lapangan.

BAB IV

Dalam bab ini peneliti memaparkan tentang analisis data penelitian yang berisi kecemasan pada lansia mukim di pondok pesantren lanisa Raden Rahmat Semarang.

BAB V

Bab V bagian akhir dari penelitian ini. pada bab ini peneliti membuat kesimpulan yang telah dipaparkan dari bab sebelumnya. Pada bab ini berisi kesimpulan dan saran, dimana kesimpulan isi dari hasil penelitian, dan saran berisi tentang sebuah prakata yang membangun untuk beberapa khalayak umum kedepannya.

BAB II LANDASAN TEORI

A. Lansia

1. Pengertian lansia

Dalam perkembangan, manusia mengalami perkembangan dan pertumbuhan langkah demi langkah. Dari adanya setets air manis hingga menjadi bayi, yang kemudian megalami pertumbuhan ke masa anak, remaja dewasa dan tua. Seperti yang disampaikan dalam irman Allah SWT dalam surah Ghafir [40]: 67 sebagai berikut:

هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ تُرَابٍ ثُمَّ مِنْ نُطْفَةٍ ثُمَّ مِنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ يُخْرِجُكُمْ
طِفْلًا ثُمَّ لِيَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ ثُمَّ لِيَكُونُوا شُيُوخًا وَمِنْكُمْ مَنْ يُتَوَفَّى مِنْ قَبْلُ
وَلِيَبْلُغُوا أَجَلًا مُّسَمًّى وَلِعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ ﴿٦٧﴾

Artinya :

“Dia-lah yang menciptakan kamu dari tanah kemudian dari setetes mani, sesudah itu dari segumpal darah, kemudian dilahirkannya kamu sebagai seorang anak, kemudian (kamu dibiarkan hidup) supaya kamu sampai kepada masa (dewasa), kemudian (dibiarkan kamu hidup lagi) sampai tua, diantara kamu ada yang diwafatkan sebelum itu. (kami perbuat demikian) supaya kamu sampai kepada ajal yang ditentukan dan supaya kamu memahami(nya)”

Lansia adalah salah satu akhir tahap perkemabangan manusia, yangdimana masa itu mengalami berbagai penurunan di fungsi fungsi baik psikis maupun fisik seperti yang di smpaikan Nugroho (,2008) proses menua adalah salah satu peristiwa yang akan di aami semua orang, yang diakruniai umur panjang dan berlangsung terus menerus. Dalam pembagiannya WHO membagi lanjut usia menjadi beberapa kategori:

- 1) Setengah baya (45-60 tahun)
- 2) Wreda utama (60-75 tahun)
- 3) Wreda prawasana (75-90 tahun)
- 4) Wreda wasama (90 tahun)

Banyak definisi lansia yang di ungkapkan , meskipun sesungguhnya agak sulit untuk menetapkan batas usia seseorang, sebab ada yang sudah tua usia, namun tidak di dalam emosi ataupun fisiknya, ada juga yang sebaliknya. Menurut Wauran (1981:13) kategori lansia dibedakan menjadi 3 segi, yaitu:

- 1) Usia
- 2) Emosi, tingkal laku dan perasaan
- 3) Pola pikir serta intelektualnya

Di negara-negara berkembang yang angka harapan hidupnya tinggi mereka menggunakan usia 65 tahun sebagai batas terbawah lansia, berbeda dengan Asia termasuk Indonesia yang menggunakan batas lanjut usia 60 tahun.

Ada beberapa pendekatan untuk mengidentifikasi mengenai lanjut usia, yaitu pendekatan kronologis dan biologis.¹⁹ Identifikasi mengenai biologis didasarkan pada kapasitas fisik seseorang, sedangkan kronologis adalah identifikasi yang didasarkan pada usia seseorang.

2. Kondisi psikologis lansia

Semakin bertambahnya usia seseorang tentunya akan mengalami penurunan di segala bidang tubuh, menurut steven Austad salah satu dosen zoology mengatakan “salah satu ciri yang paling mendasar yang dimiliki makhluk hidup adalah kemampuan mereka untuk mempernaiki diri”.

Setiap tubuh manusia mengalami penurunan saat menginjak masa lansia, mereka akan kehilangan kepercayaan diri, dimensia, datangnya berbagai penyakit dan lain-lain. Secara ringkasnya ada beberapa aspek dalam penurunan psikologis lansia ,diantaranya:

1. Fisik

¹⁹ Siti Partini Suardiman, *Psikologi Lanjut Usia*, Gajah Mada Press 2016. h. 2

Setiap manusia yang berkembang dari bayi pasti akan mengalami dengan perubahan bentuk fisik, terlebih akan menjadi sorotan perubahan fisik saat akan menginjak usia remaja, mereka mengalami perubahan yang sangat banyak dan signifikan.

Sama halnya dengan lansia, mereka mengalami banyak perubahan dalam tubuhnya, dari bentuk badan yang tak sebugar masa muda, penurunan system kekebalan tubuh, penurunan tingkat hormone baik segi seks ataupun intelegensi, kulit yang tidak sekenjang saat muda, penurunan daya ingat, menegement emosi dan penyakit penyakit yang tidka teruduga. Menurut Erikson memaparkan bahwa adanya permasalahan psikologis pada lanjut usia akan terlihat dari gejala penurunan fisik yang sejalan dengan aspek psikologisnya. *Klimakterium* menjadi penanda lanjut usia pada laki laki, sedangkan *monopause* menjadi tanda lanjut usia pad aperempaun yang akan berdampak di keseimbangan fisiologisnya, seperti depresi dan stress.

Bagi perempuan perubahan biologis yang utama ialah usia reproduktif, mereka mengalami pemberhentian haid atau monopause. Biasanya perempuan mengalami monopause di usia 50 namun dengan hormon yang berbeda-beda ada beberapa perempuan yang sudah mengalami monopause di usia 40 tahun. Monopause menjadi salah satu problem bagi sebagian perempuan, monopause dapat mempengaruhi dari aspek psikologis termasuk aspek depresi dan hilang ingatan. Menurut Feldman, (1996) beberapa studi akhir akhir ini menunjukkan bahwa problem tersebut disebabkan oleh reaksi terhadap usia tua yang dicapai oleh wanita dalam suatu masyarakat yang sangat menghargai anak anak muda daripada monopause itu sendiri.²⁰

²⁰ Samsunuwiyati Mar'at, *Psikologi Perkembangan*, PT Remaja Rosdakarya Bandung, 2015. h. 235

Berbeda dengan laki-laki, mereka tidak mengalami masa kritis usia reproduktif, bagi laki-laki mereka masih mampu memberikan keturunan sampai usia tua, lain halnya dengan perempuan yang mengalami pemberhentian haid saat menopause di usia menjelang lanjut.

Dalam penelitian Daniel Levinson dan teman-temannya pada 40 pria di Amerika Serikat yang telah berusia 40 tahun, menemukan bahwa menurunnya kekuatan fisik dan psikologis di usia dewasa awal. Pada usia akhir 30-an dan awal 40-an umumnya laki-laki menyadari mereka tidak lagi di puncak kemudaan. Dalam Davidoff memaparkan mereka tidak bisa berlari cepat, mengangkat benda yang berat, dan sedikit tertidur, daya ingatnya yang mulai melemah, dan sulit sekali untuk belajar serta mengingat informasi. Mereka lebih rentan terkena penyakit sehingga berkemungkinan untuk cacat seumur hidup atau bahkan kematian.

Banyak yang akan terjadi pada perubahan fisik lansia, untuk tetap menjaga kondisi lansia, mereka harus tetap menjaga kesehatan fisik dan psikologisnya, dengan demikian lansia harus mengurangi kegiatan yang menggunakan fisik dan mengurangi beberapa hal dalam pikirannya yang sekiranya tidak diperlukan.

2. Memori

Banyak orang yang memberi mended pada dirinya sendiri bahwa masa tua akan mengalami kemunduran memory yang sangat drastis, karakteristik penurunan memory ini hanya kebiasaan budaya semata. Salah satu penelitian dari B.L. Levy dan E. Langer terhadap masyarakat lansia di Amerika dan China. Kesimpulan dari hasil studi ini bahwa orang tua dalam kultur yang memberikan penghargaan tinggi terhadap orang tua , seperti kultur Cina daratan, sedikit kemungkinann mengalami kemerosotan memori disbanding dengan orang tua yang mengira

hidup dalam kultur yang mengira bahwa kemunduruan memory adalah suatu yang akan mungkin terjadi.²¹ Ini membuktikan bahwa penurunan memori bukanlah sesuatu yang pasti yang akan terjadi pada lansia.

Memori memungkinkan kita mengambil beberapa gambaran yang terlihat oleh mata yang kemudiaan di rangkum oleh otak, namun disini kapasitas memori setiap individu berbeda beda. Struktur Memori ingatan di bedakan menjadi 3 jenis: *Sensory Memory*(ingatan sensorik), *long term memory* (daya ingat jangka lama), dan *short term memory* (daya ingat jangk pendek). Menurut (Solso, 1995) sistem ingatan tesebut dikenal sebagai mdel paradigma Arkinsoson dan Shiffrin yang telah disempurnakan oleh Tulving dan Madigan.²² Spesialis memory berbicara tentang pemeliharaan, penyimpanan materi dalam memory,²³ apabila bahan yang di tangkap oleh memory tidak memadai maka nanti tidak akan dapat di Tarik kembali, memori ini juga bergantung pada kahir dari proses pengambilan suatu kejadian.

Penurunan ingatan pada lansia cenderung tebatas, dan biasanya hanya beberapa tipe-tipe memori tertentu. Ada beberapa tipe memori yang dimiliki setiap individu,seperti memori episodik yang mengingat pengalaman yang terjadi di lingkungan sekitar, selanjutnya ada memori semantik yang berhubungan dengan pengetahuan dan fakta-fakta umum, dan yang terakhir yaitu memori implisit, memori alam bawah sadar kita yang secara umum tidak mengalami kemunduran karena pengaruh ketuaan.²⁴

²¹Ibid h.240

²² Magda Bhinnety, Struktur dan Proses Memori, Bulletin Psikologi Vol. 16 No. 2

²³ Feldman, Robert. S., Undrstanding Psychology, New York: mcGrew-Hill, 1996. h.209

²⁴ Ibid h.210

Pada lansia menurunnya memori episodik memang dapat terjadi, seperti pensiunan yang dimana mereka sudah tidak memiliki tantangan seperti biasanya, mereka tak perlu mengingat banyak hal seperti saat masih bekerja. Menurut Ratner et.,al., (1987) latihan untuk lansia seperti strategi *mnemonic* (strategi penghafalan) cukup dapat membantu mencegah kemunduran memori jangka panjang, sekaligus memungkinkan dapat meningkatkan daya memori mereka.²⁵

Kemerosotan memori pada lansia sering di juluki dengan kepikunan, hal ini seperti lupa akan sesuatu, nama seseorang lokasi dan lain sebagainya. Sebenarnya julukan kepikunan ini tidak tepat di gunakan pada lansia yang mengalami kemunduran dalam kemampuan mental, kemunduran kognitif, disorientasi dan kebingungan. Oleh sebab itu para ahli gerontologi memandang kepikunan adalah istilah yang digunakan untuk orang yang hidupnya sudah tidak berguna.²⁶

Dari berbagai factor mengenai menurunnya fungsi kognitif lansia memang hal tersebut tidak bisa di hindari, namun bukan berarti hal tersebut tidak di pertahankan dan di tingkatkan. Dengan demikian lansia sebenarnya emmbutuhkan tempat agar ia tetap bisa mengasah dan memelihara ketrampilan-ketrampilan kognitif mereka sehingga dapat mengantisipasi terjadinya kepikunan.

3. Psikososial

Psikososial dapat di artikan 2 hubungan yang saling berkaitan, dua hubungan tesebut yaitu diri sendiri dan lingkungan sosial di sekitarnya. Pada masa dewasa psikososial ini menjadi lebih luas, dan tentunya lebih kompleks di

²⁵ Samsunuwiyati Mar'at, *Psikologi Perkembangan*, PT Remaja Rosdakarya Bandung, 2015. h. 240

²⁶ Feldman, Robert. S., *Undrstanding Psychology*, New York: mcGrew-Hill, 1996. h.219

bandingkan dengan masa- masa sebelumnya. Beberapa hal yang mempengaruhi psikososial dalam diri seseorang, dari masa lalu, peristiwa di kehidupan baik lingkungan sekitar maupun pekerjaannya. Menurut Erikson perkembangan psikososial di masa dewasa di tandai dengan tiga gejala penting, yaitu keintiman, generative, dan integritas.²⁷

3. Lansia dan Permasalahannya

Setiap fase dalam perkembangan kehidupan tentu mengalami masalah masalah di setiap step-step nya tersendiri, termasuk dalam lansia ,mereka banyak yang merasa khawatir di usia-usia ini, dan kekhawatiran inipun menjadi masalah tersendiri bagi mereka. Memang banyak perubahan-perubahan dalam kondidi lansia yang membuat mereka khawatir di usia senjanya ini. Seperti yang disampaikan Hurlock ada beberapa perubahan lansia, yaitu perubahan fisik, perubahan kemampuan motorik, perubahan kemampuan mental, perubahan minat.²⁸

Terkadang lansia dapat menyesuaikan di setiap step perkembangan yang ia alami, namun kembali lagi dengan lansia tersebut. Permasalahn-permasalahan tersebut tentunya beragam pada setiap lansia, permasalahan pada lansia dipandang sebagai akibat dari perubahan yang dialami oleh lansia yang dimana sedang menyertai step-step perkembangan dalam masa lansia.

Menurunnya kekuatan, kekebalan, kondisi imun, kelenturan dalam aspek psikologis dan segala penurunan secara kognitif lainnya, hilangnya teman, dan pasangan, menurunnya kondisi kesehatan dan masih banyak lainnya, tentunya hal tersebut sangat menggunacang kondisi lansia. Kondisi tersebut tentunya snagat mempengaruhi kondisi emosi lansia, apabila

²⁷ Samsunuwiyati Mar'at, *Psikologi Perkembangan*, PT Remaja Rosdakarya Bandung, 2015. h. 242

²⁸ Supriadi, *Lanjut Usia Dan Permasalahannya*, Jurnal PPKN Vol. 10, No. 2 , 2015.

kondisi lansia memburuk maka hunungan sosial dalam kesehariannya akan memburuk juga.

Lansia banyak mengalami keadaan emosional yang tidak stabil, emosi yang tidak stabil tersebut dapat mempengaruhi segala aspek dalam step perkembangannya, sehingga kondisi ini dapat menyebabkan stress, depresi, perasaan *Lonlynes* (perasaan sendiri) sampai mengalami gangguan jiwa.

Dari beberapa pemaparan di atas, berikut beberapa permasalahan yang dapat penulis sarikan sebagai berikut:

1. Permasalah Ekonomi

a. Pekerjaan

Setiap manusia mempunyai pekerjaan yang berbeda, dari pengusaha, pekerja lepas, pembimbing dan lain sebagainya. Pekerjaan merupakan salah satu pondasi pertama dalam kehidupan manusia, tanpa pekerjaan manusia mungkin akan sulit untuk menjalani kesehariannya. Pekerjaan juga dapat menaikkan derajat dai manusia itu sendiri, selain itu bekerja merupakan salah satu cara bentuk syukur atas apa yang disediakan tuhan di dunia ini.

Beberapa fungsi pekerjaan terdapat dalam psikologis. Seperti yang ada di *ASA (Attraction Selection-Attraction) Cycle*, yang menyebutkan bahwa keberbedaan individu sesuai dengan fungsi mereka, seperti kemampuan, ketertarikan, maupun kepribadian.²⁹ Teori ini memperlihatkan bahwa latar belakang, kultur budaya dari yang dimiliki individu mempengaruhi dalam kinerja mereka. Seseorang yang bekerja sesuai dengan kultur budaya, karakteristik, kepribadian mempunyai rasa percaya diri lebih tinggi di banding dengan seseorang yang bekerja bertolak belakang degan hal tersebut. Bekerja juga dapat

²⁹ Nuraini Siti Anshori, Makna Kerja (Meaning of Work), Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi, Vol. 2. No. 3. Desember 2013.

digunakan sebagai pengat identitas seseorang di lingkungan masyarakat dan kahidupan pribadinya.

Bekerja di usia lanjut tidak hanya dapat menunjang ekonomi keluarga namun juga bermanfaat untuk masyarakat. Bekerja juga dapat meningkatkan kualitas hidup dan meningkatkan kedekatan kepada tuhan dengan senantiasa melakukan kebajikan.

Beberapa pekerjaan menggunakan usia sebagai batas usia untuk bekerja, karena dalam sudut pandangan psikologispun seseorang yang semakin bertambah usia, mereka akan semakin mengalami kondisi emosi sekaligus fungsi kognitif yang menurun.

b. Pensiunan

Pensiun adalah putusnya hubungan antara seseorang dengan perusahaan atau tempat ia bekerja atau pekerjaannya. Pensiun dilakukan ketika seseorang telah mencapai usia tertentu, berdasarkan data dari Badan Kepegawaian Daerah (2008), bagi pegawai negri sipil (PNS) adalah 56 tahun, batas usia pensiun ini dapat diperpanjang menjadi 58,60,63,65 atau hingga 70 tahun. Normalnya batas usia pegawai swasta yaitu 55 tahun, dan usia maximum pensiun adalah 60 tahun.³⁰

Menurut (Mu'tadin 2002) pensiun merupakan tahapan penting dalam kehidupan karyiawan, sebab dengan adanya pensiun berarati berakhirlah karir di bidang karyiawan dibidang pekerjaan, berkurangnya penghasilan serta bertambahnya waktu luang yang terkadang mengganggu. Dalam pensiun seseorang akan mengalami perubahan pola kehidupandari hari yang biasa merka lakukan, seperti perubahan keinginan, peran, dan nilai nilai. Dalam posisi ini ada beberapa yang mengalami kecemasan hingga tress.

³⁰ Kholish dan Musrifatul Uliyah, *Masa Pensiun Usia Lanjut Dengan Tingkat Depresi*, The Sun Vol. 02 No. 03, September 2015

Setiap individu yang mengalami kecemasan maupun stress tentunya memiliki latar belakang yang berbeda, menurut (Lubies,2001) alasannya beragam-macam diantaranya karena factor ekonomi, factor pristisi dan factor status sosial dalam masyarakat tidak jarang juga menjadi sebuah alasan.

Hubungan keluarga dengan individu menjadi salah satu factor penguat dalam memburuknya psikis di masa- masa pensiun, seperti yang disampaikan oleh Lillian Troil (dalam Santrock, 2006) bahwa lansia yang berhubungan dekat dengan keluarganya mempunyai kecenderungan lebih sedikit stress dibanding lansia yang hubungannya jauh dengan keluarganya. Keterikatan lansia dan keluarga memang sangat berpengaruh besar, terutama dalam kondisi psikologis lansia.

Reaksi dari setiap pada setiap individu umumnya berbeda, hal ini tergantung dari kesiapan dari setiap individu yang bersangkutan. Menurut (Isnaini, 2009) secara garis besar penolakan yang dikeluarkan oleh seseorang yaitu (1) menerima, (2) terpaksa menerima, (3) menolak. Sikap menolak ini biasanya terjadi dikarenakan seseorang takut untuk menghadapi kehidupan tanpa penghasilan, tidak dapat memenuhikebutuhan sehari hari tertentu. Meskipun masa pensiun datang namun kehidupan keseharian tetap berjalan, dan mereka khawatir akna hal tersebut akan tidak terpenuhinya kebutuhan yang mereka butuhkan.

2. Permasalahan psikososial

Jejaring sosial semakin meluas dan di setiap individu mengalami penurunan dalam adaptasi kepada orang lain, terlebih di saat usia semakin menua. Setiap individu menjalani kehidupan dengan berbagai gaya dan konsep masing-masing, dengan gaya gaya mereka yang berbeda tentunya menghasilkan reaksi dan interaksi yang berbeda. Gaya dan konsep mereka dalam menjalani kehidupan bisa berlatar belakang

dari masa lalu, kehidupan sehari-hari di masyarakat, penurunan fungsi kognitif dan sesuatu yang berhubungan dengan pekerjaan.

Seperti yang di bahas di atas bagian perubahan psikososial, Erikson membagi 3 gejala penting, diantaranya:

a) **Keintiman**

Pada masa dewasa setiap individu mengalami perubahan dalam psikis maupun fisik. Perkembangan keintiman dapat diartikan sebagai kedekatan antara setiap individu satu dengan individu yang lainya seperti kemampuan memperhatikan individu dan membagikan pengalaman mereka. Menurut Erikson hal ini merupakan tantangan utama yang di lalui masa dewasa.³¹ Tentu dalam masa ini mereka membutuhkan seseorang yang dapat diajak untuk berkomunikasi dan bertukar pikiran, dengan dapat komunikasi yang baik dan saling mengerti seseorang akan merasa lebih nyaman dan bahagia. Seperti yang disampaikan oleh (Traupman & Hatfield, 1981) kebahagiaan orang yang mempunyai tempat untuk berbagi ide, rasa, dan masalah itu jauh lebih bagus daripada individu yang tidak mempunyai tempat untuk berbeagi tersebut.

Saat lansia umumnya mereka mengalami penurunan fungsi kognitif dan psikomotor. fungsi kognitif meliputi belajar, pemahaman, belajar, perhatian, DLL. Sedangkan psikomotor berupa hal yang berhubungan dengan dorongan kehendak seperti gerakan, tindakan, koordinasi yang menimbulkan ketangkasan dan kecekatan.

Selain penurunan fungsi kognitif dan psikomotorik lansia juga menalami beberapa permasalahan, salah satunya

³¹ Samsunuwiyati Mar'at, *Psikologi Perkembangan*, PT Remaja Rosdakarya Bandung, 2015. h. 242

dalam bidang psikosial yang erat kaitanya dengan kepribadian lansia sendiri. Bermasyarakat tentunya tidak lepas dari hubungan dengan banyak orang, dengan berbagai karakter dan berbagai sifat. Akibat dari penurunan fungsi yang dialami lansia

b) **Integritas**

Integritas dapat digambarkan seperti keadaan seseorang setelah memelihara benda, orang-orang, produk-produk, dan ide-ide, serta telah melakukan penyesuaian diri dengan kegagalan dan keberhasilan. Integritas termasuk tahap terakhir dalam perkembangan Erikson.³² Lawan dari integritas adalah rasa putus asa dalam diri untuk menjalani kehidupan dan perubahannya.

Seseorang yang berhasil dan mampu dalam menghadapi masalahnya maka ia akan mendapatkn perasaan integritas. Sebaliknya jika seseorang yang berusia tua melakukan review ulang kehidupanya dengan penuh penyesalan, hilang kesempatan, dan kegagalan maka pada akhir tahun-tahun yang penuh dengan keputusan.

Pada tahap integritas ini dimulai kisaran usia 65tahun. Meskipun batasann di tahap ini usia tidak ditentukansecara tepat, tapi pada umumnya tahap ini dimulai saat usia 65-75 tahun.

Terdapat beberapa tekanan yang memuat lansia menarik diri darilingkugan sosialnya, diantaranya:

1. Tibanya pensiun dan perubahan lingkungan

³² Samsunuwiyati Mar'at, *Psikologi Perkembangan*, PT Remaja Rosdakarya Bandung, 2015. h. 253

2. Penyakit menurunnya kemampuan fisik danmental
3. Orang muda cenderung menjauh darinya
4. Saat kematian semakin mendekat, mereka ingin membuang semua hal yang bagi dirinya tidak berguna.

c) **Generativitas**

Dalam perkembangan psikosisal, generativitas merupakan tahap ketujuh yang dialami oleh individu di pertengahan perkembangan dewasa. Ciri utama dalam perkembangan ini apa yang dihasilkan oleh individu, seperti keturunan, produk-produk, ide-ide, dan sebagainya. Juga pembentukan untuk generasi mendatang yang sudah di lahirkan.

Erikson menyebut genertivitas pada masa setengah baya ialah suatu rasa kekhawatiran, tentang bimbingan dan persiapan, untuk generasi yang akan datang.³³ Nilai pemeliharaan ini tercapai lewat membersarkan anak, mendidik anak, memberi contoh, dan mengontrol.

Ketika mendekati usia 50 tahun mereka merubah cara pandang mereka, bukan lagi padangang seperti yang anak muda pikirkan, mereka tidak lagi melihat kehidupan dalam pengertian waktu, mereka mulai berfikir tentang tahun yang tersisa untuk hidup. Menurut hasil penelitian Bernice Neugarden, usia antara 40, 50, dan awal 60 tahun adalah orang-orang yang sering melakukan intropeksi dan banyak

³³ Samsunuwiyati Mar'at, *Psikologi Perkembangan*, PT Remaja Rosdakarya Bandung, 2015. h. 251

merenungi tentang apa yang sebenarnya terjadi pada dirinya.³⁴

3. Permasalahan psikologis

Semakin bertambah usia penyakit dan kesehatan akan mulai berdatangan, hal ini dapat disebabkan dengan latar belakang lansia yang berbeda-beda, sehingga menyebabkan akibat yang berbeda pula. Ada beberapa masalah psikologis yang menyerang lansia, diantaranya:

a) Dimensia

Dimensia bukanlah penyakit yang spesifik, dimensia adalah istilah yang sering di gunakan untuk menandai sekelompok pnyalit yang mempengaruhi otak.

Dimensia dapat mempengaruhi cara berpikir, tingkal laku, pekerjaan sehari hari, yang membuat fungsi otak cukup banyak terpengaruh sehingga mengganggu individu. Khas dari dimensia adalah ketidakmampuan melakukan kegiatan sehari hari akibat berkurangnya kemampuan kognitif.

Dementia (de, dis, des = rusak, mentis = jiwa, mental): rusak mentalnya, dengan ciri ciri memburuknya atau hilangnya fungsi fungsi intelektual, kemampuan menalar, ingatan, dan kemauan; dan ditandai dengan kebingungan, disorientasi, apati, dan bermacam-macam tingkatan stupor.³⁵

Dalam PPDGJ-III Dimensia adalah sindrom akibat penyakit atau gangguan otak, yang biasanya bersifat kronik-progresif, di mana terdapat gangguan fungsi luhur kortikal yang multipel (multiple higher cortical function), termasuk

³⁴ *Ibid* h.252

³⁵ Kartini Kartono, *Patologi Sosial 3 Gangguan-Gangguan Kejiwaan*, Ed. 2, Cet. 1, Jakarta, Rajawali 1986 h. 113

di dalamnya : daya ingat, daya pikir belajar, berbahasa, dan daya nilai (judgedmen).³⁶

Gejala awal pada dimensia bisa hampir tidak jelas, dan tidak segera nyata. Berikut beberapa gejala umum dari dimensia:

- Sering lupa, semakin lama semakin bertambah
- Rasa bingung
- Pribadi yang berubah
- Mengkisnya rasa peduli dan lebih memilih menyendiri
- Hilangnya kemampuan dalam melakukan tugas sehari-hari

b) Anxiety

Menurut (Trismiati, dalam Yuke Wahyu Wideosari, 2010:16) di dalam bahasa inggris kecemasan disebut *anxiety* yang berasal dari bahasa latin *angustus* memiliki arti kaku, dang dan *ango, anci* yang memiliki arti mencekik.³⁷ Menurut Syamsu Yusuf (2009:43) kecemasan merupakan ketidakberdayaan neurotik, rasa tidak aman, tidak matang, dan kekurangmampuan dalam menghadapi tuntutan realitas lingkungan, kesulitan dan tekanan hidup sehari hari.³⁸

Dapat di artikan kecemasan adalah suatu perasaan pada setiap individu yang tidak nyaman di situasi dan saat tertentu. Kecemasan dapat terjadi setiap saat, setiap lokasi, dan setiap waktu. Apabila kecemasan ini terus dirasakan oleh seseorang,

³⁶ Rusdi maslim, *Diagnosis Gangguan Jiwa*, Jakarta, Juni, 2003. h.22

³⁷ Dona Fitri Annisa & Ifdhil *Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia*, Jurnal Konselor, Vol. 5, No. 2, Juni 2016. h. 94

³⁸ *ibid* h.94

bisa berdampak buruk terhadap kondisi fisik maupun psikologisnya.

c) Prakinson

Penyakit Parkinson merupakan gangguan neurodegeneratif yang dirincikan dengan gejala motoric klasik yaitu bradikinesia, rigiditas, dan tremor. Marshall Hall (1841) menamai ini sebagai *agitans*, sindroma ini ditemukan oleh James Parkinson pada tahun 1817 sebagai *shaking palsy*. Parkinson atau *Parkinson disease (PD)* adalah gangguan neurodegeneratif yang bersifat progresif tentang gerakan, seperti bicara dan memiliki onset yang bersifat *insidious* (tidak diketahui kapan mulai sakit).³⁹

Parkinson adalah penyakit karena penurunan kadar dopamine yang massif akibat kematian neuron di substansia nigra pars kompakta. Penyakit ini merupakan salah satu penyakit yang paling banyak ditemukan pada lansia dan jarang terjadi di bawah usia 30 tahun.

d) Delirium

Delirium merupakan sebuah sindrom neuropsikiatrik yang kompleks dengan onset yang akut dan berfluktasi. Delirium juga dikenal dengan *acute confusional state* yang berarti sebuah gangguan yang umum, serius, akan tetapi secara potensial dapat dicegah.

Gejala delirium ini beragam, walaupun tidak dapat di spesifikasikan, sifatnya yang fluktuatif dan merupakan indicator diagnostic yang sangat penting. Ada tiga bentuk delirium yang

³⁹ Koutoudis, Ted K. Parkinson's Disease, (http://www.emedicinehealth.com/parkinson_disease/article_em.htm 2010. Diakses tanggal 6 Juni 2013). Dalam Gerry Gunawan DKK, *Parkinson dan terapi system sel*, MNJ, Vol.03, No.01, Januari 2017.

sudah diketahui, yaitu: hipoaktif, dan campuran.⁴⁰ Tipe hipoaktif merupakan tipe yang seringkali tidak dikenali dan dihubungkan dengan prognosis yang buruk secara keseluruhan.

Gangguan kesadaran, perhatian, memori, dan kemampuan perencanaan merupakan gangguan penting, sebab melibatkan fungsi kognitif yang akut dan menyeluruh. Ada beberapa gangguan lainnya, seperti pola tidur yang berubah, gangguan proses pikir, afek, persepsi dan tingkat keaktifan, walaupun terlihat sepele, namun mempunyai kontribusi yang besar dalam mengidentifikasi dan menatalaksankan delirium.

e) Gangguan tidur

Tidur merupakan kegiatan alamiah yang dialami oleh semua manusia di dunia, dimana mereka memiliki rotasi putar kehidupan yang sudah terjadwal dalam 24 jam. Dari berbagai agama samawi didalamnya menyinggung masalah tidur, sebab tidur menjadi salah satu waktu untuk manusia dapat istirahat.

Dengan waktu tidur dan kualitas tidur yang bagus, individu akan merasa segar, dan siap melakukan aktifitas sehari hari dari pagi hingga malam. Namun dalam perkembangan kualitas tidur disini tidak sama, setiap perkembangan memiliki kualitas tidur masing masing.

Usia yang sudah mulai senja, biasanya memiliki beberapa gangguan salah satu gangguan tidur yang tentunya sangat tidak nyaman bagi mereka. Dalam studi PSG memaparkan ada empat perubahan yang berhubungan dengan proses penuaan yang diobservasi: penurunan total waktu tidur, penurunan efisien tidur, penurunan tidur di gelombang –lambat dan peningkatan frekuensi

⁴⁰ Andri, Charles E, Damping, *Peranan Psikiatri Geriatri dalam Penanganan Delirium Pasien Geriatri*, Majalah Kedokteran Indonesia, Vol. 57, No.7, Juli 2007, h.228

terbangun setelah tidur. Suatu meta analisis pada 3577 subyek pada usia 5-102 tahun menunjukkan bahwa usia mempengaruhi perubahan gambaran tidur.⁴¹

Pada tahun 1999 *Association of Sleep Disorder Centers* mengklasifikasi gangguan tidur, dan kemudian di anggap komprehensif dan bermanfaat, yaitu⁴² :

1. memulai dan mempertahankan tidur (*disordes of initiating and maintaining sleep = DIMS*)
2. mengantuk berlebihan (*disorder of execesive somnolence=DOES*)
3. siklus tidur (*disorders of the sleep-wake cycle*)
4. Perilaku tidur abnormal (*abnormal sleep behavior, parasomnias*)

B. Kecemasan

1. Pengertian Kecemasan

Menurut Trismiati (dalam Yuke Wahyu Widosari, 2010) dalam bahasa inggris *Anxiety* yang berasal dari bahas latin *angustus* yang artinya kaku, dan *ongo* yang artinya mencekik.⁴³

Menurut Syamsu Yusuf 2009 mengemukakan kecemasan merupakan tidak berdayanya diri, tidak matang, rasa tidak nyaman, tidak mampu dalam menghadapi tuntutan realitas, kesulitan dan tertekan dalam kehidupan sehari-hari.⁴⁴

Diperkuat dengan pemaparan dari Jeffrey S. Nevid, dkk 2015 kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri

⁴¹ Sri Sunarti, Helma, *Gangguan Tidur Pada Lansia*, E-Journal UIN Malang.ac.id, 2018.

⁴² A. Prayitno, *Gangguan pola tidur pada kelompok usia lanjut dan penatalaksanaannya*, Jurnal kedokter Trisakti, Januari-April 2002, Vol.21, No.1.

⁴³ Dona Fitri Anisa & Ifdhil, *Konsep Kecemasan Pada Lanjut Usia*, Jurnal Konselor, Vol.5, No.2, 2016. h. 94

⁴⁴ *Ibid* h.94

keterangsangan fisiologis, perasaan, tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan aprehensif, bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi.⁴⁵

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah kondisi seseorang yang tidak nyaman, melelahkan, yang dimana dapat membahayakan aktifitas sehari-harinya. Kecemasan tidak terjadi pada lansia saja, kecemasan sering terjadi di segala usia, hanya saja bagaimana dampak dan gejalanya berbeda.

Menurut Frankel (2004) kepada individu yang tidak mampu menemukan kebermaknaan hidup akan mengalami eksistensial yang akan memicu timbulnya *neurosis noogenik* berupa suatu gangguan perasaan yang cukup menghambat potensi dan penyesuaian diri.⁴⁶ Seseorang yang memiliki kecemasan tinggi, ia akan kesulitan dalam menemukan makna hidupnya. Misalnya keluhan, serba bosan, hampa, penuh keputusasaan DLL.

2. Faktor kecemasan

Dari segala aspek penyakit, dapat diketahui karena terdapat faktor yang memperjelasnya, dan keterangan-keterangan dari ahli peneliti guna membantu diagnose sesuatu dengan gamblang.

Beberapa ungkapan mengenai faktor kecemasan salah satunya dari Stuart, 2013, yaitu:

1. Faktor Presdiposisi

a. Psikoanalitik

Bagian ini menjelaskan mengenai konflik emosional yang terjadi pada dua elemen, yaitu *id* dan *ego*. *Id* adalah impuls primitif dan dorongan dari naluri individu,

⁴⁵ *Ibid* h.94

⁴⁶ Rizka Lellyani Maramis, *Kebermaknaan hidup dan kecemasan dalam menghadapi kematian pada lansia di panti werda samarinda*, Psikoborneo, Vol.3 No.4, 2015.

fungsi kecemasan dalam ego adalah mengingatkan ego bahwa bahaya akan datang.

b. Interpersonal

Teori ini menjelaskan tentang penolakan dari dalam dalam diri sehingga menyebabkan adanya rasa takut. Seperti kehilangan seseorang, berpisah dari seseorang. Dalam hal ini seseorang yang harga dirinya rendah akan mudah sekali mengalami kecemasan.

c. Perilaku

Teori ini membahas tentang pola berpikir yang pasif (tidak produktif) sehingga menyebabkan perilaku maladaptive. Dalam teori ini juga menjelaskan kecemasan ada sebab pengaruh stimulus lingkungan.

d. Biologis

Kandungan khusus yang terdapat pada otak mengandung neurorelegator inhibisi (GABA), hal tersebut berperan penting dalam mekanisme biologis yang juga dapat berkaitan dengan kecemasan. Penurunan dan gangguan individu merupakan pengaruh terjadinya kecemasan.

2. Faktor pencetus

Ada dua faktor sebagai pencetus dari kecemasan, yaitu:

a. Ancaman integritas fisik

Menurut (Riyadi dan Purwanto, 2009) Yaitu tidak mampunya seseorang dalam melakukan aktivitas sehari hari yang disebabkan oleh sakit, trauma fisik dan kecelakaan. Ada 2 macam bentuk ancaman integritas fisik, yaitu :

1. Sumber eksternal yang merupakan faktor luar yang dapat menyebabkan gangguan fisik, seperti infeksi virus, polusi udara

2. Sumber internal yaitu kegagalan mekanisme tubuh, seperti sistem jantung, sistem imun, pengaturan suhu dan perubahan fisiologis selama kehamilan

b. Ancaman sistem diri

Menurut (Riyadi dan Purwanto, 2009) Ancaman sistem diri dapat membahayakan identitas, harga diri dan fungsi sosial yang terintegrasi pada seseorang. Ada dua macam dalam faktor ini, yaitu:

1. Sumber eksternal yaitu kehilangan seseorang yang dicintai, bisa disebabkan meninggal, perceraian, atau pindah kerja.
2. Sumber internal dapat berupa gangguan hubungan interpersonal di dalam rumah, tempat kerja, atau menerima peran baru di lingkungan.

3. Ciri dan gejala kecemasan

Tentu kecemasan mempunyai beberapa ciri agar memudahkan dalam mendiagnosa dan mengidentifikasi untuk individu maupun profesional. Menurut Jeffrey S. Nevid, dkk 2005 ada beberapa ciri kecemasan, diantaranya:⁴⁷

1. Fisik

Beberapa yang dikeluarkan oleh fisik saat kecemasan terjadi: kegelisahan, tangan atau anggota tubuh gemetar, sensasi ketat di area dahi, kencangnya pada pori-pori kulit atau perut dada, banyak keringat, telapak tangan berkeringat, pening atau pingsan, mulut atau kerongkongan terasa kering, sulit bicara, sulit bernafas, bernafas pendek, jantung berdebar kencang, suara bergetar, jari anggota atau anggota tubuh menjadi dingin, pusing, lemas atau mati rasa, sulit menelan,

⁴⁷ Dona Fitri Anisa & Ifdhil, *Konsep Kecemasan Pada Lanjut Usia*, Jurnal Konselor, Vol.5, No.2, 2016.

kerongkongan tersekat, leher atau punggung terasa kaku, panas dingin, wajah memerah, diare, merasa sensitive.

2. Behavioral

Beberapa kecemasan dari cara sikap individu, seperti perilaku menghindar, perilaku melekat dan dependen, perilaku terguncang.

3. Kognitif

Ciri kecemasan dilihat dari sisi kognitif diantaranya: rasa khawatir yang tinggi, perasaan terganggu, keyakinan sesuatu yang menakutkan akan terjadi dan tanpa ada penjelasan yang jelas, terlalu waspada, takut ketinggian, kehilangan kontrol, takut akan tidak mampu dalam menyelesaikan masalah, dan berpikir bahwa semua tidak bisa di kendalikan, khawatir terhadap hal sepele, pikiran terasa bercampur aduk, tidak mampu menghilangkan pikiran terganggu, khawatir akan sendirian, sulit berkonsentrasi.

4. Tingkat Kecemasan

Menurut Gail W. Stuart, 2006 kecemasan memiliki tingkatan, diantaranya:⁴⁸

1. Ringan

Kecemasan ini berpengaruh pada kehidupan sehari-hari, kecemasan ini dapat menyebabkan individu menjadi lebih waspada dan meningkatkan lapang persepsinya, namun dapat juga dalam memotivasi belajar dan menghasilkan pertumbuhan serta kreativitas.

2. Sedang

⁴⁸ *Ibid* h.97

Ini bersifat fokus, individu berfokus pada yang penting lalu mengesampingkan yang lain. Kecemasan dalam tingkat ini dapat mempersempit lapang persepsi individu.

3. Berat

Sangat mengurangi lapang persepsi individu. Individu cenderung berfokus pada hal yang rinci dan spesifik, serta tidak berpikir tentang hal lain. Semua perilakunya itu dilakukan individu untuk mengurangi ketegangan.

4. Panik

Dalam hal ini berhubungan dengan terpengaruh, ketakutan, dan terror. Individu mengalami panic dan tidak bisa melakukan apapun walaupun dengan arahan. Hal yang terperinci pecah dari proporsinya karena mengalami kehilangan kendali. Panik ini mencakup disorganisasi kepribadian dan menimbulkan peningkatan aktivitas motoric pada individu, menurunnya kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain, seperti persepsi yang menyimpang, dan kehilangan pemikiran yang rasional.

5. Jenis-jenis kecemasan

Dalam pendekatan eksistensial Corey 1996 ada dua jenis kecemasan, yaitu:⁴⁹

a. *Normal Anxiety* (kecemasan biasa)

Kecemasan bagian ini tidak perlu di hindari, sebab keceamsan ini merupakan tanggapan wajar terhadap suatu

⁴⁹ Abdul Hayat, Kecemasan dan metode pengendaliannya, Khazanah Vol. XII, No. 01, Januari 2014 h,54

peristiwa yang sedang dihadapi. Keceamsan ini dapat digunakan sebagai pendorong motivasi kearah perubahan.

b. *Neurotic Anxiety* (kecemasan neurotic)

Kecemasan ini berada diluar kesadaran, keluar dari proporsi yang sudah ada, dan cenderung membuat orang hilang akan keseimbangannya.

Menurut Sigmund Frued (dalam Corney, 1996) ia menjelaskan bahwa kecemasan adalah keadaan yang memaksa untuk berbuat sesuatu. Menurut dia keceamsan ada 3 jenis, yaitu:⁵⁰

a. *Reality anxiety* (kecemasan realita)

Rasa takut akan bahaya dari luar yang akan datang dan tingkat derajat keceamsan itu sesuai dengan tingkat ancaman yang ada.

b. *Neurotic anxiety* (keceamsan Neurotik)

Adalah rasa takut akan keluarnya insting di luar jalur, dan menyebabkan seseorang beerbuat sesuatu yang membuatnya terkena hukuman

c. *Moral anxiety* (kecemasan moral)

Adalah rasa takut terhadap nuraninya sendiri, orang dengan hati nurani yang cukup berkembang cenderung untuk merasa bersalah saat melakukan sesuatu yang bertentangan dengan moral mereka atau dengan introyeksi ibu bapa mereka.

6. Metode Koping Kecemasan

Menurut Siswanto, 2007 mekanisme koping adalah apa yang dilakukan individu untuk mengausai situasi sebagai tantangan, luka,

⁵⁰ *Ibid* h.54

kehilangan, atau ancaman. Koping berarti upaya dari setiap individu bagaimana dia menyikapi di setiap permasalahannya.

Menurut Nasir, 2011 ada beberapa gaya yang individu gunakan dalam menghadapi kecemasan, yaitu:⁵¹

1. Gaya mekanisme positif

Merupakan gaya yang mampu mendukung integritas ego, diantaranya:

- a. Problem solving

Pemecahan cara seperti ini di gunakan untuk menghindari tekanan atau beban psikologis sebab adanya stressor dalam individu. Problem solving termasuk usaha memecahkan masalah yang di hadapi, bukan di hindari atau ditekan dalam alam bawah sadar.

- b. Utilizing Sosial Support

Menjadikan orang lain untuk menindak lanjuti masalah yang ada, hal ini dikarenakan tidak semua manusia dapat menyelesaikan masalahnya sendiri.

- c. Looking for Silver Lining

Rumitnya masalah yang terjadi dan yang akan di hadapi kadang membawa kebuntuan dalam menyelesaikannya. Usaha yang sudah maksimalpun belum menemukan titik masalahnya.

2. Gaya mekanisme negative

Gaya ini adalah gaya yang akan menurunkan integritas ego, dimana penentuan cara akan merusak dan merugikan diri sendiri.

- a. Avoidance

⁵¹ Bab 2, <http://eprints.ums.ac.id/52420/4/NASKAH%20PUBLIKASI%20-FAISHAL.pdf>

merupakan bentuk dari proses internalisasi terhadap suatu pemecahan masalah ke dalam alam bawah sadar dengan menghilangkan atau membebaskan diri dari suatu tekanan mental akibat masalah-masalah yang dihadapi. Cara ini dapat dikatakan sebagai usaha untuk mengatasi situasi tertekan dengan lari dari situasi tersebut atau menghindari masalah yang berujung pada penumpukan masalah di kemudian hari. Bentuk pelarian diri di antaranya dengan beralih pada hal lain, seperti: makan, minum, merokok, atau menggunakan obat-obatan dengan tujuan menghilangkan masalah sesaat untuk tujuan sesaat, padahal hanya merupakan upaya untuk menunda masalah dan bukan menyelesaikan masalah

b. Self-harm

merupakan bentuk dari ketidakberdayaan atas masalah yang dihadapi dengan menyalahkan diri sendiri tanpa evaluasi diri yang optimal. Kegagalan orang lain dialihkan dengan menyalahkan dirinya sendiri sehingga menekan kreativitas dan ide yang berdampak pada penarikan diri dari struktur sosial

c. Wishfull thinking

adalah kegagalan dalam mencapai tujuan yang diinginkan seharusnya tidak menjadikan seseorang berada pada kesedihan yang mendalam. Hal ini terjadi karena dalam penentuan standar diri, diset atau dikondisikan terlalu tinggi sehingga sulit untuk dicapai. Penentuan standar yang terlalu tinggi menjadikan seseorang teerbuai dalam khayalan dan impian tanpa kehadiran fakta yang nyata. Menyesali kegagalan berakibat kesedihan yang mendalam

merupakan pintu dari seseorang mengalami gangguan jiwa.

BAB III

PENYAJIAN DATA PENELITIAN

A. Gambaran Umum Pondok Pesantren Lansia Raden Rahmat

1. Profil pondok pesantren

Ponpes lansia Raden Rahmat Semarang merupakan salah satu tempat untuk para lansia dapat belajar mengenai keagamaan. Selain itu ponpes lansia ini juga menyiapkan bagi para lansia untuk kembali kepadanya dengan bahagia.

Ponpes lansia berusaha membekali santri-santrinya dengan ilmu keagamaan yang cukup dan ada beberapa latihan ketrampilan yang mumpuni. Adapun profil dari ponpes raden rahmat sebagai berikut:

- a. Nama Ponpes : Raden Rahmat
- b. Alamat : Krajan, Rt.03, Rw.01, Gedong, Banyubiru, Semarang, Jawa Tengah.
- c. Dusun : Krajan
- d. Desa : Gedong
- e. Kecamatan : Banyubiru
- f. Kab/kota : Semarang
- g. Provinsi : Jawa Tengah
- h. No. Tlp : 081281516750
- i. Kode pos : 50664
- j. Pengasuh : Ahmad Winarno, S.Sos.I
- k. Kepala pesantren : Mohammad Solikin, A.Md. Kep
- l. Awal berdiri : 11 April 2018
- m. Ciri khas ponpes : olah rogo, olah jiwo, olah roso

Pesantren Lansia Raden Rahmat adalah pondok khusus lansia yang di kelola oleh Yayasan Pitutur Luhur, yang bergerak di bidang kemanusiaan, pendidikan, sosial, dan keagamaan yang berupaya mempertahankan hidayah iman dan islam, memperbaiki dan

mengembangkan kualitas, ruhani, ruhani, dalam pribadi masyarakat luas, terkhusus lansia untuk menuju kehidupan yang Khusnul Khotimah.

2. Sejarah Berdiri dan Perkembangannya

Ponpes Lansia Raden Rahmat atau bisa disebut dengan Ponpes Kasepuhan Raden Rahmat (PKRR) ini berdiri sejak tahun 2018 silam, bermula dari keresahan seorang lelaki mengenai ibunya.⁵²

Lelaki tersebut bernama Winarno atau biasa disebut Pak Win oleh santri-santrinya, ia adalah seorang muallaf yang sedang merantau di kota orang. Suatu hari ia di resahkan oleh kondisi ibunya yang berada di kampung, mengingat kondisi kampung sedemikian rupa, terlebih bagi yang menduduki ekonomi kelas bawah, gambaran kemiskinan, dan penderitaan, di tambah ibunya adalah seorang muallaf yang menurutnya masih minim agama.

Kondisi kampung yang sangat mengiris hatinya, membuatnya bergerak untuk melakukan perubahan di daerah asal kelahirannya tersebut. Saat memutuskan pulang kampung Pak Win belum terbesit untuk membangun pesantren lansia ini, ia masih memikirkan lumbung ternak masyarakat. Model lembaganya pesantren entrepreneur, santri-santri nya berasal dari kalangan anak muda usia produktif, utamanya *fresh graduate*.⁵³

Pada sautu waktu ia bediskusi panjang dengan salah satu temannya Pak Agung Budi Margono seorang pengusaha travel dari Bekasi, setelah diskusi panjang itu membuat Pak Win berpikir ulang mengenai ide yang dibuatnya. Pak Agung menceritakan pengalamannya berkunjung ke Ponpes Lansia Darus Syifa jombang, ponpes yang dikelola oleh keluarga Gus Ipul (mantan wagub jawa timur).

Diskusi yang dilakukan bersama temannya membuat Pak Win melakukan studi secara komprehensif tentang kelansiaan. Bagi Pak Win ini

⁵² Md Aminudin, *Pesantren Kasepuhan Raden Rahmat*, yayasan pitutur luhur, Agustus 2022 h.4

⁵³ *Ibid* h.6

adalah wajah baru, dalam sekejap lansia menjadi *interest* pertama di hati Pak Win. Ia juga terilhami kenyataan yang ia saksikan langsung di rumah, si ibu yang sudah berusia lanjut dan membutuhkan pendampingan.

“Adalah kebiasaan saya ketika mengambil satu keputusan penting, saya pelajari dulu hulu hilirnya hingga mendapatkan gambaran yang jelas. Sehingga saya tahu mulaidarimana dan bagaimana menjalankan ide tersebut. Maka saya pelajari ide tentang lansia itu secara mendalam, membedah sejumlah referensi dan survey lapangan,” Ujar Pak Win saat awal menggagas pesantren lansia ini.⁵⁴

Untuk memperluas tentang ide yang sudah ada Pak Win melakukan studi banding di beberapa pondok pesantren Jawa Timur maupun Jawa Tengah. Dari hasil studi banding, ia menemukan beberapa kekurangan yang belum terpenuhi. Pak Win menginginkan pesantren lansia yang menyediakan layanan secara komprehensif, dan spiritual, psikologis, kesehatan, hingga pemberdayaan sehingga para lansia tetap produktif di usia senjanya. Selama ia melakukan studi banding ia hanya menemukan pesantren berupa majlis ta’lim, atau kursus-kursus singkat yang tak menjawab kebutuhan pokok lansia.

Ide yang besar tentu akan sulit jika dilakukan oleh seorang diri. Meskipun Pak Win orang asli kelahiran desa Gedong namun Pak Win tidak memiliki partner untuk menjalankan ide tersebut. Semenjak usia remaja Pak Win sudah menjadi urban di kotabesar seperti Jakarta dan Depok. Dengan kata lain Pak Win pulang kampung hanya bermodalkan nekat, tanpa partner, tanpa peta, bahkan tanpa modal finansial yang memadai.

“Sepanjang kita bersungguh-sungguh, berikhtiar, dan berdoa, Allah akan selalu menunjukkan jalannya. Tugas kita memantaskan diri untuk di percaya Allah” kata founder Pesantren Kasepuhan Raden Rahmat ini yakin. Allah selalu mendengar seruan hambanya, jalan itu mulai terbuka satu per satu. Suatu waktu Pak Win di perkenalkan oleh temannya kepada Ustadz Solikin. Ia petugas layanan lansia Kecamatan Banyubiru-Semarang. Desa gedong

⁵⁴ *Ibid* h.7

merupakan salah satu wilayah yang menjadi layanan Ustadz Solikin saat memberikan posyandu lansia dalam aspek kesehatan maupun spiritual.⁵⁵

Ide yang diutarakan oleh Pak Win di sambut hangat oleh Ustadz Solikin, ide yang dimiliki Pak Win selaras dengan Ustadz Solikin, sebagai Pembina posyandu lansia selama belasan tahun Ustadz Solikin sangat senang dengan idenya terlebih sang pemilik ide adalah putra desa sendiri.

Sebuah ide besar tidak akan terealisasi tanpa adanya pergerakan. Setelah diskusi lama dengan Ustadz Solikin, Pak Win memberanikan diri mengutarakan niatnya. Semula sang ibunda menolak dengan berbagai alasan dan pertimbangan. Di mana, dari mana Biayanya, bagaimana menghidupi santri-santri? Sebuah pertanyaan wajar dengan kondisi Pak Win saat itu yang masih bisa dikatakan takberada, rumah tinggalnya pun hanya papan kayu, jauh dari kata mewah. “Allah akan menolong Hambanya yang sungguh-sungguh menolong Agama-Nya” demikian Pak Win meyakinkan sang ibunda. Dalam gelap pegetahuan akan agama, sang ibunda hanya meyakini niat anaknya mulia, tidak berniat *neko-neko* seperti yang sejak kecil ia kenal karakter dan kejujurannya.

Bermula dari Taman Pendidikan Qur'an (TPQ) untuk lansia. Niat Pak Win sederhana, agar sang ibunda ada teman dalam mengaji. Saat di buka ada 8 ibu-ibu yang terdaftar sebagai santri TPQ lansia. Tempat belajarnya berada di rumah sang ibunda dengan menggelaar tikar dan meja rendah di lantai. Dengan ruangan dan fasilitas yang sangat sederhana itulah Pesantren Lansia membuka catatan pembukaanya.

Pak Win tidak diam saja, dengan menggunakan kamera *smartphone* Pak Win mengambil gambar dan video yang kemudian di sebarluaskan melalui sosial media. Sungguh di luar dugaan, tiga hari setelah video tersebar di akun youtube ada dua stasiun televise yang tertarik yaitu Net TV dan Trans TV yang

⁵⁵ *Ibid* h.8

kemudian meliput kegiatan para lansia. Hal tersebut menjadi tembak awal viralnya berita mengenai PKRR.

Setelah tiga bulan berkegiatan ada telfon dari jambi yang ternyata orang itu berniat memondokkan ayahnya. Pak Win menjelaskan keadaan pondok dengan semestinya dan apa adanya mengenai pondok pesantren, namun calon santri tetap bersikukuh ingin mondok di pesantren tersebut dengan kondisi yang seadanya.

Saat itu PKRR belum ada asrama untuk laku laki, Pak Win mencari info tentang tetangga sekitar, akhirnya ada tetangga yang bersedia mengkontrakkan rumahnya selama 3 tahun. Unikny sang pemilik rumah adalah nasrani, namun ia tak keberatan meskipun rumahnya digunakan untuk kajian pondok pesantren. Hubungan antar sesame agam ini menjadi awal legacy sosial yang memposisikan PKRR sebagai ponpes toleransi.

Perkembangan santri TPQ juga tak kalah menggembirakan. Dari 8 santri saat dibuka, dalam waktu 3 bulan telah bertambah menjadi 16 orang. Hingg saat ini, total 600 lansia yang tercatat sebagai santri TPQ Lansia di 4 kecamatan diantaranya, Banyubiru, Ambarawa, Bancak, Pabelan. Untuk waktu belajar yaitu hari Selasa, Rabu, Kamis setiap bakda asyar. Seiring dengan banyaknya santri saat ini dalam sehari dibagi dalam tiga waktu , yaitu pukul 09.00-12.00, 13.00-15.00 dan pukul 16.00 hingga maghrib. Ada lima ustadz dan sepuluh relawan yang rutin kebersamai para lansia mengaji.⁵⁶

Perjalanan yang kian panjang menjadi goresan kisah tersendiri bagi Pondok Pesantren Lansia Raden Rahmat ini, dari cemooh an santri, cemooh an warga, hinaan santri sendiri yang kisahnya tak sempat tertuang dalam tulisan ini, semua menjadi pelajaran sekaligus hikmah yang diberikan oleh Allah SWT. Hingga saat ini Ponpes Lansia Raden Rahmat mempunyai sarpras yang memadai duntuk santri yang bermukim.

⁵⁶ *Ibid* h.15

3. Visi, Misi, dan Sarana Prasarana

Semua yang berlembaga baik dalam bentuk pendidikan atau lain sebagainya tentu memiliki tujuan yang jelas. Dengan adanya tujuan harapan dari terciptanya sesuatu menjadi terstruktur dan tidak mudah goyah.

Ponpes Raden Rahmat memiliki tujuan, sebagai berikut:

Visi

Menjadi pusat kegiatan kemanusiaan, pendidikan, keagamaan, dan sosial kemasyarakatan berbasis nilai-nilai pancasila dalam bingkai NKRI.

Misi

1. Menyiapkan generasi mulia
2. Menghantarkan lansia Husnul Khotimah
3. Menghindari kepikunan dan kejenuhan
4. Mewujudkan bakti kepada orang tua
5. Sarana pembinaan produktivitas dan kemandirian usia mulia
6. Menjaga keseimbangan kehidupan sosial masyarakat

B. Kajian di Ponpes Lansia Raden Rahmat

Pondok Pesantren Lansia memiliki falsafah yang menjadi landasan dalam system pendidikan yang komprehensif, yaitu 3 ranah 6 aspek diantaranya: *Olah Rogo*, *Olah Jiwo*, *Olah Roso* . masing masing dari setiap aspek mempunyai 2 ranah, yaitu:⁵⁷

1. *Olah Rogo*: kognitif dan pencegahan kepikunan, kesehatan, fungsi motoric, dan perilaku keselamatan
2. *Olah Jiwo*: moral dan spiritualitas, sosial emosional
3. *Olah Roso*: seni dan estetika, komunikasi

⁵⁷ *Ibid* h.53

Dengan adanya falsafah yang telah tersebutkan di atas, PKKR memiliki kegiatan yang mendukung terjalannya falsafah tersebut. Diantara kegiatannya sebagai berikut:

1. Sholat Berjamaah

Selain sholat berjamaah santri dilatih disiplin untuk melakukan sholat tahajud. Mereka bangun sekitar pukul 2.30 dini hari, dan melakukan sholat tahajud secara berjamaah. Penerapan disiplin ini tidak hanya mempengaruhi rogo, namun juga berpengaruh pada kesehatan, fungsi motoric, dan kognitif.

2. Kajian pagi

Kajian ini dimulai dari sejak pukul 05.00, dimulai dari kajian kajian materi yang mencakup aspek spiritual seperti tafsir, aqidah, dan akhlaq. Dimulai daripengenalan iman, islam dan budi pekerti. Pada ranah Olah Raso, aspek yang mencakup di kegiatan ini adalah komunikasi reseptif dimana santri dapat menjadi pendengar yang baik dari apa yang disampaikan Ustadz.

3. Makan pagi dan piket

Piket keseharain dilakukan sebelum makan pagi. Selain menjaga kesehatan kegiatan ini diterapkan juga untuk menjaga kebersihan diri. Hal ini menyangkut pada tiga ranah dan enam aspek yang sudah menjadi falsafah ponpes.

4. Tahfidz

Kegiatan ini di mulai pukul 07.00, di awali dengan sholat dhuha dan dilanjutkan setoran hafalan sekaligus *tahsin* (memperdalam bacaan). Selan itu kegiatan ini dibiasakan agar dapat mencegah kepikunan.

5. Olah raga

Aktifitas ini dimulai setelah kegiatan ngaji bakda subuh selesai. Kegiatan ini mencakup pada pelatihan motoric pada

lansia. Biasanya lansia melakukan kegiatan senam atau sekedar jalan jalan pagi sembari menghirup udara yang segar.

6. Tahsin

Di sini para santri belajar membaca Al-Qur'an yang benar sesuai kaidah seperti tajwid, makhorijul dan hokum-hukum bacaan. Metode yang digunakan dalam pembelajaran tahsin adalah *sorogan* dimana para santri maju satu persatu untuk membaca dan disimak oleh ustadz.

C. Dekripsi Data Penelitian

1. Profil subjek penelitian

Setiap penelitian pasti ada subjek yang akan diteliti, pada bagian ini peneliti akan memaparkan mengenai profil beberapa orang yang menjadi subjek. Adapaun nama subjek dicantumkan dengan menggunakan pseudoname (nama samaran).

- a) Subjek pertama adalah Bu Har, beliau lansia yang sudah 1,5 tahun menjadi santri di Pondok Pesantren Raden Rahmat.Rahmat. beliau berusia 71 tahun, pekerjaannya sebelum *nyantri* adalah IRT (Ibu Rumah Tangga).
- b) Subjek ketiga adalah Ibu Yani, beliau seorang pengusaha yang kini mempunyai beberapa kios Bakry di berbagai tempat. Beliau berusia 57 tahun. Beliau belum genap 1 bulan tinggal di Ponpes Raden Rahmat.
- c) Subjek kelima yaitu Bapak Basir, beliau seorang laki laki yang berusia 57 tahun, pekerjaan beliau sebelum ke Ponpes adalah Pedagang di pasar setempat. Beliau sudah 3 bulan berada di Ponpes Raden Rahmat.

2. Diskripsi Kecemasan pada Lansia di Pondok Pesantren Lansia Raden Rahmat Semarang.

- 1) Ibu Har

Dalam kehidupan tentu tidak akan lepas dengan rasa kekhawatiran yang menyertainya, setiap langkah atau keputusan yang akan di ambil didalamnya terdapat kekhawatiran yang seringkali kita tak dapat mengontrolnya. Hal tersebut tentunya sangat mengganggu pekerjaan dan aktifitas sehari hari.

Menjadi seorang ibu tentu adalah impian bagi banyak perempuan, menjadi seorang ibu berarti mengambil pilihan dan peran yang sangat besar dalam kehidupannya. Rasa kasih sayang Ibu kepada anak menjadi perbincangan hangat dan tak berujung, sebab keterikatan darah menjadikannya hubungan yang abadi. Dengan keterikatan darah tersebut mereka mempunyai ikatan batin atau *chemistry* didalamnya.

Dalam penelitian yang telah dilakukan, Ibu Har mengungkapkan apa yang di khawatirkannya, ia berbicara mengenai putranya yang telah dulu meninggalkan beiau di dunia. Tidak hanya satu kali, beliau sudah ditinggalkan anaknya 2 kali, yang pertama ialah anak sulung, yang kedua adalah anak bungsu. Dalam ceritanya beliau lebih banyak menceritakan mengenai anak bungsunya.

“saya kehilangan anak saya ketika ia berusia 40 tahun, awalnya saya tidak tau kalau saat itu adalah waktu terakhir saya bersama dengan dia, saya yang saat itu sedang duduk disampingnya sambil *ngipasin* dia dengan kipas tangan, dan dia bersandar gitu sambil liat tv, tapi tiba2 dia sudah tidak bernafas. Terkejut dan panik yang saya rasakan saat itu”⁵⁸

Setelah mengalami hal tersebut, tentu beliau merasa sebagian hidupnya hilang, terlebih beliau telah mengalaminya lebih dari satu kali. Mungkin seseorang tidak akan mau menerima kisah yang sangat tidak ia harapkan, terlebih kisah yang sangat menggores lika di dalam hatinya.

⁵⁸ Wawancara dengan Ibu Har 10, November 2022

“saya sudah kehilangan 2 kali mbak, saya kan ada anak 4, anak pertama juga sudah ga ada, anak kedua masih, anak ketiga masih, dan anak terakhir sudah ga ada juga”⁵⁹

Kematian tidak akan pernah tau kapan ia datang menghampiri, semua begitu rahasia hingga tak ada satu makhlukpun yang mengetahuinya. Tidak bisa dipungkiri bahwa anak merupakan harta sekaligus amanah yang diberikan oleh Allah SWT, namun dalam cerita Ibu Har yang telah disampaikan Allah lebih memilih anaknya untuk kembali kepada yang maha hidup.

2) Ibu Yani

Kisah dalam berumah tangga tidak akan selalu berjalan mulus, akan selalu ada hambatan di setiap langkah demi langkahnya. Sosok Ibu Yani yang merupakan wanita tangguh dari sejak ia remaja, ia menjadi figure tersendiri bagi anak-anaknya.

Keluarga yang selalu harmonis memang terlihat menyenangkan, serasa satu dan yang lainnya tidak ingin kehilangan, namun apalah daya jika takdir membentuk keluarga ibu yani menjadi lebih kuat. Perempuan yang sangat kuat, rendah hati dan ramah itulah sosok kecil dari gambaran Ibu Yani.

Kehilangan seseorang yang sangat-sangat menjadi panutan keluarga tentu menjadi goresan yang amat dalam bagi hubungan, saat wawancara dengan beliau dia menjelaskan bahwa dia kehilangan suaminya, sosok yang bijaksana, tegas, menakutkan namun sebenarnya baik hati, begitulah yang dijelaskan Ibu Yani sosok suaminya.

Suami Ibu Yani menggalkan sebuah pesan, wasiat kepada keluarganya, bahwa beliau ingin membangun masjid namun dengan hasil toko kue yang sudah di rintisnya sejak beberapa tahun silam.

“suami saya itu ingin membangun masjid di tanah milinya, tepatnya di gorontalo, dan uang pembangunan itu harus berasal dari

⁵⁹ *ibid*

murni penghasilan toko roti, sedangkan saat ini toko sedang mengalami penurunan”⁶⁰

Harapan dari sang suami bagi Ibu Yani adalah harapan beliau juga, selayaknya hubungan yang satu sama lain menjadi tempat kepercayaan dan rumah bagi keduanya, terlebih kasih kisah yang sudah terjalin dalam waktu yang lama menambah kehangatan serta kelekatan batin antara satu dengan yang lainnya.

Kehilangan suami sendiri sudah menjadi kesedihan yang luar biasa bagi Ibu Yani, dengan mata yang mulai sembab Ibu Yani menceritakan kisah demi kisah yang sangat menggores hati dan kehidupannya. Tidak dapat dipungkiri, seseorang yang sudah menjadi bagian dari hidup adalah hal terberat.

3) Bapak Basir

Tanggung jawab dari orang tua memanglah sangat besar, menjadi orang tua tidaklah sekedar memberi contoh, menjadi orang tua adalah fondasi pertama untuk generasi yang akan datang. Namun tidak semua berjalan selayaknya teori yang tertulis. Dalam bina rumah tangga Pak Basir ini menemui banyak lika liku dari berbagai arah.

Pak Basir memiliki seorang putra yang sangat ia sayangi sejak kecil, begitupun istrinya, sangat sayang kepada putranya, mungkin karena ia hanya memiliki satu putra, sang istri sangat memanjakan putranya seperti yang disampaikan beliau dalam wawancara

“...apa mungkin gara istri saya yang terlalu memanjakan dia, apa yang dia mau, semua dia dapat. Jadi anak ini bandel sampai sekarang, tidak mau ngerti kondisi dan keadaan”⁶¹

Anak memang anugrah sekaligus amanah yang diberikan Allah, anak menjadi salah satu harta yang tidak dapat tergantikan

⁶⁰ Wawancara dengan Ibu Yni 11 November 2022

⁶¹ Wawancara dengan Pak Basir, 11 November 2022

dengan apapun itu. Semenjak istri dari Pak Basir meninggal, putranya semakin nakal dan tidak terkontrol. Setiap hari hanya pergi dan pulang larut malam, sehingga menjadikan amarah dan kekhawatiran pada Pak Basir sendiri.

Dalam hal ini tingkat kekhawatiran pak abas cukup tinggi, kenakalan putranya yang cukup parah membuat ia tidak tenang dalam melakukan apapun. Pak abas menceritakan bahwa beliau khawatir akan bagaimana nasib anaknya kedepannya, bagaimana ia akan menjalani kehidupannya jika selalu seperti ini.

“yang saya khawatirkan adalah anak saya nanti mau jadi apa, bagaimana masa depannya, apalagi dia sudah beranjak dewasa. Ya meskipun kenakalannya memang sangat membuat saya jengkel, tapi saya tidak bisa berhenti memikirkannya”⁶²

3. Faktor yang mempengaruhi Kecemasan pada Lansia

1) Ibu Har

Hubungan orang tua dan anak adalah hubungan yang sangat intim, dimana mereka mempunyai DNA satu sama lain yang sangat mengikat. Sehingga menjadikan ikatan yang lebih melekat, memiliki hubungan batin yang kuat. Terlebih seorang Ibu yang telah mengandung dan melahirkan serta menyusui secara tidak langsung ikatan itu menyallurkan energi antara satu sama lain.

Ibu Har sendiri merasakan kekhawatiran disebabkan oleh anggota keluarga, termasuk anaknya. Sejak anaknya lahirpun dia sudah mengalami kekhawatiran, sebab anaknya di diagnosis terkena gagar otak, sehingga ketika anak bungsunya lahir, beliau tidak bisa menemuinya langsung, bayinya harus diletakkan ruangan khusus beberapa haru dahulu,

Kepergian anaknya yang tiada duga, juga menambah syok kepada Ibu Har, ia sangat tidak habis piker takdir yang di berikan oleh Allah terhadapnya. Beliau meceritakan saat anaknya

⁶² *Ibid*

meninggal, waktu itu sedang menyaksikan acara televisi bersama, anaknya yang sudah berusia 40 tahun itu sedang duduk manis disampingnya, sambil mengipasi dengan kipas tangan, sang anak diam saja tak merespon ataupun sekedar bersuara.

“Iya, saat saya kehilangan anak terakhir saya. *wong* waktu itu tiba-tiba, pas saya sedang *ngipasi* dia gitu, tiba-tiba dia sudah *bablas* (meninggal). Saya ga ada duga *blas* saat itu.

Anak saya itu *kan* mengalami disabilitas, sampai dia meninggal kemaren itu usia 40 tahun, dia sekolah di SLB karena guru yang ngajar di sekolah biasa menyarankan kalau anakku ini di sekolahkan di SLB. Sejak lahir dia itu udah di fonis sama dokternya mengalami gagar otak, jadi dia beda mbak dengan temen-temen yang lain. Ya waktu saya di kasi tau fonis itu saya kaget, *tapi ya peneh, mung bisa nerimo.*”⁶³

Ibu Har juga sudah memikirkan tentang bagaimana nanti masa depan anaknya yang mengalami kekurangan ini, beliau berfikir harus berbuat apa, tidak mungkin orang tua akan membiarkan anak anaknya terlantar begitu saja tanpa adanya bekal dari orang tua. Namun apa boleh buat, rencana Ibu Har menjadi berantakan dan hanya menjadi bayangan semata. Seperti yang di sampaikan beliau saat wawancara dengan peneliti.

“Saya juga khawatir saat anak saya menginjak usia dewasa, nanti yang ngurus siapa, *lha kok malah udah pergi duluan*”⁶⁴

2) Ibu Yani

Sebuah amanah yang telah dititipkan menjadi tanggung jawab di akhirat kelak, tercapai atau tidaknya semua dipertanggung jawabkan. Terlebih amanah yang diberikan oleh seseorang yang sangat dicintai, yang telah menjadi sebagian hidup di perjalanan-perjalanan yang melelahkan.

Meninggalnya suami Ibu yani menjadi luka dalam tersendiri bagi keluarganya, terlebih keluarga yang menurut cerita beliau,

⁶³ Wawancara dengan Ibu Har, 10 November 2022

⁶⁴ *Ibid*

keluarga yang harmonis, penuh kasih dan pengertian, sehingga anak-anaknya pun sama sayangnnya dan tidak ada pertikaian besar diantara mereka. Kehilangan sosok pemimpin dalam rumah tangga seperti kehilangan nahkoda dalam kapal di tengah lautan, secara tidak langsung Ibu Yani berperan dobel menjadi kepala keluarga.

Ibu yani memang dari keluarga yang dapat dikatakan cukup, semua serba berkecukupan dan bisa dikatakan lebih, namun ketika masa pandemi datang, beliau mengalami penurunan dan penutupan beberapa toko yang dimilikinya.

Ibu Yani menjelaskan bahwa ia mendapat wasiat dari suaminya jika suaminya ingin membangun masjid di salah satu tanahnya yang berada di gorontalo, namun pembangunan masjid tersebut harus menggunakan hasil murni dari penghasilan toko, dikarenakan masa ekonomi yang cukup sulit, ibu Yani khawatir akan tidak terlaksananya wasiat tersebut.

“Jadi saya dan anak-anak itu mendapatkan amanah dari suami, kalau dia ingin membangun masjid di salah satu tanah yang kami miliki, lokasinya ada di Gorontalo. Namun pembangunan masjid tersebut harus menggunakan uang dari hasil took roti yang kami miliki, jadi kami itu ada 19 toko roti mbak sebelum bapak meninggal, namun karena kemaren ada pandemi yang harus membuat 10 ruko roti tutup, jadi sekarang tinggal 9 toko saja.

Dulu saya dan suami memulai took itu dari nol memang, makanya suami saya minta pembangunan masjid itu dari took roti yang sudah kami kelola sejak dari awal pundi pundi rupiah kami ada.”⁶⁵

3) Pak Basir

Seorang anak, tetap menjadi anak ketika ia berhadapan dengan orang tuanya. Sama dengan halmya pak Basir, beliau khawatir tentang anak laki-lakinya. Dari cerita pak Basir, yang ia memiliki seorang anak, namun anaknya sangatlah nakal dan susah diberi nasehat menjadikan pak Basir darah tinggi sehingga

⁶⁵ Wawancara dengan Ibu Yani, 11 November 2022

menjadikan pondok adalah tempat ia pergi dari kenyataan. Kekhawatirannya tentang anaknya yang sudah bernajak dewasa menjadikan beliau semakin menyimpan rasa kekhawatiran.

Terlebih setelah kepergian istrinya, anaknya semakin menjadi tak karuan, bahkan saat pak Basir pergi ke pondok, anaknya sempat mencari, berbagai cara ia lakukan untuk menemukan keberadaan pak Basir, setelah bertemu yang terjadi adalah anaknya tetap nakal seperti sebelum di tinggal.

“Dia mencari saya waktu itu, sampai Tanya-tanya lah ke pakdenya, omnya begitu. Sampai suatu waktu dia itu berhasil menemukan saya di suatu moment saya masuk di youtubnya pondok, dia langsung nyamperin saya ke sini, padahal jarak jauh sekali kan itu. Sampai disini, saya kira dia kan berubah atau bagaimana, ternyata ujung-ujungnya minta duit juga. Coba betapa ga jengkel itu sama dia”⁶⁶

4. Mekanisme Koping Lansia dalam menghadapi Kecemasan

1) Ibu Har

Dalam penanganan hal dan permasalahan seseorang mempunyai caranya tersendiri, hal ini juga berkaitan dengan karakter kepribadiannya, namun tidak hanya itu, penyelesaian masalah juga di imbangi apa yang ia pelajari semasa ia hidup, apa yang dia dapatkan , itu yang akan dia gunakan.

Ibu Har tidak bertele tele saat menjelaskan tentang bagaimana ia menghadapi rasa cemas tersebut, karena anaknya meninggal sebelum ia mondok, ia menjelaskn bahwa ia sering ke masjid di daerahnya utuk sekedar berdiam diri disana, dan juga berdizikir, hal itu ia lakukan karena ia masih ada rasa tidak rela dalam dirinya yang masih bersemayan di dalam lubuk hatinya.

Waktu terus berlalu dan akhirnya beliau memutuskan untuk mondok di pesantren lansia ini, disini beliau tentu masih mengalami rasa terseut, sebab saat beliau masih masuk disini beliau baru 2 bulan

⁶⁶ Wawancara dengan pak Basir, 11 November 2022

di tinggal anaknya, alhasil beliau memperbanyak menyendiri, dan lebih banyak berdiam di mushola dan ruang kelas. Ia lebih banyak berpasrah kepada Allah dalam menghadapi masalahnya, dan memperbanyak membaca Al-Quran. Seperti yang disampaikan oleh beliau saat wawancara dengan peneliti.

“Kalau dulu di rumah, biasanya saya di masjid, kalau habis sholat dzuhur itu saya duduk dulu di masjid, berdo'a sama allah gitu. Tapi waktu disini menjadi lebih gamang, *soale* kegiatannya banyak. (*lha terus kalau ibu masih teringat terus dengan rasa cemas yang dirasakan pripun?*) biasanya saya baca Al-Quran mbak, sama di mushola pondok *gitu*, sambil belajar juga buat yang pelajaran besok, jadi lebih bisa ga inget (terminimalisir).”⁶⁷

Dengan dia melakukan aktivitas tersebut beliau lebih merasa tenang dari kadar sebelumnya, dari yang awalnya belum bisa menerima, akhirnya dapat menerima dengan ikhlas dan pasrah.

2) Ibu Yani

Ibu yani adalah sosok perempuan kuat, hingga dia saat di tinggal suaminya pun dapat tegar walaupun diri beliau rapuh serapuhnya. Saat beliau bercerita, beliau juga memancarkan wanita tangguh dan pejuang, sehingga dia merasa mampu, dia mampu melewatinya, tentunya tidak lepas dari dukungan dan kasih sayang keluarga yang sudah dibinannya.

Sosok ibu yani yang tidak terlalu membawa rasa cemas dalam kesehariannya, selain beliau juga ada kativitas di dalam kesehariannya, ia juga di hibur oleh anak-anaknya yang sudah dewasa, anaknya juga cukup mengerti bagaimana kondisi ibunya. seperti yang disampaikan saat wawancara

“Saya itu orangnya sudah terlanjur kuat mungkin ya mbak, hahaha (sambil tertawa) jadi saya tidak terlalu membawa rasa cemas tersebut berlarut larut, selain saya ngurus ruko yang ada di beberapa lokasi, terkadang saya juga main dengan cucu, atau ya menghibur diri tipis-tipislah, seadanya”

⁶⁷ Wawancara dengan Ibu Har, 10 November 2022

Ibu yani sosok yang perempuan yang kuat, jiwa keibuan dan kasih sayangnya sangat terlihat saat wawancara berlangsung. Beliau juga bersyukur dengan adanya anak yang ada disampingnya, anaknya yang rukun dan tidak pernah lari dari permasalahan, anaknya yang selalu menodorong satu sama lain.

“Kalau saya terutama anak si mbak, alhamdulillahnya mereka semua itu ga ada yang pisah, dalam artian jarang mereka mengalami pertikaian, mungkin mereka tau ya ibunya udah tinggal sendirian gitu hahahah(sambil tertawa). Jadi dari wasiat bapaknya, apapun wejangan bapaknya, mereka ngga pernah lari, dan kami selalu terbuka satu sama lain. Itu mungkin mba yang membuat saya itu merasa aman dan nyaman meskipun kadang rasa risau itu datang tiba-tiba.”

3) Pak Basir

Sebelum beliau kesini, beliau terus mengalami darah tinggi, sebab kemosinya yang tidak pernah stabil dan selalu mmemuncak setiap melihat anaknya yang amat anak tersebut. Dulunya pak Basir adalah seorang pedagang, ia menjalani profesi itu sudah cukup lama. Dengan adanya beliau di pondok, beliau semakin terbiasa dengan kegiatan yang cukup padat, sehingga dengan kegiatan-kegiatan tersebut, beliau dapat meminimalisir rasa cemas pada dirinya. Seperti yang beliau sampaikan saat wawancara.

“Karena disini kegiatan lumayan padet ya mbak, ya meskipun ada waktu yang longgar juga, tapi lebih banyak waktu buat kegiatannya. Jadi saya disini merasa sedikit terlena dengan anak saya itu, saya bisa sedikit agak tennag saat melkaukan kegiatan kegiatan itu. Kalau pagi kan biasanya ada beberapa mneit waktu free tuh sebelum sarapan, ya saya gunakan jalan-jalan , sekedar keliling kampung gitu.”

Dengan kegiatan yang dimulai sejak dini hari, melaksanakan tahajud dan dilanjut dengan kegiatan lain membuat pak Basir sedikit tersirnakan apa yang dialaminya. Kajian kajian di pondok yang juga turut membantu dalam mendinginkan sisi ego pak Basir sehingga beliau lebih ada alasan untuk dapat mengontrola apa yang sedang ia alami.

BAB IV ANALISIS DATA

A. Analisis Kecemasan Lansia di Ponpes Raden Rahmat Semarang

1. Ibu Har

Dalam observasi yang dilakukan oleh peneliti Ibu har adalah seseorang yang sangat menyendiri, sangat sulit berekspresi, dan seperti memberi batasan pada dirinya terhadap lingkungannya, beliau termasuk dalam kategori seseorang yang sangat sulit belajar, kemampuan kognitifnya sudah sangat mengalami penurunan. Bahkan untuk sekedar mengingat apa yang telah di ajarkan kemarin. Beliau juga sangat sulit fokus terhadap kontak mata dengan seseorang, saat melakukan kontak mata reaksi tubuh yang di berikan beliau adalah takut yang amat tinggi.⁶⁸

Dalam wawancara berlangsung Ibu Har banyak mengalihkan perhatian, dari jawaban yang tidak sesuai atau membatasi jawaban. Beliau sangat menutupi diri adri siapapun yang bertanya tentang permasalahanya, jadi banyak dari teman-teman di pondok merasa dia tidak dapat mengerti akan orang lain.

Dari pemaparan di atas Ibu Har termasuk dalam golongan kecemasan sedang. Menurut Gail W. Stuart⁶⁹ kecemasan di bagian sedang ini bersifat fokus, individu berfokus pada yang penting dan mengesampingkan yang lain. Kecemasan ini mempersempit lapangan presepsi individu.

Terbukti dengan di suatu waktu peneliti sedang mengajari beberapa santri untuk belajar membaca Al-Qur'an, disitu ada orang lain yang ingin lebih dulu belajar, namun tiba-tiba Ibu sri yang maju duluan dan belajar duluan, beliau sangat sulit fokus, ketika peneliti meminta berhenti untuk mengakhiri kajiannya, beliau tetap lanjut seolah tak ingin

⁶⁸ Observasi di lokasi, 31 oktober – 13 November 2022

⁶⁹ Dona Fitri Anisa & Ifdhil, *Konsep Kecemasan Pada Lanjut Usia*, Jurnal Konselor, Vol.5, No.2, 2016.h.97

berhenti, sehingga harus menambah waktu sedangkan ada teman yang lain yang sudah menunggu giliran.⁷⁰

Dalam penggolongan kecemasan, Ibu Har termasuk dalam jenis Kecemasan *Reaility Anxiety* (kecemasan realita). Menurut Sigmund Frued (dalam Corney, 1996) kecemasan realita adalah rasa takut akan bahaya dari luar yang akan datang dan tingkat kecemasan itu sesuai dengan ancaman yang ada. Hal tersebut terbukti dengan sikap beliau yang selalu merasa waspada dan sulit melakukan kontak mata dengan individu yang lainnya.

2. Ibu Yani

Beberapa hari setelah suaminya meninggal, Ibu Yani baru mengetahui wasiat tersebut dari teman suaminya. Suaminya ingin membangun masjid namun harus hasil murni dari toko roti yang selama ini telah di rintis. Ibu Yani cukup syok dan sellau terbayang, terfikirkan oleh amanah yang diberikan oleh suaminya.

Dalam pengamatan peneliti Ibu Yani masih mengalami kebingungan, masih memiliki sisa sisa kecemasan yang belum sirna, tentang bagaimana wasiat nanti akan berjalan. Matanya yang cukup sayu menandakan beliau sedang memikirkan sesuatu dengan kencang. Dalam segiperilaku beliau cukup tenang dalam situasi yang cukup berat, beliau masih dapat bersosialisasi dengan baik.⁷¹

Dalam tingkat kecemasan Ibu yani masih mengalami kecemasan ringan, dimana permasalahan ini hanya mengganggu dalam kehidupan keseharian Ibu Yani, tidak sampai dalam hubungan interpersonal ataupun sosial. Kecemasan ringan berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari dan menyebabkan seseorang menjadi waspada dan meningkatkan lahan persepsinya.⁷² Menurut Gail W, Stuart,2006 kecemasan ringan berpengaruh dalam kehidupan sehari-

⁷⁰ Observasi di lokasi 31 Oktober- 13 November, 2022

⁷¹ Observasi di lokasi , 7-12 agustus, 2022

⁷² Salmawati, *Faktor – factor yang mempengaruhi tingkat kecemasan pada pasien hemodialysis di rumah sakit Dr. Wahidin Sudirohusodo Makasar*, skripsi 2010.

hari, kecemasan ini menyebabkan individu menjadi waspada dan meningkatkan lapang persepsinya, dapat pula memotivasi belajar dan menghasilkan pertumbuhan serta kreatifitas.

Hal tersebut sesuai dengan apa yang dikatakab oleh beliau saat wawancara, bahwa beliau akan terus berusaha untuk mewujudkan keinginan dari almarhum suaminya itu, tentunya di dukung pula oleh semangat anak-anak ibu Yani.⁷³

Dalam jenis kecemasan beliau termasuk dalam kecemasan normal, dalam pendekatan eksistensial Corey 1996, kecemasan normal tidak perlu di hindari, sebab kecemasan ini merupakan tanggapan wajar terhadap suatu peristiwa yang sedang dihadapi. Kecemasan ini dapat digunakan sebagai pendorong motivasi ke arah perubahan.

Selaras dengan Ibu Yani, beliau tetap semangat dan menjadikan rasa cemasnya menjadi sejata untuk terus maju, dan beliau juga tidak pernah mengatakan bahwa beliau menyerah, beliau hanya bilang nanti akan terwujud, entah kapanpun itu.

3. Pak Basir

Beliau memiliki satu putra yang nakalnya diluar batas kesabaran pak Basir.dulu sewaktu istrinya masih ada, anaknya selalu dimanja oleh orangtuanya, pola asuh yang diterapkan ibunya ternyata tidak sesuai dengan hasil yang terjadi sekarang. Pak Basir sendiri mengatakan bahwa ibunya dulu sangat memanjakan dia, apa yang di amau, dia dapat.

Pak Basir sendiri sampai mengalami darah tinggi dalam menghadapi putranya tersebut. ia benar benar tidak dapat mengontrol emosi saat ia melihat anaknya. Anaknya yang sering pulang malam, terkadang tidak pulang , dan sering emmabngkang menjadikan beliau frustasi sehingga menjadikan pondok pesantren adalah tempat pelarian.

Terlihat dalam keseharian, beliau lebih cenderung untuk tidak lama-lama bergerombol, dan kemungkinan beliau lebih memilih waktu

⁷³ Wawancara dengan Ibu Yani 11, November 2022

menyepidi tempat yang beliau sukai. Di saat semua sedang berkumpul dalam satu teras, peneliti jarang melihat beliau berbaur dengan yang lain, disini jarang di artikan tidak se sering santir-santri yang lain.⁷⁴

Dalam pengamatan peneliti, sewaktu di kelas kajian, beliau memang orang yang pendiam, bukan pasif namun jarang bertanya, beliau juga memiliki rasa malu yang amat tinggi, sehingga cukup sulit beliau dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Pak Basir sendiri mengatakan ia masih sering mengkhawatirkan anaknya di kala alam tiba, terlebih saat menjelang tidur.⁷⁵

Dalam penggolongan tingkat kecemasan, beliau termasuk dalam tingkatan ringan, seperti yang paparkan oleh Gail W, Stuart,2006 kecemasan ringan berpengaruh dalam kehidupan sehari-hari, kecemasan ini menyebabkan individu menjadi waspada dan meningkatkan lapang presepsinya, dapat pula memorivasi belajar dan menghasilkan pertumbuhan serta kreatifitas.

Selaras dengan beliau, Dalam pengamatan peneliti, sewaktu di kelas kajian, beliau memang orang yang pendiam, bukan pasif namun jarang bertanya, beliau juga memiliki rasa malu yang tinggi, sehingga cukup sulit beliau dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar.⁷⁶

Dalam penggolongan jenis, beliau termasuk dalam jenis kecemasan normal (*Reality anxiety*), seperti apa yang disampaikan Sigmund Frued (dalam Corney, 1996) kecemasan realita adalah ras atakut akan bahaya dari luar yang akan datang dan tingkat derajat keceamsan itu sesuai dengan tingkat ancaman yang ada.⁷⁷

Hal demikian selaras dengan Pak Basir, yang setiap malam beliau masih sering kepikiran tentang anaknya yang meskipun dalam kesehariannya anaknya selalu membuat beliau menjadi tidak bisa

⁷⁴ Observasi 31 Oktober-13 November 2022

⁷⁵ *Ibid*

⁷⁶ *Ibid*

⁷⁷ Abdul Hayat, Kecemasan dan metode pengendaliannya, Khazanah Vol. XII, No. 01, Januari 2014 h,54

mengontrol emosinya. Dalam wawancara beliau juga mengatakan bahwa saat melihat putranya itu, beliau rasanya selalu ingin meluapkan emosinya.

B. Faktor kecemasan Lansia di Ponpes Raden Rahmat

1. Ibu Har

Karena pondok pesantren lebih cenderung belajar, Ibu Har cukup sulit untuk mengikuti perkembangannya, termasuk menghaafal dan meniru. Kesulitan dalam penyesuaian diri ini juga akan memberikan beban tersendiri bagi individu, namn terkadang individu tersebut tidak sadar akan apa yang telah terjadi dan apa yang telah dia perbuat, seolah ia melakukan aktifitas sehari hari tanpa kesadaran.

Menurut Frankel (2004) individu yang tidak mampu menemukan kebermaknaan hidup akan mengalami eksistensial yang memicu timbulnya neurosis noogenik berupa suatu gangguan perasaan yang cukup menghambat potensi dan penyesuaian diri.⁷⁸

Dalam kegiatan aktifitasnya yang berbeda dari yang lain, dan juga sikapnya yang cenderung mengurung diri, membuat dirinya semakin terbelenggu dengan dirinya sendiri. Menurut Syamsu Yusuf 2009 mengemukakan kecemasan merupakan ketidakberdayaan , tidak matang, rasa tidak nyaman, ketidakmampuan dalam menghadapi tuntutan realitas, kesulitan dan tertekan dalam kehidupan sehari-hari.

Faktor utama yang sesuai dengan kisah Ibu Har adalah faktor interpersonal, seperti yang dipaparkan oleh Stuart, 2013 teori interpersonal dalam faktor kecemasan menjelaskan tentang wujud penolakan individu yang meyebabkan muncul rasa takut. Seperti perpisahan dan kehilangan sebagai trauma pada seseorang, seseorang yang harga dirinya rendah akan mudah mengalami kecemasan.

⁷⁸ Rizka Lellyani Maramis, *Kebermaknaan hidup dan kecemasan dalam menghadapi kematian pada lansia di panti werda samarinda*, Psikoborneo, Vol.3 No.4, 2015.

Dalam faktor pencetus kecemasan, ibu Har ini mengalami Ancaman sistem diri, dimana ancaman ini berbahaya, sebab dapat membahayakan identitas, harga diri, dan fungsi sosial yang terintregasi seseorang. Sumber eksternal Ancaman sistem diri yaitu kehilangan seseorang yang di cintai (meninggal, perceraian, pindah kerja)

Selaras dengan beliau , yang telah mengalami kehilangan putranya sebanyak dua kali, sehingga hal tersebut sangat membuat beliau terpukul keras dalam kehidupannya.

2. Ibu Yani

Semenjak di tinggal sang suami, ibu Yani merasa ada yang hilang, tentu saja, kehilangan sosok yang sangat berharga seklaigus telah menjadi dari sebagian kehidupan itu seperti pukulan keras di kehidupan sehari-hari. Dengan amanah wasiat yang ditinggalkan oleh suaminya menjadikan ibu Yani tidak negative thinking terhadap apa yang sedang ia hadapi.

Terlebih amanah yang diberikan suami adalah harus hasil murni dari penjualan toko, dan Ibu Yani sendiri mengatakan dalam wawancara kalau penghasilan toko sedang tidak stabil, sebab pandemi kemarin ibu Yani harus menutup banyak kedainya. Sekarang beliau hanya bisa membuat tokonya bertahan, sulit untuk bisa berkembag seperti dulu kembali.⁷⁹

Di saat wawancara dengan beliau, beliau menangis saat menceritakan part suaminya, ia menceritakan dengan tulus bagaimana suaminya mencintainya dia seklaigus keluarga dengan baik, sosok yang menjadi panutan dan rumah paling nyaman. Beliau meneteskan air mata di saat itu. Hal tersebut seolah mengatakan bahwa ibu Yani masih tidak rela saat kehilangan suaminya, beliau tidak ingin di tinggalkan dengan secepat yang tak pernah beliau bayangkan.

⁷⁹ Wawanacara dengan Ibu Yani, 11 November 2022

Dalam hal ini faktor yang sesuai dengan Ibu yani adalah faktor internal interpersonal. Dalam Stuart 2013 menjelaskan faktor ini adalah wujud penolakan dari individu yang menyebabkan muncul rasa takut. Seperti perpisahan dan kehilangan sebagai trauma pada seseorang, seseorang yang harga dirinya rendah akan mudah mengalami kecemasan.

3. Pak Basir

Setelah di tinggalkan oleh snag istri, beliau juga harus melihat dan menyaksikan anaknya yang sellau tidak bisa menghormatinya, tidak bisa patuh kepadanya, mempunyai level nakal yang sangat tinggi. Hampir setiap hari saat pak Basir belum pergi ke pondok, beliau selalu emosi setiap melihat anaknya. anaknya yang selalu pulang larut, bahkan akdang tidak pulang, yang lebih beliau khawatirkan tentang lingkungan teman-temannya juga, yang bisa dikatakan kurang baik, sehingga pak Basir khawatir jika putrannya larut dalam kedalamnya.

Dalam penjelasan Stuart, 2013 faktor internal interpersonal merupakan wujud penolakan dari individu yang menyebabkan muncul rasa takut. Seperti perpisahan dan kehilangan sebagai trauma pada seseorang, seseorang yang harga dirinya rendah akan mudah mengalami kecemasan.

Hal ini selaras dengan apa yang di alami oleh Pak Basir, beliau memiliki rasa takut yang masih tinggi, khawatir yang masih sering terjadi. Beliau jengkel namun sekaligus khawatir terhadap apa yang terjadi pada anaknya. sebagai orang tua memang normal, namun efek sakit yang di derita oleh pak Basir menandakan bahwa rasa cemas yang beliau rasakan bukan hanya menyerang mental, namun juga menyerang fisik.

Dari pencetus kecemasan yang pak Basir alami beliau ada dalam ancaman sistem dri, bagian internal yang berupa gangguan hubungan dirumah, tempat kerja, atau menerima peran baru.

Hal di atas juga sesuai dengan pak basir, selain beliau memiliki konflik dengan putranya, beliau juah menjadi peran baru, menjadi ibu bagi anaknya. menjadi 2 peran dalam satu raga tentu tidak mudah bagi Pak Basir.

C. Metode koping Lansia di Ponpes Raden Rahmat

1. Ibu Har

Ibu Har memang rajin, beliau rajin dalam mengikuti kajian maupun aktifitas yang lain, dalam wawancara, beliau mengatakan tenangnya beliau itu dengan kegiatan yang ada disini. Namun sebelum disini beliau sering ke mushola terdekat untuk sekedar merenung dan menyepi. Tidak berbeda jauh, waktu di pondok beliau juga tidak pernah absen dalam kehadiran kajian-kajian.

Beliau merasa dengan lebih sering baca Al-Quran, beliau semakin dapat menjadi lebih tenang, namun seikit berbeda dari hasil pengamatan peneliti, beliau memang rajin, namun dalam kognitif beliau cukup mengalami penurunan, sehingga beliau sedikit berbeda dari yang lain, ibarat yang lain sudah mencapai target, beliau masih dalam ambang minimum. Tidak berhenti di situ, beliau seperti ingin menjadi seperti teman-teman yang lain namun kemampuan beliau berbeda dengan mereka. Selain usia menjadi faktornya, kemampuan intelegensi juga berpengaruh.⁸⁰

Hal ini sesuai dengan mekanisme koping negative yang di paparkan Nasir, 2013 yaitu Wishfull tinking. Pengertiannya adalah kegagalan yang tidak seharusnya tidak menjadikan seseorang ada dalam kepedihan yang mendalam. Hal ini terjadi dikarenakan penyetelan standart yangterllau tinggi sehingga tidak sepadan dengan diri sendiri, sehingga sulit akan mencapai pencapaiannya.

⁸⁰ Observasi Ibu Har 31 Oktober- 13 November 2022

Namun dalam hal Ibu Har yang menggunakan alQuran sebagai peminimalisir rasa cemas yang ia rasakan, seseuai dengan firman Allah dalam surat Al-Isra; :82

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ
الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا

Artinya :

Dan Kami turunkan dari al-Qur'an suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan al-Qur'an itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian. Beliau selalu terus dan terus memberikan durasi banyak di tingkatan murojaahnya, namun alhasil, intisari dari apa yang beliau tambah, tidak ada yang masuk dalam memorynya sama sekali. Namun beliau terus dan terus melakukan hal itu tanpa memikirkan kritik dan saran dari teman atau seseorang yang lain.

Pernah suatu waktu peneliti mengajarkan beliau tentang makhroj huruf hijaiyah, sudah berungkali di ingatkan bagaimana cara melafalkannya, ketika di ajarkan kembali di beberpa jam kedepan, akan mengulangnya dengan kesalahan yang sama. Hal tersebut membuktikan bahwa ibu Har mengalami penurunan fungsi kognitif yang belum parah.⁸¹

2. Ibu Yani

Ibu Yani masih dapat menjalani kehidupannya dengan cukup baik, semenjak di tinggal suaminya pun beliau tetap menjadi wanita tangghu yang mandiri dan semangat juangnya tak padam. Saat wawancara dengan beliau sudah terbiasa dengan adanya rasa cemas dan panik, dengan demikian di saat wawancara , beliau mengatakan “saya itu orangnya sudah terlanjut kuat mungkin ya mbak, (sambil tertawa)” pengalaman-pengalaman yang sudah di lewati oleh beliau menjadikan ajang pelajaran beliau untuk menghadapi kejadian yang akan datang.

⁸¹ Observasi Ibu Har 31 Oktober-13 November 2022

Dalam pengamatan peneliti selama beliau mondok di Pondok Lansia beliau dapat mengontrol emosi dan mengontrol bagaimana bersikap dengan orang lain. Sehingga dengan hal tersebut beliau dapat berinteraksi dengan sosial lebih baik.

Dalam pemaparan Nasir, 2011 ibu Yani menggunakan metode problem solving yang pengertiannya sendiri adalah cara seperti ini digunakan untuk menghindari tekanan atau beban psikologis adanya stressor dalam individu. Problem solving termasuk usaha memecahkan masalah yang dihadapi, bukan dihindari atau ditekan dalam alam bawah sadar.

Sesuai dengan apa yang beliau sampaikan dalam wawancara juga, bahwa beliau akan berusaha dengan semaksimal mungkin untuk dapat menunaikan wasiat dari almarhum suaminya, tentu dibantu dengan dorongan anak-anaknya yang sangat beliau sayangi.⁸²

3. Pak Basir

Dengan permasalahan yang sedemikian rupa, hingga beliau didiagnose mengalami darah tinggi akibat emosi yang sulit terkontrol, beliau juga telah kehilangan istrinya. Beliau menggunakan cara menyibukkan diri dengan kegiatan yang ada di pondok, dengan kegiatan-kegiatan tersebut membuat permasalahannya terminimalisir. Terlebih saat ada waktu luang di antara kajian bakda subuh dan duha, beliau sering menggunakannya untuk jalan-jalan pagi, kata beliau agar lebih fresh.

Namun itu adalah hal yang terlihat saja, sejatinya Pak Basir pergi ke pondok tak lain halnya adalah sebagai tempat pelarian, beliau lari dan menghindari masalah yang ada di kehidupannya, sedangkan, masalah tidak akan pernah selesai jika terus dihindari, justru masalah tersebut akan menjadi lebih besar dan menjadi banyak cabang.

⁸² Wawancara dengan Ibu Yani, 11 November 2022

Dalam mekanisme koping ini pak abas melakukan cara positif , beliau melakukan teori yang sudah dipaparkan oleh Nasir, 2011 yaitu problem solving, yang artinya adalah pemecahan masalah untuk menghindari tekanan atau beban psikologis yang ada pada stressor individu. Beliau melakukan itu namun beliau tidak tahu bahwa masalah tidak akan hilang selama pusat dari pemikirannya adalah menghindari masalah, bukan menyelesaikan. .

Di sini kesibukan di pondok beliau jadikan acuan untuk mencari penanganan masalah yang ada pada dirinya dan yang di alaminya. Selain berdampak positif hal tersebut juga membuat kestabilan mental terjaga. Dalam sesi wawancara, beliau juga mengatakan bahwa dengan adanya dia di pondok ini lebih sedikit dapat merasa tenang daripada harus hidup di daerah asalnya.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah melakukan penelitian lapangan dengan pendekatan fenomenologi di Pondok Pesantren Lansia RAden Rahmat Semarang, pada tiga subjek yang telah di wawancarai mendalam. Kesimpulan ini dibuat berdasarkan hasil dari penelitian yang telah terlaksana mengenai pembahasan Kecemasan pada Lansia.

1. Mayoritas lansia yang bermukim di Ponpes Lansia Raden Rahmat Semarang mengalami kecemasan ringan.
2. Beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan lansia mukim faktor interpepenolakan diri dalam diri sehingga menyebabkan adanya rasa takut. Seperti kehilangan seseorang, berpisah dengan seseorang.
3. Lansia mukim menggunakan problem solving, yang artinya mereka menghindari tekanan atau beban psikologis sebab adanya stressor dalam individu.

B. Saran

Dari penelitian yang telah terlaksana, ada beberapa saran dari peneliti yang akan disampaikan, yaitu sebagai berikut:

1. Bagi peneliti selanjutnya, sangat penting untuk menjalin hubungan emosional terlebih dahulu kepada lansia yang akan di teliti, agar lebih dapat mendapatkan data yang lebih konkret dan lebih luas.
2. Bagi lansia untuk tetap menjalani kehidupan dnegan sadar, dengan kegiatan positif agar lebih menjadi lansia yang bahagia baik jiwa maupun raga. Selalu belajar mengenali emosi dalam diri sendiri agar lebih mudah dalam menganalisa tentang diri.
3. Bagi pembaca, menjadi lansia adalah hasil dari apa yang kita kerjakan semasa pertumbuhan, dengan demikian memperbaiki diri dan terus menjadikan pribadi yang lebih baik dari sisi iman maupun kesehatan. Sebab menjadi lansia sudah tidak dapat memutar kembali roda di masa-masa pertumbuha yang telah terlewati

DAFTAR PUSTAKA

- Aminudin Md, 2002, *Pesantren Kasepuhan Raden Rahmat*, yayasan pitutur luhur, Agustus h.4
- Andri, Charles E, Damping, *Peranan Psikiatri Geriatri dalam Penanganan Delirium Pasien Geriatri*,
- Anisa, Dona Fitri & Ifdhil, Juni 2016, Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia, *Jurnal Konselor*, Vol. 5, No. 2.
- Anshori, Nuraini Siti, desember 2013, Makna Kerja (Meaning of Work), *Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi*, Vol. 2. No. 3.
- Bhinnety, Magda, Struktur dan Proses Memori, *Bulletin Psikologi* Vol. 16 No. 2
- F.J. Monk, A.M.P. Knoers dan Siti Rahayu Hadinoto, *Psikologi Perkembangan Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*, Jogjakarta: Gajah Mada University Press, h.323.
- Fauzul dan Nurul Ariningtyas, Tingkat Kecemasan Lansia Berdasarkan Depression Anxiety Stress Scale 42 (Dass 42) di Posyandu Lansia Mekar Raharja, Dusun Lemah Dadi Bangun Jiwo, Kasihan, Bantul
- Feldman, Robert. S., *Undrstanding Psychology*, New York: mcGrew-Hill, 1996.
- Geriatric Mental Health Foundation. (n.d.) *Anxiety and Older Adults: Overcoming Worry and Fear*. 10 November 2021. <https://www.aagponline.org/>.
- Hamzah, Amir, 2019 *Metode Penelitian Kualitatif*. Rekonstruksi Pemikiran Dasar serta contoh Penerapan Pada Ilmu Pendidikan, Sosial & Humaniora. (Malang; Literasi Nusantara)
- Hayat Abdul, Januari 2014, Kecemasan dan metode pengendaliannya, *Khazanah* Vol. XII, No. 01.
- Hildawati, *Problematika Gangguan Kecemasan Pada Lanjut Usia di Lingkungan Sosial*, Moderasi Vo. 2, No. 2.
- Ikhrom, September 2009 *Psikopatologi Kesehatan Mental Sufistik*, walisongo press.
- S, Nevid, Jeffry, Spencer A. Rathus, Beverly Greene, 2018, *Psikologi Abnormal*, Erlangga, Jakarta.

- Kahija, YF La, Penelitian Fenomenologis: jalan Memahami Pengalaman Hidup, (Yogyakarta:PT Kanisius, 2018).
- Kaplan-Sandock, Sinopsis Psikiatri, jilid dua, Binarupa Aksara, Ciputat-Tangerang.
- Kartini Kartono, 1986, Patologi Sosial 3 Gangguan-Gangguan Kejiwaan, Ed. 2, Cet. 1, Jakarta, Rajawali.
- Kholish dan Musrifatul Uliyah, September 2015, Masa Pensiun Usia Lanjut Dengan Tingkat Depresi, The Sun Vol. 02 No. 03.
- Koutoudis, Ted K. Parkinson's Disease, Januari, 2017 (http://www.emedicinehealth.com/parkinson_disease/article_em.htm 2010. Diakses tanggal 6 Juni 2013). Dalam Gerry Gunawan DKK, Parkinson dan terapi system sel, MNJ, Vol.03, No.01.
- Kurniadi, Bayu Dardias, 2011 Praktek Penelitian Kualitatif: Pengalaman dari UGM. Yogyakarta. Research Centre for Politics and Government (PolGov).
- Mar'at. Samsunuwiyati, Psikologi Perkembangan, PT Remaja Rosdakarya Bandung, 2015.
- Maramis, Rizka Lellyani, 2015, Kebermaknaan hidup dan kecemasan dalam menghadapi kematian pada lansia di panti werda samarinda, Psikoborneo, Vol.3 No.4.
- Nasrudin, M wahid, 2018 Gangguan Kecemasan dalam prespektif Al-Qur'an, skripsi S1 Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Observasi Ibu Har , 31 Agustus 2022 – 13 november 2022
- Observasi Ibu Yani , 7 Agustus 2022 – 13 november 2022
- Observasi Pak Basir , 31 Agustus 2022 – 13 november 2022
- Prayitno, Gangguan pola tidur pada kelompok usia lanjut dan penatalaksanaannya, Jurnal kedokter Trisakti, Januari-April 2002, Vol.21, No.1.
- Salmawati,2010, Faktor – factor yang mempengaruhi tingkat kecemasan pada pasien hemodialysis di rumah sakit Dr. Wahidin Sudirohusodo Makasar, skripsi.
- Statistic Penduduk Lanjut Usia 2021
- Suardiman, Siti Partini, Psikologi Lanjut Usia, Gajah Mada Press 2016. h. 2

Sunarti Sri, Helma, 2018 Gangguan Tidur Pada Lansia, E-Journal UIN
Malang.ac.id.

Supriadi, Oktober 2015, Lanjut Usia dan Permasalahannya (Jurnal PPKn & Hukum
Vol. 10 No. 2.


Wawancara dengan Ibu Har, 10 November 2022

Wawancara dengan Ibu Yani, 11 November 2022

Wawancara dengan Pak Abas, 11 November 2022

LAMPIRAN

I. Surat izin penelitian

**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
Jalan Prof. Hamka Km.2 Semarang 50189
Telepon 024-7601295, Website: Fuhum.walisongo.ac.id, Email: fuhum@walisongo.ac.id

Nomor : B 4078/Un.10.2/D/PP.00.9/ 10 /2022
Lamp : -
Hal : Permohonan Izin Penelitian

22/ Oktober /2022

Kepada Yth.
Pimpinan Ponpes Lansia Raden Rahmat
M Solikin, A.Md, Kep

Di tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb



Dalam rangka penyusunan Skripsi untuk mencapai gelar kesarjanaan pada Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, dengan ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin penelitian kepada:

Nama : Tahsya Kanthi Kusuma Swari
NIM/Program/Smt : 1804046027/Tasawuf & Psikoterapi/9
Alamat : Masaran kulon, Jati, Masaran, Sragen
Tujuan Research : Penelitian Skripsi
Judul Skripsi : Fenomena Kecemasan Pada Lansia di Pondok Pesantren Raden Rahmat Semarang
Waktu Penelitian : 27 Oktober - selesai
Lokasi : Ponpes Lansia Raden Rahmat. Dukuh Krajan, Rt.03, Rw.01, Desa Gedong, Kecamatan Banyubiru., Kabupaten Semarang, Jawa Tengah.

Bersama ini kami lampirkan Proposal Penelitian dan Instrumen Pengumpulan data yang bersangkutan.
Demikian atas perhatian dan terkabulnya permohonan ini kami ucapkan banyak terima kasih.

Wassalamualaikum Wr. Wb

Dekan, 22 Oktober 2022



Dr. Sulaiman, M.Ag

III. Pedoman Wawancara Semi-Terstruktur

Sebelumnya, saya ucapkan terimakasih atas kesediaan anda untuk menjawab pertanyaan dari sesi wawancara penelitian ini. Semua informasi yang anda berikan hanya diketahui oleh saya (Tahsya, Mahasiswi UIN Walisongo Semarang, Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi) dan akan dijaga kerahasiaannya. Identitas anda akan saya samarkan sebelum penelitian ini dibukukan.

Sebelum memasuki pertanyaan, bolehkah saya tau nama (pseudoname), usia, pekerjaan dan sudah berapa lama di Pondok Pesantren Raden Rahmat ini.

Pertanyaan:

1. Pernahkah anda mengalami kecemasan ?
2. Bisakah anda ceritakan mengenai kecemasan yang anda rasakan?
3. Disaat merasa cemas adakah perubahan dalam diri anda yang anda rasakan?
4. Adakah kegiatan atau suatu cara yang anda lakukan saat merasakan cemas?
5. Apa yang membuat anda nyaman dan tenang?

IV. Transkrip Orisinil

1. *Pseudoname* : Ibu Har
Usia : 71 tahun
Pekerjaan : IRT (ibu rumah tangga)
Lama bermukim : 1,5 tahun
Waktu : 10 November 2022
Ket P:peneliti
S:subjek

P	<i>Pernahkah anda mengalami kecemasan?</i>
S	Iya, ada. Pasti semua pernah merasakan
P	<i>Bisakah anda ceritakan kecemasan yang anda rasakan?</i>

S	<p>Iya, saat saya kehilangan anak terakhir saya. <i>wong</i> waktu itu tiba-tiba, pas saya sedang <i>ngipasi</i> dia gitu, tiba-tiba dia sudah <i>bablas</i> (meninggal). Saya ga ada duga <i>blas</i> saat itu.</p> <p>Anak saya itu <i>kan</i> mengalami disabilitas, sampai dia meninggal kemaren itu usia 40 tahun, dia sekolah di SLB karena guru yang ngajar di sekolah biasa menyarankan kalau anakku ini di sekolahkan di SLB. Sejak lahir dia itu udah di fonis sama dokternya mengalami gagar otak, jadi dia beda mbak dengan temen-temen yang lain. Ya waktu saya di kasi tau fonis itu saya kaget, <i>tapi ya pie neh, mung bisa nerimo</i>.</p> <p>Saya juga khawatir saat anak saya menginjak usia dewasa, nanti yang ngurus siapa, <i>lha kok malah udah pergi duluan</i>.</p>
P	<p><i>Di saat merasa cemas adakah perubahan dalam diri yang anda rasakan?</i></p>
S	<p>Tidak ada mbak, tapi waktu itu sempat merasa pusing, sering jatuh sakit, tapi ya untungnya sakit ringan, kaya masuk angina gitu doang. (<i>lha itu ibu bisa legowo membutuhkan waktu berapa lama?</i>) ya cukup lama, kira-kira 100 hari nya dia, saya baru bisa tenang. Waktu saya disini itu mbak, saya sempet ga bisa tidur, masih inget terus sama anak saya. saya masuk pondok ini kan 2 bulan setelah anak saya meninggal, jadi ya masih teringat, foto nya saja saya masih menyimpannya, kalau kangen ya saya lihat lagi.</p>
P	<p><i>Adakah kegiatan atau cara yang anda lakukan saat anda mengalami cemas?</i></p>
S	<p>Kalau dulu di rumah, biasanya saya di masjid, kalau habis sholat dzuhur itu saya duduk dulu di masjid, berdoa sama allah gitu. Tapi waktu disini menjadi lebih gamang, <i>soale</i> kegiatannya banyak.</p> <p>(<i>lha terus kalau ibu masih teringat terus dengan rasa cemas yang dirasakan pripun?</i>) biasanya saya baca Al-Quran mbak, sama di</p>

	mushola pondok <i>gitu</i> , sambil belajar juga buat yang pelajaran besok, jadi lebih bisa ga inget (terminimalisir).
P	<i>Apa yang membuat anda merasa tenang dan nyaman?</i>
S	Ya saya mondok disini saya tenang, nyaman. Sambil belajar dan kegiatan yang membuat saya tidak diam.

2. *Pseudoname* : Ibu Yani
 Usia : 57 tahun
 Pekerjaan : Pedagang
 Lama bermukim : 1 minggu
 Waktu : 11 November 2022
 Ket . P : Peneliti
 S : Subjek

P	<i>Pernahkah anda mengalami kecemasan?</i>
S	Kalau untuk saat ini ada mbak.
P	<i>Bisakah anda ceritakan kecemasan yang anda rasakan?</i>
S	Jadi saya dan anak-anak itu mendapatkan amanah dari suami, kalau dia ingin membangun masjid di salah satu tanah yang kami miliki, lokasinya ada di Gorontalo. Namun pembangunan masjid tersebut harus menggunakan uang dari hasil took roti yang kami miliki, jadi kami itu ada 19 toko roti mbak sebelum bapak meninggal, namun karena kemaren ada pandemi yang harus membuat 10 ruko roti tutup, jadi sekarang tinggal 9 toko saja. Dulu saya dan suami memulai took itu dari nol memang, makanya suami saya minta pembangunan masjid itu dari took roti yang sudah kami kelola sejak dari awal pundi pundi rupiah kami ada.
P	<i>Di saat merasa cemas, adakah perubahan daam diri anda yang dirasakan?</i>

S	<p>Emmm, kalau ini ngga terlalu si mbak, namun pernah saya sampai pusing, namun tidak sampai jatuh sakit. Sebab permintaan suami saya yang begitu cukup banyak dan salah satu yang membuat saya teringta dan masih memikirkan sampai sekarang adalah ya satu ini, membangun masjid, kekhawatiran saya selalu terbawa kemanapun, terkadang saya ngga bisa tidur gara-gara memikirkan itu saja. Ya gimana ya mbak, namanya sekamuan orang, atau bisa dikatakan wasiat lah . wasiat seseorang sebelum dia pergi meninggalkan dunia, terlebih orang tersayang, pasti rasa hati berat untuk tidak melaksanakannya.</p> <p>Sebenarnya mau sekarang diwujudkan, namun saat ini kondisi took belum memadai mbak, jadi masih saya tahan dulu.</p> <p>Sewaktu saya masuk pondok ini, anak saya itu tiba tba kepikiran “ma, gimana kalau nanti ga jadi bangun masjid, kita buat saja pondok pesantren seperti ini “ gitu katanya anak saya yang ke dua. Ya saya jawab “ bagus juga, tapi coba tak pikirkan dulu”. <i>gitu...</i></p>
P	<p><i>Adakah kegiatan atau cara saat anda mengalami kecemasan?</i></p>
S	<p>Saya itu orangnya sudah terlanjur kuat mungkin ya mbak, hahaha (sambil tertawa) jadi saya tidak terlalu membawa rasa rasa kecemasan tersebut berlarut larut, selain saya ngurus ruko yang ada di beberapa lokasi, terkadang saya juga main dengan cucu, atau ya menghibur diri tipis-tipislah, seadanya.</p>
P	<p><i>Apa yang membuat anda merasa tenang dan nyaman?</i></p>
S	<p>Kalau saya terutama anak si mbak, alhamdulillahnya mereka semua itu ga ada yang pisah, dalam artian jarang mereka mengalami pertikaian, mungkin mereka tau ya ibunya udah tinggal sendirian gitu hahahah(sambil tertawa). Jadi dari wasiat bapaknya, apapun wejangan bapaknya, mereka ngga pernah lari, dan kami selalu terbuka satu sama lain. Itu mungkin mba yang membuat saya itu</p>

	merasa aman dan nyaman meskipun kadang rasa risau itu datang tiba-tiba.
--	---

3. *Pseudoname* : Pak Abas
 Usia : 57 tahun
 Pekerjaan : Pedagang
 Lama bermukim : 3 bulan
 Waktu : 11 November 2022
 Ket P : Peneliti
 S : Subjek

P	<i>Pernahkah anda mengalami kecemasan?</i>
S	Emmm, ada mbak, ini tentang anak saya.
P	<i>bisakah anda ceritakan kecemasan yang anda rasakan ?</i>
S	Jadi gini mbak, saya itu ada anak laki-laki satu, tiap hari dari dulu dia selalu dimanja sama ibunya, sampai udah dewasa sekarang dia malah <i>bandel</i> nya mintak ampun. Tiap hari saya ngasi tau, tiap hari pula dia ga pernah memperhatikan saya. kalau pas di kasih tau iya iya aja gitu, tapi kalau selesai di marahin atau dikasi tau , kambuhlagi lah itu nakalnya, Istri saya itu udah meninggal sejak beberapa tahun lalu, dia meninggal karena sakit waktu itu, di amenderita struk. “Gimana nggak struck ya mbak, liat tingkah anaknya kaya begitu “ celetuk bapaknya dengan nada amarah. Sekarang dia itu ngga pernah pulang ke rumah, selalu menghabiskan uang, sedikit-sedikit minta. Bahkan sampai saya disini saja dia berhasil menemukan saya. “oh,brati bapak istilahnya melarikan diri?” Tanya saya. “ya, betul. Saya melarikan diri dari anak saya mbak.” Jawab bapaknya.

	<p>Sewaktu saya kesini itu emang sengaja ngga ngasih kabar dia mba, saya menyembunyikan diri dari dia karena sudah jengkel saya sama dia. Dia mencari saya waktu itu, sampai Tanya-tanya lah ke pakdenya, omnya begitu. Sampai suatu waktu dia itu berhasil menemukan saya di suatu moment saya masuk di youtubnya pondok, dia langsung nyamperin saya ke sini, padahal jarak jauh sekali kan itu. Sampai disini, saya kira dia kan berubah atau bagaimana, ternyata ujung-ujungnya minta duit juga. Coba betapa ga jengkel itu sama dia.</p> <p>Saya itu ga bisa lepas mengkhawatirkan dia, nanti dia mau jadi apa begitu, terlebih dia kan laki-laki, dia calon pemimpin keluarga, apa ada perempuan yang mau sama dia kalau dia tidak merubah sikapnya. Itu yang sering kepikiran kalau saya belum tidur mbak.</p>
P	<i>Di saat merasa cemas, adakah perubahan daam diri anda yang dirasakan?</i>
S	Wah, ya kalau itu komplit, sampai saya darah tinggi lho pada suatu waktu. Saya cek kan ke klinik terdekat, saya waktu itu merasa pusing, komplit lah mbak, dan saat di cek eh ternyata darah tinggi deh saya “sambil tertawa”.
P	<i>Adakah kegiatan atau cara saat anda mengalami kecemasan?</i>
S	Karena disini kegiatan lumayan padet ya mbak, ya meskipun ada waktu yang longgar juga, tapi lebih banyak waktu buat kegiatannya. Jadi saya disini merasa sedikit terlena dengan anak saya itu, saya bisa sedikit agak tennag saat melkaukan kegiatan kegiatan itu. Kalau pagi kan biasanya ada beberapa mneit waktu free tuh sebelum sarapan, ya saya gunakan jalan-jalan , sekedar keliling kampung gitu.
P	<i>Apa yang membuat anda merasa tenang dan nyaman?</i>
S	Saat kegiatan belajar si mbak, jadi pas belajar itu kan kita fokus dengan kajian kajian yang diajarkan sama ustadz, jadi di saat itu

saya ya fokus. Dan kegiatan disini kan banyak yang membaca alquran, jadi ketika membaca saya kan bisa melupakan masalah-masalah yang ada.

V. Dokumentasi



Kajian di Ponpes Lansia Raden Rahmat Semarang di Ruang kelas.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas pribadi

Nama : Tahsya Kanthi Kusuma Swari
Tempat tanggal lahir : Sragen, 16-Januari -2000
Alamat : Masaran kulon, Rt.05, Rw. 02, Jati, Masaran,
Sragen
Nama ayah : Sugiyono
Nama ibu : Islamiyah
No. Tlp : 081327382809
Email : kusumaazzain50@gmail.com

B. Pendidikan Formal

TK Pertiwi Jati 1
SD Negeri Jati 3
MTs Ma'arif Andong
MA Al-Azhar Andong

C. Pendidikan Non formal

Ponpes Darusholihat Kacangan
Ponpes mbah Rumi

D. Pengalaman Organisasi

Radio Gema Mahasiswa (RGM One)
Fuhum Production House