

**BIMBINGAN ROHANI ISLAM DALAM MENINGKATKAN  
*PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA LANSIA DI  
WISMA LANSIA HUSNUL KHATIMAH AISYIYAH  
GUNUNGPATI SEMARANG**



**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

**Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam**

Oleh:

Yunita Indah Wardani

1701016145

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

**2022**

## PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Yunita Indah Wardani

NIM : 1701016145

Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam

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

Semarang, 12 Desember 2022

Penulis



**Yunita Indah Wardani**

NIM: 1701016145

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah yang telah memberi izin atas kehendak-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir akademik yang berjudul: “Bimbingan Rohani Islam Dalam Meningkatkan *Psychological Well-Being* Pada Lansia Di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang”.

Sholawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada baginda Rasulullah Muhammad saw, pada keluarga, sahabat, dan para pengikutnya yang telah membawa petunjuk kebenaran kepada seluruh umat manusia yaitu Ad-diinul Islam. Semoga kita semua dapat memperoleh syafaatnya di yaumul qiyamah nanti. Aamiin.

Merupakan suatu kebanggaan tersendiri bagi penulis karena telah menyelesaikan skripsi ini. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis menyadari masih banyak kekurangan, terkait halnya kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak sangat diharapkan. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih banyak kepada pihak yang rela membagi dan menyempatkan waktunya untuk membantu penulis dalam menyelesaikan laporan ini.

Dengan segala hormat, terima kasih itu kami persembahkan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Imam Taufik, M.Ag, selaku Rektor UIN Walisongo Semarang.
2. Bapak Prof. Dr. H. Ilyas Supena, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.
3. Ibu Dr. Ema Hidayanti, S.Sos.I, M.S.I, selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam yang telah memberikan bimbingan kepada penulis.
4. Bapak H. Abdul Razak, M.S.I, selaku Wali Dosen dan Dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan arahnya kepada penulis serta bersedia untuk meluangkan waktu, tenaga, serta

fikirannya untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penulisan skripsi ini..

5. Bapak dan Ibu Dosen pengajar beserta staf karyawan di lingkungan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang yang telah memberikan ilmu pengetahuan kepada penulis selama perkuliahan.
6. Bapak dan Ibu tenaga pendidik di perpustakaan pusat dan perpustakaan Fakultas Dakwah UIN Walisongo Semarang.
7. Orang tua dan saudara-saudara tercinta yang selalu memberikan kasih sayang dan support system serta do'a untuk penulis selama menyelesaikan studi hingga penyusunan skripsi.
8. Para lansia, pengelola lansia serta staf yang menjadi informan dalam penelitian ini yang telah bersedia membantu penulis hingga selesai.
9. Teman-teman seperjuangan BPI D 2017 terkhusus kepada Fauzia Kusuma Ramadhani, Fatimah Azzahra Lubis, dan Siti Rofiatin yang selalu memberikan ruang dan motivasi. Serta seluruh mahasiswa BPI 2017 tercinta yang selalu memberikan motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan penelitian ini.

## **PERSEMBAHAN**

Dengan mengucap syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan kasih sayangnya kepada penulis sampai sekarang dan sampai akhir kelak. Skripsi ini penulis persembahkan kepada:

1. Kedua orang tuaku, bapak dan ibu yang telah mengorbankan segalanya dan memperjuangkan pendidikan, serta senantiasa memberikan Do'a dan restu baik secara moral ataupun material hingga sampai pada tahap akhir ini.
2. Almamaterku tercinta Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
3. Seluruh dosen Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.

## MOTO

وَأَتَّبِعْ فِي مَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا وَأَحْسِنَ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ

إِلَيْكَ وَلَا تَتَّبِعِ الْفَسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ

Dan carilah pada apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu (kebahagiaan) negeri akhirat, dan janganlah kamu melupakan kebahagiaanmu dari (kenikmatan) duniawi dan berbuat baiklah (kepada orang lain) sebagaimana Allah telah berbuat baik, kepadamu dan janganlah kamu berbuat kerusakan di (muka) bumi. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berbuat kerusakan.

(Q.S. Al-Qashash: 77)



## ABSTRAK

Yunita Indah Wardani. NIM 1701016145. Bimbingan Rohani Islam Dalam Meningkatkan *Psychological Well-Being* Pada Lansia Di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

Problema pada lansia mengalami perubahan secara fisik, psikis, dan sosial dalam hidupnya, serta mengalami kesepian. Beberapa perubahan pada lansia dapat memicu stres yang berdampak pada kesehatan fisik. Kondisi lansia seperti ini membutuhkan ketenangan atau kesejahteraan dalam jiwanya. Maka, di perlukannya bimbingan rohani Islam guna mencapai spiritualitas yang baik pada diri lansia.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana kondisi kesejahteraan lansia dan bagaimana proses pelaksanaan bimbingan rohani untuk meningkatkan *PWB* pada lansia. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan wawancara, observasi, dan dokumentasi.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa 1) Kondisi *PWB* pada lansia yaitu adanya perubahan dan penurunan yang terjadi pada fisik, psikis, maupun sosial dalam kehidupannya, serta mengalami kesepian yang dapat memicu stres, dan berdampak pada kesehatan fisik. Sehingga yang mereka butuhkan saat ini adalah ketenangan atau kesejahteraan dalam jiwanya. 2) Bimbingan rohani Islam dapat meningkatkan kesejahteraan, terdapat bentuk pelaksanaan yang dilakukan pembimbing rohani yakni berupa: memberikan sentuhan rohani melalui kegiatan ibadah, mengaji, berdzikir, dan mendengarkan tausiyah, serta memberikan dukungan dan menemani dengan mengajaknya bercerita dan menjadi pendengar yang baik agar mereka tidak merasa kesepian. Pelaksanaan bimbingan rohani tersebut diketahui dapat meningkatkan *PWB* pada lansia, hal ini dapat dilihat dari berbagai perkembangan yang menggambarkan bahwa dirinya sejahtera dari yang sebelumnya. Peningkatan yang menggambarkan kesejahteraan tersebut ialah mampu menerima keadaan dirinya, mengaktualisasi dan melakukan perbaikan diri dalam hidupnya, berserah diri pada Allah, menjaga silaturahmi, dan mampu memilih lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan dirinya di masa tua.

Kata kunci: *bimbingan rohani Islam, psychological well-being, lansia*



## DAFTAR ISI

<b>PERSETUJUAN PEMBIMBING.....</b>	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iii</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>v</b>
<b>MOTO.....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	9
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Manfaat Penelitian.....	9
E. Tinjauan Pustaka.....	9
F. Metodologi Penelitian.....	13
G. Sistematika Penelitian.....	19
<b>BAB II KERANGKA TEORI.....</b>	<b>21</b>
A. Bimbingan Rohani Islam.....	21
1. Pengertian.....	21
2. Tujuan.....	23
3. Fungsi.....	25
4. Metode Bimbingan Rohani Islam.....	26
B. Psychological Well-Being.....	27
1. Pengertian.....	27
2. Dimensi-Dimensi Psychological Well-Being.....	30
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Psychological Well-Being.....	34
C. Bimbingan Rohani Islam Untuk Meningkatkan Psychological Well-Being pada Lansia.....	37
<b>BAB III GAMBARAN UMUM OBJEK PENELITIAN WISMA LANSIA HUSNUL KHATIMAH AISYIYAH GUNUNGPATI SEMARANG.....</b>	<b>42</b>
A. Profil Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang....	42
1. Sejarah Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.....	42
2. Visi Misi dan Tujuan Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.....	43
3. Program Layanan Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.....	44
B. Kondisi Psychological Well-Being Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.....	45
C. Penerapan Bimbingan Rohani Islam pada Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.....	51
1. Pelaksanaan Bimbingan Rohani Islam pada Lansia.....	51

2. Faktor Hambatan dan Penanganan dalam Pelaksanaan Bimbingan Rohani Islam.....	55
---	----



3. Kondisi Lansia Setelah Mendapatkan Bimbingan Rohani Islam.....	58
<b>BAB IV ANALISIS PENERAPAN BIMBINGAN ROHANI ISLAM</b>	<b>60</b>
<b>DALAM MENINGKATKAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING DI</b>	
<b>WISMA LANSIA HUSNUL KHATIMAH AISYIYAH GUNUNGPATI</b>	
<b>SEMARANG.....</b>	
A. Analisis Kondisi Fisik dan Psikis di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang Setelah Mendapatkan Bimbingan Rohani Islam.....	60
B. ....	
C. Analisis Penerapan Bimbingan Rohani Islam dalam Meningkatkan Psychological Well-Being di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.....	71
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>83</b>
A. Kesimpulan.....	83
B. Saran.....	84
C. Penutup.....	84
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>86</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>91</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 1.</b> Analisis peningkatan psychological well-being lansia sebelum dan setelah mendapatkan bimbingan rohani Islam.....	<b>76</b>
--	-----------

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 1.</b>	<b>Wawancara dengan Ibu MAS.....</b>	<b>97</b>
<b>Gambar 2.</b>	<b>Wawancara dengan Ibu I.....</b>	<b>97</b>
<b>Gambar 3.</b>	<b>Wawancara dengan Mbak A.....</b>	<b>98</b>
<b>Gambar 4.</b>	<b>Wawancara dengan Mbak E.....</b>	<b>98</b>
<b>Gambar 5.</b>	<b>Wawancara dengan Eyang S.....</b>	<b>99</b>
<b>Gambar 6.</b>	<b>Wawancara dengan Eyang SM.....</b>	<b>99</b>
<b>Gambar 7.</b>	<b>Wawancara dengan Eyang AN.....</b>	<b>100</b>
<b>Gambar 8.</b>	<b>Kegiatan Bimbingan Rohani Islam.....</b>	<b>100</b>

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran 1</b>	<b>Pedoman wawancara.....</b>	<b>91</b>
<b>Lampiran 2</b>	<b>Pedoman observasi.....</b>	<b>94</b>
<b>Lampiran 3</b>	<b>Pedoman dokumentasi.....</b>	<b>95</b>
<b>Lampiran 4</b>	<b>Biodata informan (inisial).....</b>	<b>96</b>

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Terkait data Kementerian Sosial RI pada tanggal 8 juni 2021, dengan mengutip data Susesnas pada maret 2020, jumlah warga lanjut usia mencapai 9,92% (26,82 jutajiwa). Sementara berdasarkan Data Terpadu Kesejahteraan Sosial (DTKS) tahun 2019, diketahui ada sebanyak 12.990.568 jiwa lansia tidak mampu. Kemudian juga didapat sebanyak 6.703.616 lansia dalam kondisi bedridden. Lansia didalam keluarga (10,7juta), diluar keluarga (1,9 juta), dan penerima Program Keluarga Harapan (PKH) sebanyak 1,1 juta.<sup>1</sup> Berdasarkan data tersebut, maka perlu nya pemerintah untuk memperhatikan lansia dengan memfasilitasi kebutuhan lansia terkhusus bagi lansia yang sudah sebatangkara ataupun yang sudah tidak mampu mengurus dirinya sendiri.

Lansia merupakan suatu proses alami yang tidak dapat dihindari dan akan dialami oleh setiap orang. Pada proses menua ini individu akan mengalami perubahan biologis, psikologis, sosial dan spiritual.<sup>2</sup> Implikasinya adalah kebutuhan lansia yang semakin kompleks. Kebutuhan tersebut mencakup beberapa aspek kehidupan, seperti: aspek fisik, psikis, sosial, dan spiritual yang upaya pemenuhannya dipengaruhi oleh proses menua, struktur keluarga besar yang berubah menjadi keluarga inti, sehingga banyak lansia yang tinggal sendiri. Konsekuensinya yaitu lansia sering merasa kesepian. Kondisi ini akan memengaruhi kualitas hidup lansia seperti gangguan kesehatan, stress, kesedihan, dan bahkan keputusasaan, sehingga diperlukan inovasi untuk mengantisipasi hal tersebut.

---

<sup>1</sup>Kementerian Sosial RI, *Terus Tingkatkan Layanan, Mensos Akan Wujudkan Pendirian Posyandu Lansia*, Selasa 8 Juni 2021.

<sup>2</sup>Khrisna Wisnusakti & Aat Sriati, *Kesejahteraan Spiritual Pada Lansia*, (Sumatera Barat: CV.Azka Pustaka, 2021), Hlm. 3

Berdasarkan pemaparan diatas, lansia yang tinggal seorang diri maupun yang tidak memungkinkan untuk tinggal dengan keluarganya karena berbagai problem permasalahan yang ada, membutuhkan sebuah perawatan layanan sosial pada lansia yang didalamnya sudah mencakup berbagai pelayanan dengan aspek kehidupan yang terjadi. Beberapa aspek tersebut seperti halnya pada kondisi fisik, psikis, sosial, dan spiritual. Terkait upaya penanganan kesejahteraan sosial lansia, sebagaimana yang telah tercantum dalam UU No.13 tahun 1998, baik untuk lansia yang potensial maupun non potensial, disebutkan bahwa lansia berhak mendapatkan pelayanan sosial sesuai dengan kebutuhan dan permasalahan yang dialaminya.<sup>3</sup>

Proses penuaan yang dialami pada lansia dapat menimbulkan berbagai problem yang dialami pada diri lansia maupun keluarganya, sehingga menyebabkan lansia harus dirawat di wisma lansia demi mendapatkan pelayanan yang layak. Kondisi yang dialami setiap individu tentunya berbeda-beda, baik masalah yang terjadi pada kondisi fisik (biologis), psikologis, sosial, dan spiritual. Hal ini sama halnya seperti yang pernah dikatakan oleh ibu Anwar selaku pengelola Wisma Lansia Husnul khatimah Aisyiyah, beliau menjelaskan bahwa, permasalahan pada kondisi fisik yang dialami pada setiap lansia diantaranya yaitu menurunnya fungsi anggota tubuh seperti mata rabun, pendengaran berkurang, pengingatan berkurang, kaki yang sudah tidak kuat untuk berjalan normal (harus dibantu dengan alat tertentu), tubuh yang sudah tidak kuat untuk bangun dari tempat tidur, dan lain sebagainya.

Permasalahan yang dialami pada lansia tidak terbatas pada fisik, namun juga terjadi pada perubahan psikologis. Ibu Anwar menjelaskan berbagai permasalahan yang terjadi pada perubahan psikologi yang dialami oleh lansia yakni, demensia, seperti: pikun (kesulitan mengingat dan berpikir), tidak menyadari waktu, kesulitan

---

<sup>3</sup>Sukadari & Mahilda Dea Komalasari, *Pedoman Pemberdayaan Taman Lansia Berbasis Psychological Well-Being*, (Yogyakarta: UPY Press, 2020), Hlm.

berkomunikasi, kerap tersesat, dan hilangnya kemandirian akibat kemampuan yang menurun untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Depresi, seperti: perubahan suasana hati yang tiba-tiba (moody), kurangnya nafsu makan, kelelahan, gangguan tidur, dan menarik diri dari lingkungan. Terjadinya gangguan kecemasan, seperti: gelisah, susah tidur, jantung berdetak lebih kencang, dan terlalu fokus pada masalah, somatoform, seperti: pusing, sakit punggung, penglihatan menurun, terjadi gangguan pada pencernaan, dan kelumpuhan.

Permasalahan pada sosial maupun keterbatasan di lingkup keluarga yang dialami lansia, beberapa diantaranya seperti halnya gangguan kesehatan, stress, kesedihan, dan bahkan keputusasaan, sehingga diperlukan inovasi untuk mengantisipasi hal tersebut. Hal ini juga sesuai dengan apa yang dikatakan oleh Ibu Anwar selaku pengelola Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah yakni, kondisi keluarga yang tidak memungkinkan mereka untuk merawat seorang lansia diantaranya yaitu, keluarga yang tersisa hanya kakak dari lansia saja, melihat dari kondisi kakanya juga yang semakin tua melebihi adiknya, maka kakaknya tidak sanggup untuk merawat adiknya yang sudah lansia, oleh karena itu sang kakak berinisiatif untuk menitipkan adiknya di wisma lansia demi mendapatkan perawatan yang lebih baik lagi.

Lansia yang terpaksa ditinggal anak-anaknya merantau jauh demi melangsungkan kehidupan rumah tangganya yang baru, dan memenuhi kebutuhan ekonomi untuk keluarga inti maupun orang tuanya yang sudah lansia, namun walau begitu anak-anaknya tetap bertanggung jawab untuk memberikan pelayanan yang baik kepada orang tuanya di wisma lansia, ada juga yang berkeinginan sendiri untuk dirinya dirawat di wisma lansia demi mendapatkan suatu kebahagiaan yang dia inginkan, seperti menemukan banyak teman yang senasip dan seusianya agar ia tidak merasa sendiri dengan

kondisi yang semakin menua, serta bisa saling berbagi cerita mengenai kehidupan dimasa lalunya.<sup>4</sup>

Terkait problem sosial, terdapat perubahan spiritual yang dialami oleh lansia. Aspek spiritual dapat meningkat melalui pengalaman spiritual dan aktivitas spiritual yang dilakukan individu sehari-hari. Melakukan kegiatan spiritual dapat meningkatkan spiritualitas pada lansia dengan percaya adanya Tuhan. Perkembangan spiritual yang matang akan membantu lansia untuk menghadapi kenyataan, berperan aktif dalam kehidupan, maupun merumuskan arti dan tujuan keberadaannya di dunia atau kehidupan. Bagi lansia yang tingkat spiritualnya tidak baik, akan menunjukkan tujuan hidup yang kurang baik, rasa tidak berharga, tidak dicintai, dan rasa takut mati. Sebaliknya, lansia dengan tingkat spiritualnya baik, ia tidak takut akan kematian dan lebih mampu untuk menerima kehidupan.<sup>5</sup>

Berbagai permasalahan lansia yang telah dipaparkan oleh Ibu Anwar di atas menunjukkan bahwa, terjadinya perubahan-perubahan yang membuat lansia harus mendapatkan pelayanan yang baik agar dapat mewujudkan kebahagiaan dan kepuasan hidup di masa tua nya atau dapat disebut juga dengan kesejahteraan psikologi. Kesejahteraan psikologi atau kata lain dari *Psychological Well-Being* adalah suatu keadaan dimana individu mampu menerima dirinya apa adanya, mampu membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, memiliki kemandirian terhadap tekanan sosial, mampu mengontrol lingkungan eksternal, memiliki arti dalam hidup, serta mampu merealisasikan potensi dirinya secara kontinyu.<sup>6</sup>

Konsep *Psychological well-being* ini diperkenalkan oleh Bernice Neugarten pada tahun 1961 yang diartikan sebagai kondisi psikologis yang dicapai oleh seseorang pada saat usia lanjut

---

<sup>4</sup>Data Diperoleh Melalui Wawancara Kepada Ibu Anwar Selaku Ketua Wisma Lansia Husnul Khotimah (Aisyah) Gunungpati, Semarang.

<sup>5</sup>Bestfy Anitasari, *Jurnal Fenomena Kesehatan*, Vol.4, No.1, 2021, Hlm. 464-465

<sup>6</sup> Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, (Malang: UMM Press, 2006), Hlm. 105

(Haditono, 1992 dalam Amawidyawati SAG & Utami MS, 2006), dengan teori kepuasan hidup (life satisfaction). Orang yang mencapai *Psychological well-being* pada masa usia lanjut dapat diukur dengan kepuasan hidup.<sup>7</sup> Salah satu lansia yang mengalami berbagai masalah ialah lansia yang berada di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah di Jl. Muntal, Kelurahan Mangunsari, Kecamatan Gunungpati, Kota Semarang.

Berdasarkan hasil prariset yang dilakukan melalui wawancara, mengenai gambaran kondisi serta permasalahan pada lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah ialah dapat diperoleh data bahwa terdapat delapan pasien dan empat lansia yang sedang dalam masa perawat, keadaan lansia rata-rata sudah pikun, bahkan ada beberapa yang hanya bisa berbaring ditempat tidur. Namun walau keadaan yang demikian, tidak menggugurkan semangat lansia untuk melaksanakan bimbingan rohani yang dilakukan setiap hari senin, Selasa, Rabu, Kamis, dan Sabtu pada pukul 08.00-09.00 seperti mengaji, dzikir, dan mendengarkan tausiyah.

Lansia yang mood nya sedang tidak baik atau sudah tidak sanggup untuk melantunkan ayat suci Al-Qur'an, maka Ustadzahnya lah yang melantunkan ayat suci Al-Qur'an untuk lansia sedangkan lansia hanya mendengarkan, dan biasanya bagi lansia yang hanya dapat berbaring, Ustadzahnya lah yang menghampiri lansia tersebut satu persatu untuk mendapatkan sentuhan rohani demi ketentraman hidupnya. Profil yang telah dipaparkan melalui situs resmi dari Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah pun menyatakan bahwa, pelayanan ini diberikan terutama kepada para lansia yang hidup sendiri dan cenderung tidak terawat.

Pelayanan yang diberikan pada lansia yakni berupa sandang, pangan, papan, layanan kesehatan, dan pembinaan keagamaan agar

---

<sup>7</sup>Tristiadi Ardi Ardani & Istiqomah, *Psikologi Positif Perspektif Kesehatan Mental Islam*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2020), Hlm. 41

para lansia dapat menikmati masa tuanya dengan baik dan dapat memperoleh Husnul Khatimah sesuai dengan tujuan dari lembaga tersebut. Sebagaimana yang telah disampaikan oleh Ibu Anwar selaku pengelola Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah saat wawancara berlangsung, beliau mengatakan bahwa pelayanan yang diberikan kepada lansia ini telah dilakukan semaksimal mungkin demi memenuhi kebutuhan fisik, mental sosial, dan spiritual serta memenuhi kebutuhan usia lanjut kearah hidup yang lebih baik lagi dan bahagia husnul khotimah sampai akhir hayatnya.

Status lansia pada saat ini ada yang sudah tidak memiliki keluarga inti dan ada juga yang masih memiliki keluarga yang masih peduli pada lansia, namun dengan adanya keadaan keluarga yang tidak mendukung, maka lansia dititipkan di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah ini. Tutar Ibu Anwar pada saat melangsungkan wawancara.<sup>8</sup> Terhubung pada penjelasan tersebut, salah satu yang mempengaruhi *psychological well-being* seseorang adalah tingkat menjalankan ritual agama seseorang yang dapat dilihat dari kualitas dan kuantitas atau disebut dengan religiulitas. Religiulitas telah banyak dibahas dalam hubungannya dengan *psychological well-being*.

Teori dari Ellison menjelaskan adanya korelasi antara religiulitas dengan *psychological well-being*, dimana pada individu dengan religiulitas yang kuat, lebih tinggi tingkat *psychological well-being* nya dan semakin sedikit dampak negatif yang dirasakan dari peristiwa traumatik dalam hidup.<sup>9</sup> Pemaparan tersebut sesuai dengan sebuah penelitian yang dilakukan oleh Siti Intan Ma'wa wulan tentang bagaimana Pengaruh Syukur Terhadap *Psychological Well-Being* Pada Lansia Di Dukuh Karang Desa Jati Kecamatan Jati Kabupaten Blora. Penelitian ini telah dijelaskan bahwa seorang

---

<sup>8</sup>Data Diperoleh Melalui Wawancara Kepada Ibu Anwar Selaku Ketua Wisma Lansia Husnul Khotimah (Aisyah) Gunungpati, Semarang.

<sup>9</sup>Annisa Fitriani, *Peran Religiulitas Dalam Meningkatkan Psychological Well Being*, Jurnal Studi Lintas Agama, Vol.XI, No. 1, 2016

lansia masih mampu bekerja diladang yang hasilnya tidak seberapa, namun walau begitu mereka senantiasa bersyukur serta menerima keadaan yang ada.

Pemaparan diatas menjelaskan bahwa pengaruh syukur dapat mempengaruhi *psychological well-being* seorang lansia sebesar 20,8% sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel yang lain.<sup>10</sup> Melihat permasalahan tersebut, sehingga membutuhkan penanganan melalui bimbingan rohani. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh casmini dkk yang berjudul menguatkan *psychological well-being* konselor dengan praktik perilaku sufi amali, yang menyatakan bahwa bimbingan dan konseling berkaitan dengan kesejahteraan manusia sebagai tujuan utama kehidupan individu, nilai-nilai yang berlaku dan berkembang mendasari pencapaian kesejahteraan ditengah-tengah masyarakat yang berbudaya.

Pelaksanaan bimbingan membutuhkan kualitas personal, profesional serta sarana yang mendukung pembimbing dalam menjalankan fungsi layanan bimbingan dan konseling. Seorang pembimbing perlu memiliki kompetensi standar untuk mengintegrasikan dimensi spiritual dan keagamaan dalam proses bimbingan.<sup>11</sup> Bimbingan rohani ini dapat mempengaruhi *psychological well-being* seseorang yang salah satunya ialah pada lansia yang berada di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang. Sehingga terdapat faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* pada lansia.

Terkait hal nya bimbingan rohani dapat digunakan dalam meningkatkan *psychological well-being*, dijelaskan dalam sebuah penelitian yang ditulis oleh Erfina Agus Sartini Tanjung. Penelitian tersebut menjelaskan tentang “Studi Identifikasi Faktor-Faktor Yang

---

<sup>10</sup>Siti Intan Ma'wa wulan, *Pengaruh Syukur Terhadap Psychological Well-Being Pada Lansia Di Dukuh Karang Desa Jati Kecamatan Jati Kabupaten Blora*, Skripsi, (Semarang: Fakultas Ushuluddin Dan Humaniora, 2018).

<sup>11</sup>Casminidkk, *Menguatkan Psychological Well-Being Konselor Dengan Praktik Perilaku Sufi Amali*, Jurnal Al-Tazkiah, Vol.9, No. 2, 2020.

Mempengaruhi *Psychological Well-Being* Pada Lansia Di Panti Jompo Yayasan Guna Budhi Bakti Medan". Di dalam penelitian ini telah dipaparkan bahwa faktor yang mempengaruhi *Psychological Well-Being* pada lansia yakni spiritual dan religiulitas, kesehatan fisik, dukungan sosial, perubahan negatif dalam hidup, dan kepuasan hidup. Setelah dilakukannya penelitian, dinyatakan bahwa faktor yang lebih dominan adalah faktor religiulitas dan spiritual yang dapat mempengaruhi *psychological well-being* pada lansia.<sup>12</sup>

Faktor-faktor tersebut dapat dibentuk melalui bimbingan rohani islam, hal ini sebagaimana yang diungkapkan Pratiknya dan Sofro tentang tujuan bimbingan dan rohani Islam, ia mengatakan bahwa tujuan bimbingan rohani Islam adalah memberikan bantuan kepada orang lain berupa nasihat, pendapat, atau petunjuk agar dirinya mampu menyembuhkan penyakit yang bersarang didalam jiwanya.<sup>13</sup> Berdasarkan persoalan-persoalan tersebut, *psychological well-being* ini perlu diperhatikan bagi lansia karena saat individu sudah mencapai *psychological well-being* yang baik, maka kondisi tersebut dapat berpengaruh pada fungsi psikologis yang positif seperti penerimaan diri, relasi sosial yang positif, mempunyai tujuan hidup, perkembangan pribadi, penguasaan lingkungan, dan otonomi.

Terkait hal ini tentunya harus didasari dengan sentuhan rohani islam, karena religiulitas yang tinggi dapat berpengaruh terhadap *psychological well-being* seseorang. Sehingga seorang lansia dapat mencapai kehidupan setelah dunia dengan husnul khatimah. Oleh karena itu, perlu adanya bimbingan rohani Islam demi meningkatkan *psychological well-being* pada lansia. Sehingga, penulis memiliki alasan akademik untuk meneliti lebih lanjut terkait bimbingan rohani Islam dalam meningkatkan *psychological well-being* pada lansia. Berdasarkan hal ini, peneliti bermaksud

---

<sup>12</sup>Erfina Agus Sartini Tanjung, *Studi Identifikasi Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Psychological Well-Being Pada Lansia Di Panti Jompo Yayasan Guna Budhi Bakti Medan*, Skripsi, (Medan: Fakultas Psikologi, 2018).

<sup>13</sup>Nurul Hidayati, *Metode Bimbingan Rohani Islam Di Rumah Sakit*, Jurnal IAIN Kudus, Vol. 5, No. 2, 2014, Hlm. 211

melaksanakan penelitian yang berjudul “Bimbingan Rohani Islam Dalam Meningkatkan *Psychological Well-Being* Pada Lansia Di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang”.

#### **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana kondisi *Psychological Well-being* pada Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Gunungpati Aisyiyah Semarang?
2. Bagaimana pelaksanaan Bimbingan Rohani Islam dalam meningkatkan *Psychological Well-being* pada Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Gunungpati Aisyiyah Semarang?

#### **C. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui bagaimana kondisi *Psychological Well-being* pada Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Gunungpati Aisyiyah Semarang.
2. Untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan Bimbingan Rohani Islam dalam meningkatkan *Psychological Well-being* pada Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Gunungpati Aisyiyah Semarang.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan yang bersifat teoritik dan praktis.

1. Secara teoritik  
Manfaat teoritik yang diperoleh dari hasil penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan kajian ilmu pengetahuan dan memperkaya khazanah ilmu dakwah, khususnya pengembangan keilmuan yang berkaitan dengan bimbingan rohani islam berupa kegiatan tausiyah dan mengaji Al-Qur'an bagi lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Gunungpati Aisyiyah Semarang.
2. Secara praktis  
Manfaat praktis yang diperoleh dari hasil penelitian ini adalah 1) dapat menjadikan bahan wawasan dan masukan bagi para da'i

atau rohaniawan untuk memperhatikan lansia dari kondisi psikisnya yang dapat berakibat pada kesehatan fisik dan kesejahteraan dalam jiwanya (*psychological well-being*); 2) dapat menjadikan bahan masukan bagi rohaniawan, konselor Islam serta para pembaca mengenai kebutuhan kesejahteraan jiwa (*psychological well-being*) pada lansia.

#### **E. Tinjauan Pustaka**

Tinjauan pustaka adalah referensi tertulis yang membahas mengenai topik yang akan diteliti. Tinjauan pustaka ini membantu peneliti untuk melihat berbagai ide, pendapat, dan kritik tentang topik tersebut yang sebelumnya dibangun dan dianalisis oleh para ilmuwan sebelumnya. Pentingnya tinjauan pustaka ini adalah untuk melihat dan menganalisa nilai tambah penelitian ini dibandingkan dengan penelitian-penelitian sebelumnya.<sup>14</sup> Oleh karena itu, untuk memperoleh data dan usaha menjaga orisinalitas penelitian ini, maka sangat perlu bagi peneliti mengemukakan beberapa hasil penelitian dan literatur yang berkaitan dengan tema penelitian yang dijadikan sebagai tinjauan pustaka.<sup>15</sup>

1. Siti Intan Ma'wa wulan (Tasawuf dan Psikoterapi), Pengaruh Syukur Terhadap *Psychological Well-Being* Pada Lansia Di Dukuh Karang Desa Jati Kecamatan Jati Kabupaten Blora, (Semarang: Fakultas Ushuluddin Dan Humaniora, 2018). Isi dari penelitian ini yaitu tentang pengaruh syukur terhadap *psychological well-being* pada lansia di Dukuh Karang Desa Jati Kecamatan Jati Kabupaten Blora. Penelitian ini telah dipaparkan bahwa peneliti menggunakan teknik regresi linier melalui bantuan program komputer SPSS 18.0 for windows menunjukkan bahwa, berdasarkan uji analisis yang digunakan HO ditolak. Hal

---

<sup>14</sup> J. R. Raco, Metode Penelitian Kualitatif: Jenis, Karakteristik, dan Keunggulannya, (Jakarta: PT. Grasindo: 2010), hlm. 104.

<sup>15</sup> J. R. Raco, Metode Penelitian Kualitatif: Jenis, Karakteristik, dan Keunggulannya, (Jakarta: PT. Grasindo: 2010), hlm. 104.

ini sesuai apa yang dikemukakan oleh Ryff (1989) bahwa salah satu faktor terpenting yang mempengaruhi *psychological well-being* adalah syukur. Terbukti dalam penelitian ini didapatkan hasil bahwa syukur mempengaruhi *psychological well-being* seorang lansia sebesar 20,8% sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel yang lain.<sup>16</sup> Persamaan dari penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang *Psychological Well-Being* pada Lansia. Namun, keduanya berbeda karena peneliti oleh Siti Intan Ma'wa wulan tidak menggunakan bimbingan rohani Islam.

2. Ade Irma Yani (Bimbingan Dan Konseling Islam), *Psychological Well-Being* Mahasiswa Ma'had Al-Jami'ah IAIN Bengkulu, (Bengkulu: Fakultas Ushuluddin Dan Adab Dakwah, 2021). Isi dari penelitian ini yaitu tentang *Psychological Well-Being* Mahasiswa Ma'had Al-Jami'ah IAIN Bengkulu. Penelitian ini telah dipaparkan bahwa, berdasarkan hasil koding dan rekapitulasi Mahasiswa Ma'had Al-Jami'ah memiliki *psychological well-being* yang baik pada 3 aspek yakni, hubungan yang positif, tujuan hidup, dan pertumbuhan diri. Secara umum dapat disimpulkan bahwa Mahasiswa mampu menjalin hubungan yang baik dengan orang-orang disekitar Asrama, sudah bisa menentukan tujuan hidup kedepannya dan mendapat banyak pembelajaran selama tinggal di Asrama, sehingga memiliki pertumbuhan diri yang sangat menarik.<sup>17</sup> Persamaan dari penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang *Psychological Well-Being*. Namun, keduanya berbeda karena peneliti oleh Ade Irma Yani tidak meneliti *Psychological Well-Being* pada lansia, melainkan meneliti tentang *Psychological*

---

<sup>16</sup> Siti Intan Ma'wa wulan, *Pengaruh Syukur Terhadap Psychological Well-Being Pada Lansia Di Dukuh Karang Desa Jati Kecamatan Jati Kabupaten Blora*, Skripsi, (Semarang: Fakultas Ushuluddin Dan Humaniora, 2018).

<sup>17</sup> Ade Irma Yani, *Psychological Well-Being Mahasiswa Ma'had Al-Jami'ah IAIN Bengkulu*, Skripsi, (Bengkulu: Fakultas Ushuluddin Dan Adab Dakwah, 2021).

*Well-Being* pada Mahasiswa Ma'had, dan penelitian ini tidak menggunakan bimbingan rohani Islam.

3. Erfina Agus Sartini Tanjung (Psikologi), *Studi Identifikasi Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Psychological Well-Being Pada Lansia Di Panti Jompo Yayasan Guna Budhi Bakti Medan*, (Medan: Fakultas Psikologi, 2018). Isi dari penelitian ini yaitu tentang Studi Identifikasi Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Psychological Well-Being Pada Lansia Di Panti Jompo Yayasan Guna Budhi Bakti Medan. Didalam penelitian ini telah dipaparkan bahwa faktor yang mempengaruhi *Psychological Well-Being* pada lansia yakni spiritual dan religiulitas, kesehatan fisik, dukungan sosial, perubahan negatif dalam hidup, dan kepuasan hidup. Populasi pada penelitian ini berjumlah 44 orang dengan menggunakan teknik pengambilan sampel totally sampling di Panti Jompo Guna Budhi Bakti Medan. Alat ukur yang digunakan adalah skala *Psichological Well-Being* Lansia yang terdiri dari 48 item ( $\alpha = 0,916$ ). Dari hasil analisis faktor didapatkan bahwa kontribusi faktor kesehatan fisik terhadap *Psichological Well-Being* sebesar 0,2657, faktor religiulitas dan spiritual sebesar 0,3088, faktor perubahan negatif dalam hidup sebesar sebesar 0,2250. Hal ini menunjukkan bahwa faktor yang paling dominan adalah faktor religiulitas dan spiritual.<sup>18</sup> Persamaan dari penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang *Psychological Well-Being* Pada Lansia di lembaga tertentu. Namun, keduanya berbeda karena peneliti oleh Erfina Agus Sartini Tanjung tidak menggunakan bimbingan rohani Islam.
4. Guido Gusthi Abadi (Psikologi), *Gambaran Psychological Well-Being Pada Lansia Yang Rutin Melaksanakan Sholat Lima Waktu Di Mesjid Di Kota Pekanbaru*, (Riau: Fakultas Psikologi, 2021). Isi dari penelitian ini yaitu tentang Gambaran

---

<sup>18</sup> Erfina Agus Sartini Tanjung, *Studi Identifikasi Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Psychological Well-Being Pada Lansia Di Panti Jompo Yayasan Guna Budhi Bakti Medan*, Skripsi, (Medan: Fakultas Psikologi, 2018).

*Psychological Well-Being* Pada Lansia Yang Rutin Melaksanakan Sholat Lima Waktu Di Masjid Di Kota Pekanbaru. Didalam penelitian ini telah dipaparkan bahwa gambaran *psychological well-being* atau kesejahteraan psikologis pada lansia yang aktif menjalankan sholat lima waktu di masjid di kota pekanbaru tergolong pada kategori sangat tinggi, dengan persentase kesejahteraan psikologis dalam kategori sangat tinggi sebanyak 54% dan pada kategori tinggi sebanyak 46%. Yang artinya lansia yang aktif menjalankan sholat lima waktu di masjid di pekanbaru sudah memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang sangat tinggi, baik laki-laki maupun perempuan. Namun didalam penelitian dikatakan bahwa kelemahan dari penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang dimana data yang diperoleh bisa saja tidak akurat sesuai dengan keadaan subjek penelitian. Dijelaskan lagi bahwa penelitian yang lebih baik dari topik ini adalah dengan menggunakan penelitian kualitatif.<sup>19</sup> Persamaan dari penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang *Psychological Well-Being* Pada Lansia. Namun, keduanya berbeda karena peneliti oleh Guido Gusthi Abadi tidak menggunakan bimbingan rohani Islam.

## **F. Metodologi Penelitian**

### **1. Jenis dan pendekatan penelitian**

Penulis menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Jenis penelitian kualitatif digunakan untuk mengamati suatu fenomena secara mendalam mengenai Bimbingan Rohani Islam dalam meningkatkan *Psychological Well-Being* pada Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang. Strauss dan Corbin mengemukakan bahwa, penelitian kualitatif dapat digunakan

---

<sup>19</sup> Guido Gusthi Abadi, *Gambaran Psychological Well-Being Pada Lansia Yang Rutin Melaksanakan Sholat Lima Waktu Di Masjid Di Kota Pekanbaru*, Skripsi, (Riau: Fakultas Psikologi, 2021).

untuk meneliti kehidupan masyarakat, sejarah, tingkah laku fungsionalisasi organisasi, gerakan sosial, atau hubungan kekerabatan. Maka jelas bahwasanya penulis melakukan penelitian di lingkungan masyarakat yang ditujukan pada lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang. Tujuan dari penelitian kualitatif ini adalah untuk memahami kondisi dalam situasi dengan mengarahkan pada pendeskripsian secara rinci dan mendalam mengenai gambaran kondisi tersebut dalam situasi yang alami mengenai apa yang sebenarnya terjadi.<sup>20</sup>

Sedangkan pendekatan pada studi kasus dapat digunakan untuk meneliti serta memahami sebuah kejadian atau permasalahan yang telah terjadi di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang yang diamati melalui berbagai macam informasi primer maupun sekunder yang kemudian diolah guna mendapatkan sebuah solusi agar masalah yang diungkap dapat terselesaikan. Menurut Johnson & Christensen (2004), tujuan penelitian studi kasus adalah deskripsi tentang konteks dan terjadinya suatu kasus.<sup>21</sup>

## 2. Sumber data

Sumber data adalah hasil penelitian yang didapatkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Terdapat dua macam sumber data dalam penelitian ini untuk mendukung informasi atau data yang akan digunakan dalam penelitian:

### a. Sumber data primer

Sumber data primer adalah data utama yang didapatkan langsung dari informan dalam bentuk catatan tulisan dari hasil observasi, wawancara, serta

---

<sup>20</sup> Dr. Farida Nugrahani, *Metode Penelitian Kualitatif Dalam Penelitian Pendidikan Bahasa*, (Solo: Cakra Books, 2014), Hlm. 4.

<sup>21</sup> Galang Surya Gemilang, *metode penelitian kualitatif dalam bidang bimbingan dan konseling*, Jurnal Fokus Konseling, Vol. 2, No.2, Agustus 2016, Hlm.144-159.

dokumentasi. Dalam hal ini peneliti menggunakan metode tersebut untuk mendapatkan informasi dan data-dataterkait Bimbingan Rohani Islam dalam meningkatkan *Psycological Well-Being* pada Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang. Sumber data primer dalam penelitian ini adalah Ibu Anwar selaku pengelola Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang. Adapun data primer berupa hasil wawancara dari para informan tersebut mengenai jumlah lansia, kondisi lansia baik internal maupun eksternal, dan kegiatan lansia di wisma lansia husnul khatimah aisyyiah Gunungpati Semarang.

b. Sumber data sekunder

Sumber data sekunder adalah sumber data tertulis yang merupakan sumber data yang tidak bisa diabaikan, karena melalui sumber data tertulis akan diperoleh data yang dapat dipertanggung jawabkan validitasnya. Data sekunder dalam penelitian ini diperoleh dari buku, jurnal, ataupun hasil penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh peneliti lain yang berkaitan dengan penelitian ini.

### **3. Teknik pengumpulan data**

Teknik pengumpulan data merupakan teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data-data dalam penelitian ini, peneliti menggunakan beberapa teknik pengumpulan data yaitu (a). Observasi, (b). Wawancara, dan (c). Dokumentasi.

a. Observasi

Teknik observasi adalah teknik yang bisa digunakan untuk mengumpulkan data melalui pengamatan secara langsung tentang fenomena yang

pernah terjadi guna mendapatkan informasi-informasi yang dibutuhkan untuk melanjutkan penelitian. Dalam melaksanakan observasi, peneliti berupaya mencari data melalui pengamatan secara mendalam dengan survei langsung ke tempat penelitian di wisma lansia husnul khatimah aisyiyah Gunungpati Semarang.

b. Wawancara

Teknik wawancara adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan mengajukan beberapa pertanyaan kepada sasaran yang akan dituju. Data yang dihasilkan dari wawancara yakni berupa pemaparan mengenai bagaimana Bimbingan Rohani Islam dalam meningkatkan *Psychological Well-Being* pada Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang. Untuk mendapatkan data yang akurat, peneliti melakukan teknik wawancara kepada Ibu Anwar selaku pengelola Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah

Gunungpati Semarang. Adapun dari hasil wawancara yang dilakukan kepada Ibu Anwar yaitu mengenai jumlah lansia, kondisi lansia baik internal maupun eksternal, dan kegiatan lansia di wisma lansia husnul khatimah aisyiyah Gunungpati Semarang.

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan penunjang data dari hasil penelitian. Dokumentasi digunakan untuk mencari data sekunder, yaitu mengenai hal-hal atau variabel yang berupa biografi dan lain sebagainya. Dokumentasi diperoleh dari catatan atau dokumentasi dalam bentuk lain yang dimiliki Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

#### 4. Teknik Validitas Data

Pada penelitian kualitatif, keabsahan data lebih bersifat sejalan seiring dengan proses penelitian itu berlangsung. Keabsahan data kualitatif harus dilakukan sejak awal pengambilan data, yaitu sejak melakukan reduksi data, *display* data dan penarikan kesimpulan atau verifikasi. Penulis menggunakan dua metode triangulasi, yaitu:

##### a. Triangulasi Sumber

Pertama menggunakan triangulasi sumber, triangulasi sumber untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data yang telah diperoleh melalui berbagai sumber dengan teknik yang sama.

##### b. Triangulasi Teknik

Kedua menggunakan triangulasi teknik, untuk menguji kredibilitas data yang dilakukan dengan cara mengecek data kepada sumber yang sama dengan teknik yang berbeda. Misalnya data diperoleh dengan wawancara, kemudian di cek dengan observasi, dokumentasi atau kuesioner. Bila dengan tiga teknik pengujian kredibilitas data tersebut menghasilkan data yang berbeda-beda, maka peneliti melakukan diskusi lebih lanjut kepada sumber data yang bersangkutan atau yang lain, untuk memastikan data mana yang dianggap benar. Atau mungkin semuanya benar, karena sudut pandang yang berbeda-beda.

#### 5. Teknik Analisis Data

Menurut Bogdan “Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lain, sehingga dapat mudah dipahami, dan temuannya dapat dikonfirmasi kepada orang lain”. Analisis data dilakukan dengan mengorganisasikan data, menjabarkannya ke dalam unit-unit,

melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan yang dapat diceritakan kepada orang lain. Penelitian yang peneliti lakukan merupakan penelitian kualitatif yang dianalisa dengan menggunakan analisis deskriptif. Hal ini dilakukan karena data yang diwujudkan bukan dalam bentuk angka melainkan dalam bentuk laporan dan uraian deskriptif yang dilakukan dengan cara berfikir induktif yaitu menarik suatu kesimpulan yang bersifat umum dari berbagai kasus yang bersifat individual.

Analisis yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah analisis model Miles dan Huberman, berpendapat bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenuh. Aktivitas dalam analisis data tersebut yaitu :

a. *Data Reduction* (Reduksi Data)

Data yang diperoleh dari lapangan jumlahnya cukup banyak, untuk itu maka perlu dicatat secara teliti dan rinci. Seperti telah dikemukakan, semakin lama peneliti ke lapangan, maka jumlah data akan semakin banyak, kompleks dan rumit. Untuk itu perlu segera dilakukan analisis data melalui reduksi data. Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya dan mencarinya bila diperlukan. Reduksi data dapat dibantu dengan peralatan elektronik seperti komputer mini, dengan memberikan kode pada aspek-aspek tertentu.

b. *Data Display* (Penyajian Data)

Setelah data direduksi, maka langkah selanjutnya adalah mendisplaykan data. Dalam penelitian kualitatif, penyajian data

dapat dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart* dan sejenisnya. Dalam hal ini Miles and Huberman menyatakan bahwa, yang paling sering digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif. Dengan mendisplaykan data, maka akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah difahami tersebut.

c. *Conclusion Drawing* (merangkum data)

Langkah ketiga dalam analisis data kualitatif menurut Miles dan Huberman adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Akan tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel. Dengan demikian kesimpulan dalam penelitian kualitatif mungkin dapat menjawab rumusan masalah yang dirumuskan sejak awal, tetapi mungkin juga tidak, karena sebagaimana yang telah dikemukakan bahwa masalah dan rumusan masalah dalam penelitian kualitatif masih bersifat sementara dan akan berkembang setelah penelitian berada di lapangan.<sup>22</sup>

Dari data yang diperoleh dimulai dari hasil observasi, wawancara dan dokumentasi, maka dapat dianalisis dan memperoleh gambaran mengenai Bimbingan Rohani Islam dalam meningkatkan *Psycological Well-Being* pada Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

---

<sup>22</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&B*, (Bandung: Alfabeta, 2013), Hlm. 224-253.

## G. Sistematika Penulisan

Guna memberikan gambaran yang jelas dan menyeluruh agar pembaca dapat memahami dengan jelas tentang penelitian ini, Maka peneliti membagi kerangka penelitian menjadi tiga bagian utama dan bagian akhir. Bagian awal terdiri dari halaman judul, dan lembar persetujuan dosen wali, Sedangkan bagian utama penelitian terdiri dari lima bab klasifikasi sebagai berikut :

Bab I Pendahuluan. Pada bab ini peneliti akan menjelaskan latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, tinjauan pustaka, metode penelitian dan sistematika penulisan.

Bab II Landasan teoritik yang terdiri dari 3 sub bab yaitu Menerangkan tentang Bimbingan Rohani Islam, *Psychological Well-Being* Pada Lansia, dan Bimbingan Rohani Islam Untuk Meningkatkan *Psychological Well-Being* Pada Lansia.

Bab III Memaparkan gambaran umum tentang Bimbingan Rohani Islam dalam meningkatkan *Psycological Well-Being* pada Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah (Aisyiah) Gunungpati Semarang.

Bab IV Analisis Data Penelitian. Bab ini akan menganalisis mengenai bagaimana Bimbingan Rohani Islam dalam meningkatkan *Psycological Well-Being* pada Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah (Aisyiah) Gunungpati Semarang.

Bab V Penutup. Dalam bab ini penulis akan memberikan kesimpulan dari keseluruhan bahasan skripsi ini serta saran terhadap tujuan dan manfaat yang diharapkan dapat diambil dari tulisan ini.

## BAB II

### KERANGKA TEORITIK

#### A. Bimbingan Rohani Islam

##### 1. Pengertian

Secara etimologis, bimbingan merupakan terjemahan dari bahasa Inggris “guidance” dalam bentuk kata benda yang berasal dari kata kerja “to guide” yang artinya menunjukkan atau menuntun orang lain ke jalan yang benar. Bimbingan merupakan bantuan yang diberikan oleh seorang pembimbing kepada individu atau kelompok baik yang telah memiliki problem maupun yang belum memiliki problem permasalahan guna mencegah atau mengatasi kesulitan yang ada dalam diri individu agar seorang individu atau sekelompok individu dapat memahami dan mengerti dirinya dan mampu membuat keputusan sendiri dalam menghadapi masalah kehidupan sesuai dengan kemampuannya, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup sebagai makhluk individu maupun sosial.<sup>23</sup> Bimo Walgito memaparkan bahwa, bimbingan adalah suatu bantuan atau pertolongan yang diberikan kepada individu atau kelompok individu dalam menghindari kesulitan-kesulitan hidup agar individu dapat mencapai kesejahteraan hidup.

Sejalan dengan Bimo Walgito, Ahmad Juntika mengungkapkan bahwa bimbingan adalah suatu proses untuk membantu individu agar mereka dapat membantu dirinya sendiri dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi.<sup>24</sup> Rohani berasal dari kata roh, yang berarti tubuh batin manusia. Sedangkan Islam merupakan agama yang diajarkan Nabi Muhammad Saw yang

---

<sup>23</sup> Asasul Muttaqin, Ali Murtadho, Anila Umriana, *Bimbingan Konseling Bagi Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga di LRC-KJHAM Semarang*, UIN Walisongo Semarang, Jurnal Studi Gender, Vol. 11, No.2 April 2016, Hlm. 180-181

<sup>24</sup> Nurul Hidayati, *Metode Bimbingan Rohani Islam*, Joornal IAIN Kudus, Vol.5, No.2, Desember 2014, Hlm. 209

berpedoman pada Al-Qur'an dan Hadits.<sup>25</sup> Sehingga dengan memahami dan mengamalkan tuntunan tersebut, maka potensi yang sudah dikaruniakan Allah bisa berkembang secara optimal, dan individu dapat mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat dalam menjalankan tuntunan Allah.<sup>26</sup> Arifin memaparkan bahwa, bimbingan rohani adalah segala kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dalam rangka memberikan bantuan kepada orang lain yang mengalami kesulitan rohaniah dalam lingkungan hidupnya, agar orang tersebut mampu mengatasinya sendiri karena timbul pada diri pribadinya suatu harapan kebahagiaan hidup saat sekarang dan masa depan. Sedangkan Musnamar mengemukakan bahwa, bimbingan rohani Islam adalah suatu proses pemberian bantuan spiritual terhadap rohani atau jiwa agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat. Dan bimbingan rohani Islam ialah bagian dari bimbingan Islam.<sup>27</sup>

Sejalan dengan Arifin dan Musnamar, Ema Hidayanti, dalam bukunya yang berjudul "Dasar-Dasar Bimbingan Rohani Islam" mengemukakan bahwa bimbingan kerohanian Islam adalah proses pemberian bantuan pada individu yang mengalami kelemahan iman/spiritual, karena dihadapkan pada berbagai permasalahan kehidupan.<sup>28</sup> Secara etimologi, bimbingan rohani Islam adalah tuntunan rohani menurut Islam. Sedangkan terminologi (istilah), bimbingan rohani Islam adalah sebuah pendekatan pelayanan perawatan mental dan spiritual berdasarkan ajaran islam yang ditujukan kepada individu atau

---

<sup>25</sup> Ahmad Izzan & Naan, *Bimbingan Rohani Islam Sentuhan Kedamaian Dalam Sakit*, (Bandung: Simbiosis Rekatama Media, 2019), Hlm. 1

<sup>26</sup> Widayat Mintarsih, *Pendampingan Kelas Ibu Hamil Melalui Layanan Bimbingan Dan Konseling Islam Untuk Mengurangi Kecemasan Proses Persalinan*, *Jurnal Studi Gender*, Vol.12, No.2, April 2017, Hlm. 284

<sup>27</sup> Nurul Hidayati, *Metode Bimbingan Rohani Islam*, *Journal IAIN Kudus*, Vol.5, No.2, Desember 2014, Hlm. 210

<sup>28</sup> Ema Hidayanti, *Dasar-Dasar Bimbingan Rohani Islam*, (Semarang: CV. Karya Abadi Jaya, 2015), Hlm. 24

seseorang yang sedang sakit.<sup>29</sup> Terkait beberapa teori diatas, Khusnul Khotimah juga memaparkan bahwa, bimbingan rohani Islam merupakan suatu proses pemeliharaan, pengurusan, penjagaan aktivitas rohaniyah, dan insaniah, agar tetap berada dalam situasi dan kondisi yang fitrah dalam rangka mewujudkan keyakinan, sabar, tawakal, berikhtiar dalam mengatasi masalah, menjalani anugrah kenikmatan yang berupa kesehatan.<sup>30</sup> Sejalan dengan beberapa teori diatas mengenai bimbingan rohani Islam, Ahmad Izzan, dalam bukunya yang berjudul “Bimbingan Rohani Islam Sentuhan Kedamaian Dalam Sakit” menjelaskan bahwa, bimbingan rohani Islam memiliki landasan yang kuat melalui ajaran islam Al-Qur’an dan Hadits Nabi Muhammad Saw. Dijelaskan dalam Q.S Yunus (10): 57:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى  
وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ

Artinya: “Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhan mu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang ada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang yang beriman.”<sup>31</sup>

## 2. Tujuan

Tujuan bimroh (bimbingan rohani Islam) dapat dilihat melalui peran yang dilakukan oleh seorang bimroh. Sebagaimana yang dipaparkan oleh Machasin bahwa, peran bimroh setidaknya membimbing pasien dalam menghadapi penyakitnya agar tidak merasa kesal dan panik, akan tetapi tetap sabar, tawakkal dan ridla atas qadla dan qadar dari Allah. Hal ini dapat

---

<sup>29</sup> Ahmad Izzan & Naan, *Bimbingan Rohani Islam Sentuhan Kedamaian Dalam Sakit*, (Bandung: Simbiosis Rekatama Media, 2019), Hlm. 2

<sup>30</sup> Ema Hidayanti, *Dasar-Dasar Bimbingan Rohani Islam*, (Semarang: CV. Karya Abadi Jaya, 2015), Hlm. 23-24

<sup>31</sup> Ahmad Izzan & Naan, *Bimbingan Rohani Islam Sentuhan Kedamaian Dalam Sakit*, (Bandung: Simbiosis Rekatama Media, 2019), Hlm. 2-3

menumbuhkan semangat yang tinggi demi mempercepat kesembuhan pasien, membimbing do'a dan dzikir kepada pasien untuk memohon kesembuhan dari Allah sebagai penguat bahwa Allah-lah yang dapat menyembuhkan penyakitnya, menumbuhkan kesadaran tentang hakekat sakit yang dideritanya sebagai ujian, serta meyakinkan penyakit itu bisa disembuhkan, kecuali penyakit ketuaan, dan membimbing ketika menghadapi sakaratul maut, merawat jenazahnya jika pasien meninggal dunia.<sup>32</sup>

Terkait pemaparan yang telah dijelaskan oleh Machasin bahwa, bagi seorang lansia, walaupun penyakit ketuaan tidak dapat disembuhkan, namun pembimbing rohani tetap memberikan sentuhan rohani seperti membimbing do'a dan dzikir kepada lansia agar lebih mendekatkan diri kepada Allah, sehingga ketika ajalnya telah tiba, individu dapat dipermudah oleh Allah saat sakaratul maut, dan meninggal dalam keadaan husnul khotimah. Tujuan lainnya yang menyangkut bimbingan kerohanian Islam adalah memberikan dukungan moral spiritual pada pasien dan keluarganya, serta menumbuhkan respon spiritual yang adaptif, memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang sakit dalam ajaran Islam.<sup>33</sup> Sebagaimana juga yang dikemukakan oleh Adjeng Awallin Pramestiara, ia memaparkan bahwa bimbingan rohani Islam memiliki tujuan, yaitu;

- a) Orang yang sakit dapat memahami dengan baik bahwa sakit yang dideritanya bukan semata-mata membebani dirinya, melainkan dimaknai sebagai cara Tuhan mengingatkan hamba-Nya untuk mengenal-Nya.

---

<sup>32</sup> Zalussy Debby, Yuli Nur, Ema Hidayanti, *Bimbingan Rohani Islam Dalam Menumbuhkan Respon Spiritual Adaptif Bagi Pasien Stroke Di Rumah Sakit Islam Jakarta Cempaka Putih*, UIN Walisongo Semarang, Jurnal Ilmu Dakwah, Vol.36, No.1, Januari-Juni 2016, Hlm. 49-50

<sup>33</sup> Ema Hidayanti, *Dasar-Dasar Bimbingan Rohani Islam*, (Semarang: CV. Karya Abadi Jaya, 2015), Hlm. 29

- b) Adanya perubahan sikap dan perilaku yang baik sebagai efek dari bersihnya jiwa dan sehatnya hati karena selalu berdzikir kepada Allah.
- c) Memberi pelayanan perawatan yang optimal sehingga pasien tidak hanya meraih sehat tubuhnya, tetapi juga sehat mental, dan spiritual.
- d) Mendorong pasien meningkatkan kualitas keagamaannya dengan lebih memaknai ajaran-ajaran Islam yang pernah dipelajarinya atau bahkan materi ajaran Islam yang diperolehnya dari pembimbing rohani.
- e) Memberi inspirasi bagi pasien dalam menghadapi dan memecahkan masalahnya.
- f) Membangun keyakinan yang kuat bahwa penyakit datangnya dari Allah dan akan kembali kepada-Nya.
- g) Menciptakan suasana tenang dan nyaman bagi pasien.
- h) Menuntun pasien yang membutuhkan bimbingan ibadah, seperti shalat, doa, dan puasa.

### 3. Fungsi

Adjeng Awallin Pramestiara juga memaparkan bahwa fungsi bimbingan rohani Islam adalah;

- a) Fungsi preventif, mencegah atau menjaga timbulnya masalah bagi individu.
- b) Fungsi kuratif, membantu individu mengatasi masalah yang sedang dihadapi.
- c) Fungsi preseratif, membantu individu menjaga agar situasi dan kondisi yang semula tidak baik menjadi baik. Kebaikan itu bertahan lama.
- d) Fungsi developmental, membantu individu dalam memelihara dan mengembangkan keadaan yang sudah baik menjadi lebih baik lagi.

Hamdan Bakran juga berpendapat mengenai fungsi bimbingan rohani yakni:

- a) Rehabilitasi, yaitu peranan bimbingan rohani yang berfokus pada masalah penyesuaian diri, menyembuhkan masalah psikologis yang dihadapi, dan mengembangkan kesehatan mental dan mengatasi gangguan emosional.
- b) Pengembangan, yaitu peranan bimbingan rohani berfokus pada bantuan untuk meningkatkan keterampilan-keterampilan dalam kehidupan, mengidentifikasi dan memecahkan permasalahan hidup, membantu meningkatkan kemampuan dalam menghadapi transisi dalam kehidupan, serta mengendalikan kecemasan.
- c) Pencegahan, yaitu peranan bimbingan rohani yang berfokus pada individu agar melakukan pencegahan sebelum mengalami masalah-masalah kejiwaan misalnya perasaan tidak tenang.

Dari uraian-uraian fungsi diatas, maka fungsi bimbingan rohani Islam adalah untuk membantu individu terhindar dan mengatasi permasalahan yang dapat menyebabkan terjadinya gangguan pada jiwa atau diri individu.<sup>34</sup>

#### **4. Metode Bimbingan Rohani Islam**

- a) Metode bimbingan langsung

Metode ini disebut metode tatap muka (face to face) yang berkomunikasi secara langsung dengan seorang pasien. Dalam pelaksanaannya, pembimbing rohani Islam dapat melakukan bimbingan langsung secara aktif dan pasif. Yang dimaksud bimbingan langsung secara aktif ialah seorang bimroh akan datang langsung ke ruang pasien untuk melakukan bimbingan. Sedangkan metode bimbingan langsung secara pasif ialah suatu bimbingan yang dilakukan secara langsung namun pasien

---

<sup>34</sup> Neni Nuryati, *Bimbingan Rohani Islam Dan Perasaan Tenaga Lansia*, Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam, Vol.15, No.1, Hlm. 89

atau keluarga pasien yang akan mendatangi ruang kerja bimroh untuk meminta perawatan rohani.

b) Metode bimbingan tidak langsung

Metode ini dilakukan dengan tidak bertatap muka secara langsung. Salah satu model bimbingan tidak langsung diterapkan di beberapa rumah sakit dengan memberikan materi keagamaan dan motivasi melalui siaran internal rumah sakit.<sup>35</sup>

## B. *Psychological Well-Being* Pada Lansia

### 1. Pengertian

Setiap individu dapat dikatakan memiliki kesejahteraan psikologis ketika mereka merasakan bahagia, kebahagiaan disini tidak hanya sekedar emosi kebahagiaan yang singkat, akan tetapi kondisi psikologis ketika individu merasakan berbagai emosi positif dan negatif yang rendah seperti perasaan sedih, tawa, putus asa, dan lain sebagainya, kebahagiaan ini juga akan membantu individu untuk lebih optimis dalam menjalani suatu kehidupan dan meningkatkan kemampuan individu dalam mengelola berbagai tekanan dan hambatan dalam hidupnya termasuk dalam mengelola stres.<sup>36</sup> Kesejahteraan psikologis sama halnya dengan *psychological well-being*. Diener & Larsen mengemukakan bahwa, *psychological well-being* dapat diartikan sebagai kebahagiaan, dalam arti bebas dari distress yang di cerminkan oleh keseimbangan afek positif dan negatif.<sup>37</sup>

---

<sup>35</sup> Ahmad Izzan & Naan, *Bimbingan Rohani Islam Sentuhan Kedamaian Dalam Sakit*, (Bandung: Simbiosis Rekatama Media, 2019), Hlm. 9-11

<sup>36</sup> Izza Himawanti, Ahmad Hidayatullah, Andhi Setiyono, *Happiness reconstruction through islamic guidelines in blinds in The Muslim Blinds of Indonesia (ITMI) Central Java*, Journal of Advanced Guidance and Counseling) Vol.1, No.1, 2020, Hlm. 41

<sup>37</sup> Bonar Hutapea, *Emotional Inteligence dan Psychological Well-Being pada Manusia Lanjut Usia Anggota Organisasi Berbasis Keagamaan di Jakarta*, Jurnal Insan Media Psikologi, Vol. 13, No. 2, 2012, Hlm. 66

Kebahagiaan yang tumbuh pada diri seseorang dapat dirasa oleh suatu keadaan pikiran dan perasaan yang ditandai dengan kecukupan, rasa syukur, senang karena berbagi, kepuasan, kenikmatan atau kebahagiaan yang intens.<sup>38</sup> Wells mengemukakan bahwa, *psychological well-being* adalah kondisi individu yang memiliki sikap positif terhadap dirinya sendiri dan orang lain, dapat membuat keputusan dan mengatur tingkah lakunya sendiri, dapat menciptakan dan mengatur lingkungan yang sesuai dengan kebutuhannya, memiliki tujuan hidup dan membuat hidup lebih bermakna, serta berusaha mengeksplorasi dan mengembangkan dirinya. Huppert juga memaparkan bahwa, *psychological well-being* menjelaskan mengenai suatu kehidupan yang berjalan dengan baik, adanya kombinasi perasaan yang baik dan perasaan yang efektif.<sup>39</sup>

Terkait beberapa teori yang telah dipaparkan diatas mengenai individu yang memiliki kondisi *psychological well-being* yang baik, sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh Ryff, ia mengatakan bahwa, individu yang memiliki *psychological well-being* yang baik dapat diketahui melalui fungsi psikologis yang positif seperti penerimaan diri, relasi sosial yang positif, mempunyai tujuan hidup, perkembangan pribadi, penguasaan lingkungan, dan otonomi. Konsep *Psychological well-being* ini diperkenalkan oleh Bernice Neugarten pada tahun 1961 yang diartikan sebagai kondisi psikologis yang dicapai oleh seseorang pada saat usia lanjut (Haditono, 1992 dalam Amawidyawati SAG & Utami MS, 2006), dengan teori kepuasan hidup (life satisfaction). Orang

---

<sup>38</sup> Seminar Dr. Aisyah Dahlan, 20 September 2022, pukul 06.45

<sup>39</sup> Rosta Rosalina & Siswati, *Hubungan Antara Psychological Capital dengan Psychological Well-Being pada Dokter Muda Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro*, Jurnal Empati, Vol. 7, No. 3, Agustus 2018, Hlm. 292

yang mencapai *Psychological well-being* pada masa usia lanjut dapat diukur dengan kepuasan hidup.<sup>40</sup>

Lansia (lanjut usia) berasal dari kata Geros, sedangkan ilmu yang mempelajari tentang lansia adalah gerontologi. Gerontologi adalah suatu cabang ilmu yang membahas secara rinci faktor-faktor yang berhubungan dengan lansia.

Gerontologi adalah cabang ilmu yang mempelajari proses menua dan masalah-masalah yang mungkin terjadi pada lansia (Miller, 1990). Menua atau aging merupakan suatu proses menghilangnya secara perlahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti diri dan mempertahankan struktur dan fungsi normalnya sehingga tidak dapat bertahan terhadap jejas (termasuk infeksi) dan memperbaiki kerusakan yang diderita (Constantinides, 1994). Lansia (lanjut usia) merupakan sebuah siklus hidup manusia yang hampir dialami setiap orang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas.

Menurut Badan Kesehatan Dunia (*World Health Organization*), lanjut usia dibagi dalam 4 kategori yaitu, usia pertengahan (*middle age*) berkisar 45-59 tahun, usia lanjut (*elderly*) berkisar 60-74 tahun, usia tua (*old*) berkisar 75-89 tahun, dan usia sangat tua (*very old*) berkisar lebih 90 tahun.<sup>41</sup> Terkait perkembangan usia, Ryff mengemukakan bahwa individu berusaha berfikir positif tentang dirinya meskipun mereka sadar akan keterbatasan-keterbatasan dirinya (penerimaan diri). Mereka juga mencoba mengembangkan dan menjaga kehangatan dan rasa percaya dalam hubungan interpersonal (hubungan positif dengan orang lain) dan membentuk lingkungan mereka, sehingga kebutuhan pribadi

---

<sup>40</sup> Tristiadi Ardi Ardani & Istiqomah, *Psikologi Positif Perspektif Kesehatan Mental Islam*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2020), Hlm. 41-46

<sup>41</sup> Kharisna Wisnusakti & Aat Sriati, *Kesejahteraan Spiritual Pada Lansia*, (Sumatera Barat: CV. Azka Pustaka, 2021), Hlm. 1-2

(*personal needs*) dan keinginannya dapat terpenuhi (penguasaan lingkungan).<sup>42</sup>

Teori aktivitas yang dikembangkan oleh palmore (1965) dan Lemon et al (1972) menjelaskan bahwa proses penuaan yang sukses bergantung dari dan bagaimana seorang lansia merasakan kepuasan dalam melakukan aktivitas serta mempertahankan aktivitas tersebut.<sup>43</sup> Ketika mempertahankan individualitas dalam konteks sosial makro, individu juga mengembangkan self determination dan kewibawaan (otonomi). Upaya yang paling penting adalah menemukan makna dari tantangan yang telah dilalui dan dari upaya-upaya yang dilakukan dalam menghadapinya (tujuan hidup). Yang terakhir, menumbuhkan bakat dan kemampuan secara optimal (pertumbuhan pribadi) merupakan yang paling utama dalam *psychological well-being*.

## 2. Dimensi-Dimensi *Psychological Well-Being*

Ryff mengemukakan bahwa, *psychological well-being* memiliki dimensi-dimensi yang membangunnya. Dimensi-dimensi yang dikemukakan Ryff mengacu pada teori *positive functioning* (Maslow, Rogers, Jung, dan Allport), teori perkembangan (Erikson, Buhler, dan Neugarten), dan teori kesehatan mental (Jahoda). Masing-masing dimensi ini menggambarkan berbagai tantangan yang harus dihadapi individu sebagai upaya mereka untuk berfungsi positif. Berikut adalah dimensi-dimensi dari *psychological well-being*:

### a) Penerimaan diri (*self-acceptance*)

Oleh Jahoda, penerimaan diri didefinisikan sebagai ciri utama dari kesehatan mental, Maslow sebagai karakteristik dan aktualisasi diri, Rogers

---

<sup>42</sup> Tristiadi Ardi Ardani & Istiqomah, *Psikologi Positif Perspektif Kesehatan Mental Islam*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2020), Hlm. 43

<sup>43</sup> Kharisna Wisnusakti & Aat Sriati, *Kesejahteraan Spiritual Pada Lansia*, (Sumatera Barat: CV. Azka Pustaka, 2021), Hlm. 2

menekankan sebagai kemampuan berfungsi optimal, dan Allport menjelaskan dalam konsep kematangan.

Seseorang yang tingkat *psychological well-being* nya baik memiliki sikap positif terhadap dirinya sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek diri termasuk kualitas baik dan buruk dalam dirinya, serta perasaan positif mengenai kehidupan masa lalu dan kehidupan yang sedang dijalani sekarang.

b) Hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*)

Hubungan positif dengan orang lain yaitu ketika individu mampu merasakan kehangatan dan memiliki rasa percaya kepada individu lain. Dalam perspektif perkembangan, hal ini mampu menjalin hubungan yang hangat dengan individu lain (*intimacy*), serta mampu membimbing dan mengarahkan individu yang lebih muda.

*Psychological well-being* itu baik jika mampu bersikap hangat dan percaya dalam menjalin hubungan dengan orang lain, memiliki empati, afeksi, dan keintiman yang kuat, memahami pemberian, kedekatan, dan penerimaan dalam suatu hubungan.

c) Otonomi/kemandirian (*autonomy*)

Autonomy merupakan kemampuan individu dalam mengambil keputusan sendiri dan mandiri, mampu melawan tekanan sosial untuk berfikir dan bersikap dengan cara yang benar, berperilaku sesuai dengan standar nilai individu, dan mengevaluasi diri sendiri dengan standar personal. Individu yang mampu melakukan aktualisasi diri dan berfungsi penuh memiliki keyakinan dan kemandirian, sehingga dapat mencapai prestasi dengan memuaskan.

d) Tujuan hidup (*purpose in life*)

Kesehatan mental didefinisikan mencakup kepercayaan-kepercayaan yang memberikan individu suatu perasaan bahwa hidup ini memiliki suatu tujuan dan makna. Sedangkan teori perkembangan mengacu pada serangkaian perubahan tujuan dalam kehidupan, misalnya melalui upaya produktif dan kreatif dalam mencapai integrasi emosi di usia tua. Mental yang sehat meliputi adanya keyakinan bahwa dapat melakukan sesuatu bagi orang lain adalah tujuan hidup seseorang.

Individu yang berfungsi secara positif memiliki tujuan, misi, dan arah yang membuatnya merasa bahwa hidup ini memiliki makna, dan mampu merasakan arti dalam hidup masa kini maupun yang telah dijalani. Dengan hal ini seseorang akan memiliki gairah hidup dan hidup bermakna.

e) Pengembangan personal (*personal growth*)

Perkembangan personal berfungsi secara optimal tidak hanya membutuhkan pencapaian karakteristik-karakteristik sebelumnya, tetapi juga mempertahankan perkembangan potensi untuk tetap tumbuh dan berkembang sebagai individu. Rogers menekankan keterbukaan terhadap pengalaman sebagai karakteristik individu yang berfungsi penuh (*full functioning*). Bagi Maslow, pencapaian aktualisasi diri merupakan perwujudan dari perkembangan diri yang ideal, hal ini merupakan proses yang berkelanjutan.

Individu yang memiliki pertumbuhan pribadi ditandai dengan perasaan yang mampu dalam melewati berbagai tahap perkembangan secara berkelanjutan, berubah dengan cara yang efektif agar menjadi lebih terbuka terhadap berbagai pengalaman baru,

menyadari potensi yang ada dalam dirinya dan dapat terus mengembangkan potensi diri, melakukan perbaikan setiap waktu dalam hidupnya, dan sesuai dengan kapasitas periode perkembangannya.

f) Penguasaan terhadap lingkungan (*environmental mastery*)

Teori perkembangan menggambarkan penguasaan lingkungan sebagai kemampuan untuk memanipulasi dan mengontrol lingkungan yang kompleks. Mental yang sehat dikarakteristikan dengan kemampuan individu untuk memiliki atau menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi fisiknya, mampu dan berkompetensi mengatur lingkungan, serta mampu memilih dan menciptakan konteks yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai individu itu sendiri.

Diketahui bahwa, dimensi-dimensi tersebut dikemukakan oleh Ryff yang mengacu pada teori-teori psikologi, seperti teori *positive functioning* (Maslow, Rogers, Jung, dan Allport), teori perkembangan (Erikson, Buhler, dan Neugarten), dan teori kesehatan mental (Jahoda).<sup>44</sup> Melalui dimensi yang dikemukakan oleh Ryff, berkaitan dengan apa yang telah dipaparkan oleh Dodge, Daly, Huyton, dan Sanders (2012) bahwa, ketika individu mencapai kondisi *psychological well-being* dalam kondisi tertinggi maka seluruh dimensi kesejahteraan psikologis yang meliputi otonomi, penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup, dan penerimaan diri juga mengalami peningkatan pula.<sup>45</sup>

---

<sup>44</sup> Tristiadi Ardi Ardani & Istiqomah, *Psikologi Positif Perspektif Kesehatan Mental Islam*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2020), Hlm. 43-46

<sup>45</sup> Iin Aini Isnawati & Rizka Yunita, *Hubungan Psychological Well-Being Dengan Kinerja Kader Kesehatan Jiwa*, *Journal of Nursing Care & Biomolecular*, Vol.4, No.1, Tahun 2019, Hlm. 51

### 3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Psychological Well-Being*

Terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* seseorang yakni:

#### a. Demografis

##### 1) Usia

Berdasarkan hasil penelitian Ryff & Singer pada tingkat kelompok usia, yaitu dewasa muda, dewasa madya, dan dewasa lanjut, terdapat perbedaan *psychological well-being* diantara ketiga kelompok usia tersebut. Dimensi penguasaan lingkungan dan otonomi menunjukkan adanya pola peningkatan sejalan dengan usia dari tahap dewasa muda ke dewasa madya. Pertumbuhan pribadi dan tujuan hidup menunjukkan adanya penurunan, khususnya pada tengah baya ke dewasa lanjut.

##### 2) Jenis kelamin

Wanita cenderung lebih memiliki *psychological well-being* dibandingkan laki-laki. Hal ini dikaitkan dengan pola pikir yang berpengaruh terhadap strategi coping yang dilakukan, serta aktivitas sosial yang dilakukan. Wanita juga lebih senang menjalin relasi sosial yang dilakukan. Wanita lebih mampu mengekspresikan emosi dengan curhat kepada orang lain. Wanita juga lebih senang menjalin relasi sosial dibanding laki-laki.

##### 3) Status sosial ekonomi

Ryff & Singer menemukan bahwa gambaran *psychological well-being* yang lebih baik terdapat pada mereka yang mempunyai pendidikan lebih tinggi dan jabatan tinggi dalam pekerjaan, terutama untuk dimensi tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi.

Adanya kesuksesan-kesuksesan (termasuk materi) dalam kehidupan merupakan faktor protektif yang penting dalam menghadapi stres, tantangan, dan musibah. Sebaliknya, mereka yang kurang mempunyai pengalaman keberhasilan akan mengalami kerentanan pada *psychological well-being* nya.

4) Dukungan sosial

Ryff mengatakan bahwa pada enam dimensi *psychological well-being*, wanita memiliki skor yang lebih tinggi pada dimensi hubungan positif dengan orang lain dibanding pria. Kramer juga mengatakan bahwa pada individu dewasa semakin tinggi tingkat interaksi sosialnya maka semakin tinggi pula tingkat *psychological well-being* nya. Sebaliknya, individu yang tidak memiliki teman dekat cenderung mempunyai tingkat *psychological well-being* yang rendah. Oleh karena itu, dukungan sosial dipandang memiliki dampak yang besar bagi *psychological well-being*.

5) Kompetensi pribadi

Yaitu kemampuan atau skill pribadi yang dapat digunakan sehari-hari, didalamnya mengandung kompetensi kognitif.

6) Religiulitas

Individu yang memiliki tingkat religiulitas yang tinggi lebih mampu memaknai kejadian hidupnya secara positif sehingga hidupnya menjadi lebih bermakna, terhindar dari stres dan depresi.

7) Kepribadian

Kepribadian merupakan suatu proses mental yang mempengaruhi seseorang dalam berbagai situs yang

berbeda. Sementara dipihak lain, *psychological well-being* mengacu pada suatu tingkatan dimana individu mampu berfungsi, merasakan, dan berpikir sesuai dengan standar yang diharapkan.<sup>46</sup>

Terkait pemaparan diatas, sebagaimana yang dipaparkan oleh De Lazzari mengenai faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *psychological well-being*, ia mengatakan bahwa beberapa faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* adalah demografi, kepribadian, dukungan sosial, dan evaluasi terhadap pengalaman hidup.<sup>47</sup> Kemudian diikuti dengan pendapat Cornwall yang terhubung dengan faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* yang salah satunya adalah religiusitas. Religiusitas biasanya didefinisikan sebagai pemahaman ilmu agama, efek yang harus dilakukan dengan hubungan atau perasaan emosional, dan perilaku seperti mengunjungi tempat ibadah, membaca kitab suci, dan beribadah. Hal ini sebagaimana yang dipaparkan oleh Kwon, ia berpendapat bahwa religiusitas didefinisikan sebagai sejauh mana seseorang percaya dan memandang perihai yang terjadi sehari-hari berdasarkan sudut pandang agama, serta menerapkan keyakinan yang diajarkan oleh agamanya didalam kehidupan sehari-hari.<sup>48</sup>

### **C. Bimbingan Rohani Islam Untuk Meningkatkan *Psychological Well-Being* Pada Lansia**

Seseorang yang memiliki spiritual didalam dirinya dapat memiliki ikatan yang lebih kepada hal yang bersifat kerohanian atau

---

<sup>46</sup> Tristiadi Ardi Ardani & Istiqomah, *Psikologi Positif Perspektif Kesehatan Mental Islam*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2020), Hlm. 46-48

<sup>47</sup> Bonar Hutapea, *Emotional Intelligence dan Psychological Well-Being pada Manusia Lanjut Usia Anggota Organisasi berbasis Keagamaan di Jakarta*, Jurnal Insan Media Psikologi, Vol.13, No.2, 2012Hlm.66

<sup>48</sup> Sarah Yunianty S & Elvi Andriani, *Pengaruh Religiusitas Terhadap psychological well being (PWB) Pada Pensiunan Suku Batak Toba*, Jurnal Penelitian & Pemikiran Psikologi, Vol.13, No.2, 2018, Hlm. 77

kejiwaan dibandingkan hal yang bersifat fisik atau material. Spiritualitas adalah segala hal yang bersifat rohani yang ada didalam diri manusia yang hidup. Spiritualitas merupakan bagian esensial dari seluruh kesehatan dan kesejahteraan seseorang.<sup>49</sup> Hal ini dapat dikenal sebagai *psychological well-being*. *Psychological well-being* adalah kondisi individu yang ditandai dengan adanya perasaan bahagia, memiliki kepuasan hidup, dan tidak ada gejala-gejala depresi. Kondisi tersebut dipengaruhi oleh adanya fungsi psikologis yang positif, mempunyai tujuan hidup, perkembangan pribadi, penguasaan lingkungan, dan otonomi. *Psychological well-being* juga diartikan sebagai mental yang sehat, sebab beberapa dimensi dari *psychological well-being* mengacu pada kesehatan mental itu sendiri.

Setiap individu pasti memiliki kadar mental yang berbeda-beda ketika dihadapi suatu permasalahan. Mental yang dirasa kurang sehat dapat menurunkan hasrat kebahagiaan ataupun kesejahteraan didalam dirinya. Abdul Aziz Al Qaus mendefinisikan kesehatan mental sebagai kondisi jiwa yang senantiasa proporsional sehingga seseorang bisa beradaptasi secara individu dan merasa bahagia dengan dirinya maupun dengan orang lain. Hal ini sama halnya yang diungkapkan oleh Hamid Zahran yang menjelaskan bahwa definisi kesehatan mental sebagai kondisi jiwa yang senantiasa proporsional sehingga seseorang bisa beradaptasi secara individu dan merasa bahagia dengan dirinya maupun dengan orang lain. Di dalam Al-Qur'an, pembahasan tentang *psychological well-being* disebutkan pada Q.S. Ar-Ra'du: 28) yang berbunyi:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ

الْقُلُوبُ

---

<sup>49</sup> Aliah B. Purwakania Hasan, *Psikologi perkembangan islami*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2006), Hlm. 288

Artinya: “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah lah hati menjadi tenteram.”

Arti ayat tersebut menyatakan bahwa hati akan menjadi tenang ketika kita mengingat Allah. Hati yang tenang disini tentunya memiliki kesamaan dengan pengertian *psychological well-being*, yakni suatu kondisi yang ditandai dengan adanya perasaan bahagia, mempunyai kepuasan hidup dan tidak ada gejala-gejala depresi. Perspektif Islam juga menjelaskan bahwa, terdapat hubungan antara religiulitas dan *psychological well-being*. Terkait perspektif Islam, adanya pengaruh religiulitas terhadap kesehatan mental dan *psychological well-being* yang diterangkan oleh Pollner adalah sebagai berikut:

- a) Agama dapat menyediakan sumber-sumber untuk menjelaskan dan menyelesaikan situasi problematik.
- b) Agama meningkatkan perasaan berdaya dan mampu (efikasi) pada diri seseorang.
- c) Agama menjadi landasan perasaan bermakna, memiliki arah, dan identitas personal, serta secara potensial menanamkan peristiwa asing yang berarti.

Teori klasik Durkheim mengatakan bahwa yang menyatakan tentang pentingnya integrasi sosial untuk *subjective well-being* menunjukkan bagaimana partisipasi keagamaan yang dapat mengarahkan individu-individu pada *psychological well-being* yang lebih baik. Ia mengatakan bahwa keterlibatan dengan berbagai lembaga agama sangat berfungsi pada peningkatan kesabaran individu, dan dengan demikian dapat membantu mereka lebih baik untuk mencapai *psychological well-being*.<sup>50</sup> Sejalan dengan pendapat Byrd & Ellison, ia mengatakan bahwa dukungan sosial yang diperoleh melalui keanggotaan dalam organisasi keagamaan telah

---

<sup>50</sup> Tristiadi Ardi Ardani & Istiqomah, *Psikologi Positif Perspektif Kesehatan Mental Islam*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2020), Hlm. 50-55

dikaitkan dengan kesejahteraan psikologis, sehingga mendapatkan hubungan positif dengan kesejahteraan psikologis dan kesehatan fisik (Suhail & Chaudhry; Ellison).<sup>51</sup> Beberapa penelitian membuktikan bahwa komitmen religiulitas memiliki hubungan yang positif dengan *psychological well-being*.

Seseorang yang mengikuti kegiatan keagamaan diasumsikan akan memiliki kondisi *psychological well-being* yang baik. Penelitian lainnya membuktikan bahwa komitmen religiulitas mempunyai hubungan dengan *psychological well-being*. Salah satunya ialah dilakukan oleh Bergin, Stinchfield, Gaskin, Masters, Sullivan; Brown dan Garry; Linton, Levine, Kuechenmeister dan White yang menyatakan bahwa ada suatu bukti bahwa kekuatan komitmen religius dan *psychological well-being* mempunyai hubungan yang positif. Agama dapat memenuhi beberapa kebutuhan psikologis yang penting pada lansia dalam hal menghadapi kematian, menemukan dan mempertahankan perasaan berharga dan pentingnya dalam kehidupan, dan menerima kekurangan dimasa tua. Secara sosial, komunitas agama memainkan peranan penting pada lansia, seperti aktivitas sosial, dukungan sosial, dan kesempatan untuk menyanggah peran sebagai guru atau pemimpin.

Hasil studi diatas menyebutkan bahwa aktivitas atau bermeditasi diasosiasikan dengan panjangnya usia. Terkait penjelasan dari beberapa ahli, Ellison memaparkan bahwa, adanya korelasi antara religiusitas dengan *psychological well-being*, seorang individu dengan religiusitas yang kuat, akan lebih tinggi tingkat *psychological well-being* nya, dan semakin sedikit dampak negatif yang dirasa dari peristiwa traumatik hidup.<sup>52</sup> Sehubungan dengan pemaparan Ellison, Hasil studi dari Seybold & Hill, juga

---

<sup>51</sup> Morgan Green & Marta Elliott, *Religion, Health, And Psychological Well-Being*, Journal of Religion & Health, 2010, Hlm. 150-151

<sup>52</sup> Annisa Fitriani, *Peran Religiulitas Dalam Meningkatkan Psychological Well Being*, Jurnal Studi Lintas Agama, Vol.XI, No. 1, 2016

mengemukakan bahwa ada asosiasi yang positif antara religiulitas atau spiritualitas dengan *well-being*, kepuasan pernikahan, dan keberfungsian psikologis; serta asosiasi yang negatif dengan bunuh diri, penyimpangan, kriminalitas, dan penggunaan Alkohol dan obat-obatan terlarang. McCullough & Others menjelaskan, hal ini mungkin terjadi karena dengan beribadah dapat mengurangi stres dan menahan produksi hormon stres oleh tubuh, seperti adrenalin.

Pengurangan hormon stres ini dihubungkan dengan beberapa keuntungan pada aspek kesehatan, termasuk sistem kekebalan tubuh yang semakin kuat.<sup>53</sup> Hal ini dikarenakan, faktor psikologis yang bersifat negatif, ternyata dapat mengakibatkan kekebalan tubuh (*imun*) menurun.<sup>54</sup> Menyangkut pembahasan dan teori yang telah dipaparkan diatas, menunjukkan bahwa religiulitas yang terdapat pada kegiatan bimbingan rohani islam bisa meningkatkan *psychological well-being* pada lansia. *Psychological well-being* yang ada didalam diri individu dapat ditingkat melalui spiritualitas, bagaimana ia bisa meningkatkan keimanannya dengan melakukan ibadah serta mendekatkan diri kepada Allah agar dapat memenuhi kesejahteraan dalam dirinya. Sehingga, ketika iman individu sudah meningkat, maka umat manusia tidak akan takut dengan adanya kematian, hal ini dapat terjadi karena didalam dirinya sudah dibekali iman yang kuat sehingga dapat menyejahterakan jiwanya.

Agama dan spiritualitas tumbuh dari setiap pengalaman umat manusia, dan dapat mempengaruhi aspek fisik, mental, dan kehidupan sosial,<sup>55</sup> untuk mencapai spiritualitas individu, tentu memiliki beberapa kegiatan yang ada di dalamnya. Kegiatan

---

<sup>53</sup>Tristiadi Ardi Ardani & Istiqomah, *Psikologi Positif Perspektif Kesehatan Mental Islam*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2020), Hlm. 56

<sup>54</sup> Komarudin, *Bimbingan Psiko-Religious Bagi Pasien Rawat Inap Rumah Sakit Umum Daerah Di Jawa Tengah (Formulasi Ideal Layanan Bimbingan dan Konseling Islam)*, Jurnal At-Taqaddum, Vol.4, No.1, Juli 1012, Hlm. 77

<sup>55</sup> Abdul Mufid, *Moral and Spiritual aspects in counseling: Recent development in the west*, Journal of Advanced Guidance and Counseling, Vol.1, No.1, 2020, Hlm. 6

religiulitas yang diberikan lansia di wisma lansia ini biasanya dibimbing oleh pembimbing rohani islam atau dengan kata lain bisa disebut dengan pembimbing spiritual Islam. Pembimbing spiritual Islam harus terampil dalam mengimplementasikan sebagai upaya memberikan ta'lim, tausiyah, nasehat, dan mencari solusi masalah maradh al-qulub.<sup>56</sup> Sebagaimana kegiatan tersebut yang di dalamnya mengandung kaidah-kaidah agama Islam, seperti ibadah, sholat, membaca Al-Qur'an, ber dzikir, berdo'a, melakukan perbuatan baik, dan menghindari diri dari kejahatan. Zikrullah memiliki manfaat yang sangat besar dalam membersihkan jiwa dan mengembalikan kesadaran diri, bahkan mampu memberikan ketenangan dan kebahagiaan dalam hidup.<sup>57</sup> Namun, spiritual tidak hanya sebatas dalam praktik keagamaan saja seperti halnya membaca kitab suci maupun berdoa, akan tetapi dukungan spiritual juga mengacu pada menenangkan, menghibur, mendengarkan, menghormati privasi serta membantu mencari makna dan tujuan hidup.<sup>58</sup> Dukungan spiritual seperti menjadikan obat untuk umat Islam, baik fisik maupun psikis.

Sebagaimana salah satu pengobatan yang tercantum dalam Al-Qur'an adalah fisik dan psikologis. Namun, pada tahap kuratif yang utama adalah perawatan psikologis dalam jiwa individu. ketika jiwa pada diri seseorang tidak sehat, maka akan menjadi penyebab penyakit spiritual dan akan berdampak pada penyakit fisik. Hal ini dapat terjadi karena jiwa merupakan bagian yang sangat penting bagi

---

<sup>56</sup> Susana Aditiya, Widodo Supriyono, Ali Murtadho, Professionalism of Islamic Spiritual Guide, Journal of Advanced Guidance and Counseling, Vol. 1, No.2, 2020  
Hlm. 104

<sup>57</sup> Agus Samsul Bassar & Aan Hasanah, *Riyadhah: The Model of The character education based on sufistic counseling*, Journal of Advanced Guidance and Counseling, Vol.1, No.1, 2020, Hlm. 31

<sup>58</sup> Muhamad Zulfatul A'la, komarudin, Devi Efendi, *Kesejahteraan spiritual keluarga pasien stroke dan kaitannya dengan depresi*, Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia, Vol.3, No.3, 2015, Hlm. 130

manusia karena dapat mempengaruhi tingkat spiritual.<sup>59</sup> Sekian banyaknya penjelasan yang telah terurai, jelas bahwasanya spiritual dapat meningkatkan *psychological well-being* yang baik pada diri individu dengan kegiatan keislaman seperti beribadah, mendengarkan tausiyah, membaca Al-Qur'an dan lain sebagainya melalui bimbingan rohani Islam.

---

<sup>59</sup> Ade Sucipto, *Dzikir As a Therapy In Sufistic Counseling*, Journal of Advanced Guidance and Counseling, Vol. 1, No.1, 2020, Hlm. 63

## **BAB III**

### **GAMBARAN UMUM OBJEK PENELITIAN WISMA LANSIA HUSNUL KHATIMAH AISYIYAH GUNUNGPATI SEMARANG**

#### **A. Profil Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang**

##### **1. Sejarah Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang**

Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang merupakan salah satu lembaga sosial yang berdiri dibawah pimpinan majelis kesejahteraan sosial pada Aisyiah. Aisyiah sendiri merupakan ortum Muhammadiyah, maka dari itu wisma lansia berdiri diatas naungan Organisasi Muhammadiyah. Sejarah awal dibangunnya wisma lansia husnul khatimah aisyiyah ini atas kemauan dari warga setempat, hal ini terjadi karena terdapat salah satu warga pada saat itu yang ingin menitipkan salah satu keluarganya yang sudah tua ke panti wireda, akan tetapi dari pihak panti tidak punya tempat, dan pada akhirnya dilibatkan ke panti asuhan anak. Namun, karena lansia merasa tidak nyaman karena harus tercampur dengan anak-anak, maka timbul lah keinginan warga agar didirikannya wisma lansia.

Berdasarkan kejadian yang telah dipaparkan diatas, membuat pimpinan daerah aisyiah kota semarang merasa iba. Oleh karena itu, wisma lansia ini didirikan karena panggilan hati dari pendiri wisma lansia husnul khatimah aisyiah itu sendiri yaitu, pimpinan daerah aisyiah kota semarang. Wisma lansia didirikan diatas tanah wakaf yang diperoleh dari keluarga bapak H. Sutaman seluas 1.016m x 2.913m yang berlokasi di RT.01/RW.04 Dukuh Muntal Kelurahan Mangunsari Kec. Gunungpati Semarang. Terkait pembangunan wisma lansia husnul khatimah aisyiyah ini terdapat peletakan batu pertama

yang dilaksanakan pada tanggal 25 Desember 2008 oleh Wakil Walikota Semarang, dan diresmikan pada tanggal 30 Mei 2010 yang hingga pada saat ini masih terus berkembang baik.<sup>60</sup>

## **2. Visi, misi, dan tujuan Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang**

### a) Visi

Terwujudnya lembaga pelayanan yang membantu mengantarkan Lansia menuju Husnul Khatimah.

### b) Indikator visi

1. Optimal dalam penyelenggaraan pelayanan kebutuhan fisik.
2. Optimal dalam penyelenggaraan pelayanan kebutuhan mental.
3. Optimal dalam penyelenggaraan pelayanan kebutuhan sosial.
4. Optimal dalam penyelenggaraan pelayanan kebutuhan spiritual.
5. Penyelenggaraan pelayanan bertumpu pada kemampuan mandiri Lansia.
6. Terbiasa mendirikan shalat fardu lima waktu tepat waktu dengan memperhatikan sunah-sunahnya secara istiqomah.
7. Terbiasa berdzikir.
8. Terbiasa membaca Al-Qur'an dengan benar/ tartil dan mentadaburinya.
9. Terbiasa mengikuti kajian-kajian.
10. Terbiasa menjalankan aktivitas sehari-hari sesuai adab/ tuntunan Rasulullah Saw.

### c) Misi

---

<sup>60</sup> Wawancara dengan Ibu Anwar selaku ketua Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

1. Menyelenggarakan pelayanan bagi lanjut usia dalam pemenuhan kebutuhan fisik, mental, sosial, dan spiritual.
  2. Menyelenggarakan pelayanan bagi lanjut usia dalam pemenuhan kebutuhan ke arah pribadi sehat sesuai syariat Islam agar dapat hidup bahagia.
- d) Tujuan jangka pendek
- 1) Memberikan pelayanan dalam memenuhi kebutuhan fisik, mental, sosial dan spiritual.
  - 2) Memberikan pelayanan dalam memenuhi kebutuhan usia lanjut kearah pembinaan pribadi agar dapat hidup bahagia.
  - 3) Memberikan pelayanan kesehatan.
  - 4) Memberikan pelayanan dan perawatan jenazah sesuai syariat Islam.
- e) Tujuan jangka panjang
- Membimbing, membina dan mengarahkan para usia lanjut menuju akhir hayat yang husnul khatimah.

### **3. Program layanan Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang**

Program layanan wisma lansia husnul khatimah aisyiyah terdapat pada indikator visi yang meliputi:

- a) Optimal dalam penyelenggaraan pelayanan kebutuhan fisik
- b) Optimal dalam penyelenggaraan pelayanan kebutuhan mental
- c) Optimal dalam penyelenggaraan pelayanan kebutuhan sosial
- d) Optimal dalam penyelenggaraan pelayanan kebutuhan spiritual
- e) Penyelenggaraan pelayanan bertumpu pada kemampuan mandiri Lansia
- f) Terbiasa mendirikan shalat fardu lima waktu tepat waktu dengan memperhatikan sunah-sunahnya secara istiqomah
- g) Terbiasa berdzikir

- h) Terbiasa membaca Al-Qur'an dengan benar/ tartil dan mentadaburinya
- i) Terbiasa mengikuti kajian-kajian
- j) Terbiasa menjalankan aktivitas sehari-hari sesuai adab/tuntunan Rasulullah Saw.<sup>61</sup>

## **B. Kondisi *Psychological Well-Being* Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang**

Seiring berjalannya waktu, manusia pasti akan berada di masa usia lanjut jika memang Tuhan menghendaki umur yang panjang pada diri individu tersebut. Daya tahan tubuh manusia tentunya mulai berubah ketika memasuki masa usia lanjut. Diketahui bahwa kondisi fisik dan psikis lansia di Wisma Lansia Husnul Khotimah Aisyiyah Gunungpati Semarang rata-rata menurun dengan kadar daya tahan tubuh yang berbeda-beda. Hal ini memang sering terjadi kepada orang-orang yang sudah menua khususnya yang sudah lanjut usia. Sama halnya yang terjadi pada lansia yang berada di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang, melalui hasil dari observasi dan wawancara, penulis melihat dan mendapatkan informasi mengenai kondisi fisik yang terjadi dari beberapa lansia saat ini adalah, ada yang mengidap hipertensi, gula darah tinggi, dan pengeroposan sendi.<sup>62</sup> Sebagaimana yang dipaparkan oleh mbak E selaku salah satu perawat di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah tersebut. Ia mengatakan bahwa:

*“Ada yang hipertensi, gula darah tinggi, ada juga yang pengeroposan sendi, ada lain lagi mungkin mbak...karna sebetulnya kami perawat kadang enggak diberi tahu secara detail riwayat penyakit eyang. Biasanya pasien*

---

<sup>61</sup> Dokumentasi Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

<sup>62</sup> Wawancara dengan Mbak Erni selaku Perawat di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

*baru datang, kadang kalau misal konsumsi obat baru kita tahu eyang sakitnya apa”<sup>63</sup>*

penjelasan diatas terkait kondisi lansia yang terjadi tentu ada perawat yang setiap harinya bertugas untuk memperhatikan kesehatan lansia, mulai dari pengecekan tensi darah sampai asupan gizi yang masuk ketubuh lansia. Hal ini dipaparkan oleh mbak A selaku perawat juga yang merupakan salah satu senior dari perawat-perawat lainnya. Ia mengatakan bahwa:

*“Untuk asupan gizinya biasanya dihindari yang santen-santen kaya gitu, yang pedes, dibanyakin makan buah, biasanya kalo pagi dikasih snack”<sup>64</sup>*

Selain kondisi yang ada pada fisik, adapun kondisi yang terjadi pada psikis lansia, salah satu masalah psikologi yang terjadi pada lansia yaitu, sering merasa kesepian apabila sudah tidak ada kegiatan atau dari pihak keluarga belum ada yang membesuknya. Seperti yang telah dipaparkan oleh mbak E selaku perawat wisma lansia mengenai kondisi yang terjadi pada psikis lansia. Ia mengatakan bahwa:

*“Kalau psikisnya, eyang disini lebih merasa kesepian waktu tidak ada kegiatan, pengajian, atau senam. Pengajiannya ada di hari selasa, rabu, Kamis, Sabtu. Senamnya setiap jum’at. Jadi selain hari-hari itu eyang kadang merasa kesepian. Memang peran perawat disini untuk membantu kebutuhan sehari-hari eyang, termasuk menemani sehari-harinya. Tapi karena banyaknya lansia yang ada, dan perawat juga terbatas jadi eyang terkadang masih merasa kesepian”<sup>65</sup>*

Terkait dari dua pemaparan diatas mengenai kondisi lansia secara umum, dapat disimpulkan bahwa, menurunnya kondisi pada lansia di wisma lansia husnul khatimah aisyiyah Gunungpati

---

<sup>63</sup> Wawancara dengan Mbak Erni selaku Perawat di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

<sup>64</sup> Wawancara dengan Mbak Ari selaku Perawat di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

<sup>65</sup> Wawancara dengan Mbak Erni selaku Perawat di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

Semarang baik fisik maupun psikis. Namun walau demikian, kesehatan fisik ataupun psikis yang terjadi oleh lansia ini sangat diperhatikan oleh perawat yang bertugas dalam membantu kebutuhan sehari-hari lansia dengan memberikan asupan gizi yang baik, membantu untuk memeriksa atau mengontrol kesehatan dari pada lansia, memberikan perhatian, serta menemani kesehariannya agar lansia tidak merasa kesepian.

Setelah memaparkan pembahasan diatas mengenai bagaimana kondisi lansia secara umum, ada pula yang harus diketahui bagaimana kondisi lansia secara khusus. Beberapa dari lansia memiliki kondisi yang berbeda-beda, hal ini diketahui saat penulis melakukan observasi di wisma lansia husnul khatimah aisyiyah Gunungpati Semarang. Melalui data yang didapat, terdapat enam orang lansia yang masih bisa berjalan baik itu berjalan dengan menggunakan tongkat maupun tidak, sedangkan lansia yang *bed rest* terdapat tiga orang. Sebagaimana yang dialami oleh eyang AN, secara fisiknya sehat dan yang dikeluhkan biasanya hanya pusing, sedangkan secara psikisnya kerap merasa kesepian. Yang menggambarkan data diatas sama halnya yang dipaparkan oleh mbak E selaku perawat di wisma lansia. Ia mengatakan bahwa:

*“Kalo eyang AN itu secara fisik sehat saja, biasanya yang dikeluhkan pusing-pusing saja. Kalo psikisnya mungkin hanya merasa kesepian...”<sup>66</sup>*

Kondisi diatas tidak serupa dengan apa yang dialami oleh eyang SM, secara fisiknya ia memiliki parkinson, sedangkan secara psikisnya kerap merasa kesepian. Keterangan tersebut dapat diketahui melalui hasil observasi dan wawancara dengan eyang SM. Ia mengatakan bahwa:

*“Saya kena parkinson, la di rumah ndak ada yang ngurus, karna sendirian, nda punya anak ndak punya suami,*

---

<sup>66</sup> Wawancara dengan Mbak Erni selaku Perawat di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

*suami ninggal. Kalau disini dibetah betahke si mbak, kalo di rumah ya gaada yang ngurus, di wisma merasa nyaman”<sup>67</sup>*

Melalui penglihatan peneliti, eyang SM memang sudah tidak bisa berjalan, tubuhnya gemetar, dan suara yang muncul terlihat bergetar saat berbicara. Hal ini yang menandakan bahwa eyang SM mengalami penurunan sel syaraf. Dan ia juga bercerita mengenai perasaannya sebelum tinggal di wisma lansia. Ia mengatakan bahwa:

*“Ya intinya kaget mba..”<sup>68</sup>*

Dari penjelasan diatas, terlihat bahwa eyang SM merasa kesepian karena ditinggal suami dan tidak memiliki anak, namun merasa nyaman ketika berada di wisma karena ada yang mengurusnya. Pemaparan kedua kondisi diatas tentu berbeda dengan kondisi yang dialami oleh eyang S, secara fisik nya masih sehat. Hal ini diketahui setelah peneliti melakukan wawancara kepada eyang S. Ia mengatakan bahwa:

*“Alhamdulillah, saya masih ini semua Allah ya mbak qadar Allah..yaa masih sehat, masih denger, saya ndak pikun. Alhamdulillah itu yaa..diberi masa tua yang lebih baik kaya gini aja, sehat itu mahal”*

Setelah mengetahui kondisi secara fisiknya melalui data dari hasil wawancara yang peneliti lontarkan, peneliti pun bertanya mengenai perasaannya selama tinggal di wisma lansia ini. Ia mengatakan bahwa:

*“InsyaAllah seneng, bahagia, lebih berserah diri kepada Allah”<sup>69</sup>*

Mengenai kondisi yang dialami oleh eyang S, sesuai dengan apa yang diungkapkan oleh mbak A selaku perawat di wisma lansia terkait kondisi eyang S. Ia mengatakan bahwa:

---

<sup>67</sup> Wawancara dengan Eyang Sri Muryani, Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

<sup>68</sup> Wawancara dengan Eyang Sri Muryani, Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

<sup>69</sup> Wawancara dengan Eyang Sulastri, Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

*“yaa...Alhamdulillah eyang S itu sehat”<sup>70</sup>*

Kelima informan diatas terdapat tiga lansia dan dua perawat. Berdasarkan data-data hasil dari lapangan yang peneliti dapatkan melalui observasi dan wawancara, diketahui bahwa kondisi fisik maupun psikis lansia berbeda-beda. Kebanyakan dari mereka merasa kesepian, Seperti halnya yang dialami oleh eyang AN, eyang SM, dan eyang S. Menurut informasi yang didapat melalui perawat di wisma lansia, eyang AN memang merasa kesepian. Sedangkan eyang SM dan S, menurut penglihatan peneliti saat dilapangan, beliau juga merasa kesepian. Hal ini dapat diketahui melalui bagaimana interaksi mereka dan beberapa wawancara yang peneliti lontarkan.

Berdasarkan pengamatan penulis, eyang SM merasa kesepian karena suaminya sudah meninggal dan tidak memiliki anak. Sedangkan eyang S, walaupun dalam pengakuan ia tidak merasa kesepian karena ia merasa di wisma lansia banyak temannya, namun ketika berada di rumah, ia merasakan kesepian karena anak satu-satunya bekerja, dan ketika eyang S berinteraksi di wisma, ia merasa obrolannya kurang nyambung dengan lansia lainnya, karena dimasa mudanya ia sangat aktif dalam bidang perusahaan. Hal ini yang membuat eyang S tidak sepenuhnya tidak merasa kesepian, karena merasa belum ada seseorang yang dapat diajak bertukar pikiran di wisma lansia. Maka dapat disimpulkan bahwa sebagian besar lansia merasa kesepian.

Terkait pemaparan data diatas, adapun pendekatan atau penanganan yang dilakukan pembimbing rohani agar lansia tidak merasa kesepian dan membuat lansia merasa senang, sehingga rasa kesepian yang dialami mereka dapat berkurang. Salah satu pendekatan yang dilakukan ialah dengan mengajak lansia

---

<sup>70</sup> Wawancara dengan Mbak Ari selaku Perawat di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

berbincang-bincang, mencoba memutar memori tentang pengalaman indah di masa mudanya, dan mendengarkan cerita. Hal ini dapat diketahui melalui wawancara pada Ibu I selaku pembimbing rohani. Ia menjelaskan bahwa:

*“Dari beberapa sisi, dari segi rohani saya, supaya lansia betah dan tidak merasa kesepian ya berinteraksi dengan mereka, itu kadang menanyakan masa lalu mereka, jadi tidak hanya bercerita tapi mendengarkan ia bercerita, pendekatannya dengan ngobrol mendengar cerita”*

Selain kondisi psikis serta penanganan atau pendekatannya yang tertera di atas, ada pula kondisi fisik yang dialami oleh informan. Berdasarkan data hasil dari penelitian yang penulis dapatkan melalui observasi dan wawancara, beberapa dari mereka memiliki penyakit yang kerap dialami oleh orang tua pada umumnya. Seperti yang dialami oleh eyang AN, beliau lansia yang berusia dibawah 70 tahun ini, menurut informasi yang peneliti dapatkan dari perawat di wisma lansia secara fisiknya sehat, hanya saja yang dikeluhkan hanya pusing-pusing biasa. Sedangkan eyang SM yang berusia diatas 72 tahun, menurut pengamatan yang peneliti dapatkan dari lapangan, secara fisiknya ia memiliki parkinson. Serta adapun yang dialami oleh eyang S yang berusia lebih dari 70 tahun, menurut informasi yang peneliti dapatkan dari informan sendiri, secara fisiknya sehat, pendengaran masih jelas, dan tidak pikun.<sup>71</sup>

Kondisi fisik dan psikis yang telah dipaparkan di atas berhubungan dengan *psychological well-being* pada lansia yakni, rasa kesepian. Diketahui bahwa, dalam dunia psikologi kesepian dapat memicu stres, hingga pada akhirnya berdampak pada kesehatan fisik. Kesepian yang dialami lansia menandakan kurangnya suatu hubungan yang dimiliki. Perihal seperti ini terjadi karena kualitas hubungan yang dimiliki individu tidak sesuai dengan

---

<sup>71</sup> Wawancara dengan Mbak Erni selaku di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

apa yang ia harapkan. Seperti halnya terkadang individu sudah dikelilingi banyak teman, akan tetapi masih tetap merasa kesepian, salah satu peristiwa inilah yang biasanya terjadi pada setiap orang yang merasa kesepian. *Psychological wel-being* seseorang bisa dikatakan meningkat apabila ia memiliki hubungan yang baik dengan orang lain, namun kurangnya hubungan yang dimiliki setiap individu dapat mengakibatkan rasa kesepian seperti yang dialami oleh lansia.

### **C. Penerapan Bimbingan Rohani Islam pada Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang**

#### **1. Pelaksanaan Bimbingan Rohani pada Lansia**

Bimbingan rohani Islam telah ada sejak berdirinya wisma lansia. Bimbingan rohani Islam memberikan pelayanan kepada lansia berupa kegiatan-kegiatan tentang keislaman seperti mengaji dan tausiyah serta nasihat-nasihat yang membuat lansia menjadi lebih meningkatkan ibadahnya karena diingatkan kembali dengan akhirat. Pelaksanaan bimbingan rohani Islam biasa dilakukan setiap hari senin, selasa, rabu, Kamis, dan Sabtu di gazebo wisma lansia, namun untuk beberapa lansia yang *bed rest*, biasanya pembimbing rohani akan melakukan pelaksanaan bimbingan rohani Islam tersebut dengan mengunjungi kamar satu ke kamar yang lainnya. Berikut adalah pelaksanaan pembimbing rohani pada lansia di wisma lansia husnul khatimah aisyiyah Gunungpati Semarang:

##### **a) Kegiatan Mengaji**

Kegiatan mengaji disini merupakan aktivitas membaca Al-Qur'an yang dilakukan oleh usia lanjut demi meningkatkan keimanan dan ketentraman jiwa dimasa tua. Metode yang biasa digunakan oleh pembimbing rohani yaitu Qiroati. Qiroati merupakan metode pengajaran dengan pembelajaran yang dilakukan secara tartil, bertajwid, dan dibaca secara langsung tanpa dieja. Namun metode ini tidak

bisa dipakai sepenuhnya pada lansia karena keterbatasan-keterbatasan yang dialami oleh. Hal ini sebagaimana yang telah diungkapkan oleh pembimbing rohani pada sesi wawancara yang peneliti lakukan. Ia mengatakan bahwa:

*“Kalau ngaji membaca al-qur’an, saya pakenya itu metode qiroati, tapi ya nda bisa saya pake sepenuhnya, karena qiroati itu kan memperhatikan makhraj hurufnya, tapi kalo eyang asal mau ngaji gitu aja, ngga saya tuntutan harus bener seperti sesuai dengan makhraj qiroati, cuman pakenya metode qiroati. karena kan yang namanya orang yang sudah sepuh, kadang itu ketika kita ngajar kan ada yang di gazebo yang bisa duduk, ada yang dikamarnya yang bed rest yang gabisa duduk.”<sup>72</sup>*

Hal yang serupa mengenai keadaan lansia juga disampaikan oleh informan lainnya, yaitu ibu MA selaku pengelola atau ketua dari wisma lansia. Ia mengatakan bahwa:

*“paling yang namanya orang tua itu ya sakit punggung, penglihatan menurun, pendengarannya juga menurun, moody an, jalannya juga ada yang harus pakai alat bantu, ada yang bed rest hanya berbaring ditempat tidur.”<sup>73</sup>*

Terkait dengan pendapat kedua informan di atas mengenai problematika yang biasa terjadi pada lansia. Hal ini didukung oleh salah satu perawat di wisma lansia, yaitu mbak A. Penjelasan tersebut beliau paparkan dalam sebuah sesi wawancara yang peneliti lakukan. Ia mengatakan bahwa:

*“Problematika yang biasa terjadi pada lansia itu seperti penyakit tua atau mood suka berubah-ubah, namanya orang tua minta ditemenin terus, minta dilayani terus, namanya orang tua itu ya kembali ke anak kecil lagi jadi manja.”<sup>74</sup>*

---

<sup>72</sup> Wawancara dengan Ibu Indri selaku Pembimbing Rohani Islam di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

<sup>73</sup> Wawancara dengan Ibu Anwar selaku Ketua di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

<sup>74</sup> Wawancara dengan Mbak Ari selaku Perawat di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang telah dilakukan oleh peneliti kepada informan yang terdiri dari satu pembimbing rohani dan satu perawat dalam pemaparan diatas, dapat diambil kesimpulan bahwa salah satu kegiatan di wisma lansia ialah mengaji kitab suci Al-Qur'an, pembimbing rohani biasanya menggunakan metode Qiroati untuk mengajar lansia dalam membaca Al-Qur'an, namun metode ini tidak bisa dipakai sepenuhnya karena adanya keterbatasan-keterbatasan tertentu yang dialami oleh lansia, misalnya suasana hati yang mudah berubah, dan daya ingat yang menurun.

b) Kegiatan Tausiyah

Tausiyah merupakan suatu kegiatan dakwah yang dilakukan secara tidak resmi, kegiatan tausiyah lebih menyangkut pada pemberian nasihat kepada umat manusia dengan ajaran agama Islam. Di wisma lansia, kegiatan ini diberikan kepada usia lanjut demi meningkatkan ibadah, karena dengan memberikan nasihat-nasihat kepada lansia tersebut dapat mengingatkan kembali bahwa tujuan umat manusia menjalani hidup di dunia yaitu untuk kembali kepada akhirat yang kekal. Oleh karena itu, kegiatan tausiyah sangat dibutuhkan oleh lansia. Materi yang biasanya diajarkan berupa Al-Qur'an dan Hadits.

Berikut adalah rincian materi yang biasa pembimbing rohani amalkan kepada lansia yaitu, 44 cara menghapus dosa, mengenai sholawat dan fadhilahnya, fadhilah istigfar, hadits mengenai surat Al-Ikhlash dan Al-Mulk, adab makan dan minum, adab sebelum tidur, adab masuk dan keluar kamar mandi, adab meludah, adab menggunakan alas kaki, adab memotong kuku, sunah-sunah dihari jum'at, waktu-waktu mustajab, sholat sesuai tuntunan Rasulullah, lima teman di dalam kubur, syafaat, kitab tentang kematian, agar istiqomah, qonaah, empat bulan haram,

agar do'a dikabulkan sebab-sebab do'a tidak dikabulkan, sedekah, hutang piutang.

Setiap lansia tentunya memiliki responnya masing-masing ketika sedang melaksanakan bimbingan rohani, ada yang merasa biasa saja, senang, dan antusias. Hal ini sebagaimana yang telah dipaparkan oleh ibu I selaku pembimbing rohani Islam terkait respon lansia. Ia mengatakan bahwa:

*“Ada yang datar, seneng, antusias. Presentasi yang merasa antusias lebih banyak daripada yang tidak, yang antusias itu 70-80 persen, pada dasarnya merasa seneng, justru itu mereka menunggu-nunggu ngaji gitu”<sup>75</sup>*

Pembahasan dengan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan peneliti kepada informan yakni ibu I selaku pembimbing rohani Islam diatas, dapat di ambil kesimpulan bahwa 70-80% lansia antusias dalam mendengarkan tausiyah yang ia sampaikan kepada lansia. Kegiatan tausiyah ini tentunya dapat meningkatkan ibadah lansia, dan lebih mendekatkan diri kepada Allah. Sehingga jiwa merasa lebih tenang dan sejahtera setelah mendapatkan sentuhan rohani, serta dapat mengingatkan kembali bahwa tujuan umat Islam yang sesungguhnya dalam pencapaian hidup ialah akhirat. Kegiatan bimbingan rohani ini berkesinambungan pada *psychological well-being*.

Beberapa kegiatan yang telah dipaparkan serta disimpulkan diatas berkaitan dengan *psychological well-being* seseorang terkhusus kepada lansia yang saat ini penulis bahas. Kegiatan mengaji Al-Qur'an yang dibimbing oleh BRI ternyata dapat menenangkan jiwa dan memperoleh pahala dari Allah, dengan hal ini seseorang dapat melakukan perbaikan dalam hidupnya. Salah satu kegiatan ini tentu berhubungan dengan *psychological well-being*, karena dengan mengikuti kegiatan

---

<sup>75</sup> Wawancara dengan Ibu Indri selaku Pembimbing Rohani Islam di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

mengaji, perkembangan personal pada diri individu akan tercapai. Selain itu, dengan jiwa yang tenang juga membuat energi yang ada pada tubuh manusia semakin kuat terhadap serangan berbagai penyakit.

Seperti yang sudah dijelaskan di bagian B mengenai kondisi *psychological well-being* pada lansia yang menerangkan bahwa, kesepian dapat memicu stres, sehingga dapat berdampak pada kesehatan fisik. Berkaitan dengan *psychological well-being*, kesepian menandakan kurangnya hubungan yang dimiliki oleh seseorang, hal ini mengakibatkan *psychological well-being* individu menurun akibat kurangnya kedekatan pada suatu hubungan. Maka dari itu, cara untuk meningkatkannya yakni, dengan mengikuti setiap kegiatan di wisma lansia khususnya pada kegiatan mengaji hingga mendengarkan tausiyah, dengan berkumpulnya lansia itulah yang akan mengurangi kesepian yang ada pada dirinya karena merasa ditemani dan diperhatikan.

## **2. Faktor hambatan dan penanganan dalam pelaksanaan bimbingan rohani islam**

Faktor yang menjadi penghambat di masa usia lanjut pada umumnya adalah menurunnya fungsi organ atau anggota yang ada didalam tubuh manusia. Namun, selain terjadinya penurunan pada fisik, adapun penurunan yang terjadi pada psikis, seperti yang sudah disinggung di bagian satu mengenai pelaksanaan bimbingan rohani pada lansia bahwa selain fisik, adapun masalah psikis yang terjadi pada usia lanjut. Tidak dapat dipungkiri bahwa problematika yang biasa terjadi pada masa usia lanjut selain kondisi fisik ialah menurunnya kondisi pada psikis. Sebagaimana yang dikemukakan oleh pembimbing rohani. Ia mengatakan bahwa:

*“Secara psikis dari mood nya mereka atau daya ingat mereka, kadang kalo lagi ga mood ya marah2, kadang ada yang tidur terus, sampai di*

*gazebo itu tidur terus gitu, itu karena pengaruh obat gula, tekanan darah tinggi, bangun lebih awal, karna kan disini mandinya itu pagi jam 5, jadi mungkin waktu jam 9 tu hawanya ngantuk gitu”<sup>76</sup>*

Hal ini dibenarkan oleh salah satu perawat wisma lansia, yaitu mbak A. Ia mengatakan bahwa:

*“Kalo fisik itu kemunduran, secara psikisnya juga tetap mundur”<sup>77</sup>*

Pemaparan diatas kemudian disambung oleh ibu I selaku pembimbing rohani. Ia mengatakan bahwa:

*“Secara psikisnya mundur, tapi dari sisi spiritualnya lebih tau misalnya huruf-huruf ini huruf apa, hijaiyah, atau ya kalo hadis-hadis biasanya. Tapi kadang ya lupa harus diulang-ulang”<sup>78</sup>*

Faktor menurunnya fisik maupun psikis yang dialami seorang lansia dapat menyulitkan aktifitas yang dijalannya setiap hari. Namun hal itu tidak bisa dihindari karena sudah menjadi kodrat seorang manusia ketika sudah mencapai masa lanjut usia, maka kenikmatan yang ada didalam tubuhnya seiring waktu mulai berkurang. Oleh karena itu, hal ini lah yang menjadi hambatan pada lansia saat kegiatan mengaji Al-Qur’an dalam pelaksanaan bimbingan rohani Islam, hambatan tersebut tidak hanya dirasakan oleh lansia saja, namun terdapat hambatan tersendiri pada pembimbing rohani ketika sedang memberikan bimbingan rohani Islam pada lansia. Seperti yang telah dipaparkan oleh ibu I selaku pembimbing rohani pada saat peneliti melakukan wawancara. Ia mengatakan bahwa:

*“Kadang kita masuk ke kamar karena moodnya sudah ga bagus kadang justru mereka marah-marah gitu, kadang juga ada yang marah sama temennya gitu ketika melihat temennya agak gabisa bener sedikit misalkan tidur itu marah-marah. Ya namanya orang tua itu kan cerminan ketika*

---

<sup>76</sup> Wawancara dengan Ibu Indri selaku Pembimbing Rohani Islam di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

<sup>77</sup> Wawancara dengan Mbak Ari selaku Perawat di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

<sup>78</sup> Wawancara dengan Ibu Indri selaku Pembimbing Rohani Islam di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

*mudanya, jadi ya kendalanya ya itu salah satunya. Yang kedua: namanya orang tua itukan daya ingatnya ngga sama kaya anak muda, kalo masih muda itukan seperti menulis diatas batu, kalo sudah sepuh kan seperti menulis diatas air, itu terus diulang2 sampai satu tahun pun ngga inget juga. Yang penting ada niatan dihatinya untuk mencari ilmu, berada bersama di majelis ta'lim"*

Problematika yang terjadi pada lansia diatas, terdapat upaya yang dilakukan oleh pembimbing rohani dalam mengatasi masalah psikis melalui kegiatan bimbingan rohani Islam. Hal ini diungkapkan pada saat kegiatan wawancara, ia mengatakan bahwa:

*"Tidak mengikuti emosi mereka, jadi kita tu cenderung meredam, menceritakan cerita2 lucu, kisah2 yg menarik, yang inspiratif, jadi ngga langsung dimulai tema materi, kan klo ngaji kiroati itu kan kadang ada baca hadis, ada juga materi mengenai misalnya klo melakukan amalan ini dzikir ini itu pahalanya gimna gitu, lebih pada iming-imingi pahala, biar mereka tu klo ini ti bisa gini, atau cara-cara untuk menghapus dosa. Jadi ngga Cuma belajar membaca al-qur'an, tapi juga materi juga"*

Pemaparan yang telah dijelaskan diatas mengenai faktor hambatan yang terjadi pada lansia dan juga pembimbing rohani Islam saat sedang menangani lansia tentu sejauh ini terjadinya perkembangan pada lansia setelah mendapatkan bimbingan rohani Islam dari pembimbing rohani. Sebagaimana yang telah dijelaskan oleh pembimbing rohani mengenai perkembangan seorang lansia. Ia mengatakan bahwa:

*"Perkembangannya ya kalo dari ibadahnya ada yang lebih baik, tapi ya ada yang masih tidak melakukan kaya sholat. Trus kalo disini kan saya nyuruhnya kalo yang mampu bisa baca al-qur'an ya baca, karena kan disini al-qur'annya besar, berat gitu, jadi biasanya cuman suruh kaya Al-matsurat atau baca yasin, ada yang ngaji, ada yang ngga, ada yang merasa digurui gitu"*<sup>79</sup>

---

<sup>79</sup> Wawancara dengan Ibu Indri selaku Pembimbing Rohani Islam di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

Berdasarkan data hasil wawancara yang telah penulis singgung diatas, terdapat hambatan yang terjadi saat pelaksanaan kegiatan bimbingan rohani Islam, baik itu dari kondisi fisik maupun kondisi psikis pada lansia. Namun, hal ini tidak menutup kemungkinan bahwa adanya peningkatan spiritual yang terjadi pada lansia setelah melaksanakan bimbingan rohani Islam. Diketahui bahwa, walaupun kondisi fisik dan psikis lansia menurun, akan tetapi dari sisi spiritualnya meningkat. Hal ini tentunya terdapat faktor pendukung dari pihak keluarga dan pengurus dari wisma lansia husnul khatimah aisyiyah Gunungpati Semarang, sehingga dengan adanya kegiatan bimbingan rohani Islam, hal itu dapat meningkatkan spiritualitas pada lansia.

### **3. Kondisi lansia setelah mendapatkan bimbingan rohani islam**

Kondisi beberapa lansia setelah mendapatkan bimbingan rohani islam tentunya memiliki respon yang berbeda-beda. Hal ini sebagaimana yang telah dipaparkan oleh pembimbing rohani dalam wawancaranya. Ia mengatakan bahwa:

*“Kondisi spiritual setiap eyang berbeda-beda mbak, ada yang menjadi lebih semangat ibadah setelah mendapat tausiyah..ada yang yang biasa-biasa saja..yang masih belum mau sholat juga ada. Kebanyakan sih ya menjadi lebih semangat”<sup>80</sup>*

Pemaparan diatas mengenai semangat dalam beribadah sangat serupa dengan apa yang dialami oleh eyang S, beliau berumur 75 dan sudah lima bulan berada di wisma lansia husnul khatimah aisyiyah, dari data yang peneliti dapatkan bahwasanya eyang S berada di wisma ini atas kemauan sendiri dengan tujuan ingin meningkatkan iman dan ilmu agama serta mendekatkan diri kepada Allah selagi ia masih diberikan umur yang panjang

---

<sup>80</sup> Wawancara dengan Ibu Indri selaku Pembimbing Rohani Islam di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

oleh sang maha pencipta. Hal ini diungkapkannya pada saat peneliti melakukan kegiatan wawancara, ia mengatakan bahwa:

*“Ya ada, dirumah sendirian owg mbak saya, mau ngaji ya kalo anu anak nganter juga susah ya, dia masih kerja nu, kalo disini kan mau ngaji dekat”<sup>81</sup>*

Sebagaimana yang dipaparkan oleh AN mengenai responnya tentang bagaimana setelah mendapatkan sentuhan rohani dari kegiatan bimbingan rohani Islam ini. Ia mengatakan bahwa:

*“Ya jadi lebih tenang..”<sup>82</sup>*

Apa yang didaparkan eyang AN diatas hampir serupa dengan apa yang dirasakan oleh eyang SM. Hal ini dapat diketahui ketika eyang SM merasa sedih atau mengalami kesulitan dalam beraktivitas biasanya yang ia lakukan adalah sholat dan berdzikir. hal ini menggambarkan bahwa ibadah yang ia jalani dapat membuatnya tenang. Sebagaimana yang telah dipaparkan pada saat wawancara mengenai perasaan beliau saat sedang sedih dan ketika sedang dihadapi kesulitan dalam beraktivitas. Ia mengatakan bahwa:

*“Saat sedang sedih atau merasa kesulitan ya saya sholat dan dzikir”<sup>83</sup>*

Penjelasan dari eyang SM diatas sejalan dengan apa yang di katakan oleh pembimbing rohani ketika peneliti memakukan wawancara terkait bagaimana perkembangannya dalam kegiatan mengaji. Ia mengungkapkan bahwa:

*“presentasinya itu sudah jauh lebih banyak dibandingkan dulu, dia sudah senang ngaji, mulai itu ya bilang*

---

<sup>81</sup> Wawancara dengan Eyang Sulastri, Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

<sup>82</sup> Wawancara dengan Eyang Ani, Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

<sup>83</sup> Wawancara dengan Eyang SM, Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

*bu padahal sudah saya tunggu pagi loh, ternyata saya masuk kamar beliau jam 9, biasanya kan jam set 8, tapi karna kadang yg namanya kita ya dirumah ada tamu, jam 8 tuh baru sampe sini kadang, jadi saya masuk kamar beliau itu jam 9. Antusias beliau itu meskipun beliau sakit ya, dan ga begitu dia pikirkan lagi, dengan mengaji itu dia pengen bisa”<sup>84</sup>*

Dari keempat informan diatas yakni tiga lansia dan satu pembimbing rohani Islam, melalui pemaparan dari beberapa lansia tersebut, hal ini sangat sesuai dengan apa yang dikatakan oleh pembimbing rohani bahwa kondisi spiritual setiap lansia berbeda-beda, ada yang menjadi lebih semangat ibadah setelah mendapat tausiyah, ada pula yang biasa-biasa saja, namun sebagian besar menjadi lebih semangat. Selain itu, dari pemaparan beberapa informan tersebut tentu membuat jiwa merasa lebih tenang setelah mendapatkan sentuhan rohani Islam.

---

<sup>84</sup> Wawancara dengan Ibu Indri selaku Pembimbing Rohani Islam di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.



**BAB IV**  
**ANALISIS BIMBINGAN ROHANI ISLAM DALAM**  
**MENINGKATKAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA**  
**LANSIA DI WISMA LANSIA HUSNUL KHATIMAH AISYIYAH**  
**GUNUNGPATI SEMARANG**

**A. Analisis Kondisi Fisik Dan Psikis Di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang Setelah Mendapatkan Bimbingan Rohani Ialam**

Setelah penulis menyampaikan pendekatan teoritis mengenai bimbingan rohani Islam dan *Psychological Well-Being* pada lansia yang telah dijelaskan pada BAB II, kemudian dilanjutkan dengan BAB III yang berisi data-data yang penulis dapatkan dari lapangan. Maka dari itu, pada bagian BAB IV ini peneliti akan menganalisis hasil-hasil yang didapatkan dari penelitian dan mendiskusikan secara mendalam dengan mengkaitkan atau membandingkan tinjauan teoritis tersebut.

Terkait dengan judul penelitian diatas, memahami bahwa kegiatan bimbingan rohani Islam sangat berpengaruh bagi kondisi fisik maupun psikis lansia dalam meningkatkan *Psychological Well-Being*, karena kegiatan bimbingan rohani Islam yang ada didalamnya terdapat kegiatan keagamaan yang mengandung kaidah-kaidah Al-Qur'an dan Hadits, yang sebagaimana apabila seseorang mengikuti kegiatan keagamaan ini diasumsikan akan memiliki kondisi *psychological well-being* yang baik.<sup>85</sup> Proses menua yang terjadi pada individu akan mengalami perubahan biologis/ fisik, psikologis, sosial, dan spiritual.<sup>86</sup> Kondisi fisik yang terjadi pada setiap lansia berbeda-beda, seperti yang telah diuraikan pada BAB III, mbak A selaku perawat mengatakan bahwa kondisi fisik yang ada pada lansia

---

<sup>85</sup> Susana Aditiya, Widodo Supriyono, Ali Murtadho, Professionalism of Islamic Spiritual Guide, Journal of Advanced Guidance and Counseling, Vol. 1, No.2, 2020

<sup>86</sup> Khrisna Wisnusakti & Aat Sriati, *Kesejahteraan Spiritual Pada Lansia*, (Sumatera Barat: CV.Azka Pustaka, 2021), Hlm. 3

adalah penyakit tua.<sup>87</sup> Sejalan dengan mbak A, perawat lainnya yakni mbak E menjelaskan lebih rinci bahwa kondisi fisik yang terjadi pada lansia adalah Ada yang memiliki hipertensi, gula, darah tinggi, dan pengeroposan sendi.<sup>88</sup>

Selain itu, ada pula pemaparan dari ibu MA selaku pengelola di wisma lansia. Ia mengatakan bahwa kondisi fisik yang terjadi pada lansia biasanya sakit punggung, penglihatan menurun, pendengarannya juga menurun, moody an, kesulitan untuk berjalan sehingga memerlukan alat bantu, dan *bed rest* hanya berbaring ditempat tidur.<sup>89</sup> Hal ini sejalan dengan apa yang di kemukakan oleh Dewi Rika Juita & Nilna Azizatus shofiyah dalam penelitiannya yang berjudul “Peran Keluarga Dalam Merawat Lansia”. Ia mengatakan bahwa, selain perubahan fisik, ada pula lima masalah psikologis yang sering kali dialami oleh lansia yakni demensia disebabkan oleh gangguan fungsi otak yang bersifat kronis berkaitan dengan kemampuan mengingat, berpikir, menerima informasi, berhitung, mempelajari sesuatu sehingga akan mengganggu dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Sedangkan gangguan depresi seperti perasaan tertekan dalam jangka waktu yang cukup lama, mudah lelah, perubahan suasana hati yang tiba-tiba, merasa diri tidak berharga.

Ada pula gangguan kecemasan seperti memiliki rasa khawatir yang berlebihan sehingga memunculkan ketidaknyamanan pada diri individu. Selain itu ada pula gangguan somatoform, gangguan psikologi yang membuat individu mengalami berbagai gejala fisik (merasa sakit) tetapi tidak dapat dijelaskan secara klinis seperti yang pada umumnya terjadi ialah sakit punggung, pusing, gangguan pencernaan, penglihatan menurun, dan kelumpuhan. Serta gangguan insomnia, seseorang yang mengalami kesulitan dalam

---

<sup>87</sup> Wawancara Mbak Ari selaku Perawat di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

<sup>88</sup> Wawancara Mbak Erni selaku Perawat di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

<sup>89</sup> Wawancara Ibu Anwar selaku Ketua di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

mempertahankan kualitas tidur.<sup>90</sup> Masalah penuaan juga dialami lansia berupa perubahan psikologis yakni, short term memory, frustrasi, kesepian, takut kehilangan kebebasan, takut menghadapi kematian, perubahan keinginan, depresi, dan kecemasan.<sup>91</sup> Beberapa kondisi yang telah dipaparkan tersebut, setiap lansia memiliki respon yang berbeda-beda mengenai psikologisnya setelah mendapatkan bimbingan rohani Islam.

Pemaparan diatas sebagaimana yang diutarakan ibu I. Ia mengatakan bahwa setelah lansia mendapatkan bimbingan rohani Islam menjadi lebih baik seperti sudah mau menerima keadaan, lebih optimis. Namun, tidak semua lansia menunjukkan perubahan psikologinya yang baik karena adanya beberapa faktor tertentu seperti yang terjadi dari dalam diri individu yakni, sifat yang tidak mau menerima nasihat sebab individu tidak mau digurui, suka berada dititik nyaman dan lupa. Selain itu, terdapat faktor luar yang biasanya terjadi dari pihak keluarga seperti kurangnya pemberian perhatian dari pihak keluarga, ada pula faktor luar dari masa lalu atau kebiasaan semasa mudanya misalnya dari segi pergaulan dan gaya hidup.<sup>92</sup> Sebagaimana kondisi fisik yang berkaitan dengan psikis, karena kondisi yang terjadi pada psikis individu dapat berpegaruh terhadap fisiknya juga.

Terkait fenomena diatas, hal ini telah dipaparkan didalam BAB II melalui teori yang dikemukakan oleh Muhamad Zulfatul A'la dkk. Ia mengatakan bahwa, ketika jiwa pada diri seseorang tidak sehat, maka akan menjadi penyebab penyakit spiritual dan akan berdampak pada penyakit fisik. Hal ini dapat terjadi karena jiwa merupakan bagian yang sangat penting bagi manusia karena

---

<sup>90</sup> Dewi Rika Juita & Nilna Azizatus shofiyyah, *Peran Keluarga Dalam Merawat Lansia*, Jurnal Agama Sosial Dan Budaya, Vol.5, Issue.2, 2022, Hlm. 212

<sup>91</sup> R. Siti Maryam dkk, *Mengenal Usia Lanjut Dan Perawatannya*, (Jakarta: Salemba Medika 2008), Hlm. 58

<sup>92</sup> Wawancara Ibu Indri selaku Pembimbing Rohani Islam di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

dapat mempengaruhi tingkat spiritual.<sup>93</sup> Oleh karena itu untuk menjaga kestabilan tubuh pada lansia, maka kesehatan psikis harus diutamakan demi mendapatkan kesejahteraan psikologis pada seorang lansia. Kesejahteraan psikologis disini didapatkan melalui bimbingan rohani Islam. Maka dari itu, peran pembimbing rohani Islam sangat besar dalam membimbing lansia demi meningkatkan *Psychological Well-being* dalam dirinya. *Psychological Well-Being* juga dapat diartikan sebagai kesejahteraan psikologi.<sup>94</sup>

Kesejahteraan psikologi ada disetiap diri individu, kondisi yang menggambarkan *Psychological Well-Being* seseorang yaitu mampu menerima kondisi dirinya dengan baik, memiliki hubungan yang baik dengan orang lain, memiliki kemandirian, memiliki tujuan hidup, perkembangan personal, penguasaan terhadap lingkungan. Keenam kondisi yang menggambarkan *Psychological Well-Being* diatas merupakan ciri-ciri atau dimensi-dimensi yang dikemukakan oleh Ryff yang mengacu pada teori positive functioning (Maslow, Rogers, Jung, dan Allport), teori perkembangan (Erikson, Buhler, dan Neugarten), dan teori kesehatan mental (Jahoda). Masing-masing dimensi ini menggambarkan berbagai tantangan yang harus dihadapi setiap individu dalam usahanya untuk berfungsi positif.<sup>95</sup> Berikut ini adalah deskripsi dari masing-masing dimensi atau indikator yang terjadi pada lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang setelah mendapatkan bimbingan rohani islam:

Pertama, kondisi penerimaan diri dari beberapa lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang beragam. Beberapa dari mereka ada yang sudah menerima kondisi dirinya dengan baik dan ada juga yang belum bisa sepenuhnya

---

<sup>93</sup> Muhamad Zulfatul A'la, komarudin, Devi Efendi, *Kesejahteraan spiritual keluarga pasien stroke dan kaitannya dengan depresi*, Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia, Vol.3, No.3, 2015, Hlm. 130

<sup>94</sup> Berdasarkan Observasi Peneliti di Lapangan

<sup>95</sup> Tristiadi Ardi Ardani & Istiqomah, *Psikologi Positif Perspektif Kesehatan Mental Islam*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2020), Hlm. 44-46

menerima kondisi dirinya dengan baik. Seperti halnya eyang S yang sudah menerima kondisi dirinya dengan baik. Ia mengatakan bahwa bersyukur karena diusia yang sudah tua masih diberi kesehatan.<sup>96</sup> Selain itu, eyang SN mengatakan bahwa selama tinggal di wisma lansia eyang merasa betah karena memiliki banyak teman, namun masih butuh beradaptasi atau penyesuaian lingkungan. Proses yang biasa dilakukan adalah terus melakukan interaksi dengan orang lain, agar bisa menyesuaikan dirinya dengan baik.<sup>97</sup> Sedangkan eyang SM ia mengatakan bahwa seiring berjalannya waktu sudah bisa menerima mengenai parkinson yang dialaminya walau belum sepenuhnya. Proses yang biasa dilakukan adalah berdzikir dan membaca Al-Qur'an melalui bimbingan dari pembimbing rohani Islam, dengan begitu ia mulai mau menerima kondisi dirinya saat ini.<sup>98</sup> Terkait penerimaan diri, beberapa lansia berusaha dan memiliki pandangan masing-masing untuk menerima dirinya dengan baik.

Kedua, manusia diciptakan sebagai makhluk sosial. Seseorang yang memiliki *psychological well-being* yang baik hendaknya memiliki hubungan yang baik dengan orang lain. Sebagian besar lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang memiliki hubungan yang baik antar sesamanya. Lansia yang masih kuat berjalan sering mengunjungi teman-temannya dari kamar satu ke kamar lainnya. Hal ini sering dilakukan oleh eyang S, ia mengatakan bahwa silaturahmi dilakukannya setiap pagi dari kamar satu ke kamar lainnya dan selalu meminta maaf antar sesama karena menurut pandangannya

---

<sup>96</sup> Wawancara Eyang Sri Sulastri, Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

<sup>97</sup> Wawancara Eyang Ani, Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

<sup>98</sup> Wawancara Eyang Sri Muryani, Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

perihal umur tidak ada yang tahu.<sup>99</sup> Namun, hal ini berbeda dengan eyang AN dan eyang SM.

Sebagaimana kondisi pada eyang AN, walaupun ia tidak mengunjungi teman-temannya seperti yang dilakukan eyang S, akan tetapi jika ia melihat ada temannya diluar kamar, ia suka memanggil temannya untuk datang kepadanya, hal ini dilakukan karena eyang AN sudah kesulitan untuk berjalan, apabila terpaksa berjalan ia harus menggunakan tongkat untuk membantunya berjalan. Begitu pula dengan eyang SM, ia tidak bisa mengunjungi beberapa teman-temannya dikarenakan sudah kesulitan berjalan (*bedrest*), namun jika ada temannya yang menjenguknya ia merasa senang. Kondisi yang demikian dialami eyang AN dan eyang SM menandakan bahwa mereka memiliki hubungan yang baik dengan orang lain. Terkait problematika yang peneliti lihat dilapangan, sebagian besar lansia memiliki hubungan yang baik dengan orang di sekitarnya.

Ketiga, manusia yang sudah mencapai masa dewasa awal hingga lanjut usia, kebanyakan dari mereka memiliki kemandirian dalam hidupnya. Kemandirian disini merupakan kemampuan individu dalam mengambil keputusan sendiri, mampu melawan tekanan sosial untuk berfikir dan bersikap dengan cara yang benar, berperilaku sesuai dengan standar nilai individu, dan mengevaluasi diri sendiri dengan standar personal. Individu yang mampu melakukan aktualisasi diri dan berfungsi penuh memiliki keyakinan dan kemandirian, sehingga dapat mencapai prestasi dengan memuaskan. Di masa usia lanjut, kemandirian seseorang ada yang menurun ada pula yang tidak. Hal ini seperti yang dikatakan oleh mbak A selaku perawat wisma lansia husnul khatimah aisyyiah. Ia mengatakan bahwa seseorang yang berada di fase usia lanjut,

---

<sup>99</sup> Wawancara Eyang Sulastri, Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiah Gunungpati Semarang.

perilaku atau sikapnya tersebut akan kembali lagi seperti anak kecil. Sehingga dalam aktivitasnya inginnya dilayani dan ditemani.<sup>100</sup>

Namun dalam hal pengambilan keputusan, beberapa lansia mampu mengambil keputusan untuk dirinya sendiri, hal ini bisa dilihat melalui bagaimana lansia mengambil keputusan untuk tinggal di wisma lansia seperti yang dilakukan oleh eyang S dan eyang AN, dan mengambil keputusan untuk terus mempelajari ilmu agama walaupun sudah tua. Beberapa dari lansia juga mampu melawan tekanan sosial untuk berfikir dan bersikap dengan cara yang benar. Sebagaimana yang dilakukan oleh eyang AN, ia mampu mengontrol emosinya dan berusaha berlapang dada ketika tetangganya dulu merendahkan dan membodoh-bodohi dirinya. Perkembangan personal juga ditandai dengan individu yang mampu melakukan aktualisasi diri dan memiliki keyakinan serta kemandirian. Hal ini seperti yang dilakukan oleh eyang SM, ia mampu melakukan aktualisasi diri dan mencoba untuk menerima mengenai kondisinya dengan selalu berdzikir dan berusaha membaca ayat suci Al-Qur'an walau dalam keadaan bibir dan tubuhnya bergetar. Dengan ini, sehingga ia berusaha mengevaluasi diri dengan standar personal.

Beberapa lansia memiliki standar otonominya masing-masing. Dan semakin bertambahnya usia, maka dibutuhkannya beberapa kegiatan yang menyangkut keagamaan, hingga hal ini dapat menyejahterakan jiwanya dari berbagai permasalahan dimasa lalunya. Lingkungan yang didalamnya terdapat mayoritas dari generasinya juga dapat membuatnya nyaman dan lebih dihargai dengan adanya perhatian-perhatian yang diberikan oleh pengurus wisma lansia kepada lansia, hal ini dilakukan agar mereka dapat berfikir positif dan bersikap baik kepada dirinya sendiri maupun orang lain, sehingga mereka mampu mengevaluasi diri sendiri dengan standar personal.

---

<sup>100</sup> Wawancara Mbak Ari selaku Perawat di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

Keempat, mengenai tujuan hidup, kebanyakan dari lansia pasti memiliki tujuan dalam hidupnya masing-masing. Hal ini bisa dilihat dari pencapaian-pencapaian yang telah dilalui dalam hidupnya. Selain itu, adapun tujuan akhir dalam hidupnya yaitu mengharapkan ridho Allah dengan berusaha melakukan kebaikan di jalan Allah. Sebagaimana yang dikatakan oleh eyang S ketika wawancara tengah berlangsung. Ia mengatakan bahwa tujuan hidupnya saat ini adalah berharap di jalan Allah. Proses yang ia jalani hingga detik ini adalah mengikuti kegiatan bimbingan rohani yakni membaca ayat suci Al-Qur'an dan mendengarkan tausiyah, serta mengamalkan ajaran tersebut pada dirinya<sup>101</sup> Sama halnya yang dikatakan oleh eyang SM. Ia mengatakan bahwa tujuan hidupnya selain ketenangan adalah berada di jalan Allah. Proses yang dijalani nya tentu tidak mudah, selain berusaha menerima kondisi dirinya, ia juga mengikuti kegiatan bimbingan rohani yakni mendengarkan tausiyah dan mengaji di kamar nya. Hal ini disebabkan karena kondisi eyang SM yang *bedrest*, berbeda dengan kondisi eyang S dan eyang AN yang masih bisa menghadiri langsung kegiatan bimbingan rohani tersebut.<sup>102</sup> Pernyataan eyang SM hampir serupa dengan yang dikatakan oleh eyang AN. Ia mengatakan bahwa selain ingin dihargai dan mendapatkan ketenangan, tujuan hidupnya saat ini adalah berada di jalan Allah. Proses yang dilakukan nya hingga sampai saat ini adalah selain berusaha berdamai dengan diri sendiri agar kepercayaan dirinya meningkat, sama halnya yang dilakukan oleh eyang S dan SM, yakni mendengarkan tausiyah dan mengaji Al-Qur'an.<sup>103</sup>

Kelima, mengenai perkembangan personal. Setiap manusia pasti mengalami perkembangannya masing-masing dari bayi hingga

---

<sup>101</sup> Wawancara Eyang Sulastri, Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

<sup>102</sup> Wawancara Eyang Sri Muryani, Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

<sup>103</sup> Wawancara Eyang Ani, Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

dewasa, dari dewasa hingga menuju masa tua atau lanjut usia. Individu yang memiliki pertumbuhan pribadi ditandai dengan perasaan yang mampu dalam melewati berbagai tahap perkembangan secara berkelanjutan, berubah dengan cara yang efektif agar menjadi lebih terbuka terhadap berbagai pengalaman baru, menyadari potensi yang ada dalam dirinya dan dapat terus mengembangkan potensi diri, melakukan perbaikan setiap waktu dalam hidupnya, dan sesuai dengan kapasitas periode perkembangannya. Hal ini pula yang dirasakan oleh lansia di wisma lansia husnul khatimah aisyiyah Gunungpati Semarang.

Berdasarkan pengalaman dan pencapaian yang dialami masa mudanya, dapat berpengaruh bagi kehidupan di masa tua lansia itu sendiri. Seperti yang dikatakan oleh ibu I selaku pembimbing rohani Islam. Ia mengatakan bahwa, kehidupan yang dialami masa muda dapat berpengaruh terhadap kehidupan dimasa tua nya.<sup>104</sup> Hal ini serupa dengan apa yang dialami oleh salah satu lansia yang berada di wisma lansia yakni eyang S. Ia mengatakan bahwa masih diberi kesehatan, masih bisa mendengar, dan tidak pikun, ia juga menceritakan bahwa semasa mudanya bekerja di kantor, dan setelah pensiun ia rajin mengikuti kajian agama islam. Hingga saat ini, salah satu tujuan ia memilih berada di wisma lansia adalah agar bisa menempuh jarak yang lebih dekat ketika hendak mengikuti kegiatan mengaji dan mendengarkan tausiyah, atau biasa disebut juga dengan bimbingan rohani islam.<sup>105</sup>

Berbeda dengan yang dialami oleh eyang AN, semasa mudanya ia kerap kali diremehkan dan dibodoh-bodohi oleh tetangganya karena kondisi fisiknya yang berbeda, itulah yang menyebabkan ia sangat berhati-hati ketika hendak bercerita mengenai isi hatinya pada orang lain. Namun seiring berjalannya

---

<sup>104</sup> Wawancara Ibu Indri selaku Pembimbing Rohani islam di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

<sup>105</sup> Wawancara Eyang Sulastri, Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

waktu, perasaan yang ada pada dirinya mampu dalam melewati berbagai tahap perkembangan secara berkelanjutan dengan melakukan perbaikan dalam hidupnya, seperti mencoba untuk menerima dan berdamai dengan diri sendiri, sehingga ia mampu mengontrol emosinya dengan baik, dan berlapang dada.<sup>106</sup> Perkembangan personal yang ada pada eyang AN juga berbeda dengan apa yang ada pada eyang SM, pertama kali ia mengalami parkinson, ia merasa sedih, di tambah lagi ia hanya hidup seorang diri, akan tetapi setelah ia mencoba menerima keadaan dirinya, berdzikir, dan mendapatkan bimbingan rohani seperti mengaji dan mendengarkan tausiyah, ia sudah tidak terlalu meratapi penyakitnya seperti dulu lagi<sup>107</sup> Terkait beberapa keterangan diatas menunjukkan bahwa setiap lansia memiliki perkembangan personalnya masing-masing, dan dari berbagai pengalaman dimasa lalunya dapat mereka atasi dengan melakukan perbaikan setiap waktu dalam hidupnya, dan sesuai dengan kapasitas periode perkembangannya.

Keenam, mengenai penguasaan terhadap lingkungan, terdapat teori perkembangan yang menggambarkan tentang penguasaan lingkungan sebagai kemampuan untuk memanipulasi dan mengontrol lingkungan yang kompleks. Mental yang sehat dapat dikarakteristikan dengan kemampuan individu untuk memiliki atau menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi fisiknya, mampu dan berkompetensi mengatur lingkungan, serta mampu memilih dan menciptakan konteks yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai individu itu sendiri. Terkait teori perkembangan diatas, sama halnya yang dirasakan oleh lansia yang berada di wisma lansia husnul khatimah aisyyiah Gunungpati Semarang.

Hal ini dapat dilihat melalui bagaimana beberapa dari lansia tersebut memilih tempat yang sesuai dengan kebutuhan dirinya, dan

---

<sup>106</sup> Wawancara Eyang Ani, Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiah Gunungpati Semarang.

<sup>107</sup> Wawancara Eyang Sri Muryani, Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiah Gunungpati Semarang.

memilih tinggal di lingkungan yang sesuai dengan kondisi fisiknya, serta mampu memilih dan menciptakan konteks yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai individu itu sendiri yakni dengan berada atau tinggal di wisma lansia husnul khatimah aisyiyah Gunungpati Semarang. Salah satu pendekatan yang dilakukan oleh pembimbing rohani agar lansia merasa betah ialah dengan melakukan interaksi atau berbincang-bincang dengan mereka, seperti bercerita, dan menanyakan tentang masa lalu mereka yang indah-indah. Jadi tidak hanya bercerita tetapi juga mendengarkan mereka bercerita.

Terkait gambaran dimensi-dimensi yang terjadi pada lansia di wisma lansia husnul khatimah aisyiyah Gunungpati Semarang setelah mendapatkan bimbingan rohani Islam yang diaplikasikan kedalam teori Ryff, berkaitan dengan teori yang telah dipaparkan oleh Dodge, Daly, Huyton, dan Sanders (2012) bahwa, ketika individu mencapai kondisi *psychological well-being* dalam kondisi tertinggi maka seluruh dimensi kesejahteraan psikologis yang meliputi otonomi, penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup, dan penerimaan diri juga mengalami peningkatan pula.<sup>108</sup>

Berdasarkan gambaran fenomena yang telah terjadi di lapangan dan pemaparan dari beberapa teori diatas, dimensi-dimensi ini tentu akan terpenuhi apabila terdapat faktor yang mempengaruhi *psychological well-being*. Salah satu faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* adalah religiulitas. Ryff mengemukakan bahwa, Individu yang memiliki tingkat religiulitas yang tinggi lebih mampu memaknai kejadian hidupnya secara positif sehingga hidupnya menjadi lebih bermakna, terhindar dari stres dan depresi. Melalui gambaran kegiatan yang ada didalamnya, Cornwall menjelaskan bahwa, Religiuitas biasanya didefinisikan sebagai pemahaman ilmu agama, efek yang harus dilakukan dengan

---

<sup>108</sup> In Aini Isnawati & Rizka Yunita, *Hubungan Psychological Well-Being Dengan Kinerja Kader Kesehatan Jiwa*, Journal of Nursing Care & Biomolecular, Vol.4, No.1, Tahun 2019, Hlm. 51

hubungan atau perasaan emosional, dan perilaku seperti mengunjungi tempat ibadah, membaca kitab suci, dan beribadah.

Sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh Cornwall, Kwon berpendapat bahwa religiusitas didefinisikan sebagai sejauh mana seseorang percaya dan memandang perihal yang terjadi sehari-hari berdasarkan sudut pandang agama, serta menerapkan keyakinan yang diajarkan oleh agamanya didalam kehidupan sehari-hari.<sup>109</sup> Dari beberapa teori yang disampaikan diatas menunjukkan bahwa, apabila seseorang dapat menjalani religiulitasnya dengan baik, maka dalam hal ini bisa meningkatkan *psychological well-being* pada diri lansia. Apabila proses tersebut diurutkan dalam kacamata islam, pencapaian itu dapat terjadi karena *psychological well-being* yang ada didalam diri individu dapat ditingkatkan melalui spiritualitas dengan adanya kegiatan religiulitas.

## **B. Analisis Penerapan Bimbingan Rohani Islam Dalam Meningkatkan Psychological Well-Being Di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang**

Penerapan bimbingan rohani Islam memberikan manfaat pada *Psychological Well-Being* lansia. Proses yang dilakukan oleh pembimbing rohani yakni berupa kegiatan mengaji dan tausiyah. *Psychological well-being* yang ada didalam diri individu dapat ditingkatkan melalui spiritualitas, bagaimana ia bisa meningkatkan keimanannya dengan melakukan ibadah serta mendekatkan diri kepada Allah, hal ini dilakukan agar *psychological well-being* seseorang bisa meningkat. Sehingga, ketika iman individu sudah meningkat, maka umat manusia tidak akan takut dengan adanya kematian, hal ini dapat terjadi karena didalam dirinya sudah dibekali iman yang dapat menyejahterakan jiwanya. Sebagaimana teori pada BAB II yang telah dipaparkan oleh Pollner. Ia mengemukakan

---

<sup>109</sup> Sarah Yunianty S & Elvi Andriani, *Pengaruh Religiusitas Terhadap psychological well being (PWB) Pada Pensiunan Suku Batak Toba*, Jurnal Penelitian & Pemikiran Psikologi, Vol.13, No.2, 2018, Hlm. 77

bahwa, adanya pengaruh religiulitas terhadap kesehatan mental dan *psychological well-being* yakni; agama dapat menyediakan sumber-sumber untuk menjelaskan dan menyelesaikan situasi problematik, agama meningkatkan perasaan berdaya dan mampu (efikasi) pada diri seseorang, dan agama menjadi landasan perasaan bermakna, memiliki arah, dan identitas personal, serta secara potensial menanamkan peristiwa asing yang berarti.<sup>110</sup>

Teori Pollner diatas sejalan dengan apa yang dialami oleh lansia di wisma lansia husnul khatimah aisyiyah Gunungpati Semarang. Sebagaimana yang dipaparkan oleh ibu I selaku petugas bimroh di wisma lansia. Ia mengatakan bahwa, bimbingan rohani islam menyediakan kegiatan berupa tausiyah yang mengajarkan tentang amalan-amalan kebaikan di dunia untuk bekal di akhirat nanti yang sesuai dengan ajaran Al-Qur'an dan Hadits,<sup>111</sup> sehingga hal ini dapat meningkatkan perasaan berdaya dan mampu (efikasi) pada diri seseorang, dan agama yang dilandasi dengan iman yang kokoh akan menjadi landasan perasaan bermakna, memiliki arah, dan identitas personal, serta secara potensial menanamkan peristiwa asing yang berarti. Berbagai pemaparan diatas tentu dialami oleh beberapa lansia di wisma lansia husnul khatimah aisyiyah Gunungpati Semarang.

Berdasarkan peristiwa yang dialami oleh lansia yang menggambarkan teori pada Pollner dan disetujui pula oleh petugas bimroh diatas yakni berupa setelah mendapatkan sentuhan rohani melalui kegiatan tausiyah, beberapa lansia merasakan ketenangan dalam jiwa nya, mampu mengevaluasi diri menjadi manusia yang lebih baik dengan tetap menjalankan ibadah untuk mendekati diri kepada Allah, melaksanakan sunnah-sunnah Rasul, dan berbuat baik dengan sesama manusia seperti tetap menjaga tali silaturahmi.

---

<sup>110</sup> Tristiadi Ardi Ardani & Istiqomah, *Psikologi Positif Perspektif Kesehatan Mental Islam*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2020), Hlm. 54-55

<sup>111</sup> Wawancara Ibu Indri selaku Pembimbing Rohani Islam di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

Seperti yang dikatakan oleh eyang AN. Ia mengatakan bahwa setelah mengikuti kegiatan bimbingan rohani hatinya menjadi tenang.<sup>112</sup> Pernyataan eyang AN serupa dengan apa yang dikatakan oleh eyang S. Ia mengatakan bahwa setelah mengikuti kegiatan bimbingan rohani hatinya menjadi tenang, beliau juga menambahkan bahwa setiap jam satu malam ia terbangun untuk mengaji dan melaksanakan shalat tahajjud, selalu bersyukur kepada Allah agar hati menjadi lebih tentram.<sup>113</sup> Sedikit berbeda dengan eyang SM, karena melihat kondisinya yang kesulitan berjalan (*bedrest*), maka pembimbing rohani lah yang biasa mengunjungi eyang SM ke kamarnya. Beliau juga menambahkan bahwa apabila eyang sedang kesel atau sedih, biasanya ia melakukan dzikir agar hati merasa lebih tenang.<sup>114</sup>

Beberapa tanggapan informan diatas, sebagaimana yang dijelaskan didalam Al-Qur'an (surah Ar-Ra'du ayat 28) yang berbunyi:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ

الْقُلُوبُ

Artinya: “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah lah hati menjadi tenteram.”

Arti ayat tersebut menyatakan bahwa hati akan menjadi tenang ketika kita mengingat Allah. Hati yang tenang disini tentunya memiliki kesamaan dengan pengertian *psychological well-being*, yakni suatu kondisi yang ditandai dengan adanya perasaan bahagia, mempunyai kepuasan hidup dan tidak ada gejala-gejala depresi.

---

<sup>112</sup> Wawancara Eyang Ani, Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

<sup>113</sup> Wawancara Eyang Sulastri, Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

<sup>114</sup> Wawancara Eyang Sri Muryani, Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

Perspektif islam juga menjelaskan bahwa, terdapat hubungan antara religiulitas dan *psychological well-being*.

Ada pula terkait pemaparan teori Pollner diatas, sama halnya yang telah dikemukakan oleh Ryff pada BAB II mengenai faktor yang dapat mempengaruhi *psychological well-being*. Ia mengatakan bahwa, individu yang memiliki tingkat religiulitas yang tinggi lebih mampu memaknai kejadian hidupnya secara positif sehingga hidupnya menjadi lebih bermakna, terhindar dari stres dan depresi.<sup>115</sup> Hal ini didukung oleh Ellison, ia mengemukakan bahwa, adanya korelasi antara religiusitas dengan *psychological well-being*, seorang individu dengan religiusitas yang kuat, akan lebih tinggi tingkat *psychological well-being* nya, dan semakin sedikit dampak negatif yang dirasa dari peristiwa traumatik hidup.<sup>116</sup>

Berdasarkan tahapan untuk meningkatkan *psychological well-being* pada lansia adalah bagaimana caranya agar ia bisa mencapai spiritualitas dalam diri individu itu sendiri. Untuk mencapai spiritual dalam diri individu, tentu memiliki beberapa kegiatan yang ada didalamnya. Kegiatan religiulitas yang diberikan lansia di wisma lansia ini biasanya dibimbing oleh pembimbing rohani islam atau dengan kata lain bisa disebut dengan pembimbing spiritual islam. Pembimbing spiritual Islam harus terampil dalam mengimplementasikan sebagai upaya memberikan ta'lim, tausiyah, nasehat, dan mencari solusi masalah maradh al-qulub.<sup>117</sup> Namun, spiritual tidak hanya sebatas dalam praktik keagamaan saja seperti halnya membaca kitab suci maupun berdoa, akan tetapi dukungan spiritual juga mengacu pada menenangkan, menghibur, mendengarkan, menghormati privasi serta membantu mencari makna

---

<sup>115</sup> Tristiadi Ardi Ardani & Istiqomah, *Psikologi Positif Perspektif Kesehatan Mental Islam*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2020), Hlm. 48

<sup>116</sup> Annisa Fitriani, *Peran Religiulitas Dalam Meningkatkan Psychological Well Being*, Jurnal Studi Lintas Agama, Vol.XI, No. 1, 2016

<sup>117</sup> Susana Aditiya, Widodo Supriyono, Ali Murtadho, Professionalism of Islamic Spiritual Guide, Journal of Advanced Guidance and Counseling, Vol. 1, No.2, 2020  
Hlm. 104

dan tujuan hidup.<sup>118</sup> Dukungan spiritual seperti menjadikan obat untuk umat Islam, baik fisik maupun psikis.

Sebagaimana salah satu pengobatan yang tercantum dalam Al-Qur'an adalah fisik dan psikologis. Namun, pada tahap kuratif yang utama adalah perawatan psikologis dalam jiwa individu. ketika jiwa pada diri seseorang tidak sehat, maka akan menjadi penyebab penyakit spiritual dan akan berdampak pada penyakit fisik. Hal ini dapat terjadi karena jiwa merupakan bagian yang sangat penting bagi manusia karena dapat mempengaruhi tingkat spiritual.<sup>119</sup> Sekian banyaknya penjelasan yang telah terurai, jelas bahwasanya spiritual dapat meningkatkan *psychological well-being* yang baik pada diri individu dengan kegiatan keislaman seperti beribadah, mendengarkan tausiyah, membaca Al-Qur'an dan lain sebagainya melalui bimbingan rohani Islam.

Dari berbagai pemaparan diatas, terdapat beberapa teori dan fenomena dilapangan yang telah dikaitkan dan dijelaskan oleh peneliti berdasarkan data-data yang telah dikumpulkan melalui observasi dan wawancara, sehingga data-data tersebut dapat menjadikan sebuah tulisan yang sebagaimana telah dirangkai sedemikian rupa berupa analisa data yang merupakan suatu sub BAB yang akan tercantum pada karya ilmiah (skripsi). Berdasarkan data-data yang didapat melalui tujuh informan yakni satu ketua, satu petugas bimroh, dua perawat, dan tiga lansia, bahwasanya bimbingan rohani Islam yang diterapkan kepada para lansia berupa kegiatan mengaji dan tausiyah efektif dapat meningkatkan *psychological well-beng* dari beberapa lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang.

---

<sup>118</sup> Muhamad Zulfatul A'la, komarudin, Devi Efendi, *Kesejahteraan spiritual keluarga pasien stroke dan kaitannya dengan depresi*, Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia, Vol.3, No.3, 2015, Hlm. 130

<sup>119</sup> Ade Sucipto, *Dzikir As a Therapy In Sufistic Counseling*, Journal of Advanced Guidance and Counseling, Vol. 1, No.1, 2020, Hlm. 63

Berikut ini adalah tabel yang menggambarkan peningkatan psychological well-being informan lansia setelah mendapatkan bimbingan rohani Islam:

**Tabel 1. Analisis peningkatan psychological well-being lansia sebelum dan setelah mendapatkan bimbingan rohani islam**

Informan	Gambaran Peningkatan PWB			Aspek Peningkatan PWB
	Aspek psychological well-being sebelum	Bimbingan Rohani Islam	Aspek psychological well-being setelah	
S	Bisa menerima kondisi dirinya dengan baik, namun adanya sesuatu yang belum tercapai dengan baik dalam dirinya yaitu, mendalami ilmu agama.	Memberikan bimbingan rohani dengan mengaji Al-Qur'an serta materi tentang ibadah dan amaliyah-amaliyah yang ada dalam agama Islam.	Bisa menerima kondisi dirinya dengan baik karena di usia yang sudah tua masih diberi kesehatan, dan bisa lebih mendalami ilmu agama.	<i>Self acceptance</i>
	Mampu berhubungan baik dengan orang lain, akan tetapi kurang nyaman dengan kondisi lingkungan yang mayoritas non muslim, dan masih sulit menerima orang lain yang akan ditempatkan satu kamar dengannya.	Melihatkan kondisi yang jauh tidak seberuntung dia.	Mampu berhubungan baik dengan orang lain, dan merasa nyaman berada di lingkup mayoritas muslim. Hal ini ditandai dengan kebiasaannya setiap pagi untuk bersilaturahmi dengan lansia yang ada di wisma. Dan masih mencoba penyesuaian diri untuk bisa menerima teman-teman yang berinteraksi dengannya. Hal ini ditandai dengan adanya ia yang masih berusaha untuk berinteraksi dengan teman-temannya setiap hari.	<i>Positive relations with others</i>
	Tidak adanya penurunan tingkat kemandirian fisik, namun sedang dalam tahap proses melawan ketidaknyamanan terhadap lingkungannya yang mayoritas non muslim, dan	Memberikan bimbingan dengan beberapa materi, salah satunya ialah tentang penerimaan takdir yang sudah ditetapkan oleh Allah serta hikmah dari takdir tersebut.	Tidak adanya penurunan tingkat kemandirian fisik, karena dari segi fisiknya masih sehat, dan mampu beradaptasi dan bersikap dengan cara yang benar, berperilaku dengan	<i>Autonomy</i>

	berusaha menerima orang lain yang ada disekitarnya saat ini.		standar nilai individu, dan mengevaluasi diri sendiri.	
	Pencapaian terhadap kualitas diri dan karir.	Memberikan bimbingan rohani, salah satu materi yang biasa digunakan yakni berupa amaliyah-amaliyah yang dapat dikerjakan di dunia sehingga bisa menjadi penolong ketika di akhirat kelak, serta menggambarkan kehidupan di akhirat seperti alam barzah. Jadi lebih mengarah ke masa depan yaitu akhirat.	Mengharapkan ridho di jalan Allah, dan lebih mengarah pada akhirat.	<i>Purpose in life</i>
	Belum dapat menyempatkan waktu untuk mengikuti kajian agama islam guna lebih memahami ilmu agama, hal ini disebabkan karena kesibukannya dalam berkarir.	Memberikan bimbingan rohani dalam mengenalkan serta mengajarkan ilmu agama, dan mengaji kitab suci Al-Qur'an.	Antusias dalam mengaji besar sekali, sehingga perkembangannya bagus dalam memahami ajaran Agama Islam, dan memiliki target khatam Al-Qur'an.	<i>Personal growth</i>
	Belum menemukan dalam memilih dan menciptakan konteks yang sesuai dengan kebutuhan dirinya.	Sering melakukan interaksi dan mengajaknya berbicara tentang pengalaman indah atau pencapaian yang sudah diraih di masa muda nya.	Mampu memilih dan menciptakan konteks yang sesuai dengan kebutuhan dirinya.	<i>Environmental mastery</i>
AN	Belum mampu menerima kondisi diri nya dengan baik, hingga membuatnya tidak percaya diri.	Melihatkan kondisi yang jauh tidak seberuntung dia.	Adanya perkembangan dalam menerima kondisi diri nya dengan baik, karena merasa jauh lebih aman dibandingkan sebelumnya memiliki teman di lingkungan yang tidak membodoh-bodohi diri nya, dan tidak merendharkannya.	<i>Self acceptance</i>
	Merasa dibodohi dan tidak dihargai oleh orang-orang sekitar, itulah yang menyebabkan ia merasa tidak nyaman dengan lingkungannya.	Memberikan perhatian yang lebih kepada nya.	Mampu berhubungan baik dengan orang lain saat di wisma, karena dirinya merasa dihargai dan lebih diperhatikan. Hal ini ditandai dengan keramahan beliau ketika melihat lansia yang lain.	<i>Positive relations with others</i>
	Menurunnya kemandirian dalam segi kondisi fisik, dan berusaha untuk	Memberikan bimbingan dengan beberapa materi, salah satunya ialah tentang	Walaupun tingkat kemandirian fisik sudah menurun, akan tetapi ia	<i>Autonomy</i>

	melawan tekanan sosial dalam lingkungannya.	penerimaan takdir yang sudah ditetapkan oleh Allah serta hikmah dari takdir tersebut, dan memberikan pemahaman materi tentang bersabar.	mampu mengaktualisasi diri dengan baik mengenai perkembangannya dalam melawan tekanan sosial untuk berfikir dan bersikap dengan cara yang benar, hal ini dapat diketahui melalui aktivitasnya yang tetap berinteraksi dengan orang sekitar, serta bersikap tenang dan bersabar dalam menghadapi suatu hal yang tidak membuatnya senang.	
	Ingin dihargai dan mendapatkan ketenangan.	Memberikan perhatian-perhatian, dan memberikan bimbingan rohani, salah satu materi yang biasa digunakan yakni berupa amaliyah-amaliyah yang dapat dikerjakan di dunia seperti dzikir sehingga bisa mendapatkan ketenangan jiwa, sehingga menjadikan penolong ketika di akhirat kelak, serta menggambarkan kehidupan di akhirat seperti alam barzah. Jadi lebih mengarah ke masa depan yaitu akhirat.	Mengharapkan ridho di jalan Allah, dan lebih mengarah pada akhirat.	<i>Purpose in life</i>
	Merasa tertekan pada tetangganya yang kerap kali merendahkan dan membodoh-bodohnya ketika berada di lingkungan rumahnya, sehingga berpengaruh pada kehidupan saat ini yang selalu tidak sepenuhnya percaya pada orang lain, dan tidak percaya diri.	Melihatkan kondisi yang jauh tidak seberuntung dia, dan memberikan bimbingan rohani, salah satu materi yang biasa digunakan yakni berupa macam-macam ibadah, dzikir yang bisa dilakukan guna menentramkan hati dan pikiran, serta membimbingnya dalam membaca kitab suci Al-Qur'an, sehingga bisa meningkatkan kepercayaan dirinya bahwa dirinya memiliki kemampuan dalam membaca kitab suci Al-Qur'an.	Perkembangannya jauh lebih baik dari sebelumnya, ia yang mampu melewati berbagai tahap perkembangan secara berkelanjutan dengan melakukan perbaikan dalam hidupnya, sehingga ia mampu mengontrol emosinya dengan baik, berlapang dada, dan adanya perkembangan dalam kepercayaan dirinya.	<i>Personal growth</i>
	Dengan adanya tekanan terhadap situasi sosial	Sering melakukan interaksi dan mengajaknya berbicara tentang	Mampu memilih lingkungan yang sesuai	<i>Environment</i>

	yang tidak mendukung, menggambarkan bahwa ia belum mampu menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhannya.	pengalaman indah atau pencapaian yang sudah diraih di masa mudanya.	dengan kebutuhannya. Sehingga dirinya merasa lebih diperhatikan dan dihargai.	<i>tal mastery</i>
SM	Merasa sedih saat awal terkena parkinson.	Melihatkan kondisi yang jauh tidak seberuntung dia.	Adanya peningkatan dalam menerima kondisi fisiknya.	<i>Self acceptance</i>
	Mampu berhubungan baik dengan orang lain, walaupun kadang merasa terganggu dan kesal dengan teman sekamarnya karena berisik.	Memberikan bimbingan rohani, salah satu materi yang biasa digunakan yakni tentang manfaat dan pahala berdzikir yang mampu menentramkan jiwa, dan mengajak untuk lebih bersabar, agar dengan sabar bisa mengurangi rasa kesal dan dengan bersabar senantiasa dicukupkan pahalanya oleh Allah tanpa batas.	Lebih bisa menerima serta berhubungan baik dengan orang lain dan teman sekamarnya.	<i>Positive relations with others</i>
	Mengalami perubahan kondisi fisik dan psikis dalam dirinya, sehingga dalam tingkat kemandirian menurun.	Melihatkan kondisi yang jauh tidak seberuntung dia, dan membimbingnya dalam mengaji Al-Qur'an, serta mengingatkan kembali tentang fadhilah amaliyah yang dapat dilakukan.	Walaupun tingkat kemandirian fisik menurun, akan tetapi ia mampu mengaktualisasi diri dengan baik, hal ini dapat diketahui melalui semangat dan keinginannya untuk lebih bisa dalam mengaji, dan lebih mendekatkan diri kepada Allah.	<i>Autonomy</i>
	Ingin mendapatkan ketenangan.	Memberikan bimbingan rohani, salah satu materi yang biasa digunakan yakni berupa amaliyah-amaliyah yang dapat dikerjakan di dunia seperti dzikir sehingga bisa mendapatkan ketenangan jiwa, sehingga menjadikan penolong ketika di akhirat kelak, serta menggambarkan kehidupan di akhirat seperti alam barzah. Jadi lebih mengarah ke masa depan yaitu akhirat.	Mengharapkan ridho di jalan Allah, dan lebih mengarah pada akhirat.	<i>Purpose in life</i>
	Kurang menerima kondisi fisik yang terjadi padanya.	Melihatkan kondisi di bawah dia atau kondisi yang jauh tidak seberuntung dia, dan mengalihkan kesedihan itu	Presentasinya sudah jauh lebih banyak dibanding dulu, ia sudah senang mengaji, dan antusias	<i>Personal growth</i>

		dengan membimbing dalam mengaji Al-Qur'an.	nya itu meskipun ia sedang sakit tetap mau mengaji, dan dengan adanya kegiatan mengaji, ia jadi ingin bisa. Sehingga tentang penyakitnya tersebut, ia sudah mulai menerima kondisi diri nya saat ini.	
	Adanya perubahan dalam suasana lingkungan keluarga (tinggal sendiri), sehingga menjadikan dirinya kesepian.	Melakukan interaksi pendekatan dengan ngobrol dan mendengarkan cerita, seperti menanyakan tentang masa lalu nya, jadi tidak hanya bercerita tapi juga mendengarkan ia bercerita.	Mampu memilih lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan dirinya dimasa tua.	<i>Environmen tal mastery</i>

Berdasarkan tabel analisis peningkatan *psychological well-being* pada lansia diatas, maka dapat diketahui bahwa seluruh informan dalam penelitian ini setelah mereka mendapatkan bimbingan rohani Islam, dapat membantu meningkatkan *psychological well-being (PWB)* mereka, walaupun ada beberapa dimensi yang belum sepenuhnya terpenuhi, namun presentasinya jauh lebih baik di bandingkan sebelumnya. Lansia memiliki kondisi dan respon yang berbeda-beda dari mulai penerimaan diri, bagaimana hubungan mereka dengan orang lain, kemandirian, seperti apa tujuan hidup nya saat ini, bagaimana perkembangan personal nya, dan bagaimana respon mereka di lingkungan nya saat ini.

Dari penerimaan diri, sebelumnya lansia cenderung ada yang merasa sedih, tidak percaya diri, dan terkejut melihat perubahan dari kondisi

dirinya. Keadaan tersebut dikarenakan karena adanya perubahan yang terjadi pada kondisi fisik dan sosialnya, hal ini berpengaruh pada psikis atau kesejahteraan jiwanya. Sehingga motivasi dari petugas bimbingan rohani saja belum cukup. Maka dari itu, ada nya pendekatan-pendekatan yang pembimbing rohani lakukan di dalam proses bimbingan nya yakni membimbing dalam membaca Al-Qur'an, menyampaikan kaidah-kaidah keislaman, dan di samping itu juga mengajak mereka berbicara, bercerita, dan menjadi pendengar yang baik untuk mereka. Hal ini lah yang memudarkan rasa sedih, gelisah, kesepian, dan merasa yakin pada dirinya.

Terkait *positive relations with others*, hubungan mereka dengan orang lain baik, hanya saja sebelumnya mereka butuh penyesuaian diri karena berada atau tinggal di lingkungan baru. Selain *positive relations with others*, ada pula kemandirian, kemandirian yang dimaksud disini selain melakukan sesuatu dengan mandiri adalah mampu mengaktualisasi diri dengan baik seperti melawan tekanan sosial, dan mengevaluasi diri dengan standar personal. Kebanyakan dari lansia di sini, standar kemandirian dalam melakukan segala sesuatu dengan mandiri sudah menurun, dan hanya ada satu atau dua lansia yang masih bisa mandiri dalam melakukan segala sesuatunya. Namun, di samping itu mereka mampu mengaktualisasi dirinya dengan baik setelah mendapatkan bimbingan rohani Islam serta pendekatan-pendekatan yang diterapkan pembimbing rohani.

Melalui bimbingan rohani islam serta pendekatan-pendekatan yang diterapkan pembimbing rohani pada lansia juga merubah sudut pandang mereka mengenai tujuan hidup, berdasarkan pengalaman yang sudah banyak dilaluinya, mereka merasa bahwa hidup ini memiliki makna, dan mampu merasakan arti dalam hidup masa kini yang telah di jalani. Sebelumnya beberapa dari mereka memiliki visi misi tujuan hidupnya masing-masing yakni bisa mencapai karir yang ia mau, memiliki keluarga yang bahagia, dan lain sebagainya, namun setelah mereka berasa di masa tua, yang mereka inginkan saat ini adalah ketenangan dan mengharapkan ridho di jalan Allah. Selain tujuan hidup, adapun perkembangan personal pada lansia. sejauh ini,

beberapa lansia mampu melakukan perbaikan dalam dirinya, yang sebelumnya mengalami berbagai hal yang tidak menyenangkan pada kondisi kehidupan mereka, namun setelah beradaptasi dan mendapatkan bimbingan rohani Islam, mereka menjadi mampu menerima kondisi dirinya dengan baik, memiliki semangat yang tinggi dalam belajar membaca Al-Qur'an dan mendalami ilmu agama, serta lebih mendekatkan diri kepada Allah. Sedangkan terkait penguasaan diri terhadap lingkungan, beberapa dari mereka mampu memilih lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan dirinya di masa tua. Namun, sebagian masih dalam proses beradaptasi dan mengenal lingkungannya dengan baik, dan ada pula yang sudah merasa nyaman tinggal di lingkungannya saat ini, yaitu di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah, Gunungpati Semarang.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian-uraian pada bab-bab sebelumnya, maka dalam bab ini peneliti akan menyimpulkan hasil penelitian yang peneliti laksanakan tentang Bimbingan Rohani Islam Dalam Meningkatkan *Psychological Well-Being* pada lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang. Kesimpulan yang dapat ditarik dari judul penelitian diatas adalah sebagai berikut:

1. Kondisi lansia yang ada di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah tentu berbeda-beda, baik perubahan yang terjadi terhadap fisik, psikis, spiritual, dan sosial dalam hidup nya. Kebanyakan lansia mengalami kesepian, kesepian ini dapat memicu stres dan dapat berdampak pada kesehatan fisik, hingga yang mereka butuhkan saat ini adalah ketenangan atau kesejahteraan dalam jiwa nya. Salah satu pendekatan guna meningkatkan *psychological well-being (PWB)* pada lansia yang dilakukan oleh pembimbing rohani Islam yakni; dengan mengajak lansia berbicara dan menjadi pendengar yang baik, serta memberikan sentuhan rohani.
2. Proses pelaksanaan bimbingan rohani yang biasa dilakukan yakni; mengaji kitab suci Al-Qur'an, dan mendengarkan tausiyah. Proses tersebut diketahui dapat meningkatkan *PWB* pada lansia, hal ini dapat dilihat dari berbagai perkembangan yang menggambarkan bahwa diri nya merasa sejahtera dari yang sebelumnya. Peningkatan itu berupa; yang pada awalnya belum bisa menerima kondisi dirinya, setelah melakukan bimbingan rohani Islam, ia menjadi mampu menerima keadaan dirinya dengan baik, dapat mengaktualisasi dan melakukan perbaikan diri, berserah diri pada Allah, menjaga silaturahmi, serta mampu memilih lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan dirinya.

## B. Saran

Adapun saran yang dapat peneliti berikan kepada petugas bimroh sesuai dengan analisa pelaksanaan penelitian tentang bimbingan rohani islam dalam meningkatkan *psychological well-being* pada lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang adalah sebagai berikut:

1. Bimbingan rohani islam sangat berpengaruh terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis pada lansia. Oleh karena itu, petugas bimbingan rohani islam perlu meningkatkan dalam pemberian sentuhan rohani serta membimbing dan menemani lansia dalam kegiatan bimbingan rohani islam.
2. Hendaknya peran petugas pembimbing rohani islam dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia perlu meningkatkan kemampuan pembimbing rohani islam, baik sebagai pembimbing, sebagai konselor, sebagai penenang, sebagai anak yang memberikan kasih sayangnya kepada orang tua, dan sebagai motivator.
3. Kebutuhan serta pelayanan terhadap kondisi fisik lansia sangat berpengaruh pada kesegaran jasmani maupun rohani lansia. Maka, peran perawat dalam menangani kondisi lansia perlu di tingkatkan dan lebih diperhatikan lagi perihal apa yang dibutuhkan oleh lansia, serta memberikan pelayanan dengan penuh kasih sayang.

## C. Penutup

Dengan mengucapkan Alhamdulillah seraya bersyukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan berbagai rahmat, taufiq, serta hidayahNya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini dan hanya dengan karuniaNya lah penulisan kata-kata dalam skripsi ini dapat tersusun. Dengan berusaha semaksimal mungkin untuk dapat mencapai target yang diinginkan sebagai karya ilmiah, penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu, kritik dan juga saran untuk

memperbaiki demi kesempurnaan penulisan skripsi ini sangat penulis harapkan. Akhir kata, semoga yang tertulis dalam skripsi ini dapat memberi manfaat khususnya bagi penulis dan bagi para pembaca pada umumnya. Pada harapan penulis tersebut, hanya kepada Allah lah penulis menyerahkan segalanya dan memohon ampun atas kesalahan yang mungkin terdapat dalam karya ilmiah ini yang semata-mata karena keterbatasan dari penulis sendiri, karena sesungguhnya tidak ada yang sempurna didunia ini selain sang pencipta alam Allah SWT, semoga Allah mengampuni segala dosa kita. Aamiin Yaa Rabbal Alamin.

## DAFTAR PUSTAKA

- RI Kementrian Sosial. 2021. *Terus Tingkatkan Layanan, Mensos Akan Wujudkan Pendirian Posyandu Lansia.*
- Wisnusakti Khrisna dkk. 2021. *Kesejahteraan Spiritual Pada Lansia.* Sumatera Barat: CV.Azka Pustaka.
- Sukadari dkk. 2021. *Pedoman Pemberdayaan Taman Lansia Berbasis Psychological Well-Being.* Yogyakarta: UPY Press.
- Alwisol. 2006. *Psikologi Kepribadian.* Malang: UMM Press.
- Ardani Tristiadi Ardi dkk. 2020. *Psikologi Positif Perspektif Kesehatan Mental Islam.* Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Data Diperoleh Melalui Wawancara Kepada Ibu Anwar Selaku ketua Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati, Semarang.
- Anitasari Bestfy. 2021. *Jurnal Fenomena Kesehatan,* Vol.4, No.1.
- Fitriani Annisa. 2016. *Peran Religius dalam Meningkatkan Psychological Well-being.* Jurnal Studi Lintas Agama, Vol.XI, No.1.
- Ma'wa Wulan Siti Intan. 2018. *Pengaruh Syukur Terhadap Psychological Well-Being Pada Lansia Di Dukuh Karang Desa Jati Kecamatan Jati Kabupaten Blora.* Skripsi. Semarang: Fakultas Ushuluddin Dan Humaniora.
- Casmini dkk. 2020. *Menguatkan Psychological Well-Being Konselor Dengan Praktik Perilaku Sufi Amali.* Jurnal Al-Tazkiah, Vol.9, No.2.
- Sartini Tanjung Erfina Agus. 2018. *Studi Identifikasi Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Psychological Well-Being Pada Lansia Di Panti* Jompo Yayasan Guna Budhi Bakti Medan. Skripsi. Medan: Fakultas Psikologi.

- Hidayati Nurul. 2014. *Metode Bimbingan Rohani Islam di Rumah Sakit*. Jurnal IAIN Kudus, Vol.5, No.2.
- Raco.J.R. 2010. *Metode Penelitian Kualitatif: Jenis, Karakteristik, dan Keunggulannya*. Jakarta: PT. Grasindo.
- Abadi Guido Gusthi. 2021. *Gambaran Psychological Well-Being Pada Lansia Yang Rutin Melaksanakan Sholat Lima Waktu Di Mesjid Di Kota Pekanbaru*. Skripsi. Riau: Fakultas Psikologi.
- Yani Ade Irma. 2021. *Psychological Well-Being Mahasiswa Ma'had Al-Jami'ah IAIN Bengkulu*. Skripsi. Bengkulu: Fakultas Ushuluddin Dan Adab Dakwah.
- Hidayanti Ema. 2015. *Dasar-Dasar Bimbingan Rohani Islam*. Semarang: CV. Karya Abadi Jaya.
- Izzan Ahmad Izzan. 2019. *Bimbingan Rohani Islam Sentuhan Kedamaian Dalam Sakit*. Bandung: Simbiosis Rekatama Media.
- Dahlan Andi Kasrida. 2018. *Kesehatan Lansia Kajian Teori Gerontologi Dan Pendekatan Asuhan Pada Lansia*. Malang: Intimedia.
- Nugrahani Dr. Farida. 2014. *Metode Penelitian Kualitatif Dalam Penelitian Pendidikan Bahasa*. Solo: Cakra Books.
- Gemilang Galang Surya. 2016. *Metode penelitian kualitatif dalam bidang bimbingan dan konseling*.  
Jurnal Fokus Konseling. Vol. 2. No.2.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&B*. Bandung: Alfabeta.
- Djamhari Eka Afrina, dkk. 2020. *Kondisi Kesejahteraan Lansia Dan Perlindungan Sosial Lansia Di Indonesia*. Jakarta Selatan: Perkumpulan PRAKARSA.
- Muttaqin Asasul dkk. 2016. *Bimbingan Konseling Bagi Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga di LRC-KJHAM Semarang*. UIN

Walisongo Semarang. *Jurnal Studi Gender*.

Debby Zalussy dkk. 2016. *Bimbingan Rohani Islam Dalam Menumbuhkan Respon Spiritual Adaptif Bagi Pasien Stroke Di Rumah Sakit Islam Jakarta Cempaka Putih*. UIN Walisongo Semarang. *Jurnal Ilmu Dakwah*.

Nuryati Neni. *Bimbingan Rohani Islam Dan Perasaan Tenaga Lansia*. *Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*.

Himawanti Izza dkk. 2020. *Happiness reconstruction through islamic guidelines in blinds in The Muslim Blinds of Indonesia (ITMI) Central*

*Java. Journal of Advanced Guidance and Counseling*).

Isnawati Iin Aini dkk. 2019. *Hubungan Psychological Well-Being Dengan Kinerja Kader Kesehatan Jiwa*. *Journal of Nursing Care & Biomolecular*.

Hutapea Bonar. 2012. *Emotional Inteligence dan Psychological Well-Being pada Manusia Lanjut Usia Anggota Organisasi Berbasis Keagamaan di Jakarta*. *Jurnal Insan Media Psikologi*, Vol.13, No.2.

Yunianti Sarah dkk. 2018. *Pengaruh Religiusitas Terhadap Psychological Well-Being (PWB) Pada Pensiunan Suku Batak Toba*. *Jurnal Penelitian & Pemikiran Psikologi*, Vol.13, No.2.

Aliah B. Purwakania Hasan. 2006. *Psikologi perkembangan islami*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada).

Green Morgan dkk. 2010. *Religion, Health, And Psychological Well-Being*. *Journal of Religion & Health*.

Susana Aditiya, Widodo Supriyono, Ali Murtadho. 2020.  
Professionalism of Islamic Spiritual Guide.

Journal of Advanced Guidance and Counseling.

A'la Muhamad Zulfatul dkk. 2015. *Kesejahteraan spiritual keluarga pasien stroke dan kaitannya*

*dengan depresi.* Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia.

Sucipto Ade. 2020. *Dzikir As a Therapy In Sufistic Counseling.*

Journal of Advanced Guidance and Counseling.

Dokumentasi Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati  
Semarang.

Wawancara dengan Mbak Erni Selaku Perawat di Wisma Lansia  
Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati

Semarang.

Wawancara dengan Mbak Ari Selaku Perawat di Wisma Lansia  
Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati

Semarang.

Wawancara dengan Ibu Indri Selaku Pembimbing Rohani Islam di  
Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati

Semarang.

Wawancara dengan Eyang Sri Muryani Seorang Lansia di Wisma  
Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati

Semarang.

Wawancara dengan Eyang Sulastri Seorang Lansia di Wisma Lansia  
Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati

Semarang.

Wawancara dengan Eyang Ani Seorang Lansia di Wisma Lansia  
Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati

Semarang.

Juita Dewi Rika dkk. 2022. *Peran Keluarga Dalam Merawat Lansia.* Jurnal Agama Sosial Dan Budaya, Vol.5, Issue.2.

Maryam R. Siti dkk. 2008. *Mengenal Usia Lanjut Dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.

Berdasarkan Observasi Peneliti Lapangan.

Hidayati Nurul. 2014. *Metode Bimbingan Rohani Islam*. Jurnal IAIN Kudus, Vol.5, No.2.

Rosalina Rosta dkk. 2018. *Hubungan Antara Psychological Capital dengan Psychological Well-Being pada Dokter Muda Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro*.

Jurnal Empati, Vol. 7, No. 3.

Widayat Mintarsih. 2017. *Pendampingan Kelas Ibu Hamil Melalui Layanan Bimbingan Dan Konseling Islam Untuk Mengurangi Kecemasan Proses Persalinan*.

Jurnal Studi Gender. Vol.12, No.2.

Komarudin. 2012. *Bimbingan Psiko-Religious Bagi Pasien Rawat Inap Rumah Sakit Umum Daerah Di Jawa Tengah (Formulasi Ideal Layanan Bimbingan dan Konseling Islam)*. Jurnal At-Taqaddum.

Vol.4, No.1.

Abdul Mufid. 2020. *Moral and Spiritual aspects in counseling: Recent development in the west*. Journal of Advanced Guidance and

Counseling. Vol.1, No.1.

Agus Samsul Bassar & Aan Hasanah. 2020. *Riyadhah: The Model of The character education based on sufistic counseling*. Journal of

Advanced Guidance and Counseling, Vol.1, No.1.

## LAMPIRAN

### Lampiran 1. Pedoman wawancara

#### PEDOMAN WAWANCARA

##### **A. Instrumen wawancara dengan ketua Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang**

1. Maaf sebelumnya, dengan ibu siapa?
2. Sudah berapa lama ibu mengelola tempat ini?
3. Bagaimana sejarah berdirinya wisma lansia ini?
4. Apa visi misi wisma lansia husnul khatimah aisyiyah?
5. Bagaimana program layanan di wisma lansia husnul khatimah aisyiyah?
6. Apa saja kegiatan disini?
7. Bagaimana sistem kegiatan yang ada disini?
8. Bagaimana struktur kepengurusan disini?
9. Siapa saja yang bertugas dan apa jabatannya?
10. Bagaimana kondisi lansia disini?

##### **B. Instrumen wawancara dengan petugas bimbingan rohani islam Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang**

1. Maaf sebelumnya, dengan ibu siapa?
2. Sudah berapa lama ibu bekerja disini?
3. Bagaimana sistem pelaksanaan bimroh disini?
4. Apa saja kegiatan-kegiatan bimbingan rohani islam disini?
5. Apa saja materi yang biasanya digunakan dalam menyampaikan tausiyah kepada lansia?
6. Apa saja kendala lansia ketika pelaksanaan bimbingan rohani islam?
7. Dari kondisi lansia tersebut, bagaimana upaya yang dilakukan ibu dalam mengatasi persoalan itu melalui bimbingan rohani islam?

8. Bagaimana respon lansia ketika pelaksanaan bimbingan rohani islam?
9. Sebelum itu, bagaimana spiritual lansia sebelum mendapatkan bimbingan rohani islam?
10. Bagaimana kondisi kesejahteraan psikologi lansia sebelum mendapatkan bimbingan rohani islam?
11. Bagaimana cara ibu untuk meningkatkan kesejahteraan psikologi lansia melalui kegiatan bimbingan rohani islam?
12. Bagaimana kondisi kesejahteraan psikologi lansia setelah mendapatkan bimbingan rohani islam?
13. Bagaimana perkembangan lansia saat ini setelah mendapatkan bimbingan rohani islam?

**C. Instrumen wawancara dengan petugas perawat Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang**

1. Maaf sebelumnya, dengan ibu siapa?
2. Berapa lama ibu bekerja disini?
3. Bagaimana sistem perawatan disini?
4. Bagaimana keadaan lansia disini? Baik kondisi fisik maupun psikisnya?
5. Apa saja problematika yang biasa terjadi pada lansia?
6. Bagaimana ibu mengatasi problem tersebut?
7. Sejauh ini, apa kendala ibu ketika sedang merawat eyang?
8. Bagaimana perkembangan yang terjadi pada lansia setelah melalui perawatan disini? Perkembangan secara fisik maupun psikisnya?

**D. Instrumen wawancara dengan lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang**

1. Maaf sebelumnya, dengan eyang siapa?
2. Sudah berapa lama eyang tinggal disini?
3. Bagaimana kondisi eyang saat ini?
4. Upaya seperti apa yang eyang harapkan dalam kehidupan eyang?

5. Usaha seperti apa yang eyang lakukan untuk mencapainya?
6. Mengapa eyang mengharapkan tujuan itu dapat terwujud dalam kehidupan eyang?
7. Bagaimana hubungan eyang dengan orang lain? Bisa dijelaskan?
8. Bagaimana cara eyang membangun hubungan yang baik dengan orang sekitar?
9. Bagaimana eyang mempertahankan hubungan yang baik tersebut?
10. Pengalaman apa yang eyang rasakan selama tinggal disini?
11. Apa yang membuat eyang merasa betah tinggal disini?
12. Apa eyang pernah merasa bosan atau hal negatif lainnya yang mungkin mengganggu pikiran dan aktivitas sehari-hari eyang?
13. Bagaimana usaha eyang dalam mengatasi perihal negatif tersebut?
14. Bisa diceritakan bagaimana sikap eyang ketika mendapat cobaan?
15. Setiap manusia tentu mempunyai kelebihan masing-masing, bisa diceritakan apa kelebihan eyang?
16. Bagaimana cara eyang bisa menyertakan kelebihan tersebut dan dapat mengembangkannya?
17. Setiap manusia memiliki kekurangan, bisa diceritakan apa yang menjadi kekurangan eyang saat ini?
18. Bagaimana eyang meminimalisir kekurangan tersebut agar tidak menjadi hal yang mungkin bisa merugikan eyang disetiap saatnya?
19. Ketika eyang mengalami kesulitan dalam beraktivitas, bagaimana tindakan eyang?
20. Apa saja kegiatan yang biasanya eyang lakukan disini?
21. Apa eyang rutin melakukan kegiatan bimbingan rohani islam?
22. Bagaimana perasaan eyang setelah mendapatkan bimbingan rohani islam?
23. Apakah eyang merasa bahagia dan sejahtera?

**Lampiran 2. Pedoman observasi**

**PEDOMAN OBSERVASI**

<b>NO</b>	<b>Objek</b>	<b>Aspek Observasi</b>
1	Ketua Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang	Program layanan wisma lansia
2	Pembimbing Rohani Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang	Penerapan bimbingan rohani islam kepada lansia
3	Perawat Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang	Perawatan terhadap lansia
4	Lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rutinitas sehari-hari</li> <li>2. Aktivitas kegiatan di wisma lansia</li> </ol>

**Lampiran 3. Pedoman Dokumentasi****PEDOMAN DOKUMENTASI**

<b>NO</b>	<b>Objek</b>	<b>Aspek Dokumentasi</b>
1	Ketua	Proses wawancara
2	Petugas Bimroh	Proses wawancara
3	Perawat	Proses wawancara
4	Lansia	Proses wawancara

## Lampiran 4. Biodata informan (inisial)

### BIODATA INFORMAN (INISIAL)

#### A. Informan 1

1. Lansia 1
  - a. Nama : S
  - b. Umur : 75 tahun
  - c. Tinggal di wisma : Sudah 8 bulan
2. Lansia 2
  - a. Nama : AN
  - b. Umur : dibawah 70 tahun
  - c. Tinggal di wisma : Sudah 3 tahun
3. Lansia 3
  - a. Nama : SM
  - b. Umur : 72 tahun
  - c. Tinggal di wisma : Sudah 1 tahun

#### B. Informan 2

1. Pengurus 1
  - a. Nama : MAS
  - b. Jabatan : Ketua Wisma Lansia Husnul  
Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang
2. Pengurus 2
  - a. Nama : I
  - b. Jabatan : Pembimbing Rohani Islam Wisma  
Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang
3. Pengurus 3
  - a. Nama : A
  - b. Jabatan : Perawat Wisma Lansia  
Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang
4. Pengurus 4
  - a. Nama : E
  - b. Jabatan : Perawat Wisma Lansia  
Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang

## DOKUMENTASI

Gambar 1. Wawancara dengan Ibu MAS



Gambar 2. Wawancara dengan Ibu I



Gambar 3. Wawancara dengan Mbak A



Gambar 4. Wawancara dengan Mbak E



Gambar 5. Wawancara dengan Eyang S



Gambar 6. Wawancara dengan Eyang SM



Gambar 7. Wawancara dengan eyang AN



Gambar 6. Kegiatan Bimbingan Rohani Islam



## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### A. Identitas Diri

1. Nama : Yunita Indah Wardani
2. TTL : Blora, 17 Agustus 1999
3. NIM : 1701016145
4. Alamat : Dusun Kebon Kelapa, Desa pengarengan  
RT.019/ RW.005
  - a. Kecamatan : Rajeg
  - b. Kota : Kabupaten Tangerang
  - c. Provinsi : Banten
5. Email : yunitawardani44@gmail.com

### B. Riwayat Pendidikan

1. SD/MI : SDN Bunder 1 Tangerang
2. SMP/MTS : MTS Khozinatul 'Ulum Blora
3. SMA/MA : MA Khozinatul 'Ulum Blora
4. Perguruan Tinggi : Universitas Islam Negeri Walisongo  
Semarang

### C. Orang Tua/wali

1. Nama Ayah : Suwardi
2. Nama Ibu : Jaetun

Semarang, 12 Desember 2022

Penulis



**Yunita Indah Wardani**

NIM. 1701016145