

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pemensos RI Nomor 5 tahun 2018 menyatakan bahwa lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun keatas, populasi penduduk lanjut usia (lansia) meningkat secara cepat di seluruh dunia termasuk Indonesia yang diperkirakan meningkat dua kali lipat dalam 25 tahun kedepan. Dampak dari tingginya lonjakan jumlah lansia akan memberikan indikasi berkurangnya individu produktif, karena lansia mengalami penuaan dan penurunan fungsi-fungsi fisik dalam beraktifitas. Kondisi ini akan membuat lansia rentan dengan berbagai masalah kehidupan.

World Health Organization (WHO) mengklasifikasikan lanjut usia dibagi menjadi. Usia pertengahan (*Middle Age*) 45-59 tahun, lanjut usia (*Elderly*) 60-74 tahun, lanjut usia tua (*Old*) 75-89 tahun dan usia sangat tua (*Very Old*) di atas 90 tahun, perlu dipahami bahwa batasan usia ini bersifat umum dan kondisi setiap individu berbeda-beda. Proses penuaan alami membawa berbagai perubahan pada tubuh dan pikiran, beberapa perubahan fisik yang umum terjadi pada lansia meliputi penurunan kekuatan otot, penurunan kepadatan tulang, gangguan penglihatan dan pendengaran, serta penurunan fungsi kognitif. Selain perubahan fisik, lansia juga dapat mengalami perubahan psikologis seperti perasaan kesepian, depresi, dan kecemasan. Sehingga pentingnya untuk memberikan dukungan emosional

dan sosial kepada lansia untuk menjaga kesehatan mental mereka (Budiyanto, 2025).

Sedangkan undang-undang No. 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia pada Bab 1 Pasal 1 Ayat 2 menyebutkan bahwa usia 60 tahun adalah usia permulaan tua. Menua bukanlah suatu penyakit, tetapi merupakan proses yang berangsur-angsur mengakibatkan perubahan kumulatif, merupakan proses menurunnya daya tahan tubuh dalam menghadapi rangsangan dari dalam dan luar tubuh. Memasuki usia tua berarti mengalami kemunduran, misalnya kemunduran fisik yang ditandai dengan kulit yang mengendur, rambut memutih, gigi mulai ompong, pendengaran kurang jelas, penglihatan semakin memburuk, gerakan lambat, dan figur tubuh yang tidak proporsional (Endang, 2021).

(Nugroho, 2017) mengatakan bahwa proses penuaan merupakan hilangnya secara perlahan kemampuan jaringan untuk mempertahankan fungsi normalnya. Melemahnya kondisi fisik lansia dalam beraktifitas, akan membuat lansia rentan dengan berbagai problem kehidupan. Menua adalah proses alami yang dihadapi oleh manusia, tahap yang paling krusial adalah terjadinya penurunan fungsi atau perubahan pada aspek psikologis, sosial, budaya, dan spiritual.

Salah satu permasalahan psikologis yang sering dialami lansia adalah kegelisahan dalam menghadapi realita yang ada. Umumnya kegelisahan ini adalah suatu rasa tidak tentram, tidak tenang, tidak sabar,

rasa khawatir atau cemas pada manusia. Jadi gelisah merupakan suatu rasa yang berkembang dalam diri manusia, sifatnya psikologis atau kejiwaan. Pengaruh kegelisahan merupakan gejala universal yang ada pada manusia manapun. Namun kegelisahan hanya dapat diketahui dari gejala tingkah laku atau gerak gerik seseorang dalam situasi tertentu. Jadi merupakan sesuatu yang unik, sebagai manifestasi dari perasaan tidak tenang, khawatir, cemas dan sebagainya.

Freud dalam (Corey, 2013) menjelaskan bahwa kegelisahan adalah perasaan takut yang dihasilkan dari perasaan tertekan, ingatan, keinginan dan pengalaman yang muncul ke permukaan kesadaran. Kegelisahan tersebut dapat ditimbulkan oleh pemikiran yang kurang rasional, kegelisahan terjadi disebabkan oleh tidak seimbangnya kimia otak secara alami. Beck dalam (Wardani, 2017) mengungkapkan bahwa kegelisahan terjadi karena adanya penilaian kognitif yang tidak tepat terhadap sumber kekhawatiran atau stress. Kegelisahan juga ditandai dengan emosi yang tidak stabil dan munculnya ketegangan kronis pada fisik.

Dari beberapa pendapat ahli di atas, maka penulis simpulkan bahwa banyak hal yang dapat menyebabkan terjadinya kegelisahan. Kegelisahan muncul dari perasaan-perasaan yang menumpuk di alam bawah sadar yang kemudian muncul ke permukaan alam sadar. Kegelisahan juga muncul dari aktifitas kognitif yang kurang rasional sehingga memberikan respon yang salah terhadap stress.

Penyebab gangguan kecemasan tidak diketahui pasti, tetapi kemungkinan merupakan gabungan faktor genetik, kehilangan orang terdekat, psikologis, kesepian dan tidak mendapatkan dukungan sosial dari keluarga untuk merawat mereka. Gangguan kegelisahan pada lansia memiliki dampak negatif bagi kehidupan mereka, dampak yang dapat ditimbulkan akibat gejala kegelisahan pada lansia adalah keluhan mengenai kondisi fisik lansia, misalnya meningkatnya ketidakmampuan secara fisik dan kepuasan hidup lansia. Jika kegelisahan yang dialami lansia berlangsung secara terus menerus dalam waktu yang lama, maka dapat terjadi kelelahan dan bahkan kematian.

Oleh karena itu pembimbing agama sangat dibutuhkan bagi lansia agar mampu mengendalikan dirinya ke jalan yang benar. Sebagaimana terdapat dalam Al-Qur'an Surah An-Nahl ayat 125:

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

Artinya “Serulah (manusia) kepada jalan Tuhanmu dengan hikmah dan pengajaran yang baik, dan berdebatlah dengan mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu, dialah yang lebih mengetahui siapa yang sesat dari jalan-Nya dan dialah yang lebih mengetahui siapa yang mendapat petunjuk”. (Q.S An-Nahl:125)

Dalam ayat di atas Allah memberikan pedoman kepada Rasulullah SAW tentang cara mengajak manusia ke Jalan Allah, Jalan Allah disini maksudnya ialah agama Allah yaitu syariat islam yang diturunkan kepada

Nabi Muhammad SAW. Contoh realisasi ayat di atas ialah pemberian bimbingan keagamaan.

Drs. H.M. Arifin, M. Ed. Dalam bukunya yang berjudul “*Pokok-pokok Pikiran tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama*” bahwa bimbingan keagamaan adalah segala kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dalam rangka memberikan bantuan kepada orang lain yang mengalami kesulitan-kesulitan rohaniah dalam lingkungan hidupnya agar orang tersebut mampu mengatasinya sendiri karena timbul kesadaran dan penyerahan diri terhadap kekuasaan Tuhan Yang Maha Esa, sehingga timbul pada diri pribadinya suatu cahaya harapan kebahagiaan hidup masa sekarang dan masa depannya (Arifin, 1979).

Prof. Dr. Yahya Jaya dalam bukunya “*Bimbingan Konseling Agama Islam*” bahwa. Bimbingan Akidah adalah bidang pelayanan yang membantu konseli dalam mengenal, memahami, menghayati, mengamalkan dan mengembangkan akidah keimanannya, sehingga menjadi pribadi yang beriman dan bertakwa kepada Allah SWT, mantap (*Istiqamah*) dan mandiri (*Al-Kaiyis*), sehat dan bahagia, baik lahiriyah maupun bathiniyah, berdasarkan rukun iman yang enam. Pribadi yang *muwahid* adalah tujuan tertingginya.

Bimbingan Ibadah adalah pelayanan yang membantu klien dalam mengembangkan hubungan dan pengabdianya kepada Allah melalui amal ibadah agar menjadi pribadi yang taat dalam menjauhi larangan-Nya.

Pembentukan manusia yang taat, bertakwa dan beribadah adalah tujuan tertinggi dari pelayanan bimbingan ibadah.

Bimbingan Akhlak adalah bidang pelayanan yang membantu konseli dalam mengembangkan sikap dan perilaku yang baik, sehingga memiliki akhlak *mahmudah* dan jauh dari akhlak *mazmumah*. Tujuan yang hendak dicapai oleh bidang bimbingan ini yaitu pribadi yang mulia, *khuluq 'azhim* atau *makarim al akhlaq* dalam bahasa Alquran dan hadits.

Bimbingan Muamalah adalah bidang pelayanan yang membantu konseli dalam membina dan mengembangkan hubungan yang selaras, serasi, dan seimbang dengan sesama manusia dan makhluk, sehingga memiliki keharmonisan dalam kehidupan beragama (Yahya, 2004).

Rumah Sunnah Lansia Indonesia Kota Padang merupakan program yang membantu lansia untuk memenuhi kebutuhan spiritual dan melatih fungsi kognitif para lansia. Program ini dapat berupa pesantren lansia yang menyelenggarakan berbagai kegiatan ibadah dan pendidikan keterampilan. Rumah Sunnah Lansia membantu lansia untuk mencapai masa lansia untuk menua sehat, serta perlindungan untuk memenuhi kebutuhan para lansia agar dapat menikmati taraf kehidupan secara wajar pada masa tuanya.

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan pada tanggal 12 Februari 2025, data yang diperoleh di Yayasan Rumah Sunnah Lansia Indonesia Kota Padang yang berlokasi di Kecamatan Pauh, bahwa jumlah lansia yang bergabung di Yayasan tersebut sebanyak 150 orang, lansia

tersebut perawatan di rumah (*home care*), maksudnya adalah para lansia tidak tinggal di Yayasan tersebut akan tetapi apabila ada kegiatan dari aspek spiritual mingguan seperti pembelajaran agama, tausiyah, membaca Al-Qur'an bersama, serta kegiatan spiritual lainnya untuk membantu lansia meningkatkan kualitas hubungan mereka dengan Allah. Para lansia akan berkumpul di Yayasan tersebut.

Selain kegiatan spiritual, Yayasan Rumah Sunnah Lansia juga menyediakan pendampingan kesehatan seperti menyediakan layanan medis dan kesehatan yang mencakup pemeriksaan rutin, pengobatan serta perawatan bagi lansia yang membutuhkan baik dari segi fisik maupun mental. Program-program ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia baik dari segi fisik, emosional dan spiritual dengan menyediakan hubungan yang *holistik* dan menyeluruh sesuai dengan kebutuhan para lansia. Wawancara awal penulis dengan Bapak RR selaku pengurus Yayasan Rumah Sunnah Lansia Indonesia, didapat informasi atau gambaran tentang bimbingan keagamaan dalam mengatasi kegelisahan pada lansia. Dimana ada 10 orang lansia yang mengalami kegelisahan yang sering dipicu oleh kesepian, kehilangan orang terdekat, gangguan kesehatan dan perasaan tidak berguna, menjadi tantangan besar dalam penuaan.

Berdasarkan penjelasan di atas dengan adanya bimbingan keagamaan dalam mengatasi kegelisahan pada lansia. Oleh karena itu permasalahan ini sangat penting untuk diteliti agar mengetahui

“Bimbingan Keagamaan Dalam Mengatasi Kegelisahan Lansia di Yayasan Rumah Sunnah Indonesia di Kota Padang”

B. Rumusan Masalah dan Batasan Masalah

1. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembahasan yang telah disampaikan secara mendasar dari latar belakang di atas, adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana Bimbingan Keagamaan dalam Mengatasi Kegelisahan Lansia di Yayasan Rumah Sunnah Lansia Indonesia di Kota Padang?”.

2. Batasan Masalah

Agar penelitian ini dapat mencapai tujuan yang diharapkan, maka penulis membuat batasan masalah yang akan diteliti yaitu:

- a. Bimbingan akidah dalam mengatasi kegelisahan lansia di Yayasan Rumah Sunnah Lansia Indonesia di Kota Padang.
- b. Bimbingan ibadah dalam mengatasi kegelisahan lansia di Yayasan Rumah Sunnah Lansia Indonesia di Kota Padang.
- c. Bimbingan akhlak dalam mengatasi kegelisahan lansia di Yayasan Rumah Sunnah Lansia Indonesia di Kota Padang.
- d. Bimbingan muamalah dalam mengatasi kegelisahan lansia di Yayasan Rumah Sunnah Lansia Indonesia di Kota Padang.

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui bimbingan akidah dalam mengatasi kegelisahan lansia di Yayasan Rumah Sunnah Lansia Indonesia di Kota Padang.
2. Untuk mengetahui bimbingan ibadah dalam mengatasi kegelisahan lansia di Yayasan Rumah Sunnah Lansia Indonesia di Kota Padang.
3. Untuk mengetahui bimbingan akhlak dalam mengatasi kegelisahan lansia di Yayasan Rumah Sunnah Lansia Indonesia di Kota Padang.
4. Untuk mengetahui bimbingan muamalah dalam mengatasi kegelisahan lansia di Yayasan Rumah Sunnah Lansia Indonesia di Kota Padang.

D. Kegunaan Penelitian

1. Secara Akademis, bagi penulis untuk memenuhi syarat menyelesaikan studi di perguruan tinggi UIN Imam Bonjol Padang pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam (BKI) Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi.
2. Secara Teoritis, sebagai upaya untuk mendapatkan pengetahuan dan wawasan tentang Bimbingan Keagamaan dalam Mengatasi Kegelisahan Lansia di Yayasan Rumah Sunnah Lansia Indonesia di Kota Padang.
3. Secara Praktis, adapun hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi keilmuan bagi Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam sebagai alternatif sumber dan bahan pembelajaran mengenai bimbingan keagamaan yang dapat digunakan untuk mengatasi kegelisahan lansia.

E. Definisi Operasional

Agar tidak terjadi kesalahpahaman dalam memahami judul penelitian ini, maka perlu penulis uraikan penjelasan tersebut sebagai berikut:

Bimbingan Keagamaan: Bimbingan keagamaan adalah suatu proses pemberian bantuan terhadap individu atau kelompok agar dalam kehidupan agamanya selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah SWT, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat (Thohari, 1992).

Bimbingan keagamaan mengandung pengertian yang sangat luas, menyangkut intern dan ekstern. Berbagai ahli telah memberikan definisi yang beragam tentang bimbingan keagamaan, walaupun prinsipnya mengandung makna yang sama.

Kegelisahan: Kegelisahan adalah perasaan tidak tenang, khawatir, atau cemas yang dapat muncul secara normal sebagai reaksi terhadap stress. Namun, jika perasaan ini sangat kuat, sering terjadi, dan mengganggu aktivitas sehari-hari, kegelisahan bisa menjadi gejala dari gangguan kecemasan (*Anxiety Disorder*). Gejalanya bisa berupa fisik (jantung berdebar,

sulit tidur, gemetar) dan mental (sulit fokus, mudah marah).

Lansia: Menurut *World Health Organization* (WHO, 2018) lanjut usia adalah seseorang yang memiliki usia di atas 60 tahun dan UU No 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia pada pasal 1 ayat 2 yang menyebutkan bahwa umur 60 tahun adalah usia permulaan tua. Menua bukanlah suatu penyakit, akan tetapi merupakan suatu proses yang dinamis mengakibatkan perubahan yang bertambah, dan merupakan proses menurunnya daya tahan tubuh dalam menghadapi rangsangan baik dari luar maupun dalam dengan berakhirnya dalam kematian (Padila, 2013).

Kesimpulan dari penjelasan diatas adalah bahwa bimbingan keagamaan dapat membantu lansia mengatasi kegelisahan dengan memberikan harapan, ketenangan, dan makna hidup. Bimbingan keagamaan dapat dilakukan dengan cara meningkatkan iman dan takwa kepada Allah SWT. Hal ini mengingatkan lansia tentang kebesaran dan kekuasaan-Nya yang dapat membantu hati menjadi lebih tenang agar bahagia di dunia dan akhirat. Dengan demikian, bimbingan keagamaan dapat menjadi intervensi

yang efektif untuk mengatasi kegelisahan pada lansia, terutama jika dilakukan secara teratur dan dalam konteks yang mendukung.

F. Sistematika Penulisan

Agar mendapatkan Gambaran yang utuh dan terpadu dalam pembahasan ini, maka sistematika penulisan pada skripsi ini disusun dalam lima bab sebagai berikut:

- BAB I** :Bagian ini membahas tentang pendahuluan yang berisikan latar belakang masalah, batasan dan rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, definisi operasional, dan sistematika penulisan.
- BAB II** :Bagian ini membahas tentang kajian teori yang berkaitan dengan judul dan penelitian yang relevan.
- BAB III** :Bagian ini menjelaskan tentang metode dan jenis penelitian, lokasi penelitian, informan penelitian, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data.
- BAB IV** :Bagian ini menjelaskan tentang hasil penelitian yang memuat permasalahan dan membahas tentang Bimbingan Keagamaan dalam Mengatasi Kegelisahan Lansia.
- BAB V** :Bagian ini merupakan penutup yang berisikan kesimpulan dan saran.



UIN IMAM BONJOL
PADANG