

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Lanjut usia (lansia) merupakan fase akhir dalam siklus kehidupan manusia yang ditandai dengan berbagai perubahan biologis, psikologis, sosial, dan spiritual. Proses penuaan tidak hanya berkaitan dengan penurunan fungsi fisik, tetapi juga menyangkut perubahan peran sosial serta relasi interpersonal yang memengaruhi kesejahteraan psikologis individu. Secara psikologis, lansia cenderung mengalami pergeseran peran dari individu produktif menjadi individu yang lebih banyak bergantung pada lingkungan sekitar. Kondisi ini dapat memunculkan perasaan tidak berdaya, kehilangan makna hidup, hingga munculnya kesepian apabila tidak disertai dengan dukungan sosial dan spiritual yang memadai (Suardiman, 2011: 45).

Secara yuridis, definisi lansia diatur dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia yang menyatakan bahwa lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Undang-undang tersebut juga membedakan lansia potensial dan tidak potensial berdasarkan kemampuan produktivitasnya. Klasifikasi ini menunjukkan bahwa lansia merupakan kelompok yang membutuhkan perhatian khusus, baik dari keluarga, masyarakat, maupun pemerintah dalam rangka menjamin kesejahteraan hidupnya (UU RI No. 13 Tahun 1998). Salah satu permasalahan psikososial yang banyak dialami lansia adalah kesepian (*loneliness*). Kesepian bukan sekadar kondisi fisik ketika seseorang hidup sendiri, tetapi merupakan

pengalaman subjektif yang muncul akibat ketidaksesuaian antara hubungan sosial yang diharapkan dengan hubungan sosial yang dimiliki. Robert S. Weiss membedakan kesepian menjadi dua dimensi utama, yaitu kesepian emosional (*emotional loneliness*) yang berkaitan dengan hilangnya hubungan intim atau kelekatan emosional, serta kesepian sosial (*social loneliness*) yang berkaitan dengan keterbatasan jaringan sosial dan partisipasi sosial (Weiss, 1973 : 17).

Pandangan tersebut diperkuat oleh Perlman dan Peplau yang menyatakan bahwa kesepian adalah pengalaman emosional yang tidak menyenangkan ketika kebutuhan akan hubungan sosial yang bermakna tidak terpenuhi. Dengan demikian, kesepian bersifat subjektif dan dapat dialami meskipun individu berada di tengah lingkungan sosial. Pada lansia, kondisi ini sering dipicu oleh kehilangan pasangan hidup, anak yang merantau, pensiun dari pekerjaan, serta menurunnya intensitas interaksi sosial akibat keterbatasan fisik (Perlman & Peplau, 1981). Dalam perspektif Islam, manusia diciptakan sebagai makhluk sosial sekaligus makhluk spiritual yang memiliki kebutuhan akan hubungan dengan sesama dan dengan Allah SWT. Al-Qur'an menegaskan bahwa ketenangan hati hanya dapat diperoleh melalui dzikir dan kedekatan kepada Allah sebagaimana firman-Nya dalam QS. Ar-Ra'd ayat 28.

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya : “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram(QS.Ar-Ra'd :28).”

Ayat ini menunjukkan bahwa aspek spiritual memiliki peran penting dalam menjaga stabilitas emosional seseorang, termasuk pada masa lanjut usia. M. Quraish Shihab menjelaskan bahwa dzikir berfungsi menenteramkan hati dan memberikan kekuatan batin dalam menghadapi berbagai ujian kehidupan (Shihab, 2002). Selain itu, QS. Al-Insyirah ayat 5–6 menegaskan bahwa setiap kesulitan selalu disertai kemudahan, dalam QS. Al-Insyirah Ayat 5-6 Sebagai Berikut :

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا , إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

Artinya: *“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan” (QS Al-Insyirah: 5-6).”*

Tafsir Ibnu Katsir menjelaskan bahwa Allah tidak memberikan satu kesulitan tanpa menyediakan jalan keluar bagi hamba-Nya. Pesan teologis ini relevan dalam konteks lansia yang mengalami kesepian, karena penguatan spiritual dapat membantu lansia memaknai kesendirian sebagai bagian dari ujian kehidupan yang mengandung hikmah (Ibnu Katsir dalam Shihab, 2002). Bimbingan rohani Islam hadir sebagai salah satu bentuk intervensi spiritual yang bertujuan membantu individu memahami dan menginternalisasi nilai-nilai keagamaan dalam menghadapi persoalan hidup. Anwar Sutoyo menjelaskan bahwa bimbingan rohani Islam merupakan proses pemberian bantuan yang sistematis berdasarkan Al-Qur'an dan As-Sunnah untuk membantu individu mencapai ketenangan jiwa dan keseimbangan hidup (Sutoyo, 2015 : 6). Allah SWT telah menjelaskan hal ini dalam QA. Al- Hajj ayat 5 bahwa di antara manusia ada yang dikembalikan kepada usia sangat tua ardzalul umur sehingga tidak

mengetahui lagi apa yang pernah diketahuinya. Kondisi ini menunjukkan bahwa lansia mengalami penurunan fisik dan kognitif yang dapat menimbulkan rasa kesepian, cemas, dan butuh dukungan.

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِن كُنْتُمْ فِي رَيْبٍ مِّنَ الْبَعْثِ فَإِنَّا خَلَقْنَاهُ مِن تُرَابٍ ثُمَّ مِن نُّطْفَةٍ ثُمَّ مِنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ مِنْ مُّضْغَةٍ مُّخَلَّقَةٍ وَغَيْرِ مُخَلَّقَةٍ لِّنُبَيِّنَ لَكُمْ وَتُقَرَّبَ إِلَى الْأَرْحَامِ مَا تَشَاءُ إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى ثُمَّ نُخْرِجُكُمْ طِفْلًا ثُمَّ لِيَبْلُغُوا أَشُدَّهُمْ وَمِنْكُمْ مَّن يَمُوتُ وَمِنْكُمْ مَّن يُّرَدُّ إِلَىٰ أَرْدَلِ الْعُمَرِ لِكَيْلَا يَعْلَمَ مِن بَعْدِ عِلْمٍ شَيْئًا وَتَرَى الْأَرْضَ هَامِدَةً فَإِذَا أَنزَلْنَا

عَلَيْهَا الْمَاءَ اهْتَرَتْ وَرَبَتْ وَأَنْبَتَتْ مِن كُلِّ زَوْجٍ بَهِيجٍ

Artinya : *Wahai manusia, jika kamu meragukan (hari) kebangkitan, sesungguhnya Kami telah menciptakan (orang tua) kamu (Nabi Adam) dari tanah, kemudian (kamu sebagai keturunannya Kami ciptakan) dari setetes mani, lalu segumpal darah, lalu segumpal daging, baik kejadiannya sempurna maupun tidak sempurna, agar Kami jelaskan kepadamu (tanda kekuasaan Kami dalam penciptaan). Kami tetapkan dalam rahim apa yang Kami kehendaki sampai waktu yang sudah ditentukan. Kemudian, Kami mengeluarkanmu sebagai bayi, lalu (Kami memeliharamu) hingga kamu mencapai usia dewasa. Di antara kamu ada yang diwafatkan dan (ada pula) yang dikembalikan ke umur yang sangat tua sehingga dia tidak mengetahui lagi sesuatu yang pernah diketahuinya (pikun). Kamu lihat bumi itu kering. Jika Kami turunkan air (hujan) di atasnya, ia pun hidup dan menjadi subur serta menumbuhkan berbagai jenis (tetumbuhan) yang indah (surah Al- Hajj :5).*

Dari uraian di atas dapat disimpulkan Dalam konteks lansia, bimbingan rohani tidak hanya bersifat kuratif untuk mengurangi kesepian, tetapi juga preventif dan developmental dalam memperkuat ketahanan spiritual. Fungsi bimbingan rohani Islam menurut Hamdan Bakran Adz-Dzaky meliputi fungsi preventif, kuratif, rehabilitatif, dan developmental. Artinya, bimbingan rohani dapat mencegah munculnya gangguan

psikologis, membantu mengatasi masalah yang sedang dialami, memulihkan kondisi spiritual, serta mengembangkan potensi keagamaan individu (Adz-Dzaky, 2004:168). Dari uraian di atas fungsi bimbingan rohani islam dapat disimpulkan bahwa pendekatan ini menjadi relevan bagi lansia yang tinggal sendiri dan dapat mencegah mengalami kesepian emosional maupun sosial.

Permasalahan kesepian pada lansia tidak hanya terjadi secara umum, tetapi juga ditemukan pada lansia yang berada di Desa Turunan Kabupaten Tapanuli Selatan. Hal ini tergambar dalam observasi awal yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 10 Januari–13 Januari 2026, bahwa terdapat beberapa lansia yang menjalani kehidupan sehari-hari tanpa pendampingan keluarga secara langsung. Kondisi tersebut disebabkan oleh meninggalnya pasangan hidup maupun karena anak-anak mereka telah merantau ke luar daerah atau telah membentuk keluarga sendiri. Akibatnya, sebagian lansia harus menjalani kehidupan sehari-hari dengan keterbatasan dalam memperoleh perhatian, kasih sayang, dan dukungan emosional dari keluarga. Berdasarkan data yang diperoleh peneliti dari Pemerintah Desa Turunan Tahun 2026, terdapat 25 orang lansia yang berusia 60 tahun ke atas, dan sebanyak 10 orang di antaranya tinggal sendiri. Kondisi tersebut menyebabkan berkurangnya interaksi lansia dengan keluarga maupun lingkungan sekitar sehingga dapat menimbulkan perasaan sendiri, kehilangan, kesedihan, serta berkurangnya semangat dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Masyarakat Desa Turunan yang mayoritas beragama

Islam memiliki potensi sosial-keagamaan melalui keberadaan masjid dan tokoh agama yang berperan dalam kehidupan masyarakat. Potensi tersebut terlihat dari adanya kegiatan keagamaan dan bimbingan rohani Islam yang mulai dikembangkan sejak tahun 2023. Kegiatan bimbingan rohani Islam tersebut menjadi salah satu bentuk pembinaan keagamaan masyarakat melalui kegiatan seperti pengajian, dzikir bersama, pembacaan Al-Qur'an, serta pemberian nasihat keagamaan.

Berdasarkan fenomena dan hasil observasi awal yang telah diuraikan di atas, maka peneliti termotivasi untuk melakukan penelitian dengan judul **“Bimbingan Rohani Islam dalam Mengatasi Kesepian pada Lansia yang Tinggal Sendiri di Desa Turunan Kabupaten Tapanuli Selatan.”**

B. Rumusan Masalah dan Batasan Masalah

1. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dipaparkan, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana “Pelaksanaan Bimbingan Rohani Islam dalam mengatasi kesepian pada lansia yang tinggal sendiri di Desa Turunan Kabupaten Tapanuli Selatan Sumatra Utara”.

2. Batasan Masalah

Tujuan dari dibuatnya batasan masalah ini adalah untuk menghindari keluarnya topik yang akan di bahas, agar kajian tersebut lebih fokus dalam membahas penelitian yang akan diteliti dan memberi

fasilitas agar penelitian ini bisa tercapai. Berikut beberapa batasan masalah yang akan di bahas dalam penelitian ini adalah:

- a. Perencanaan program bimbingan rohani Islam dalam mengatasi kesepian emosional dan sosial pada lansia yang tinggal sendiri.
- b. Pengorganisasian pelaksanaan bimbingan rohani Islam bagi lansia yang tinggal sendiri.
- c. Pelaksanaan rohani Islam dalam mengatasi kesepian emosional dan kesepian sosial pada lansia yang tinggal sendiri.
- d. Pengawasan dan evaluasi terhadap pelaksanaan bimbingan rohani Islam dalam mengatasi kesepian pada lansia yang tinggal sendiri.

C. Tujuan Penelitian dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah dan batasan masalah yang ada, maka peneliti dapat merumuskan karya penelitian dengan tujuan sebagai berikut:

- a. Untuk mengetahui dan mendeskripsikan perencanaan program bimbingan rohani Islam dalam mengatasi kesepian emosional dan sosial pada lansia yang tinggal sendiri.
- b. Untuk mengetahui dan mendeskripsikan pengorganisasian pelaksanaan bimbingan rohani Islam bagi lansia yang tinggal sendiri.

- c. Untuk mengetahui dan mendeskripsikan pelaksanaan bimbingan rohani Islam dalam mengatasi kesepian emosional dan kesepian sosial pada lansia yang tinggal sendiri.
- d. Untuk mengetahui dan mendeskripsikan pengawasan dan evaluasi terhadap pelaksanaan bimbingan rohani Islam dalam mengatasi kesepian pada lansia yang tinggal sendiri.

2. Kegunaan Penelitian

Kegunaan penelitian merupakan dampak dari tercapainya tujuan, serta untuk menjelaskan kegunaan dari penelitian yang dilakukan peneliti. Kegunaan dari penelitian ini yaitu:

- a. Secara Akademis, untuk memenuhi syarat bagi penulis untuk menyelesaikan studi di perguruan tinggi Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi.
- b. Secara teoritis, sebagai upaya untuk mendapatkan pengetahuan dan wawasan tentang bimbingan rohani islam dalam mengatasi kesepian pada lansia yang tinggal sendiri di Desa Turunan Kabupaten Tapanuli Selatan Sumatra Utara.
- c. Secara praktis, adapun hasil penelitian ini dapat memberikan pengalaman serta wawasan bagi penulis khususnya dan umumnya kepada pembaca terkait dengan bimbingan rohani islam dalam mengatasi kesepian pada lansia yang tinggal sendiri di desa turunan kabupaten tapanuli selatan sumatra utara.

D. Definisi Operasional

Supaya tidak terjadi kesalahpahaman dalam memahami yang ada dalam judul penelitian ini, maka perlu peneliti uraian penjelasan sebagai berikut:

Bimbingan Rohani Islam : Bimbingan rohani Islam adalah proses Pemberian bantuan kepada lansia berdasarkan nilai-nilai ajaran Islam yang dilakukan oleh pembimbing rohani atau tokoh agama melalui kegiatan keagamaan. Dalam penelitian ini, bimbingan rohani Islam difokuskan pada proses perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan, pengawasan, dan evaluasi kegiatan dalam membantu lansia menghadapi kesepian.

Kesepian Terbagi dua : Kesepian emosional dan kesepian sosial.

Lansia yang Tinggal Sendiri : Lansia yang tinggal sendiri adalah individu yang berusia 60 tahun ke atas yang menjalani

kehidupan sehari-hari tanpa didampingi pasangan hidup atau keluarga dalam satu rumah. Kondisi tersebut menyebabkan lansia memiliki keterbatasan dalam memperoleh dukungan emosional, sosial, dan pendampingan sehari-hari.

Dapat disimpulkan dan dipahami bahwa bimbingan Islam memiliki keterkaitan dengan kesepian pada lansia karena kesepian tidak hanya berkaitan dengan kondisi hidup sendiri, tetapi juga berhubungan dengan hilangnya kedekatan emosional dan berkurangnya hubungan sosial. Menurut Weiss, kesepian terbagi menjadi dua bentuk, yaitu kesepian emosional (*emotional loneliness*) yang muncul akibat kehilangan hubungan dekat dengan pasangan atau orang yang memiliki ikatan emosional, serta kesepian sosial (*social loneliness*) yang terjadi karena kurangnya hubungan dan keterlibatan sosial dengan lingkungan sekitar (Weiss, 1973:17). Sehingga, bimbingan rohani Islam dapat menjadi salah satu upaya dalam membantu lansia mengatasi kesepian melalui penguatan spiritual, pemberian dukungan emosional, serta peningkatan interaksi sosial dalam kegiatan keagamaan.

E. Sistematika Penulisan

Sistematika dalam penulisan pada skripsi dapat dikelompokkan menjadi lima bab. Bab satu membahas tentang pendahuluan yang berisikan latar belakang masalah, batasan masalah dan rumusan masalah, tujuan penelitian dan kegunaan penelitian, definisi operasional serta sistematika penulisan. Bab dua membahas tentang kajian teori yang berkaitan dengan judul penelitian dan penelitian relevan. Bab tiga menjelaskan tentang metode penelitian yang berisi jenis penelitian, lokasi penelitian, informan penelitian, teknik pengumpulan data, uji kelayakan dan teknik analisis data. Bab empat menjelaskan hasil penelitian yang memuat hasil penelitian membahas tentang bimbingan rohani islam yang mengalami kesepian pada lansia yang tinggal sendiri dan implikasi hasil penelitian dengan keilmuan bimbingan konseling islam. Bab lima merupakan penutup yang berisikan kesimpulan dan saran.