



Urgensi Layanan Bimbingan Konseling Islam Dalam Kesadaran Beragama Lansia

Risdawati Siregar

Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi IAIN Padangsidimpuan
(E-mail: risdawatisiregar2376@gmail.com)

Abstract

Islamic guidance and counseling provides guidance for the elderly to know, understand and practice the teachings of Islam that are good and true. The practice of elderly worship varies because it has a different background. It is necessary to provide Islamic counseling guidance services to effect changes and practice of elderly worship are private field service, mental counseling service and learning service. This article uses research in the form of a literature review, by gathering a number of references related to Islamic counseling guidance in the form of journals and reference books. The result of Islamic guidance and counseling services in the elderly must include of tauhid which is increasingly having awareness in carrying out worship, prayer, fasting, and reading the Qur'an and success achieved. Islamic counseling guidance with a change in the perception and purpose of life of the elderly and awareness of religious behavior and experience of worship to Allah SWT.

Keywords: Urgency, Islamic Counseling Guidance, Religious Awareness, Elderly

Abstrak

Bimbingan dan konseling Islam memberikan pengarahan dan tuntunan pada Lansia untuk mengetahui, memahami dan mengamalkan ajaran Islam dengan baik dan benar. Pengamalan ibadah Lansia berbeda-beda karena memiliki latar belakang yang berbeda. Maka perlu layanan bimbingan konseling Islam untuk memberikan efek perubahan kesadaran dan pengamalan ibadah lansia. Adapun bentuk layanan yang diberikan kepada Lansia adalah layanan bidang pribadi, layanan konseling kesehatan mental, layanan bimbingan karir, dan layanan bimbingan belajar. Artikel ini menggunakan penelitian berupa telaah pustaka, dengan mengumpulkan beberapa referensi yang terkait dengan bimbingan konseling Islam baik berupa jurnal maupun buku-buku rujukan. Hasil layanan bimbingan konseling Islam pada Lansia tersebut harus meliputi aspek tauhid yaitu semakin meng-Esakan Allah dan meyakini Allah dan aspek ibadah yaitu semakin mempunyai kesadaran dalam melaksanakan ibadah sholat, puasa dan membaca al-Qur'an. Keberhasilan yang dicapai bimbingan konseling Islam dengan

adanya perubahan pada persepsi dan tujuan hidup Lansia serta kesadaran terhadap perilaku beragama dan pengamalan ibadahnya kepada Allah SWT

Kata Kunci: *Urgensi, Bimbingan Konseling Islam, Kesadaran Beragama, Lansia*

A. Pembahasan

Bimbingan konseling Islam merupakan proses pemberian bantuan yang diberikan secara ikhlas kepada individu atau sekelompok untuk meningkatkan keimanan dan ketakwaan kepada Allah SWT memberikan pengarahan atau menuntun lanjut usia yang bertujuan agar lanjut usia lebih mengetahui, memahami dan mengamalkan ajaran agama dengan baik dan benar. Bimbingan ke-Islaman bukan hanya diperoleh dalam bentuk formal akan tetapi dalam bentuk non formal. Bentuk bimbingan salah satunya yang diterapkan di sebuah lembaga sosial pada lanjut usia, umumnya pada masa tua seseorang lebih memfokuskan hidupnya untuk kehidupan akhirat dan berusaha dalam meningkatkan amal ibadahnya, karena pada masa tua apa lagi yang harus dipersiapkan kalau bukan bekal untuk kehidupan akhirat nanti.

Memberikan pelayanan yang tepat untuk lansia adalah salah satu cara untuk membantu lansia agar dapat menerima keadaannya yang sesungguhnya ia jalani, dengan begitu jika lansia dapat memahami dirinya maka ia akan berusaha untuk dapat menyesuaikan diri dengan kondisi fisik, sosial, dan psikologis dengan tepat. Dengan memperlakukan lansia sesuai keinginannya hal ini tidak menutup kemungkinan bahwa lansia perlahan-lahan akan lebih dapat menerima diri. Keadaan yang ada pada lansia cenderung berpotensi menimbulkan masalah kesehatan secara umum maupun kesehatan secara khusus, baik kesehatan fisik maupun kesehatan jiwa. Oleh karena itu diperlukan penyuluhan kepada lansia agar dapat menerima keadaan dengan mencari sisi positif dari kemampuan dan pengalaman yang ada pada lansia, agar ia berfikir bahwa ia masih berguna dan dibutuhkan orang lain. Namun pada kenyataannya, dengan kulit keriput, fisik renta, sakit-sakitan, langkah gontai, pakaian kusut, bahkan kadang cacat fisik, orang lanjut usia itu mengharap belas kasih orang lain bahkan kadang dieksploitasi oleh pihak tertentu. Sementara dirumah mewah dijumpai lansia yang merasa sudah tidak berguna, diacuhkan oleh keluarganya, kehilangan kekuasaan, dan sakit-sakitan.

Oleh karena itu pelayanan bimbingan konseling Islam pada lansia tidak dapat dilakukan sendiri oleh konselor. Konselor perlu bekerja sama dengan berbagai pihak

dan adanya asas keterpaduan, terutama peran yang sangat besar dari anggota keluarga. Bimbingan konseling Islam biasanya dilakukan pada lansia yaitu bimbingan konseling kelompok dan individu. Bimbingan konseling kelompok merupakan bimbingan keislaman yang diikuti kalangan lansia secara bersama-sama. Sedangkan bimbingan individu merupakan bimbingan yang diikuti secara perorangan antara pembimbing dan lansia. Adanya bimbingan ini akan memberikan pengaruh terhadap perubahan kesadaran dan pengamalan ibadah kalangan lansia. Kesadaran ibadah merupakan kemampuan dari dalam diri lansia dengan lebih mendekatkan hubungan kepada Allah yang diikuti dengan keimanan. Sedangkan pengamalan ibadah merupakan kesungguhan dalam melaksanakan kewajibannya sebagai umat muslim dengan lebih mendekatkan diri kepada Allah. Kesadaran dan pengamalan ibadah dikalangan lansia berbeda-beda karena lansia memiliki latar belakang yang berbeda-beda. Bimbingan konseling Islam yang diberikan oleh pembimbing kepada para kalangan lansia akan memberikan efek pada perubahan kesadaran dan pengamalan ibadah kalangan lansia.

C. Metode Analisis

Author menulis artikel ini menggunakan pendekatan penelitian Library research. Peneliti melakukan penelitian pada objek kajian literatur. Peneliti melakukan penggalian data pada literatur buku, dan jurnal baik digital ataupun yang manual. Literatur tersebut yang membahas tentang layanan Bimbingan konseling secara konvensional dan Bimbingan konseli Islam. Peneliti melakukan penggalian pada sumber data primer dan sekunder, juga dari jurnal. Cara pengumpulan data penelitian yang peneliti lakukan dengan mencatat, mengklasifikasikan, dan membandingkan satu sama yang lain. Setelah data terkumpul dan dilakukan editing, pemeriksaan klasifikasi dan observasi langkah selanjutnya peneliti melakukan analisis dalam penelitian literatur dengan pola deduktif dan induktif. Hasil dari literatur ini digunakan untuk mengidentifikasi sebuah Layanan Konseling bimbingan konseling Islam.

B. Landasan Teoritis

1. Definisi Bimbingan Konseling Islam

Secara etimologis, bimbingan dan konseling terdiri atas dua kata yaitu “bimbingan” (terjemahan dari kata “*guidance*”) dan “konseling” (diambil dari kata “*counseling*”). Dalam praktik, bimbingan dan konseling merupakan satu kesatuan

kegiatan yang tidak terpisahkan. Keduanya merupakan bagian yang integral. Secara etimologi menurut Winkel dalam Tohirin istilah “bimbingan” merupakan terjemahan dari kata “*guidance*”. Kata “*guidance*” yang kata dasarnya “*guide*” memiliki beberapa arti :Menunjukkan jalan (*showing the way*), Memimpin (*leading*), Memberikan petunjuk (*giving instruction*), Mengatur (*regulating*), Mengarahkan (*governing*), memberi nasihat (*giving advice*).¹ Sedangkan menurut istilah Bimbingan adalah bimbingan merupakan proses bantuan terhadap individu untuk mencapai pemahaman diri dan pengarahan diri yang dibutuhkan untuk melakukan penyesuaian diri secara maksimum kepada sekolah (dalam hal ini termasuk madrasah), keluarga, dan masyarakat.

Sedangkan konseling adalah Secara etimologi istilah konseling diadopsi dari bahasa Inggris “*counseling*” di dalam kamus artinya dikaitkan dengan kata “*counsel*” memiliki beberapa arti, yaitu nasihat (*to obtain counsel*), anjuran (*to give counsel*), dan pembicaraan (*to take counsel*). Berdasarkan arti di atas, konseling secara etimologis berarti pemberian nasihat, anjuran, dan pembicaraan dengan bertukar pikiran.² Sedangkan menurut istilah konseling adalah kontak atau hubungan timbal balik antara dua orang (konselor dan klien) untuk menangani masalah klien, yang didukung oleh keahlian dalam suasana yang laras dan integrasi, berdasarkan norma-norma yang berlaku untuk tujuan yang berguna bagi klien. Sedangkan pengertian Islam berasal dari bahasa Arab dalam bentuk masdar yang secara harfiah berarti selamat, sentosa dan damai. Dari kata kerja *salima* diubah menjadi bentuk *aslama* yang berarti berserah diri. Dengan demikian arti pokok Islam secara kebahasaan adalah ketundukan, keselamatan, dan kedamaian.³

Secara terminologis, Ibnu Rajab merumuskan pengertian Islam, yakni: Islam ialah penyerahan, kepatuhan dan ketundukan manusia kepada Allah swt. Hal tersebut diwujudkan dalam bentuk perbuatan. Di samping itu, Syaikh Ahmad bin Muhammad Al-Maliki al-Shawi mendefinisikan Islam dengan rumusan Islam yaitu: atauran Ilahi yang dapat membawa manusia yang berakal sehat menuju kemaslahatan atau

¹ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah (Berbasis Integrasi)* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2008), hlm. 15-16.

² Tohirin, *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah (Berbasis Integrasi)* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2014), hlm. 21.

³ Ahmad Asy’Ary Dkk, *Pengantar Studi Islam* (Surabaya: IAIN Sunan Ampel 2004) hlm2

kebahagiaan hidupnya di dunia dan akhiratnya.⁴ Pendapat lain menyatakan bahwa islam adalah agama yang dibawa oleh para utusan Allah dan disempurnakan oleh rasullullah SAW yang memiliki sumber pokok al-quran dan sunnah rasullullah SAW sebagai petunjuk umat islam sepanjang masa. Dengan demikian Bimbingan Konseling Islam sebagaimana dimaksudkan di atas adalah terpusat pada tiga dimensi dalam Islam, yaitu *ketundukan, keselamatan dan kedamaian*. Batasan lebih spesifik, Bimbingan Konseling Islam dirumuskan oleh para ahlinya secara berbeda dalam istilah dan redaksi yang digunakannya, namun sama dalam maksud dan tujuan, bahkan satu dengan yang lain saling melengkapinya. Berdasarkan beberapa rumusan tersebut dapat diambil suatu kesan bahwa yang dimaksud dengan Bimbingan Konseling Islam adalah suatu proses pemberian bantuan secara terus menerus dan sistematis terhadap individu atau sekelompok orang yang sedang mengalami kesulitan lahir dan batin untuk dapat memahami dirinya dan mampu memecahkan masalah yang dihadapinya sehingga dapat hidup secara harmonis sesuai dengan ketentuan dan petunjuk Allah dan Rasul-Nya demi tercapainya kebahagiaan dunia dan ukhrawia. Sedang pengetahuan bimbingan konseling Islam menurut pendapat para ahli sebagai berikut: Makna bimbingan konseling Islam adalah pemberian bantuan bimbingan atau arahan dengan materi tauhid dan ibadah terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan dunia maupun akhirat.⁵

Bimbingan konseling Islam adalah segala kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dalam rangka memberikan bantuan kepada orang lain yang mengalami kesulitan-kesulitan ruhania dalam lingkungan hidupnya agar orang tersebut mampu mengatasi dirinya kara timbul kesadaran dan penyerahan diri terhadap kekuasaan Allah sehingga timbul pada diri pribadinya suatu cahaya harapan kebahagiaan hidup masa sekarang dan masa depannya.⁶ Bimbingan konseling Islam adalah proses pemberian bantuan terhadap indivdu agar dalam kehidupan keagamaannya senantiasa selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan dunia dan

⁴Ahmad Mubarak, Al-Irsyad An-Nafsy, *Konseling Agama teori dan Kasus* (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2002

⁵Thoharin Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan & Konseling Islami* (Yogyakarta: UII Press, 1992), hlm. 5.

⁶Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam* (Jakarta: Amzah, 2013), hlm. 19.

akhirat.⁷ Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa bimbingan ke-Islaman adalah suatu proses pemberian bantuan bimbingan atau arahan secara tauhid dan ibadah kepada orang lain yang mengalami kesulitan-kesulitan kehidupan keagamaan seperti kesulitan melaksanakan shalat, puasa sunnat serta membaca Al-Qur'an agar senantiasa mendapatkan kebahagiaan dunia dan akhirat.

Pelayanan BK secara professional pada usia lanjut belum banyak dilakukan. berbagai pelayanan terhadap lansia, baik oleh anak-anaknya, lembaga keagamaan. LSM, umumnya dilakukan tidak secara utuh, kadangkala kurang memahami permasalahan lansia secara menyeluruh. Di lembaga keagamaan misalnya lebih menekankan aspek spiritual, di pusat-pusat rehabilitasi sosial khususnya di panti jompo sudah diupayakan pelayanan secara optimal, namun penekanannya masih dalam aspek fisik kesehatan. Kesulitan dalam pelayanan BK bagi lansia juga diakui oleh George dan Cristiani (1981), dan menuntut program pelatihan khusus bagi konselor yang melayani usia lanjut. Adapun tujuan pelayanan bimbingan dan konseling terdapat dalam surat Al-Fajr ayat 27-30 yang berbunyi:

“Sebaik-baik manusia adalah mereka yang dipanjangkan umurnya dan semakin bagus amal perbuatannya (Al Hadist). Wahai jiwa yang tenang, kembalilah kepada Tuhanmu dengan penuh ridlo dan diridloi, maka masuklah dalam golongan hamba-hamba-Ku, dan masuklah dalam surga-Ku (Al Fajr: 27-30).

Betapa bahagianya menjadi lansia yang amalnya bagus, bermanfaat bagi diri dan masyarakat, memiliki jiwa yang tenang, kembali kepada Allah dengan penuh keridhoan, ketenangan, kedamaian, keikhlasan, dengan menumbuhkan kesadaran beragama untuk memperbanyak amal ibadah. Kondisi seperti itu yang menjadi tugas konselor lansia dalam mendampingi, membantu para lansia. Secara umum tujuan layanan bimbingan dan konseling pada lansia adalah membantu lansia untuk dapat mengatasi masalah-masalahnya, dapat menerima diri, mengembangkan diri, mengaktualisasikan diri sehingga dapat merasakan kebahagiaan hidup di usia senja. Secara khusus tujuan layanan BK pada lansia sejalan dengan masalah-masalah atau kebutuhan-kebutuhan yang dihadapi oleh lansia.

Lansia akan merasa bahagia apabila kebutuhan-kebutuhannya terpenuhi, atau mereka dapat melaksanakan tugas perkembangan secara baik. Dalam kajian psikologi,

⁷Lahmuddin, *Bimbingan Konseling Islam* (Jakarta: Hijri Pustaka Utama, 2007), hlm. 99.

yang diwarnai budaya Amerika, Havinghurst mengemukakan tugas-tugas perkembangan usia lanjut, yaitu :

- a. Menyesuaikan diri dengan menurunnya kekuatan fisik dan kesehatan.
- b. Menyesuaikan diri dengan masa pensiun dan berkurangnya income (penghasilan) keluarga.
- c. Menyesuaikan diri dengan kematian pasangan hidup.
- d. Membentuk hubungan dengan orang-orang yang seusia.
- e. Membentuk pengaturan kehidupan fisik yang memuaskan.
- f. Menyesuaikan diri dengan peran sosial secara luwes.⁸

Dalam budaya tertentu tugas perkembangan usia lanjut lebih luas lagi, misalnya dalam masyarakat muslim para usia lanjut harus lebih intensif mempersiapkan diri menghadapi kematian, dan kehidupan sesudah mati. Bagi lansia yang mampu menjalankan tugas-tugas perkembangan dengan baik seperti di atas, maka dapat dipastikan lansia akan merasakan kebahagiaan.

Hurlock mengemukakan tanda umum penyesuaian yang baik pada lansia yaitu: (1) minat yang kuat dan beragama, (2) kemandirian dalam hal ekonomi, yang memungkinkan untuk dapat hidup mandiri, (3) melakukan banyak hubungan sosial dengan segala umur, (4) kenikmatan kerja yang menyenangkan dan bermanfaat tetapi tidak memerlukan banyak biaya, (5) berpartisipasi dalam organisasi kemasyarakatan, (6) kemampuan untuk memelihara rumah yang menyenangkan, (7) kemampuan untuk menikmati kegiatan masa kini tanpa menyesali masa lalu, (8) mengurangi kecemasan terhadap diri sendiri maupun orang lain, (9) menikmati aktivitas dari hari ke hari, (10) menghindari kritik dari orang lain, (11) menghindari kesalahan-kesalahan, khususnya tentang kondisi tempat tinggal dan perlakuan dari orang lain.

Keberhasilan penyesuaian diri lansia tersebut dipengaruhi beberapa faktor, yaitu: persiapan untuk hari tua, pengalaman masa lampau, kepuasan dan kebutuhan, kenangan akan persahabatan lama, anak-anak yang telah dewasa, sikap sosial, sikap pribadi, metode penyesuaian diri, kondisi fisik, kondisi tempat tinggal, kondisi ekonomi. Mengenai kebahagiaan yang menjadi tujuan akhir layanan BK bagi lansia, Hurlock

⁸ Monks F.J, Konoers A.M.P, dan Siti Rahayu Haditono, *Psikologi Perkembangan*. (Yogyakarta : Universitas Gadjah Mada, 1994), hlm. 76.

mengetengahkan tiga komponen kebahagiaan, yaitu *Acceptance*, *affection*, dan *achievement*. *Acceptance* menunjukkan lansia dapat menerima dan memahami diri sendiri dan akhirnya diterima orang lain. *Affection* menunjukkan lansia memiliki rasa cinta kasih pada lansia. *Achievement* menunjukkan lansia masih mampu berprestasi, dan merasa bangga dengan prestasi yang dicapai, serta orang lain menghargai prestasinya. Kebahagiaan lansia tersebut sifatnya relatif, temporal, spasial dan setiap budaya memiliki sumber kebahagiaan yang berbeda-beda. Setiap lansia dalam budaya apapun, latar belakang sosial ekonomi yang berbeda memiliki dan dapat merasakan kebahagiaan, dan sumber kebahagiaan setiap lansia dapat berbeda-beda⁹. Ada lansia yang merasa sangat bahagia melihat anak-anak dan cucu-cucunya rukun, ada lansia yang sangat bahagia dapat berkarya yang bermanfaat, ada lansia yang merasa sangat bahagia karena di usia senja mereka dapat beribadah dan mendekat kepada Tuhan dengan sedekat-dekatnya, dan sebagainya. Melihat kebahagiaan lansia, Monks mengetengahkan dua teori, yaitu :

a. Teori pelepasan (*disengagement*)

Kebahagiaan lansia terwujud karena lansia melepaskan berbagai beban dan kewajiban sosial. Pelepasan tersebut dapat berasal dari lansia sendiri, yaitu dengan sengaja makin melepaskan dirinya dari berbagai ikatan, dan dari luar lansia, yaitu lansia dilepaskan oleh kehidupan bersama karena kondisi yang tidak memungkinkan. Teori tersebut dikritik oleh berbagai pihak, karena dengan pelepasannya itu lansia justru mengalami kesepian dan terisolasi.

b. Teori aktivitas

Melakukan aktivitas, pada lansia akan memperoleh kepuasan dan kebahagiaan, mereka merasa bermanfaat bagi orang lain, masih punya harga diri. layanan. Dalam hal ini Lombada menekankan dua bentuk pelayanan kepada lansia yaitu *remedial* dan *prevention*. Metode pelayanan dapat berbentuk layanan langsung, pelatihan dan melalui media. Kegiatan pelayanan bimbingan konseling Islam pada lansia dapat berbentuk layanan orientasi, layanan informasi, layanan penempatan/penyaluran, layanan pembelajaran, konseling individual, konseling kelompok, dan bimbingan kelompok.

⁹ Hurlock, Elizabeth B, *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (edisi kelima) di terjemahkan oleh Istiwidayanti. (Jakarta : Erlangga, 2002), hlm. 30

Teknik pelayanan BK dapat menggunakan berbagai model bimbingan dan konseling. Diantara metode bimbingan seperti ceramah, sosiodrama, karyawisata, psikodrama, home room dan sebagainya. Diantara model konseling seperti client centered, konseling eksistensial humanistik (terutama logoterapi), konseling behavioral dan sebagainya. Dari berbagai metode dalam layanan BK pada lansia, ada dua metode yang populer yaitu BK kelompok sebaya lansia, dan konseling keluarga.

Dilihat dari bidang pelayanan, maka pelayanan bimbingan konseling pada lansia dapat memacu pada pelayanan BK pada umumnya, yaitu bidang pribadi, bidang sosial, bidang karir, dan bidang belajar. Keempat bidang tersebut saling terkait.¹⁰

1) Pelayanan bidang pribadi

Pelayanan bidang pribadi membantu lansia agar memiliki keimanan dan ketaqwaan, kesehatan mental psikologis, dan kesehatan fisik.

a) Layanan Bimbingan konseling pada kehidupan keagamaan/spiritual

Bagi lansia kehampaan, kehilangan makna hidup, penyesalan, ketakutan akan kematian dan sebagainya sering dirasakan lansia. Kondisi tersebut berkaitan dengan kehidupan spiritual keagamaan. Layanan bidang ini bukan untuk mengubah keimanan lansia terhadap agama, tetapi lebih pada membangkitkan kekuatan spiritualnya dalam menghadapi kehidupan, sehingga para lansia, memiliki kecerdasan spiritual (spiritual intelligent). Para lansia dibimbing dikembangkan komitmen, penghayatan dan pengamalan keagamaan, melalui berbagai kegiatan, misalnya melalui perkumpulan (jamaah) sesama lansia yang diisi ceramah misalnya tentang perjalanan kehidupan, praktek keagamaan (dalam Islam misalnya melakukan dzikir) dan sebagainya. Bimbingan agama hendaklah lebih menekankan pada sentuhan emosional/ perasaan bukan aspek rasional, menekankan aspek hakekat/makrifat bukan syariat. Dengan demikian diharapkan para lansia dapat mengisi usia senjanya dengan kehidupan yang lebih bermakna, sehingga rasa kehampaan, kesepian, ketidakbermaknaan, penyesalan semakin berkurang, dan diganti dengan kehidupan yang penuh pengharapan, optimisme, sabar dan kepasrahan kepada Tuhan Yang Maha Esa. Lansia dapat merasakan makna dalam derita (*meaning in suffering*), dan hikmah dalam musibah (*blessing in disguise*).

¹⁰ *Ibid.*, hlm. 78.

Dalam hal penghayatan keagamaan pada lansia ini, Dadang Hawari dalam buku Jalaluddin Rahmad mengatakan betapa besarnya pengaruh komitmen agama pada lansia terhadap kesehatan fisik dan mental, yaitu :

- 1) Lanjut usia yang non religius angka kematiannya dua kali lebih besar daripada yang religius.
 - 2) Lansia yang religius penyembuhan penyakitnya lebih cepat daripada yang non religius.
 - 3) Lanjut usia yang religius lebih kebal dan lebih tenang menghadapi operasi.
 - 4) Lansia yang religius lebih kuat dan tabah menghadapi stres daripada yang kurang religius, sehingga gangguan mental emosionalnya lebih kecil.
 - 5) Lanjut usia yang religius tabah dan tenang menghadapi saat-saat terakhir (kematian) daripada yang kurang religius.¹¹
- b) Layanan Bimbingan konseling kesehatan mental dan psikologis

Diantara problem psikologis lansia yang pokok adalah rasa inferiority (rendah diri), atau rasa harga diri yang kurang, sehubungan dengan proses penuaan dan keuzuran. Problem tersebut akan berkembang menjadi problem yang lain. Oleh karena itu konselor lansia harus berusaha untuk membantu lansia mengatasi problem tersebut. Dadang Hawari mengutip teori Heinz Kohut akan pentingnya aspek “narcissisme” (kecintaan pada diri sendiri) pada lansia. Para lansia hendaknya tetap memiliki harga diri, mampu mengatasi cedera narcistiknya akibat proses penuaan, terlebih manakala kehilangan dukungan dari orang-orang sekitarnya. Untuk tetap memelihara rasa harga diri pada lansia, beberapa hal yang perlu diperhatikan adalah :

- 1) Adanya jaminan sosial-ekonomi yang cukup memadai untuk hidup di usia lanjut.
- 2) Adanya dukungan dari orang-orang yang melindungi dirinya dari isolasi sosial dan memperoleh kepuasan dari kebutuhan ketergantungannya pada pihak lain.
- 3) Kesehatan jiwa agar mampu beradaptasi dengan perubahan perkembangan pada tahap lanjut usia.
- 4) Kesehatan fisik agar mampu menjalankan berbagai aktivitas secara produktif dan menyenangkan.

¹¹ Jalaluddin, *Psikologi Agama Memahami Perilaku Dengan Mengaplikasikan Prinsip-Prinsip Psikologi* (Jakarta: Rajawali Pers, 2002), hlm. 109.

5) Kebutuhan spiritual agar diperoleh ketenangan batiniah.

Rasa inferioritas dan harga diri yang rendah tersebut karena para lansia umumnya kehilangan otoritas dalam segala hal, demikian pula ketergantungannya kepada pihak lain. Oleh karena itu tugas konselor adalah mengusahakan agar para lansia tetap memiliki otoritas, otonomi diri, dan punya kemandirian dalam hal-hal tertentu. Kondisi tersebut akan terwujud jika lingkungan mendukungnya, terutama peran anggota keluarga lansia. Dalam menghadapi permasalahan psikologis, Kartini Kartono dan Jenny Andari memberi saran kepada lansia, yaitu “*pada usia maghribi para mantan harus lebih sabar, sareh, sumarah, sumeleh hati, dan tidak lagi bermimpi dan berfantasi ngayawara, yang bukan-bukan*”.¹²

c) Layanan Bimbingan Konseling pada kesehatan fisik

Kesehatan fisik merupakan masalah umum para lansia. Upaya mengatasi masalah tersebut menjadi kewenangan dokter atau ahli kesehatan. Bagi konselor, terutama bagi anggota keluarga lansia adalah memberikan dukungan, support, dan lingkungan yang menunjang agar para lansia dapat menerima dan dapat menyesuaikan dengan kondisi kemunduran fisik secara positif dan konstruktif.

d) Layanan Bimbingan konseling pada bidang sosial

Mengacu pada teori pelepasan (disengagement), maka para lansia perlu dikurangi tanggung jawab dan beban sosialnya, lansia tinggal menikmati masa tuanya di rumah. Namun banyak lansia yang mengalami kesepian, kesendirian, terisolasi dengan adanya pelepasan tanggung jawab tersebut. Jika demikian maka lansia perlu dilibatkan dalam aktivitas sosial yang cocok dengan kondisinya, misalnya lansia dijadikan sesepuh dalam suatu kegiatan, menyampaikan doa, nasehat dan sebagainya. Dengan aktivitas tersebut lansia merasa masih bermanfaat, punya kebanggaan.

Bimbingan dan Konseling lansia sebaya perlu diselenggarakan melalui perkumpulan lansia, sebagai wahana bertukar wawasan, berbagi rasa, supaya merasa tidak sendirian. Bagi anggota keluarga lansia (anak dan cucu), perlu memberikan dukungan kepada lansia, menciptakan suasana kehangatan dan atensi yang cukup. Jika keluarga lansia tidak ada waktu memberikan kehangatan, atensi dan dukungan mungkin

¹² Kartini kartono dan Andri, Jenny, *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam*, (Bandung: Mandar Maju. 2000) hlm.34

panti wreda akan memberikan suasana persahabatan dan kehangatan. Budaya timur umumnya kurang menerima kalau lansia ditempatkan di panti wreda.

e) Layanan bimbingan karir pada lansia

Kemiskinan, pengangguran, atau kerja berat umumnya menjadi masalah para lansia. Para lansia jelas memerlukan aktivitas dalam bentuk berkarya. Dengan bekerja, di samping memiliki nilai ekonomi, juga memberikan nilai tambah bidang sosial dan psikologis, sehingga mereka akan memiliki harga diri, kemandirian. Mengingat berbagai kondisi fisik, psikologis dan budaya, tentu lansia meniti karir yang sesuai dengan kondisinya, misalnya bekerja yang tidak menuntut kekuatan dan kecepatan, otot. Beberapa bentuk karir lansia seperti beternak, bertanam, menulis, berdakwah, meneruskan usaha sebelumnya dengan mengurangi perannya.¹³

f) Layanan bimbingan bidang belajar

Para lansia perlu terus diberikan pelayanan yang sifatnya pembelajaran, agar mereka lebih mampu menjalankan tugas perkembangannya. Para lansia diberi kesempatan untuk mengikuti perkembangan informasi melalui media massa, buku-buku keagamaan, pelatihan yang berkaitan dengan kesehatan para lansia, ceramah agama untuk meningkatkan kesadaran beragama dan sebagainya.

2. Pengertian lanjut Usia

Lanjut usia merupakan istilah tahap akhir dari proses penuaan. Dalam mendefinisikan batasan penduduk lanjut usia menurut Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) ada tiga aspek yang perlu dipertimbangkan yaitu aspek biologi, aspek ekonomi dan aspek sosial. Secara biologis penduduk lanjut usia adalah penduduk yang mengalami proses penuaan secara terus menerus, yang ditandai dengan menurunnya daya tahan fisik yaitu semakin rentannya terhadap serangan penyakit yang dapat menyebabkan kematian. Hal ini disebabkan terjadinya perubahan dalam struktur dan fungsi sel, jaringan, serta system organ. Secara ekonomi, penduduk lanjut usia dipandang sebagai beban dari pada sebagai sumber daya. Banyak orang beranggapan bahwa kehidupan masa tua tidak lagi memberikan banyak manfaat, bahkan ada yang sampai beranggapan kehidupan masa tua seringkali dipersepsikan secara negatif sebagai beban keluarga dan masyarakat. Memasuki usia tua berarti mengalami kemunduran,

¹³ Monks F.J, Konoers A.M.P, dan Siti Rahayu Haditono, *Op.Cit.*, hlm. 80.

misalnya kemunduran fisik yang ditandai dengan kulit yang mengendur, rambut memutih, gigi mulai ompong, pendengaran kurang jelas, penglihatan semakin memburuk, gerakan lambat dan figure tubuh yang tidak proporsional.

Dinamakan problem psikospiritual lansia adalah suatu gejala kejiwaan yang berkaitan dengan dimensi ketuhanan dan merupakan ketidakidealan mental yang terjadi pada lansia. Ketidakidealan haruslah segera ditangani, apalagi diusia yang semakin tua dan berkemungkinan akan segera berakhir masa hidupnya, maka haruslah diberikan bimbingan yang tepat dalam mengatasinya¹⁴. Berikut beberapa pendapat mengenai pengertian masa tua:

- a. Menurut Hurlock, tahap terakhir dalam perkembangan ini dibagi menjadi usia lanjut dini yang berkisar antara usia enam puluh sampai tujuh puluh tahun dan usia lanjut yang dimulai pada usia tujuh puluh tahun hingga akhir kehidupan seseorang. Orangtua muda atau usia tua (usia 65 hingga 74 tahun) dan orangtua yang tua atau usia tua akhir (75 tahun atau lebih) dan orang tua lanjut (85 tahun atau lebih) dari orang-orang dewasa lanjut yang lebih muda.¹⁵
- b. Menurut J.W. Santrock, ada dua pandangan tentang definisi orang lanjut usia atau lansia, yaitu menurut pandangan orang barat dan orang Indonesia. Pandangan orang barat yang tergolong orang lanjut usia atau lansia adalah orang yang sudah berumur 65 tahun keatas, dimana usia ini akan membedakan seseorang masih dewasa atau sudah lanjut. Sedangkan pandangan orang Indonesia, lansia adalah orang yang berumur lebih dari 60 tahun. Lebih dari 60 tahun karena pada umumnya di Indonesia dipakai sebagai usia maksimal kerja dan mulai tampaknya ciri-ciri ketuaan.¹⁶
- c. Badan kesehatan dunia (WHO)menetapkan 65 tahun sebagai usia yang menunjukkan proses penuaan yang berlangsung secara nyata dan seseorang telah disebut lanjut usia. Lansia banyak menghadapi berbagai masalah kesehatan yang perlu penanganan segera dan terintegrasi. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menggolongkan lanjut usia menjadi 4 yaitu : Usia pertengahan (*middle age*) 45 -59

¹⁴ Mei Fitriani, Jurnal Ilmu Dakwah Problem Psikospiritual Lansia Dan Solusinya Dengan Bimbingan Penyuluhan Islam (Studi Kasus Balai Pelayanan Sosial Cepiring Kendal) Vol 36, No 1 (2016) UIN Walisongo Semarang , hlm. 87

¹⁵ Hurlock, Elizabeth B, *Op.Cit*, hlm. 38

¹⁶ J.W.Santrock, *The Varieties Of Religious Experience*.(New York, 2002), Hlm.190

tahun, Lanjut usia (*elderly*) 60 -74 tahun, Lanjut usia tua (*old*) 75 - 90 tahun dan Usia sangat tua (*very old*) diatas 90 tahun.

3. Ciri-ciri masa lanjut usia

- a. Adanya periode penurunan atau kemunduran. yang disebabkan oleh faktor fisik dan psikologis.
- b. Perbedaan individu dalam efek penuaan. Ada yang menganggap periode ini sebagai waktunya untuk bersantai dan ada pula yang menganggapnya sebagai hukuman.
- c. Ada stereotip-stereotip mengenai usia lanjut. yang menggambarkan masa tua tidaklah menyenangkan.
- d. Sikap sosial terhadap usia lanjut. Kebanyakan masyarakat menganggap orang berusia lanjut tidak begitu dibutuhkan karena energinya sudah melemah. Tetapi, ada juga masyarakat yang masih menghormati orang yang berusia lanjut terutama yang dianggap berjasa bagi masyarakat sekitar.
- e. Mempunyai status kelompok minoritas. Adanya sikap sosial yang negatif tentang usia lanjut.
- f. Adanya perubahan peran. Karena tidak dapat bersaing lagi dengan kelompok yang lebih muda.
- g. Penyesuaian diri yang buruk. Timbul karena adanya konsep diri yang negatif yang disebabkan oleh sikap sosial yang negatif.
- h. Ada keinginan untuk menjadi muda kembali. Mencari segala cara untuk memperlambat penuaan.¹⁷

4. Kesadaran Pengamalan Ibadah

a. Pengertian Kesadaran

- 1) Kesadaran adalah keinsyafan, ingat kepada keadaan yang sebenarnya.¹⁸
- 2) Kesadaran merupakan kemampuan individu mengadakan hubungan dengan lingkungannya serta dengan dirinya sendiri (melalui panca inderanya) dan

¹⁷ Hurlock, Elizabeth B, *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (edisi kelima) di terjemahkan oleh Istiwidayanti. (Jakarta : Erlangga, 1996), hlm. 380.

¹⁸Jhoni Indrayana, *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*, (Surabaya: Mediantara), hlm. 371.

mengadakan pembatasan terhadap lingkungannya serta terhadap dirinya sendiri (melalui) perhatian.¹⁹

- 3) Kesadaran adalah langkah pertama dalam menciptakan apa yang kita inginkan individu. Dimana individu akan memusatkan perhatian diri, emosi, reaksi dan menentukan tujuan hidup individu itu sendiri.²⁰

b. Pengertian Pengamalan

- 1) Pengamalan adalah hal atau perbuatan, pelaksanaan dan kesungguhan dalam melakukan sesuatu.²¹
- 2) Pengamalan adalah proses perbuatan atau pelaksanaan suatu kegiatan, tugas kewajiban.²²
- 3) Pengamalan berarti perbuatan, pekerjaan dan segala sesuatu yang dikerjakan dengan maksud berbuat baik.²³

c. Pengertian Ibadah

- a. Ibadah menurut ulama fiqih adalah semua bentuk pekerjaan yang bertujuan memperoleh keridhoan Allah SWT dan mendapatkan pahala dari-Nya di akhirat.²⁴
- b. Ibadah adalah sebagai perbuatan yang dilakukan oleh kaum muslimin untuk mendekatkan diri kepada Allah merasakan kebesaran Allah dalam hati, membuktikan kebenaran iman, menunjukkan perhatian dan ketundukan jiwa kepada Allah.²⁵
- c. Ulama tauhid mengartikan ibadah dengan “Mengesakan Allah, *mentadhimkan-Nya* dengan sepenuh-penuh *ta'dhim* serta menghinakan diri kita dan menundukkan jiwa kepada-Nya (menyembah Allah sendiri-Nya)”.²⁶

¹⁹ <http://www.Academia.Edu/16595904/> Makalah-Tingkat-Kesadaran, (Maramis: 1999) diakses pada tanggal 11-10-2018, pukul 19.57.

²⁰ Danah Zohar & Ian Marshall, *Spiritual Capital* (Bandung: Mizan Media Utama, 2005), hlm. 138.

²¹ W. J. S. Poerwadarmita, *Kamus Umum Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 2000), hlm. 234.

²² Jamaluddin Ancok dan Fuat Nashori, *Psikologi Islam* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004), hlm. 77.

²³ Sulaiman Rasjid, *Fiqh Islam* (Bandung: Sinar Baru Algesindo, 2007), hlm. 80.

²⁴ Ahmad Thib Raya & Siti Musdah Mulia, *Menyelami Seluk- Beluk Dalam Islam* (Bogor: Kencana, 2003), hlm. 137.

²⁵ Syaikh Mahmud Syaltut, *Aqidah, Syariah dan Islam*, terj. Fachruddin Thaha (Jakarta: Bumi aksara), 1990, hlm. 37.

²⁶ Hasbi Ash Shiddieqy, *Kuliah Ibadah* (Jakarta: Bulan Bintang, 1987), hlm. 4.

Dari beberapa defenisi di atas dapat di simpulkan bahwa kesadaran ibadah adalah kemampuan yang ada dalam diri lansia dengan isnyaf untuk mengadakan hubungan kepada Allah dan merasakan kebesaran Allah dalam hati, membuktikan kebenaran iman, menunjukkan perhatian dan ketundukan jiwa kepada Allah. Sedangkan pengamalan ibadah adalah perbuatan, pelaksanaan dan kesungguhan dalam melakukan kewajibannya sebagai umat muslim untuk lebih mendekatkan diri kepada Allah, taat serta ketundukan jiwa kepada Allah SWT.

Kesadaran beragama lansia merupakan kemajuan atau keberhasilan yang dicapai dari kegiatan bimbingan ke-Islaman dilihat dari beberapa aspek produktivitas, persepsi, dan sifat individu, sebagai berikut:

- a. Aspek produktivitas yang dimaksud adalah meningkatnya kemampuan kalangan lansia dalam hal shalat, puasa sunnat dan membaca Al-Qur'an.
- b. Aspek persepsi yang dimaksud adalah:
 - 1) Pengetahuan, yaitu mengetahui tentang pelaksanaan ibadah
 - 2) Kesadaran, yaitu semakin adanya rasa untuk berubah ke arah yang lebih baik dalam melaksanakan ibadah.
 - 3) Pengamalan, yaitu pembuktian adanya rasa berubah ke arah yang lebih baik dalam melaksanakan ibadah.
- c. Aspek sifat yang dimaksud adalah akhlak dalam berinteraksi sosial dengan sesama kalangan lansia maupun dengan masyarakat setempat.

Hasil yang dicapai dalam bimbingan konseling Islam berdasarkan aspek tauhid dan ibadah. Dalam aspek tauhid, individu semakin meng-Esakan Allah dan meyakini Allah sebagai pencipta alam semesta dan manusia sebagai hamba yang wajib menyembah kepada-Nya. Sedangkan dari aspek ibadah individu semakin mempunyai kesadaran dalam melaksanakan ibadah seperti shalat, puasa dan membaca Al- Qur'an. Adapun tingkat keberhasilan yang ingin dicapai bimbingan konseling ini yaitu adanya perubahan pada persepsi lansia terhadap tujuan hidupnya serta kesadaran terhadap perilaku beragama dan pengamalan ibadahnya kepada Allah SWT. Untuk mencapai tujuan tersebut dilaksanakan berbagai program keagamaan yaitu seperti ibadah shalat wajib maupun sunnah, puasa sunnah, wirid yasin, dan mengikuti pengajian. Sebelumnya kalangan lansia sering meninggalkan shalat, melalaikan waktu shalat, serta bacaan

shalat yang kurang fasih. Selanjutnya dalam membaca Al-Qur'an kalangan lansia masih terbata-bata, serta makharijul huruf dan tajwid yang kurang tepat. Bukan hanya itu, kalangan lansia jarang sekali melaksanakan puasa sunnat. Setelah adanya program bimbingan ke-Islaman, para kalangan lansia sudah mulai tepat waktu melaksanakan shalat, tidak meninggalkan shalat serta lebih fasih dalam melafazkan bacaan shalat. Dalam hal membaca Al-Qur'an juga kalangan lansia sudah mulai lancar dan tepat dalam menyebutkan makharijul huruf dan tajwid yang benar. Kemudian, kalangan lansia sudah lebih aktif untuk melaksanakan puasa sunnat.

C. Kesimpulan

Individu usia lanjut umumnya memiliki sikap yang lemah, baik lemah terhadap kondisi fisik maupun lemah menyesuaikan dengan lingkungannya. Bagi lansia yang perlu digaris bawahi adalah meraih usia panjang tidak hanya persoalan untuk menjaga fisik, tetapi yang lebih penting adalah mental para lansia dalam menyikapi rentang hidupnya. Seperti halnya usia lanjut disini mereka harus mampu menyikapi rentang hidupnya dengan berusaha memahami keadaan yang ada pada dirinya. Pelayanan Bimbingan konseling Islam secara professional untuk meningkatkan kesadaran beragama lansia yaitu adanya perubahan pada persepsi lansia terhadap tujuan hidupnya serta kesadaran terhadap perilaku beragama dan pengamalan ibadahnya kepada Allah Swt. Untuk mencapai tujuan tersebut dilaksanakan berbagai program keagamaan yaitu seperti ibadah shalat wajib maupun sunnah, puasa sunnah, wirid yasin, dan mengikuti pengajian. Para lansia seharusnya melakukan kewajibannya sebagai umat muslim untuk lebih mendekatkan diri kepada Allah, taat serta ketundukan jiwa kepada Allah Swt. Salah satu untuk meningkatkan kesadaran pengamalan ibadah lansia melalui layanan bimbingan keagamaan yaitu membangkitkan kekuatan spiritual dalam menghadapi kehidupan, sehingga para lansia, memiliki kecerdasan spiritual.

Daftar Pustaka

- Danah Zohar & Ian Marshall, *Spiritual Capital*, Bandung: Mizan Media Utama, 2005.
Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia (Edisi ketiga)*, Jakarta: Balai Pustaka, 2001.
Hasbi Ash Shiddieqy, *Kuliah Ibadah*, Jakarta: Bulan bintang, 1987.
<http://www.Academia.Edu/16595904/Makalah-Tingkat-Kesadaran>, (Maramis:1999).
Jalaluddin, *Psikologi Agama*, Jakarta: Rajawali Pers, 2016.

- Jamaluddin Ancok dan Fuat Nashori, *Psikologi Islam*, Yogyakarta: PustakaPelajar, 2004.
- Jeanette Murad Lesmana, *Dasar-dasar Konseling*, Jakarta: UI- Pers, 2006.
- Lahmuddin, *Bimbingan Konseling Islam*, Jakarta: Hijri Pustaka Utama, 2007.
- Margono, *Metedologi Penelitian Pendidikan*, Jakarta, Rineka Cipta, 2005.
- Muhammad Daud Ali, *Pendidikan Agama Islam*, Jakarta: Grafindo persada, 2002.
- Roymond H, *Buku Ajar Pendidikan dalam Perawatan*, Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC, 2009.
- Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, Jakarta: Amzah, 2013.
- Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: Rineka Cipta, 1993.
- Sulaiman Rasjid, *Fiqh Islam*, Bandung: Sinar Baru Algesindo, 2007.
- Syeikh Mahmud Syaltut, *Aqidah, Syariah dan Islam*, terj. Fachruddin Thaha, Jakarta: Bumi Aksara, 1990.
- Thoharin Musnamar, *Dasar-dasar Konseptual bimbingan & konseling Islami*, Yogyakarta UII Press, 1992.
- Tm Redaksi, *Kamus Bahasa Indonesia Untuk Pelajar*, Jakarta: Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan, 2011.
- W. J. S. Poerwadarmita, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka, 2000.
- Tohirin, *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah (Berbasis Integrasi)* Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2008.
- _____, *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah (Berbasis Integrasi)* Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2014.
- Hurlock, Elizabeth B, *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (edisi kelima) di terjemahkan oleh Istiwidayanti Jakarta: Erlangga, 1996.
- Monks F.J, Konoers A.M.P, dan Siti Rahayu Haditono, *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta : Universitas Gadjah Mada, 1994.
- Jalaluddin, *Psikologi Agama Memahami Perilaku Dengan Mengaplikasikan PrinsipPrinsip Psikologi* Jakarta: Rajawali Pers, 2002
- Sulaiman Rasjid, *Fiqh Islam* (Bandung: Sinar Baru Algesindo, 2007
- Syeikh Mahmud Syaltut, *Aqidah, Syariah dan Islam*, terj. Fachruddin Thaha (Jakarta: Bumi Aksara), 1990.