



MIMBAR

Jurnal Media Intelektual Muslim dan Bimbingan Rohani

Volume 10, No. 2, 2024

ISSN (print) : 2442-3217 / ISSN (online) : 2716-3806

Email : mimbarjurnal@gmail.com

Homepage : <http://journal.iaimsinjai.ac.id/indeks.php/mimbar>

BIMBINGAN ISLAM DALAM MENGATASI KESEPIAN KEPADA LANSIA DI LEMBAGA KESEJAHTERAAN SOSIAL (LKS) PONDOK LANSIA GIMBAR ALAM PRINGSEWU

Noffiyanti¹, Desi Alawiyah², Lina Kurniatun,³ Abdul Syukur⁴

^{1,3,4} Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung, ²Universitas Islam Ahamd Dahlan

E-mail: noffiyanti@radenintan.ac.id, Tlp: +6285789941667

Abstract

The elderly stage is the final phase of human life, characterized by a decline in both physical and psychological abilities. This is evident at the Gimbar Alam Pringsewu Elderly Care Center, where a significant psychological issue among the elderly is loneliness. Loneliness in the elderly is caused by unfulfilled needs for close relationships with family. This study aims to examine the implementation process of Islamic guidance in addressing loneliness among the elderly at the Gimbar Alam Pringsewu Elderly Care Center. This research is qualitative, employing field research and descriptive qualitative methods. Informant selection utilized snowball sampling techniques. The primary data sources consisted of six individuals: one religious guide (ustad), three elderly individuals, and two informants. Data collection methods included observation, interviews, and documentation. Data analysis techniques involved data reduction, data presentation, and conclusion drawing. The analysis revealed that the implementation of Islamic guidance had a positive impact on the elderly. The activities conducted helped the elderly at the Gimbar Alam Pringsewu Elderly Care Center avoid prolonged sadness and escape feelings of loneliness, as interactions among the elderly during the Islamic guidance sessions fulfilled their need for close relationships.

Keywords: Islamic Guidance, Loneliness, Elderly, LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu.

Abstrak

Lanjut usia merupakan tahap akhir dalam kehidupan manusia yang ditandai dengan proses menurunnya kemampuan baik fisik maupun psikologis. Seperti halnya di LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu yang memiliki masalah psikologis bagi lanjut usia yaitu kesepian. Kesepian pada lansia diakibatkan oleh tidak terpenuhinya kebutuhan untuk memiliki hubungan dekat dengan keluarga terdekat. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji proses pelaksanaan bimbingan Islam dalam mengatasi kesepian pada lansia LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif, dengan jenis penelitian lapangan (*field research*) dan sifat penelitian deskriptif kualitatif. Penentuan

informan dalam penelitian ini menggunakan teknik *snowball sampling*. Sumber data primer berjumlah 6 orang, terdiri atas 1 pembimbing agama (ustads), 3 lansia dan 2 informan. Metode pengumpulan dalam penelitian ini menggunakan, observasi, wawancara dan dokumentasi. Teknik analisis data menggunakan, reduksi data, penyajian data dan menarik kesimpulan. Berdasarkan hasil analisis data ditemukan bahwa dalam proses pelaksanaan bimbingan Islam memberikan dampak positif bagi lansia. Terlaksananya kegiatan tersebut menjadikan para lansia di LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu tidak terlarut dalam kesedihan dan dapat menghindarkan para lansia dari rasa kesepian karena pada saat bimbingan Islam berlangsung tercipta interaksi antar lansia sehingga kebutuhan akan hubungan akrab menjadi terpenuhi.

Kata Kunci: Bimbingan Islam, Kesepian, Lansia, LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu

1. Pendahuluan

Kesepian merupakan suatu kondisi tidak menyenangkan yang dapat dirasakan oleh semua orang berupa perasaan emosi dan kognitif yang tidak bahagia diakibatkan oleh hasrat akan hubungan akrab namun tidak dapat mencapainya (Sihab dan Nurchayati, 2019: 166). Kesepian diartikan sebagai perasaan yang bersifat subjektif karena tidak adanya keeratan hubungan antar individu. Kondisi ini dapat terjadi dalam keadaan sementara yang diakibatkan oleh perubahan kronis dalam kehidupan sosial individu (Yulianti et al., 2019).

Kesepian dapat ditinjau melalui 3 aspek yaitu, sifat kesepian (*trait loneliness*) adalah adanya pola yang lebih stabil yang terkadang berubah dalam situasi tertentu, keinginan sosial (*social desirability*) keadaan dimana seorang individu tidak mampu atau memiliki kemampuan untuk memenuhi kebutuhannya untuk berinteraksi dan diterima dalam lingkungan sosial dimana inividu tersebut berada, dan depresi (*depression*) adalah sikap dan perasaan yang ditandai dengan ketidakberdayaan, kurang motivasi, depresi, kesedihan dan kegagalan (Batara dan Kristianingsih, 2020).

Kesepian tidak hanya dapat dialami oleh kalangan usia tertentu, namun dapat dialami oleh semua orang baik dari usia anak-anak sampai dengan lanjut usia (lansia). Rasa kesepian dapat muncul diberbagai kondisi seseorang. Seseorang yang memiliki kesibukan yang padat juga dapat mengalami kesepian, bahkan seseorang yang tengah

berada di situasi yang ramai juga dapat mengalami rasa kesepian. Hal ini menunjukkan bahwa rasa kesepian dapat dialami oleh setiap orang tidak mengenal usia, jenis kelamin dan keadaan seseorang. Persoalan tentang rasa kesepian umumnya menjadi salah satu masalah utama yang dihadapi oleh para lansia.

Usia lanjut adalah periode penutup dalam periode kehidupana manusia, yaitu suatu periode dimana seseorang telah “beranjak jauh” dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan, atau beranjak dari sesuatu yang penuh dengan manfaat (Elizabeth B Hurlock, 2016) Keberadaan lansia seringkali dipandang sebagai suatu hal yang negatif dan tidak menyenangkan di masyarakat. Hal ini terlihat dari sikap sosial masyarakat yang menganggap bahwa lansia merupakan sebuah beban dalam suatu keluarga karena adanya anggapan bahwa lansia dapat menyusahkan dan menjadi beban, padahal di saat usia lanjut inilah perhatian dari anggota keluarga sangat diperlukan sebagai kunci kebahagiaan lansia.

Proses penuaan yang terjadi pada manusia merupakan sebuah proses yang pasti terjadi dan tidak dapat dihindarkan. Sama halnya dengan setiap periode perkembangan kehidupan manusia, maka fase lansia juga ditandai dengan perubahan-perubahan fisik dan psikologis tertentu (Erfiyanti et al. 2023). Hal tersebut tentunya akan berdampak bagi para lansia baik dari segi biologis maupun mental karena adanya keterbatasan penurunan fungsi tubuh. Masalah-masalah yang mungkin dialami oleh lansia bukan hanya menyangkut permasalahan fisik namun juga secara mental. Permasalahan mental yang dialami lansia pada umumnya adalah kesepian, depresi, stress, dan takut menghadapi kematian baik itu kematian yang terjadi pada keluarga, sahabat ataupun kematian pada dirinya (Annisa dan Pramana, 2021). Salah satu masalah utama yang dihadapi oleh lansia adalah rasa kesepian (*loneliness*).

Rasa kesepian merupakan salah satu masalah yang paling banyak dialami oleh para lansia. Kesepian adalah perasaan tersisihkan, terpisah dari orang lain karena merasa berbeda dengan orang lain, tersisih dari kelompoknya, merasa tidak diperhatikan oleh orang-orang disekitarnya, dikucilkan dari lingkungan, serta tidak memiliki teman sebagai tempat berbagi rasa dan pengalaman. Rasa kesepian pada lansia dapat dipicu karena berbagai faktor seperti kehilangan pasangan, kehilangan integrasi

sosial, kerana berkurangnya aktivitas di luar rumah, ditinggal oleh orang yang dicintai baik karena meninggal atau bekerja (Septiningsih dan Na'imah 2021).

Kesepian terbagai menjadi dua kategori, yaitu kesepian emosional dan kesepian sosial. Kesepian emosional dapat terjadi karena kurangnya jaringan hubungan yang mendalam dengan teman maupun kerabat, misalnya hubungan antar orang tua dengan anak yang terjalin dengan baik. Selanjutnya kesepian sosial adalah perasaan yang tidak nyaman karena timbulnya rasa tidak dianggap sebagai bagian dari suatu lingkungan. Kesepian sosial dapat terjadi ketika seseorang berpindah tempat tinggal, didiskriminasi anggota kelompok dan tidak memiliki kelompok atau komunitas (Sihab dan Nurchayati 2019). Lansia yang mengalami kesepian secara berkepanjangan dapat menimbulkan perasaan tidak berharga dalam dirinya yang dapat berdampak pada fisik dan psikis yaitu memicu gejala depresif, berdampak pada kesehatan otak dan jantung serta menyebabkan gangguan emosi (Psikologi, 2022).

Pada masa tuanya terdapat beberapa lansia yang menjalani kehidupan dengan rasa bahagia namun sebagian lain hidup dalam penderitaan (Irman, 2019). Ada lansia dengan keluarga namun ada juga lansia yang memilih untuk tinggal di sebuah Lembaga Kesejahteraan Sosial yang diperuntukkan untuk lansia. Salah satunya adalah Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu yang menyediakan tempat bagi para lansia untuk tinggal. Walaupun hidup di LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu merupakan keputusan yang diambil secara mandiri oleh lansia agar tidak membebani anak-anaknya terutama mereka yang sudah berumah tangga, namun masalah psikologis masih saja mereka alami. Kurangnya perhatian dari keluarga menjadi penyebab lansia di LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu mengalami kesepian. Permasalahan ini jika tidak ditangani secara lebih lanjut maka dapat berpengaruh negatif terhadap kondisi kesehatan lansia baik fisik maupun psikis sehingga tidak mampu mencapai rasa kebahagiaan di usia lanjut. Melihat permasalahan yang dialami oleh para lansia tersebut, maka perlu diadakannya suatu kegiatan yang dapat mengatasi rasa kesepian yang dialami oleh para lansia.

Sebagai upaya dalam mengatasi permasalahan tersebut maka pihak LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu membantu para lansia yang mengalami kesepian melalui program bimbingan Islam. Bimbingan Islam adalah proses pemberian bantuan yang terarah, kontinu dan sistematis kepada setiap individu agar mampu mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara

optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Qur'an dan hadist Rasulullah SAW ke dalam dirinya sehingga individu tersebut mampu hidup selaras dengan tuntunan Al-Qur'an dan hadist (Amin, 2010).

Bimbingan Islam yang diberikan dalam rangka pemberian bantuan kepada orang lain adalah untuk membantu menemukan jalan keluar atas permasalahan yang sedang dihadapi karena timbulnya kesadaran dan rasa penyerahan diri kepada Allah SWT sehingga timbul pada diri pribadinya suatu cahaya harapan kebahagiaan hidup masa sekarang dan masa depannya (Amin, 2010). Dengan menyadari keberadaannya sebagai makhluk ciptaan Allah maka ia akan bertindak dan berperilaku sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan Allah SWT, yang apabila semua itu telah dilakukan maka akan tercapai kehidupan yang bahagia dunia dan akhirat (Noormawanti Iswati, 2019). Pemberian bimbingan Islam kepada lansia yang sedang dalam perasaan kesepian diharapkan dapat memberikan bantuan secara mental dan spiritual, sehingga individu mampu mengatasi masalah yang sedang dihadapi. Bimbingan Islam berpotensi untuk membantu lansia dalam memberikan pemahaman dan dukungan kepada lansia agar mereka dapat menemukan tujuan hidup yang baru (Al-nafs, 2024).

Pada hakikatnya bimbingan Islam merupakan upaya membantu individu belajar mengembangkan fitrah-iman dan atau kembali kepada fitrah-iman, dengan cara memberdayakan fitrah-fitrah jasmani, rohani, nafs, dan iman mempelajari dan melaksanakan tuntunan Allah dan Rasul-Nya, agar fitrah-fitrah yang ada pada individu berkembang dan berfungsi dengan baik dan benar sehingga diharapkan individu selamat dan memperoleh kebahagiaan sejati di dunia dan di akhirat (Sutoyo, 2014)

Bimbingan Islam juga diartikan sebagai pemberian bantuan sebagai upaya memecahkan masalah atau mencari solusi atas permasalahan yang sedang dihadapi oleh individu dengan menggunakan nilai-nilai ajaran Islam yang mampu membangkitkan karakter spiritualitas dalam diri mereka sehingga manusia terdorong untuk menyelesaikan masalah serta menjalani kehidupan selaras dengan ketetapan dan petunjuk Allah SWT (Wahid, 2022). Selama proses pemberian bantuan tersebut pembimbing tidak boleh memaksakan kehendak supaya konseli mau menuruti apa yang disarankannya namun hanya memberikan arahan, bimbingan dan bantuan, yang diberikan lebih berfokus kepada bantuan yang diberikan berkaitan dengan kejiwaan/mental dan bukan yang berkaitan dengan material atau finansial secara langsung (Tarmizi, 2018).

Berdasarkan uraian tersebut maka penulis tertarik untuk meneliti dan mengkaji lebih lanjut mengenai proses pelaksanaan bimbingan Islam yang diberikan oleh pihak LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu sebagai upaya dalam mengatasi rasa kesepian pada lansia dengan judul “Bimbingan Islam dalam Mengatasi Kesepian Kepada Lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu”.

2. Metode

Lokasi dalam penelitian ini dilakukan di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu yang berlokasi di Perumnas Podomoro Indah Gang Alamanda RT 01/RW 03 Pekon Podosari, Kecamatan Pringsewu Kabupaten Pringsewu Provinsi Lampung.

Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif, dengan menggunakan jenis penelitian lapangan (*field research*), yaitu kegiatan penelitian yang dilakukan dalam masyarakat tertentu baik di lembaga-lembaga atau di lingkungan masyarakat kita sendiri. Penelitian ini bersifat deskriptif kualitatif, yaitu prosedur penelitian yang dimaksudkan untuk memahami, menghasilkan data fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian dengan cara deskripsi (Lexy j moloeng, 2014). Penentuan informan dalam penelitian ini menggunakan teknik *snowball sampling*, yaitu pengambilan sampel yang dimulai dengan jumlah kecil kemudian membesar yang diibaratkan sebagai bola salju yang menggelinding (Nasution, 2023). Sehingga dalam penelitian ini yang menjadi sumber data primer berjumlah 6 orang, terdiri atas 1 ustads yang bertugas sebagai pembimbing agama, 3 lansia dan 2 informan.

Metode pengumpulan dalam penelitian ini menggunakan, observasi, wawancara dan dokumentasi yang digunakan untuk memperoleh informasi terkait rasa kesepian yang dirasakan lansia dan pelaksanaan bimbingan Islam. Dalam penelitian ini penulis menggunakan observasi non partisipan dimana peneliti bukan termasuk dalam bagain lembaga yang diteliti (Nurdin dan Hartati, 2019). Teknik wawancara yang dilakukan oleh penulis merupakan wawancara tidak terstruktur dimana peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara yang tersusun sistematis melainkan hanya berupa garis esar terkait permasalahan yang ditanyakan (Nurdin dan Hartati, 2019). Teknik analisis data menggunakan, reduksi data, penyajian data dan menarik kesimpulan.

3. Hasil dan Pembahasan

a. Hasil

Dalam penelitian ini, terdapat 1 pembimbing agama dan 3 orang lansia yang menjadi partisipan penelitian. Karakteristik partisipan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Ustads (Pembimbing Agama)

Nama	Jabatan
Taufik	Ustads (Pembimbing Agama)
Qurrohim	

Tabel 2. Karakteristik Lansia

Nama	L / P	Usia	Alamat
Leta Istiati	P	58	Wates
Sugen	P	67	Bumi Ayu
Yani	P	65	Bumi Ayu

Partisipan pada penelitian ini berasal dari Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu alamat Rejosari, Kec. Pringsewu, Kabupaten Pringsewu, Lampung. Selama melakukan penelitian peneliti menemukan beberapa temuan terkait dengan rasa kesepian yang dialami oleh para lansia. terdapat lansia yang merasa kesepian karena tidak memiliki hubungan akrab dengan keluarga sehingga muncul perasaan hampa dan terpisah dari keluarga dan juga muncul perasaan tidak dihargai dalam keluarga. Sementara lansia lainnya mengaku akan merasa kesepian ketika mereka tidak dienguk oleh keluarga selama mereka tinggal di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu. Terbatasnya kegiatan yang dapat dilakukan juga menjadi pemicu mengapa para lansia tersebut mengalami kesepian. Namun pengurus juga mengetahui bahwa para lansia merasa kesepian dan berusaha mengupayakan kegiatan yang dapat menghindarkan mereka dari kesepian.

Kesepian yang dialami oleh para lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu dapat dikaji melalui beberapa aspek kesepian menurut Russel, sebagai berikut:

1) Sifat Kesepian (*Trait Loneliness*)

Sifat kesepian adalah ciri kepribadian yang bertahan lama dan stabil sebagai

sebuah gambaran kesepian yang dialami oleh individu. Individu dengan sifat kesepian yang tinggi sering kali merasa terisolasi secara sosial, mengalami kesulitan dalam membentuk dan mempertahankan hubungan dekat, dan mungkin mengalami perasaan hampa atau terpisah.

Pada subjek 1 nenek Leta merasa hampa dan terpisah dari anggota keluarga serta kesulitan dalam membangun hubungan dengan keluarga. Nenek Leta yang sebelumnya jarang berkumpul dengan keluarga menjadikan dirinya merasa asing ketika tinggal bersama saudara sedangkan anak dari nenek Leta berada jauh dan tidak pernah berhubungan lagi sehingga menganggap dirinya sebatang kara. Sehingga beliau merasa tidak diperhatikan dan dihargai keberadaannya.

Pada subjek 2 nenek Sugen cenderung tidak merasa hampa dan terpisah serta mampu membangun hubungan dengan keluarga. Selama tinggal di LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu hubungan antara nenek Sugen dengan keluarga terjaga dengan cukup baik keluarga masih sering mengunjungi nenek Sugen di LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu sehingga nenek Sugen merasa tetap diperhatikan dan tidak tersisihkan.

Pada subjek 3 nenek Yani cenderung tidak merasa hampa dan terpisah serta mampu membangun hubungan dengan keluarga. Selama tinggal di LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu nenek Yani secara rutin dikunjungi oleh keluarga atau nenek Yani pulang ke rumah sehingga hubungan masih terjaga dengan baik sehingga nenek Yani merasa tetap diperhatikan dan tidak tersisihkan.

Hal tersebut sesuai dengan pernyataan pembimbing agama (ustads) di LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu yang menyatakan lansia yang ada di LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu bahwa terdapat lansia yang merasa tersisihkan dan tidak dihargai oleh anggota keluarganya namun ada juga lansia yang mampu mempertahankan hubungan baik sehingga tidak merasa tersisihkan dan tidak dihargai. Pembimbinga agama juga berupaya agar lansia tidak terlarut dalam kesedihan dengan mengadakan kegiatan pengajian yang mampu meningkatkan interaksi lansia dan sebagai sarana belajar bagi para lansia tersebut.

2) Keinginan Sosial (*Social Desirability*)

Keinginan sosial (*social desirability*) adalah keinginan seseorang dalam memenuhi kebutuhannya untuk berinteraksi dan diterima dalam lingkungan sosial.

Pada subjek 1 nenek Leta Istiati merasa diterima di lingkungan LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu namun tidak dengan lingkungan keluarga. Ketika tinggal di LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu nenek Leta terkadang merasa iri ketika terdapat lansia yang dijenguk oleh keluarga sedangkan dirinya tidak. Namun

nenek Leta berusaha untuk tidak terlarut dalam perasaan tersebut dengan cara mengikuti segenap kegiatan yang ada di LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu.

Pada subjek 2 nenek Sugeng merasa diterima di lingkungan Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu maupun di lingkungan keluarga. Sebagai upaya untuk membangun hubungan dengan lansia yang lain yaitu dengan mengajak mengobrol ketika sedang istirahat dan mengikuti kegiatan yang ada di LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu.

Pada subjek 3 nenek Yani merasa diterima di lingkungan Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu maupun di lingkungan keluarga. Selama tinggal di LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu nenek Yani berinteraksi dengan lansia lainnya serta aktif mengikuti kegiatan yang ada di LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu.

Hal tersebut sesuai dengan pernyataan pembimbing agama (ustads) di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu yang menyatakan bahwa lansia yang ada di LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu mampu menyesuaikan diri dan membangun interaksi dengan sesama lansia yang berada di LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu. Sebagai upaya agar para lansia tersebut diterima di lingkungan maka ustad memberikan nasihat-nasihat serta kajian yang membahas mengenai akhlak yang baik bagi para lansia serta dalam kajian tersebut diberikan sesi tanya jawab agar terjadi interaksi antara ustad dengan lansia ataupun antar sesama lansia.

3) Depresi (Depression)

Depresi (*depression*) merupakan perasaan yang dirasakan seseorang yang ditandai dengan ketidakberdayaan, kurang motivasi, kesedihan serta hilangnya minat akan sesuatu. Depresi dapat terjadi akibat seseorang mengalami kesepian.

Pada subjek 1 nenek Leta Istiati sering merasa sedih dan menangis. Pada awalnya nenek Leta tidak ingin tinggal di LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu namun karena keadaan ekonomi saudara nenek Leta mau tidak mau bersedia tinggal LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu. Hal lain yang menyebabkan nenek Leta sedih adalah hubungan yang tidak terjalin dengan baik antara nenek Leta dengan anak. Anak dari nenek Leta yang tidak pernah lagi menghubungi beliau menjadikan beliau sering kali merasa sedih. Seringkali nenek Leta merasa bosan selama tinggal di tinggal LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu karena sedikitnya kegiatan yang dilakukan.

Pada subjek 2 nenek Sugeng merasa bersedih ketika lama tidak dikunjungi oleh anak dan cucu. Suatu ketika nenek Sugeng sakit namun keluarga belum datang menjenguk sehingga muncul perasaan sedih dalam diri nenek Sugeng. Namun, selama tinggal di LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu nenek Sugeng berusaha untuk keluar dari rasa kesepian tersebut dengan mengikuti kegiatan seperti belajar mengaji, olahraga serta mengikuti pengajian. Namun ketika sudah tidak ada lagi kegiatan yang dapat dilakukan nenek Sugeng akan cenderung merasa bosan.

Pada subjek 3 nenek Yani merasa sedih ketika lama tidak dikunjungi oleh keluarga namun kembali lagi beliau merasa itu hal yang normal karena niatan nenek Yani tinggal di LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu adalah untuk belajar mengaji dan semangat tersebutlah yang menjadikan nenek Yani tidak terlarut dalam rasa sedih. Nenek Yani juga seringkali merasa bosan ketika sudah tidak ada kegiatan yang bisa dilakukan, sehingga ketika ada kegiatan nenek Yani mengikuti kegiatan tersebut dengan antusias seperti mengaji, olahraga serta mengikuti pengajian.

Hal tersebut sesuai dengan pernyataan pembimbing agama (ustads) di LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu yang menyatakan bahwa lansia yang ada di LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu akan merasa sedih yang diakibatkan oleh hubungan yang tidak akrab dengan anggota keluarga ataupun ketika para lansia tersebut lama tidak dikunjungi oleh anggota keluarga selama tinggal di LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu. Selain merasa sedih para lansia juga seringkali merasa bosan karena jumlah lansia yang tinggal menetap hanya ada 3 orang dan kegiatan yang dilakukan juga terbatas. Namun sebagai upaya mengatasi masalah tersebut pihak LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu juga menyelenggarakan beberapa kegiatan bagi para lansia seperti sekolah lansia yang diadakan setiap hari senin dan rabu adapun kegiatan tersebut yaitu, dimulai dengan dzikir bersama, senam lansia kemudian dilanjutkan dengan pengajian oleh ustads selain itu setiap harinya para lansia yang tinggal menetap akan diajarkan mengaji dengan guru yang datang pada malam hari setelah waktu maghrib.

Adapun dalam pelaksanaan bimbingan islam melalui beberapa tahapan-tahapan yang dilakukan di LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu, yaitu tahap meyakinkan individu akan status keberadaan manusia, tahap mendorong dan membantu masyarakat untuk memahami dan mengamalkan ajaran agama dengan baik, dan tahap mendorong dan membantu individu memahami dan mengamalkan iman, islam dan ikhsan (Sutoyo, 2007 : 214-217)

4) Meyakinkan Individu Akan Status Keberadaan Manusia

Pada tahap ini pembimbing agama yaitu bapak Taufik Qurrohim akan memberikan materi kepada para lansia yang bersumber dari Al-Qur'an dan hadist. Dalam tahapan meyakinkan individu akan status manusia terdapat beberapa hal yang disampaikan kepada para lansia diantaranya yaitu mengenai fitrah manusia sebagai ciptaan Allah SWT, memaknai hikmah dalam setiap peristiwa, cara menjalankan ibadah dan syariah serta membantu lansia untuk hidup sesuai tuntunan agama.

Subjek 1 nenek Leta Istiati ketika bimbingan Islam berlangsung aktif mengikuti serta menyimak setiap materi yang disampaikan oleh ustads. Nenek Leta merasa dengan mengikuti kegiatan tersebut akan bermanfaat bagi dirinya yang sudah memasuki usia tua ini. Dengan mengikuti kegiatan bimbingan Islam tersebut nenek Leta merasa lebih mengerti mulai dari tata cara bersuci sampai tata cara beribadah dengan benar.

Subjek 2 nenek Sugen ketika bimbingan Islam berlangsung aktif mengikuti serta menyimak setiap materi yang disampaikan oleh ustads. Dengan adanya kegiatan ini beliau merasa bertambah ilmu pengetahuannya dan bisa bertemu dengan lansia-lansia lainnya yang bukan hanya yang tinggal menetap di LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu.

Subjek 3 nenek Yani ketika bimbingan Islam berlangsung aktif mengikuti serta menyimak setiap materi yang disampaikan oleh ustads. Nenek Yani merupakan seorang mualaf yang dahulunya beragama Katholik yang sebelum tinggal di LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu juga aktif mengikuti kajian-kajian. Dengan mengikuti kegiatan ini nenek Yani mengaku senang karena bisa lebih memahami status manusia sebagai makhluk ciptaan Allah SWT serta bisa berinteraksi dengan lansia dari luar LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu.

5) Mendorong dan Membantu Masyarakat untuk Memahami dan Mengamalkan Ajaran Agama dengan Baik

Pada tahap ini pembimbing agama yaitu bapak Taufik Qurrohim bertugas untuk mengingatkan kepada para lansia untuk memberikan dorongan dan membantu para lansia agar mampu mengamalkan ajaran agama dengan benar sampai para lansia tersebut mampu membimbing dirinya sendiri. Sehingga, pembimbing agama hendaknya sudah memahami akan setiap materi yang disampaikan bahkan mampu mengamalkannya pula.

Subjek 1 nenek Leta Istiati selama mengikuti kegiatan ini beliau mendengarkan dan menyimak materi yang disampaikan oleh ustads. Nenek Leta mengaku setelah mengikuti kegiatan tersebut sedikit demi sedikit mampu paham dan

ustads menyampaikan materi dengan bahasa yang mudah dipahami serta diselingi dengan candaan sehingga memudahkan nenek Leta untuk lebih cepat paham dan merasa tidak bosan sekaligus terhibur. Hambatan yang dialami oleh nenek Leta yaitu ada pada penglihatan yang tidak lagi baik.

Subjek 2 nenek Sugeng selama mengikuti kegiatan ini beliau mendengarkan dan menyimak materi yang disampaikan oleh ustads dengan lansia lainnya. Ia merasa cepat paham dengan apa yang disampaikan oleh ustads. Kendala yang nenek Sugeng alami selama kegiatan yaitu beliau merupakan seorang yang buta huruf sehingga memiliki keterbatasan dalam membaca.

Subjek 3 nenek Yani selama mengikuti kegiatan ini beliau mendengarkan dan menyimak materi yang disampaikan oleh ustads serta menunjukkan ketertarikan dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan pada akhir sesi pemberian materi. Nenek Yani mengaku senang mengikuti kegiatan bimbingan Islam karena merasa bertambah ilmunya dan dapat menjalin hubungan dengan lansia lainnya.

Berdasarkan analisa penulis, peran pembimbing agama dalam memberikan layanan bimbingan Islam di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu yaitu untuk mendorong dan membantu para lansia untuk menyadari status manusia sebagai makhluk ciptaan Allah SWT, membantu lansia agar menjalankan ajaran agama dengan baik dan membantu lansia mengamalkan iman, Islam dan ikhsan dalam kehidupan sehari-hari.

b. Pembahasan

Aspek-Aspek Kesepian pada Lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu

Berdasarkan data yang didapatkan dan telah di analisis pada poin pembahasan sebelumnya penulis menemukan beberapa temuan terkait dengan aspek-aspek kesepian yang dialami oleh para lansia yang tinggal menetap di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu. Adapun secara lebih rinci adalah sebagai berikut:

1) Sifat Kesepian (*Trait Loneliness*)

Berdasarkan analisa penulis dapat diketahui bahwa lansia yang tinggal menetap di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu tidak semuanya memiliki perasaan hampa dan tersisihkan. Terdapat seorang lansia yang merasa hampa dan tersisihkan yaitu nenek Leta Istiati hal tersebut

dikarenakan tidak terpenuhinya hubungan yang dekat antara nenek Leta Istiati dan keluarga sehingga perasaan hampa dan terpisah tersebut membuatnya merasa kesepian. Sementara, lansia lainnya yang memiliki hubungan dekat dengan anggota keluarga tidak terlalu merasa hampa dan tersisihkan karena perhatian dari keluarga masih mereka dapatkan.

Sebagai upaya dalam mengatasi masalah tersebut maka pembimbing agama melaksanakan kegiatan bimbingan Islam dalam bentuk kajian keislaman yang diharapkan dapat membantu lansia tidak merasa hampa dan tersisihkan disamping membantu lansia agar hidup sesuai dengan tuntunan agama.

2) Keinginan Sosial (*Social Desirability*)

Berdasarkan analisa penulis terkait dengan keinginan sosial (*social desirability*) para lansia yang tinggal menetap di lingkungan Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu mampu diterima dengan baik, namun karena terdapat lansia yang tidak memiliki hubungan erat dengan keluarga sehingga dalam situasi tersebut dapat memunculkan rasa iri dengan lansia lainnya. Oleh karena itu, peran dukungan anggota keluarga sangat diperlukan dalam membangun hubungan dengan para lansia tersebut.

Sebagai upaya dalam meningkatkan hubungan antara lansia yang tinggal di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu peran kegiatan bimbingan Islam sangat membantu mereka untuk dapat berbaur antara lansia satu dengan yang lain bahkan tidak hanya lansia yang menetap tapi juga lansia yang tidak tinggal di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu

3) Depresi (*Depression*)

Berdasarkan analisa penulis terkait dengan aspek depresi (*depression*) yang dialami oleh lansia yang merasa kesepian di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu, para lansia tersebut merasa sedih dan bosan. Perasaan sedih tersebut timbul karena kurangnya perhatian yang diberikan keluarga walaupun mereka tinggal di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu merupakan keinginan mereka sendiri. Rasa bosan yang mereka alami diakibatkan oleh jumlah lansia yang sedikit serta tidak banyaknya kegiatan yang dapat dilakukan oleh para lansia tersebut.

Sebagai upaya menghilangkan rasa sedih dan bosan para lansia tersebut memanfaatkan kegiatan yang ada yaitu kajian bimbingan Islam yang dilaksanakan 2

kali seminggu untuk menghilangkan rasa bosan dan agar tidak terlarut-larut dalam kesedihan.

Berdasarkan temuan aspek-aspek kesepian yang dialami oleh para lansia tersebut dapat disimpulkan bahwa faktor dukungan keluarga sangat berperan penting untuk menghindarkan lansia dari rasa kesepian. Kegiatan bimbingan Islam juga menjadi kunci dalam mengatasi rasa kesepian karena pada saat kegiatan itulah mereka bertemu dengan banyak orang dan berinteraksi dengan banyak orang.

Tahapan-Tahapan Bimbingan Islam di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu

Berdasarkan data yang didapatkan dan telah di analisis pada poin pembahasan sebelumnya penulis menemukan beberapa temuan terkait dengan proses pelaksanaan Bimbingan Islam di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu. Adapun secara lebih rinci adalah sebagai berikut:

1) Meyakinkan Individu Akan Status Keberadaan Manusia

Berdasarkan analisa penulis terkait dengan tahap meyakinkan individu akan status keberadaan manusia dalam tahap ini para lansia mampu untuk memahami bahwa status manusia sebagai makhluk Allah SWT adalah untuk tunduk dan beriman hanya kepada-Nya. Iman tersebut tidak hanya diucapkan melalui lisan saja namun juga diaplikasikan dalam kehidupan.

2) Mendorong dan Membantu Masyarakat untuk Memahami dan Mengamalkan Ajaran Agama dengan Baik

Berdasarkan analisa penulis terkait dengan tahap memahami dan mengamalkan ajaran agama dengan baik, setelah lansia mengikuti kegiatan bimbingan Islam mereka diharapkan mampu untuk mengamalkan dan menjalankan ajaran agama yang telah dipelajari dengan mandiri sebagai ibadah sepanjang waktu.

3) Mendorong dan Membantu Individu Memahami dan Mengamalkan Iman, Islam dan Ikhsan

Berdasarkan analisa penulis terkait dengan tahap mengamalkan iman, islam dan ikhsan setelah lansia mengikuti kegiatan bimbingan Islam mereka diharapkan mampu untuk mengamalkan dan menjalankan iman, islam dan ikhsan dalam kehidupan sehari.

Menurut penlit dengan demikian program kegiatan bimbingan Islam di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu telah berjalan sesuai dengan yang semestinya sesuai dengan tahap-tahap pelaksanaan dari

teori Anwar Sutoyo. Kegiatan bimbingan Islam ini tidak hanya bermanfaat untuk membantu dan mendorong lansia agar mampu hidup sesuai dengan tuntunan agama namun juga bermanfaat dalam meningkatkan interaksi antar lansia sehingga para lansia tersebut kembali terhubung dengan lingkungan sosial dan terhindar dari rasa kesepian. Dalam mengatasi kesepian pada lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu peran keluarga juga sangat diperlukan untuk menciptakan suasana yang nyaman sehingga para lansia tersebut tidak lagi merasa tersisih, terasing serta tidak dihargai oleh keluarganya sendiri.



Sumber: Dokumentasi Kegiatan Bimbingan Islam (10 Juli 2024)

Gambar 1. Pembimbing Agama Menyampaikan Materi Saat Bimbingan Islam

4. Simpulan

Rasa kesepian yang dialami oleh lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu ditinjau berdasarkan tiga aspek kesepian yaitu, sifat kesepian (*trait loneliness*), keinginan sosial (*social desirability*) dan depresi (*depression*). Berdasarkan ketiga aspek tersebut dapat diketahui bahwa lansia yang merasa kesepian cenderung diakibatkan kebutuhan untuk memiliki hubungan yang dekat dengan keluarga tidak terpenuhi sehingga lansia di LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu merasa kesepian. Selanjutnya proses bimbingan Islam di LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu memiliki tiga tahapan yang harus dilalui yaitu, tahap meyakinkan individu akan status keberadaan

manusia, tahap mendorong dan membantu masyarakat untuk memahami dan mengamalkan ajaran agama dengan baik, dan tahap mendorong dan membantu individu memahami dan mengamalkan iman, islam dan ikhsan. Tujuannya adalah untuk mendorong dan membantu lansia agar di masa tuanya mereka semakin paham dan dapat menjalankan kehidupan sesuai dengan tuntunan agama dan sebagai sarana bagi para lansia agar tidak merasa bosan dan kesepian selama mereka tinggal di LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu dengan memberikan kesempatan bagi para lansia tersebut berinteraksi dan berbaur dengan lingkungan sekitar sehingga lansia yang merasakan kesepian tersebut tidak berlarut-larut dalam kesepian yang mereka rasakan. Proses pelaksanaan bimbingan Islam di LKS Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu telah berjalan sebagaimana mestinya sesuai dengan teori tahap-tahap pelaksanaan bimbingan Islam oleh Anwar Sutoyo. Oleh karena itu dengan adanya kegiatan bimbingan Islam mampu mengatasi rasa kesepian yang dialami oleh lansia yang ada di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Pondok Lansia Gimbar Alam Pringsewu.

Daftar Pustaka

- Al-nafs, J. A. (2024). *Mengoptimalkan Penerimaan Diri pada Lanjut Usia: Pengaruh Bimbingan Islam dalam Mengatasi Kehilangan Pasangan Hidup Muslikatul Markhamah 1*. 11(1), 1–11.
- Amin, S. M. (2010). *Bimbingan dan Konseling Islam*. AMZAH.
- Annisa, E., & Pramana, Y. (2021). Kebutuhan Spiritual Dengan Kualitas Hidup Pada Lanjut Usia : Literature Review. *Junrnal ProNers*, July, 5.
- Batara, G. A., & Kristianingsih, S. A. (2020). Hubungan Dukungan Sosial dengan Kesepian pada Narapidana Dewasa Awal Lajang. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(1), 187. <https://doi.org/10.33087/jjubj.v20i1.797>
- Batusangkar, I. (2019). 77866_3. +*Jurnal+Bimbingan+dan+Konseling+Ar-Rahman+Universitas+Islam+Kalimantan+Muhammad+Arsyad+Al-Banjari+Banjarmasin++*. 5, 67–72.
- Elizabeth B Hurlock. (2016). *Psikologi Perkembangan Psikologi Umum: Sebuah Pandangan Apresiatif*. Salemba Humanika.
- Erfiyanti, E., Cahyati, T. N., Putri, R. W., Noveli, A. T., Aldellisa, L., & Hikmah, S. (2023). Analisis Loneliness pada Lansia di Panti Wredha Harapan Ibu. *Jurnal Dinamika Sosial Budaya*, 25(2), 167. <https://doi.org/10.26623/jdsb.v25i3.7129>
- Lexy j moloeng. (2014). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Rosdakarya.

- Nasution, A. F. (2023). *Metode Penelitian Kualitatif*. CV. Harfa Creative.
- Noormawanti, Iswati. (2019). BIMBINGAN KEAGAMAAN DALAM MENINGKATKAN KECERDASAN SPIRITUAL REMAJA. *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, 1(01), 37. <https://doi.org/10.32332/jbpi.v1i01.1473>
- Nurdin, I., & Hartati, S. (2019). *METODOLOGI PENELITIAN SOSIAL*. Media Sahabat Cendekia.
- Psikologi, P. (2022). *Sepi*. PT Alex Media Komputindo.
- Septiningsih, D. S., & Na'imah, T. (2021). Kesepian Pada Lanjut Usia: Studi Tentang Bentuk, Faktor Pencetus dan Strategi Koping. *Jurnal Psikologi*, 11(2), 9.
- Sihab, & Nurchayati. (2019). Loneliness Pada Lansia Yang Tinggal Sendiri. *Journal Psikologi*, 8, 165–175. <https://doi.org/https://doi.org/10.26740/cjpp.v8i8.41699>
- Sutoyo, A. (2007). *Bimbingan & Konseling Islami: (Teori dan Praktik)* (II). Pustaka Belajar.
- Tarmizi. (2018). *Bimbingan Konseling Islami*. Perdana Publishing.
- Wahid, L. A. (2022). *Buku Ajar : Pengantar Bimbingan dan Konseling Islam*. CV. Alfa Press.
- Yulianti, G. P. N., Kusdiyati, S., Si, M., Psikologi, P., & Psikologi, F. (2019). Prosiding Psikologi Studi Deskriptif Kesepian (Loneliness) pada Siswa Adiksi Media Sosial di SMAN “X” Bandung. *Prosiding Psikologi*, 5(2), 599–603.