

SKRIPSI

IMPLEMENTASI BIMBINGAN AGAMA DALAM MENGATASI KECEMASAN PADA LANSIA DI LEMBAGA KESEJAHTERAAN SOSIAL BHAKTI MULYA KOTA METRO

Oleh:

**DIVA BERTI NAFISA
NPM. 2204031004**



**Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam
Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI JURAI SIWO LAMPUNG
1447 H / 2026 M**

**IMPLEMENTASI BIMBINGAN AGAMA DALAM MENGATASI
KECEMASAN PADA LANSIA DI LEMBAGA KESEJAHTERAAN
SOSIAL BHAKTI MULYA KOTA METRO**

Diajukan Untuk Memenuhi Tugas dan Memenuhi Sebagian Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos.)

Oleh:

DIVA BERTI NAFISA
NPM. 2204031004

Pembimbing: Zunaidi Nur, M.Ag

Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam
Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI JURAI SIWO LAMPUNG
1447 H / 2026 M



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH**

Jl. Ki Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telp.(0725) 41507; faksimili (0725)47296; website: www.metrouniv.ac.id;E-mail:iaimetro@metrouniv.ac.id

NOTA DINAS

Nomor :
Lampiran : 1 (satu) berkas
Perihal : **Pengajuan Munaqasyah**

Kepada Yth.

Ketua Jurusan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah
Universitas Islam Negeri Jurai Siwo Lampung

Di-

Tempat

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Setelah kami adakan pemeriksaan dan bimbingan seperlunya, maka skripsi yang telah disusun oleh:

Nama : Diva Berti Nafisa
NPM : 2204031004
Fakultas : Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam
Judul Skripsi : Implementasi Bimbingan Agama Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro

Sudah kami setuju dan dapat diajukan ke Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah untuk dimunaqasyahkan. Demikian harapan kami dan atas penerimaannya, kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Metro, 17 Desember 2025



Dosen Pembimbing

Zunaidi Nur, M.Ag
NIP.199204132020121010



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH**

Jl. Ki Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telp.(0725) 41507; faksimili (0725)47296; website: www.metrouniv.ac.id;E-mail:iaimetro@metrouniv.ac.id

PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Implementasi Bimbingan Agama Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Lansia
di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro

Nama : Diva Berti Nafisa

NPM : 2204031004

Fakultas : Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah

Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam

MENYETUJUI

Untuk diseminarkan dalam Sidang Munaqasyah Fakultas Ushuluddin Adab, dan Dakwah
Universitas Islam Negeri Jurai Siwo Lampung.

Metro, 17 Desember 2025

Dosen Pembimbing

Zunaidi Nur, M.Ag
NIP.199204132020121010



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI JURAI SIWO LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**



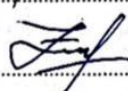
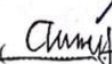
Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telepon (0725) 41507; Faksimili (0725) 47295; Website: www.fuad.metrouniv.ac.id; e-mail: fuad.uin@metrouniv.ac.id

PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

No: B-0110/Un.36.4/9/PR.00.9102/0026


Skripsi dengan judul: IMPLEMENTASI BIMBINGAN AGAMA DALAM MENGATASI KECEMASAN PADA LANSIA DI LEMBAGA KESEJAHTERAAN SOSAL BHAKTI MULYA KOTA METRO, disusun oleh: Diva Berti Nafisa, NPM. 2204031004, Program Studi: Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI) telah diujikan dalam sidang munaqasyah Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah pada hari/tanggal: Kamis, 18 Desember 2025 di Ruang Sidang Munaqasyah FUAD.

TIM PENGUJI

Penguji I	: Fadhil Hardiansyah, M.Pd	(..... )
Penguji II	: Qois Azizah Bin Has, M.Ag	(..... )
Penguji III	: Zunaidi Nur, M.Ag	(..... )
Penguji IV	: Mukhayatun Sholehah, M.P.H.	(..... )

Mengetahui
Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah




Dr. Albarra Sarbaini, M.Pd.
NIP. 19770903 201101 1 002

ABSTRAK

IMPLEMENTASI BIMBINGAN AGAMA DALAM MENGATASI KECEMASAN PADA LANSIA DI LEMBAGA KESEJAHTERAAN SOSIAL BHAKTI MULYA KOTA METRO

**Oleh:
DIVA BERTI NAFISA
NPM. 2204031004**

Kecemasan merupakan permasalahan psikologis yang banyak dialami oleh lansia akibat perubahan fisik, penurunan kesehatan, serta berkurangnya dukungan sosial. Kondisi ini juga dialami oleh lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Bhakti Mulya Kota Metro, sehingga diperlukan pendampingan melalui bimbingan agama. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui implementasi bimbingan agama dalam mengatasi kecemasan pada lansia di LKS Bhakti Mulya Kota Metro.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian lapangan (field research) dengan pendekatan kualitatif deskriptif. Data diperoleh melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi dengan sumber data primer berupa pembimbing agama dan lansia, serta data sekunder berupa dokumen lembaga dan literatur pendukung.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan agama dilaksanakan secara terstruktur melalui kegiatan pengajian rutin, pembelajaran tahsin dan Iqra', dzikir, tausiyah, serta bimbingan pribadi (konseling Islami) dengan pendekatan humanis dan personal. Implementasi bimbingan agama ini efektif dalam mengurangi kecemasan lansia yang ditandai dengan meningkatnya ketenangan batin, penguatan spiritualitas, rasa aman, serta sikap sabar dan ikhlas dalam menerima kondisi hidup. Meskipun terdapat kendala keterbatasan kesehatan dan daya ingat, layanan tetap berjalan melalui penyesuaian metode dan jadwal kegiatan.

Kata Kunci: Implementasi, Bimbingan Agama, Kecemasan, Lansia

ORISINILITAS PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : DIVA BERTI NAFISA
NPM : 2204031004
Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam
Fakultas : Ushuluddin, Adab, dan Dakwah

Menyatakan bahwa skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian saya kecuali bagian-bagian tertentu yang dirujuk dari sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Metro, Desember 2025
Yang Menyatakan,



Divi Berti Nafisa
NPM. 2204031004

MOTTO

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَمُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنْتُمْ تُوعَدُونَ ۝ ٣٠

Artinya: “Sesungguhnya orang-orang yang mengatakan: "Tuhan kami ialah Allah" kemudian mereka meneguhkan pendirian mereka, maka malaikat akan turun kepada mereka dengan mengatakan: "Janganlah kamu takut dan janganlah merasa sedih; dan gembirakanlah mereka dengan jannah yang telah dijanjikan Allah kepadamu". (Q.S. Fushilat: 30).¹

¹ Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an Kemenag RI, 2019), 698

PERSEMBAHAN

Dengan kerendahan hati dan rasa syukur kepada Allah SWT atas karunia cinta dan kasih sayang-Nya yang telah memberikan kekuatan, membekali penulis dengan ilmu, serta memperkenalkan penulis dengan cinta. Atas karunia-Nya serta kemudahan yang Engkau berikan, akhirnya penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Shalawat dan salam senantiasa terlimpahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW. Peneliti mempersembahkan skripsi ini sebagai ungkapan rasa hormat kepada:

1. Kedua orang tua tercinta, Ayahanda Edywan Apriliono dan Ibunda Nur Baiti, yang senantiasa memberikan kasih sayang, doa, motivasi, serta dukungan demi keberhasilan putrinya, serta kepada kakak peneliti, Avid Nur Arif, S.M., yang peneliti cintai.
2. Ibu Sri Rahayu, S.Pd., M.Pd., selaku Pengurus Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro beserta staf yang telah memberikan kesempatan dan membantu peneliti dalam pelaksanaan penelitian skripsi ini. Ucapan terima kasih peneliti haturkan pula kepada Ibu Sartika Saridewi atas segala bantuan yang telah diberikan kepada peneliti.
3. Bapak Zunaidi Nur, M.Ag., yang telah memberikan bimbingan serta arahan dengan penuh kesabaran dalam penyusunan skripsi ini.
4. Sahabat-sahabat perjuangan BPI, serta sahabat peneliti, Salsa Novia Sukesti, S.Sos., yang selalu memotivasi dan membantu peneliti dalam berbagai hal.
5. Almamater Universitas Islam Negeri Jurai Siwo Lampung yang telah memberikan ilmu, bimbingan, dan pendidikan sepanjang perjalanan akademik peneliti. Semoga UIN Jurai Siwo Lampung terus berkembang dan menghasilkan generasi penerus yang berkualitas.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah Subhanahu wa ta'ala yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada peneliti, sehingga Skripsi yang berjudul “Implementasi Bimbingan Agama Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Lansia Di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro” dapat terselesaikan dengan baik.

Penulisan Skripsi ini merupakan bagian dari persyaratan untuk memenuhi tugas dan memenuhi sebagian syarat guna memperoleh gelar Strata Satu Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah (FUAD) Universitas Islam Negeri Jurai Siwo Lampung.

Dalam upaya penyelesaian Skripsi ini, peneliti telah menerima banyak bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karenanya, peneliti mengucapkan terima kasih kepada Rektor UIN Jurai Siwo Lampung Prof. Dr. Ida Umami, M.Pd.,Kons, Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Dr. Albarra Sarbaini, M.Pd., Dosen Pembimbing Zunaidi Nur, M.Ag., yang telah memberikan bimbingan akademik sekaligus penulisan Skripsi serta mengarahkan dan memberikan motivasi.

Peneliti menyadari bahwa penyusunan Skripsi ini belum mencapai kesempurnaan. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan saran dan masukan dari berbagai pihak untuk kesempurnaannya. Semoga Skripsi ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan bagi para pembaca pada umumnya.

Metro, Desember 2025
Peneliti,



Divia Berti Nafisa
NPM. 2204031004

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
NOTA DINAS	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
ABSTRAK	vi
ORISINILITAS PENELITIAN	vii
MOTTO	viii
PERSEMBAHAN	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Pertanyaan Penelitian.....	7
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	7
D. Penelitian Relevan	9
BAB II LANDASAN TEORI	15
A. Bimbingan Agama	15
1. Pengertian Bimbingan Agama	15
2. Tujuan dan Fungsi Bimbingan Agama	18
3. Metode Bimbingan Agama	19
4. Bentuk Pelaksanaan Bimbingan Agama.....	22
B. Kecemasan	25
1. Pengertian Kecemasan.....	25
2. Faktor Penyebab Kecemasan Pada Lansia	27
3. Gejala Kecemasan Pada Lansia	29

C. Lansia	30
1. Pengertian Lansia	30
2. Masalah Umum yang Dihadapi Lansia	31
BAB III METODE PENELITIAN	35
A. Jenis dan Sifat Penelitian	35
B. Sumber Data	36
C. Teknik Pengumpulan Data	38
D. Teknik Keabsahan Data	41
E. Teknik Analisa Data	42
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	44
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	44
1. Sejarah Berdirinya Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro	44
2. Visi dan Misi Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro	45
3. Struktur Organisasi Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro	45
4. Data Pembimbing Agama di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro	46
B. Implementasi Bimbingan Agama Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Lansia di LKS Bhakti Mulya Kota Metro....	47
C. Pembahasan Hasil Penelitian.....	64
BAB V PENUTUP.....	74
A. Kesimpulan	74
B. Saran	75

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
4.1. Data Pembimbing Agama Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhaki Mulya Kota Metro	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
4.1. Struktur Organisasi Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro	46

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Bimbingan (SK Penunjukkan Pembimbing)
- Lampiran 2 Jadwal Waktu Pelaksanaan Penelitian
- Lampiran 3 Outline
- Lampiran 4 Alat Pengumpul Data
- Lampiran 5 Surat Tugas
- Lampiran 6 Surat Izin Riset
- Lampiran 7 Surat Balasan Riset
- Lampiran 8 Surat Keterangan Bebas Pustaka
- Lampiran 9 Surat Keterangan Lulus Uji Plagiasi Turnitin
- Lampiran 10 Formulir Konsultasi Bimbingan Skripsi
- Lampiran 11 Foto Penelitian
- Lampiran 12 Riwayat Hidup

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepanjang kehidupan manusia dalam hidupnya akan mengalami perkembangan. Proses perkembangan manusia dimulai dari masa sebelum kelahiran biasa disebut prenatal, kemudian bayi, anak-anak, remaja, dewasa, tua dan akhirnya masuk pada fase lansia (lanjut usia) yang merupakan tahap akhir dari proses kehidupan manusia dan ditandai oleh perubahan fisik, penurunan kesehatan, kekuatan, dan daya tahan, serta kemampuan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari.²

Di Indonesia, batasan usia lanjut telah ditetapkan dalam Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas. Penetapan ini menjadi dasar dalam berbagai kebijakan dan program pemerintah yang berkaitan dengan pelayanan dan perlindungan bagi kelompok usia lanjut baik dari kesehatan, maupun sosial untuk memastikan kehidupan yang sejahtera bagi usia lanjut.³

Seiring bertambahnya usia, kondisi fisik maupun psikis seseorang akan mengalami penurunan sebagai bagian dari proses alamiah kehidupan. Masa lanjut usia ditandai dengan melemahnya berbagai fungsi tubuh dan mental,

² Lely Ika Maryati dan Vanda Rezanía, *Buku Psikologi Perkembangan : Sepanjang Kehidupan Manusia*, (Jakarta: kencana,2018).

³ Pemerintah Republik Indonesia, *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1998 Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia*, 1998.

seperti menurunnya daya ingat, muncul gejala kepikunan, serta timbulnya berbagai kecemasan, kekhawatiran dan ketakutan yang dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis mereka.⁴ Sebagaimana Allah SWT berfirman sebagai berikut:

... ثُمَّ نُخْرِجُكُمْ طِفْلًا ثُمَّ لِنَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ وَمِنْكُمْ مَنْ يُتَوَفَّى وَمِنْكُمْ مَنْ يُرَدُّ إِلَىٰ أَرْذَلِ الْعُمُرِ ... ٥

Artinya: "...kemudian Kami keluarkan kamu sebagai bayi, kemudian (dengan berangsur-angsur) kamu sampailah kepada kedewasaan, dan di antara kamu ada yang diwafatkan dan (adapula) di antara kamu yang dipanjangkan umurnya sampai pikun..." (Q.S. Al-Hajj: 5)⁵

Ayat di atas menjelaskan tahapan kehidupan manusia sejak lahir, mencapai kedewasaan, hingga kematian atau dikembalikan pada usia lanjut yang lemah. Hal tersebut menegaskan bahwa masa tua beserta keterbatasannya merupakan ketetapan Allah yang perlu disikapi dengan kesabaran, ketawakkalan, dan penguatan spiritual. Gambaran ini sekaligus menjadi pengingat bahwa usia tua dan penurunan fungsi fisik maupun kognitif adalah bagian dari siklus hidup yang telah ditetapkan Allah. Kesadaran ini dapat menumbuhkan kekuatan spiritual pada lansia, menanamkan kesabaran dan ketawakkalan dalam menghadapi keterbatasan, serta memotivasi mereka untuk lebih mempersiapkan diri menghadapi kehidupan akhirat, sebagaimana bumi yang awalnya kering lalu kembali hidup saat diturunkan hujan, begitu pula manusia akan dibangkitkan setelah kematian. Pemahaman ini tidak hanya bersumber dari ayat Al-Qur'an, tetapi juga diperkuat oleh sabda Nabi

⁴ Redhatul Hayati dan Jamilus, 'Fase Perkembangan Manusia Dalam Pendidikan Islam Ditinjau Dari Al-Qur'an Dan Hadits', *Cognoscere: Jurnal Komunikasi Dan Media Pendidikan*, 1.2 (2023), hlm. 30–37.

⁵ Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an Dan Terjemahannya* (Jakarta, 2019).

Muhammad SAW yang menegaskan pentingnya memperlakukan lansia secara khusus.

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِنَّ مِنْ إِجْلَالِ اللَّهِ إِكْرَامَ ذِي
الشَّيْبَةِ الْمُسْلِمِ وَحَامِلِ الْقُرْآنِ غَيْرِ الْعَالِي فِيهِ وَالْجَافِي عَنْهُ وَإِكْرَامَ
ذِي السُّلْطَانِ الْمُقْسِطِ

Artinya: “*Rasulullah shallallahu ‘alaihi wasallam* bersabda: ‘*termasuk dari keagungan Allah adalah dimuliakannya seorang muslim yang telah beruban, para pembaca Al-Qur’an yang tidak bersikap berlebihan di dalamnya (dalam membacanya memahaminya dengan mengikuti ayat-ayat mutsyabihat) dan tidak pula bersikap jauh darinya (dari membacanya, memahami maknanya dan mengamalkannya) dan penguasa yang adil.*” (HR. Abu Dawud No. 4203).⁶

Hadis di atas menegaskan bahwa bentuk pengagungan kepada Allah SWT salah satunya adalah dengan menghormati orang yang telah lanjut usia. Penyebutan lansia sebagai pihak pertama yang layak dimuliakan menunjukkan tingginya perhatian Islam terhadap keberadaan mereka. Lansia sering kali menghadapi berbagai persoalan psikologis, salah satunya adalah kecemasan. Kecemasan ini dapat muncul akibat berbagai faktor, seperti ketakutan akan kematian, kehilangan pasangan, memasuki masa pensiun, perubahan fisik akibat proses penuaan, kekhawatiran terhadap penyakit, serta kurangnya interaksi dengan keluarga, serta banyak lansia yang merasa kesepian dan bosan. Jika permasalahan-permasalahan ini tidak ditangani dengan baik, maka

⁶ Abu Dawud, ‘Sunan Abu Dawud, No. 4203’, *Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur’an, Kementerian Agama RI*, p. 21 Juni 2025 <www.hadits.kemenag.go.id>.

dapat memicu perasaan takut yang berlebihan, gangguan kecemasan, kegelisahan, bahkan depresi.⁷

Gangguan kecemasan yang paling sering dialami oleh lansia adalah *Generalized Anxiety Disorder* (GAD) yaitu rasa kekhawatiran yang berlebihan dan terus menerus pada situasi tertentu yang sangat mengancam yang dapat menyebabkan kegelisahan karena adanya ketidakpastian dimasa mendatang serta kekhawatiran akan kesehatan, keselamatan, keterbatasan fisik, atau bahkan ketakutan akan kematian. Pikiran negatif yang berulang dapat memicu kegelisahan berkepanjangan dan berdampak pada kesejahteraan psikologis, sehingga lansia menjadi lebih rentan terhadap stres dan gangguan emosional lainnya.⁸

Kecemasan menurut Sigmund Freud merupakan suatu kondisi emosional yang menimbulkan ketidaknyamanan disertai gejala fisik tertentu yang berfungsi sebagai sinyal adanya ancaman atau bahaya. Perasaan tidak nyaman ini seringkali tidak jelas sumbernya dan sulit diidentifikasi namun, tetap dirasakan secara nyata oleh individu. Sigmund Freud memandang kecemasan sebagai mekanisme pertahanan diri yang muncul ketika seseorang menghadapi konflik psikologis, terutama antara ide, ego, dan superego.

⁷ Yonathan Kristian Yuan Putra, Agustiniingsih Agustiniingsih, dan Inggit Sri Kusdiyanti, 'Hubungan Antara Spiritual Dengan Tingkat Kecemasan: Literature Review', *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 11.3 (2023), hlm. 294–305.

⁸ Dkk Utami Nur Hafsari Putri, *Buku Modul Kesehatan Mental* (Sumatera Barat: CV. Azka Pustaka, 2022).

Menurut Freud, kecemasan terbagi menjadi tiga jenis, yaitu kecemasan realistik, neurotik, dan moral.⁹

Pada lansia, bentuk kecemasan yang paling umum dialami cenderung merupakan kecemasan realistik, karena mereka sering menghadapi berbagai kondisi nyata yang mengancam, seperti penurunan kesehatan, kehilangan pasangan hidup, atau kekhawatiran akan masa depan. Rasa cemas ini muncul sebagai bentuk kewaspadaan terhadap perubahan-perubahan besar dalam kehidupan mereka dan perasaan tidak berdaya menghadapi ketidakpastian di usia senja.¹⁰

Kecemasan yang meningkat seharusnya mendapat perhatian serius dari berbagai pihak. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi penanganan kecemasan adalah aspek spiritualitas, yang memiliki peran penting dalam kehidupan sehari-hari. Individu dengan tingkat spiritualitas yang baik cenderung memiliki keyakinan dan ketenangan dalam menghadapi berbagai situasi termasuk kecemasan. Oleh karena itu, bimbingan agama dapat menjadi sarana yang efektif dalam membantu mengurangi tingkat kecemasan yang dialami, khususnya pada lansia.¹¹

Pentingnya bimbingan agama dalam menjaga ketenangan jiwa juga dapat ditemukan dalam praktik yang dilakukan di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Bhakti Mulya Kota Metro merupakan lembaga pelayanan dan

⁹ Sigmund Freud, *A General Introduction to Psychoanalysis: Pengantar Umum Psikoanalisis (Terj.)* (yogyakarta: Penerbit Indoliterasi, 2021), hlm. 25–31

¹⁰ Sutardjo A. Wiramihardja, *Pengantar Psikologi Abnormal*, revisi (Bandung: PT Refika Aditama, 2017).

¹¹ Fauziah Irwan, Reni Zulfitri, dan Jumaini Jumaini, 'Hubungan Persepsi Lansia Tentang Kematian Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Kematian', *JUKEJ: Jurnal Kesehatan Jompa*, 1.1 (2022), hlm. 42–49.

perawatan yang menjadi tempat penampungan lansia, dengan tujuan membantu keluarga dalam mengatasi permasalahan kesejahteraan sosial. Lembaga ini berdiri pada tanggal 27 Agustus 2014 dan berlokasi di Jl. Bhakti Mulya No. 3 RT/RW: 36/12, Kelurahan Yosomulyo, Kecamatan Metro Pusat. LKS Bhakti Mulya bergerak di bidang pelayanan sosial, khususnya dalam memberikan perawatan, perlindungan, dan pembinaan bagi lansia yang tidak memiliki keluarga, terlantar, atau dalam kondisi ekonomi yang kurang mampu.

Salah satu kegiatan utama yang dilakukan di lembaga ini adalah bimbingan agama sebagai bagian dari pembinaan spiritual bagi lansia. Bimbingan agama tersebut diberikan sebagai upaya memenuhi kebutuhan rohani lansia dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Kegiatan bimbingan agama ini dipandu oleh seorang ustadzah yang secara khusus ditugaskan oleh pihak lembaga. Ustadzah tersebut adalah pendamping spiritual tetap yang tinggal di sekitar lingkungan lembaga dan memiliki latar belakang pendidikan agama serta pengalaman dalam memberikan bimbingan rohani kepada lansia.

Peneliti memilih LKS Bhakti Mulya sebagai lokasi penelitian karena lembaga ini secara konsisten menerapkan pendekatan keagamaan sebagai bagian dari pelayanan psikososialnya. Hal ini menjadi menarik untuk diteliti lebih lanjut, terutama dalam konteks bagaimana bimbingan agama dapat berperan dalam mengatasi masalah psikologis seperti kecemasan yang banyak dialami oleh para lansia.

Dari hasil wawancara tersebut, diketahui bahwa 3 dari 15 lansia mengalami gejala kecemasan. Lansia A mengungkapkan perasaan cemas dan

kesepian setelah kehilangan pasangan hidup.¹² Lansia B menyampaikan bahwa ia merasa sangat gelisah karena sudah lama tidak dikunjungi oleh anak-anaknya. Sementara itu, lansia C menyatakan adanya ketakutan yang terus menerus dalam menghadapi kematian, karena merasa belum siap secara batin.¹³ Gejala kecemasan yang dialami para lansia mencakup kesulitan tidur, mudah menangis, rasa hampa, hingga perasaan tertekan secara emosional.

Melihat fenomena tersebut, bimbingan agama menjadi salah satu pendekatan yang relevan untuk membantu lansia dalam mengelola kecemasan dan menghadapi masa tua dengan lebih tenang serta meningkatkan kesiapan dalam menghadapi fase akhir kehidupan. Oleh karena itu, penelitian ini dipandang penting untuk dilakukan guna memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai implementasi bimbingan agama dijalankan serta sejauh mana bimbingan tersebut dapat membantu mengatasi kecemasan pada lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro.

B. Pertanyaan Penelitian

Bagaimana Implementasi Bimbingan Agama Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

¹² Wawancara dengan Lansia A, Selaku Anggota yang Tinggal di Lembaga LKS Bhakti Mulya Kota Metro, Pada hari Sabtu, Tanggal 21 Juni 2025, Pukul 14.00 WIB.

¹³ Wawancara dengan Lansia B dan C, Selaku Anggota yang Tinggal di Lembaga LKS Bhakti Mulya Kota Metro, Pada hari Minggu, Tanggal 21 Juni 2025, Pukul 15.00-15.30 WIB.

Untuk Menganalisis Implementasi Bimbingan Agama Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Lansia Di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro

2. Manfaat penelitian

Manfaat penelitian yang dilakukan oleh peneliti ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis sebagai berikut:

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang bimbingan dan penyuluhan Islam serta psikologi agama. Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi atau masukan ilmiah bagi akademisi, peneliti, maupun praktisi yang tertarik mengkaji lebih lanjut tentang penerapan bimbingan agama dalam menangani kecemasan, khususnya pada kelompok lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial.

b. Manfaat Praktis

1) Bagi Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro

Penelitian ini dapat menjadi masukan bagi pihak lembaga dalam merancang atau meningkatkan program bimbingan agama yang sesuai dengan kebutuhan psikologis lansia, khususnya dalam mengurangi kecemasan serta meningkatkan ketenangan dan kebahagiaan hidup di masa tua.

2) Bagi Penulis

Penelitian ini memberikan penulis wawasan dan pengalaman langsung mengenai penerapan bimbingan agama dalam konteks nyata, serta pemahaman yang lebih mendalam mengenai dinamika psikologis lansia di Lembaga Kesejahteraan Bhakti Mulya Kota Metro, serta sebagai salah satu syarat penulis untuk menyelesaikan tugas akhir sehingga nantinya dapat melanjutkan ke tahap menulis skripsi.

3) Bagi Fakultas

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk peneliti selanjutnya yang ingin mengangkat tema serupa di masa mendatang, serta menambah koleksi literatur ilmiah di Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah.

D. Penelitian yang Relevan

Berdasarkan penelusuran yang dilakukan, ditemukan beberapa karya ilmiah berupa skripsi dan artikel jurnal yang memiliki kesamaan tema dengan penelitian yang akan dilakukan. Adapun beberapa kesamaan tersebut adalah sebagai berikut:

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Inayatuz Zulfa “*Peran Pembimbing Agama dalam Menghadapi Kecemasan Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3 Jakarta Selatan.*” Dari hasil penulisan skripsi tersebut, menunjukkan bahwa pembimbing agama berperan penting dalam membantu lansia mengurangi kecemasan. Namun, fokus penelitian Zulfa lebih

kepada peran pribadi pembimbing agama sebagai sosok yang mendampingi lansia secara langsung.¹⁴

Berbeda dengan penelitian Zulfa, penelitian ini berfokus pada peran personal pembimbing agama, melainkan pada program bimbingan yang hanya berbentuk pengajian, dan hadroh. Penelitian ini program bimbingan agama yang dirancang dan dijalankan secara terstruktur dengan jadwal kegiatan dua kali dalam seminggu dan juga pada bimbingan agama harian seperti sholat dan tahsin dan dzikir di sebuah lembaga yaitu Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro. perbedaan ini penting karena bisa memberikan gambaran apakah program bimbingan agama yang terencana dan bersifat kelembagaan juga dapat memberikan dampak positif dalam mengatasi kecemasan pada lansia, bahkan mungkin menjangkau lebih luas bentuk pelaksanaan bimbingan agamanya.

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Laelatul Khofifah “*Pelaksanaan Bimbingan Agama Dalam Meningkatkan Religiusitas Lansia Di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia (PPSLU) Bojongbata Pemalang.*” Dari hasil penulisan skripsi tersebut, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan bimbingan agama memberikan dampak positif terhadap peningkatan religiusitas lansia. Kegiatan yang dilakukan meliputi kajian keislaman, pembacaan Al-Qur’an, doa bersama, dan pembinaan spiritual, yang

¹⁴ Inayatuz Zulfa (Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta), ‘*Peran Pembimbing Agama Dalam Menghadapi Kecemasan Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3 Jakarta Selatan*’, 2015, 6.

menghasilkan perubahan seperti meningkatnya semangat ibadah, sikap tawakal yang tinggi, dan kedekatan spiritual dengan Allah SWT.¹⁵

Dari hasil skripsi di atas, terdapat persamaan yang terletak pada penggunaan pendekatan bimbingan agama sebagai sarana untuk memberikan dukungan kepada lansia dalam menghadapi masa tua. Adapun perbedaannya, penelitian Khofifah lebih berfokus pada peningkatan religiusitas sebagai indikator keberhasilan, sementara penelitian ini menitikberatkan pada peran bimbingan agama dalam menurunkan kecemasan lansia sebagai masalah psikologis yang memengaruhi kualitas hidup, dengan pendekatan program yang lebih terstruktur di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro.

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Kiki Khaerun Nadzifa berjudul “*Pelaksanaan Bimbingan Spiritual untuk Mengurangi Kecemasan pada Lansia di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur*”. Dari hasil skripsi tersebut menunjukkan bahwa bimbingan spiritual mampu mengurangi kecemasan pada lansia. Dalam penelitiannya, lansia mengalami berbagai bentuk kecemasan seperti rasa takut menghadapi kematian, gangguan tidur, penyakit kronis, hingga kehilangan pasangan. Melalui bimbingan spiritual yang diberikan tiga kali dalam seminggu, yang berisi materi aqidah, muhasabah diri, ceramah, diskusi, dan keteladanan. Lansia menunjukkan perubahan yang signifikan, seperti lebih tenang, lebih ikhlas, mampu

¹⁵ Laelatul Khofifah, ‘*Meningkatkan Religiusitas Lansia Di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia (PPSLU) Bojongbata Pemalang*’, 2023.

mengendalikan emosi, serta merasakan ketentraman jiwa. Proses bimbingan dilaksanakan secara bertahap, mulai dari tahap awal hingga tahap akhir.¹⁶

Penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian yang akan dilakukan, yaitu sama-sama menyoroti bimbingan keagamaan sebagai sarana dalam menurunkan kecemasan pada lansia. Namun, perbedaannya terletak pada bentuk pelaksanaannya. Penelitian Nadzifa dilakukan dalam lingkup majlis taklim dan lebih menekankan pada aspek spiritual secara nonformal, sementara penelitian ini lebih menekankan pada implementasi bimbingan agama sebagai program formal yang terstruktur dalam lembaga kesejahteraan sosial, yaitu Bhakti Mulya Kota Metro. Perbedaan ini penting karena dapat menunjukkan sejauh mana bimbingan agama yang dijalankan secara terorganisir dan terencana oleh lembaga mampu memberikan hasil yang optimal dalam mengatasi kecemasan pada lansia.

Keempat, penelitian yang dilakukan oleh Dian Ayu Lestari “*Pelaksanaan Bimbingan Keagamaan dalam Mengatasi Kecemasan Menghadapi Masa Depan Remaja Panti Asuhan Aisyiyah Jatirejo Pematang*”. Dalam penelitian tersebut menunjukkan bahwa bimbingan keagamaan memiliki peran yang cukup besar dalam menurunkan tingkat kecemasan. Dalam penelitiannya, bimbingan diberikan melalui materi aqidah dan metode seperti ceramah, muhasabah, keteladanan, serta diskusi. Bimbingan ini dilakukan secara bertahap, mulai dari tahap awal hingga akhir, dan

¹⁶ Kiki Khaerun Nadzifa, ‘*Pelaksanaan Bimbingan Spiritual Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Lansia Di Majelis Taklim an Nisa Poncol Pekalongan Timur*’, 2021.

menghasilkan perubahan yang positif, yaitu remaja menjadi lebih tenang, mampu mengontrol emosi, dan lebih ikhlas dalam menghadapi kenyataan.¹⁷

Meskipun objek penelitian Lestari adalah remaja bukan lansia, namun, temanya tetap relevan dengan penelitian ini, yaitu bimbingan keagamaan sebagai pendekatan dalam mengatasi kecemasan. Perbedaannya terletak pada sasaran dan konteksnya. Penelitian Lestari berfokus pada remaja dan dilaksanakan di panti asuhan dengan pendekatan individual dan berbasis majelis taklim, sedangkan penelitian ini lebih menekankan pada implementasi bimbingan agama dalam konteks lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro, sebagai program terstruktur dalam lingkup kelembagaan. Perbedaan ini penting karena dapat memberikan gambaran baru mengenai efektivitas bimbingan agama untuk kelompok usia yang berbeda, sekaligus memperluas pemahaman tentang bagaimana pendekatan spiritual dapat disesuaikan dengan kebutuhan psikologis lansia, khususnya dalam menghadapi kecemasan yang berkaitan dengan kesehatan, kehilangan, dan rasa sepi.

Kelima, penelitian yang dilakukan oleh Dewini, A.P., dan Halim, M.J. dalam jurnal berjudul “*Bimbingan Agama Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Lansia Melalui Dzikir di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung Jakarta Timur*” yang dimuat dalam Jurnal Penyuluhan Agama, Vol. 8 No.. 1 Tahun 2022, menunjukkan bahwa praktik dzikir yang dibimbing secara rutin oleh tenaga pembimbing agama mampu mengurangi tingkat kecemasan pada

¹⁷ Dian Ayu Lestari, ‘*Pelaksanaan Bimbingan Keagamaan Dalam Mengatasi Kecemasan Menghadapi Masa Depan Remaja Panti Asuhan Aisyiyah Jatirejo Pemalang*’, 2022.

lansia. Lansia yang mengikuti kegiatan dzikir secara konsisten menunjukkan perubahan positif, seperti menjadi lebih tenang, mudah tidur, tidak mudah panik, serta lebih pasrah dan menerima dalam menjalani kehidupan. Kegiatan dzikir dilakukan melalui pendekatan personal maupun kelompok, serta disesuaikan dengan kemampuan masing-masing lansia.¹⁸

Dari hasil jurnal di atas, terdapat persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan, yaitu sama-sama menggunakan bimbingan agama sebagai media untuk mengurangi kecemasan pada lansia dan dilaksanakan di lingkungan panti sosial. Namun, terdapat perbedaan dalam fokus pendekatannya. Jurnal Dewini dan Halim lebih menitikberatkan pada praktik dzikir sebagai metode utama dalam bimbingan, sementara penelitian ini lebih fokus pada implementasi bimbingan secara menyeluruh dan terstruktur, yang mencakup berbagai aktivitas keagamaan seperti pengajian, pembaca Al-Qur'an, diskusi keagamaan, dan kegiatan ibadah lain dalam satu program yang terorganisir di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro. Perbedaan ini penting untuk menunjukkan bahwa bimbingan agama tidak hanya efektif dalam satu metode tertentu, melainkan juga berpotensi memberikan hasil yang lebih maksimal ketika dijalankan dalam bentuk program yang sistematis dan berkelanjutan.

¹⁸Adelia Pratiwi Dewini dan M Jufri Halim, 'Bimbingan Agama Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Lansia Melalui Dzikir Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung – Jakarta Timur', *Jurnal Penyuluhan Agama (JPA)*, 8.1 (2022), 19–28 <<https://doi.org/10.15408/jpa.v8i1.24369>>.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Bimbingan Agama

1. Pengertian Bimbingan Agama

Bimbingan secara etimologis berasal dari bahasa Inggris yaitu *Guidance*, yang berarti mengarahkan, menuntun atau memberikan petunjuk kepada seseorang agar menempuh jalan yang benar.¹⁹ Dalam konteks keagamaan, bimbingan dimaknai sebagai upaya dalam menuntun individu untuk hidup sesuai dengan ajaran agama, baik dalam aspek keyakinan, ibadah, maupun perilaku sehari-hari.²⁰

Secara terminologi, pengertian bimbingan telah dikemukakan oleh banyak ahli dengan fokus yang berbeda-beda namun pada dasarnya memiliki titik persamaan, yaitu pada proses pemberian bantuan kepada individu yang bertujuan untuk membantu individu mencapai perkembangan optimal dalam berbagai aspek kehidupan seperti pribadi, sosial, pendidikan maupun spiritual. Untuk mengetahui lebih lanjut tentang makna bimbingan secara umum, berikut pendapat dari para ahli:

- a. Frank W. Miller dalam bukunya *Guidance, Principle and Services* (1968), mengemukakan bahwa bimbingan adalah proses bantuan

¹⁹ Oxford University Press, 'Guidance- Oxford Learner's Dictionary', *Oxford University Press*, 2025 <<https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/guidance>> [accessed 1 July 2025].

²⁰ H. Cholil, *Bimbingan Dan Konseling Islam*, ed. by Amriana (Yogyakarta, 2024). hlm. 2.

terhadap individu untuk mencapai pemahaman diri secara baik dan maksimum di sekolah, keluarga, dan masyarakat.²¹

- b. Arifin menjelaskan bahwa bimbingan agama adalah suatu bentuk bantuan yang diberikan kepada individu yang menghadapi permasalahan, baik secara fisik maupun psikis yang berkaitan dengan kehidupannya sekarang maupun di masa depan. Bantuan ini berfokus pada aspek mental dan spiritual yang bertujuan agar individu tersebut mampu menghadapi persoalannya secara mandiri melalui kekuatan iman dan ketakwaannya kepada Allah.²²
- c. Zakiah Daradjat menjelaskan bahwa bimbingan agama merupakan upaya untuk membantu individu memenuhi kebutuhan spiritual tersebut melalui penguatan iman, pelaksanaan ibadah, serta pembinaan akhlak dan sikap hidup yang sesuai dengan ajaran Islam. Bimbingan agama berfungsi sebagai sarana pembinaan mental agar individu mampu menghadapi masalah hidup dengan sikap sabar, ikhlas, dan tawakal kepada Allah SWT. Dengan demikian, bimbingan agama tidak hanya berperan dalam peningkatan pemahaman keagamaan, tetapi juga sebagai bentuk pendampingan psikologis yang dapat menumbuhkan ketenangan batin dan rasa aman.²³

²¹ Randi Saputra dan others, *Buku Ajar Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*, ed. by Efitra (Jambi: PT Sonpedia Publising Indonesia, 2024). hlm. 3.

²² Arifin, *Pokok-Pokok Pikiran Tentang Bimbingan Dan Penyuluhan Agama Di Sekolah Dan Luar Sekolah* (Jakarta: Bulan Bintang, 1997).

²³ Ranti Deana Rizkika, 'Bimbingan Agama Islam Melalui Pembelajaran Quran Dalam Meningkatkan Cara Semangat Hidup Lansia', *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, 3.2 (2021), 175–91.

- d. Menurut Anwar Sutoyo bimbingan dan konseling Islami adalah proses pemberian bantuan kepada individu yang dilaksanakan berdasarkan ajaran Al-Qur'an dan Hadis, dengan tujuan membantu individu memahami dirinya, mengatasi permasalahan hidup, serta mengembangkan potensi diri agar mampu mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat. Bimbingan Islami tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah, tetapi juga pada pembinaan keimanan dan pembentukan kepribadian yang sesuai dengan nilai-nilai Islam.²⁴

Bimbingan agama adalah suatu proses pemberian bantuan rohaniah kepada lansia guna membantu mereka dalam menghadapi kecemasan serta tantangan hidup di masa tua. Bimbingan ini dilakukan dengan pendekatan spiritual yang dialaminya dengan sikap religius dan penuh kesadaran diri, sehingga diharapkan mampu mencapai ketenangan serta kebahagiaan hidup, baik di dunia maupun di akhirat.

Oleh karena itu bimbingan agama bertujuan menghidupkan kembali kekuatan spiritual dalam diri lansia melalui iman dan taqwa sebagai sumber energi batin, agar mereka memiliki daya juang dan ketahanan dalam menghadapi kecemasan serta mampu menjalani kehidupan secara lebih tenang dan bermakna di lingkungan sosialnya.

²⁴ Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islami: Teori dan Praktik*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013), hlm. 45.

2. Tujuan dan Fungsi Bimbingan Agama

Tujuan bimbingan agama adalah memberikan bantuan kepada individu dalam meraih kebahagiaan sejati yang bersumber dari ketenangan batin, hubungan spiritual yang baik dengan Allah SWT, serta penerimaan terhadap diri secara utuh agar mampu menjalani kehidupan secara efektif dan produktif dalam lingkungan sosialnya, dengan menjadikan keimanan dan ketakwaan kepada Allah SWT sebagai landasan utama serta sumber kekuatan dalam menghadapi berbagai tantangan dalam hidup.²⁵

Fungsi utama dari bimbingan agama adalah memberikan arahan dan petunjuk kepada individu menuju jalan yang benar sesuai nilai-nilai ajaran Islam. Hal ini sejalan dengan firman Allah SWT yaitu:

وَكَذَلِكَ أَوْحَيْنَا إِلَيْكَ رُوحًا مِّنْ أَمْرِنَا مَا كُنْتَ تَدْرِي مَا الْكِتَابُ وَلَا الْإِيمَانُ
وَلَكِن جَعَلْنَاهُ نُورًا نَّهْدِي بِهِ مَن نَّشَاءُ مِنْ عِبَادِنَا وَإِنَّكَ لَتَهْدِي إِلَى صِرَاطٍ
مُّسْتَقِيمٍ ٥٢

Artinya: “Demikianlah kami mewahyukan kepadamu (Nabi Muhammad) ruh (Al-Qur’an) dengan perintah kami. Sebelum engkau tidaklah mengetahui apakah kitab (Al-Qur’an) dan apakah iman itu, tetapi kami menjadikannya (Al-Qur’an) cahaya yang dengannya kami memberi petunjuk siapa yang kami kehendaki di antara hamba-hamba kami, sesungguhnya engkau benar-benar membimbing (manusia) ke jalan yang lurus. (QS. Asy-Syu’ra: 52).²⁶

Berdasarkan ayat di atas, dapat dipahami bahwa Allah menurunkan wahyu sebagai cahaya petunjuk bagi manusia, membimbing siapapun yang dikehendaki-Nya menuju jalan yang lurus. Sebelum datangnya wahyu, manusia tidak mengetahui hakikat iman maupun isi Al-Kitab,

²⁵ Samsul Munir Amin, *Bimbingan Dan Konseling Islam* (Jakarta: Amzah, 2013). hlm. 39.

²⁶ Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur’an Dan Terjemahannya* (Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur’an, 2019).

namun melalui Al-Qur'an, Allah memberikan penerangan bagi jiwa-jiwa yang mencari kebenaran. Dalam konteks ini, bimbingan agama berfungsi sebagai sarana transformasi spiritual dan moral, yaitu membimbing seseorang dari perilaku yang kurang baik menuju perilaku yang lebih sesuai dengan ajaran agama. Fungsi ini juga mencakup peran penting pembimbing yang tidak hanya menyampaikan materi keagamaan, tetapi juga memegang prinsip-prinsip dasar dalam pelaksanaan bimbingan agar proses pembinaan berjalan efektif dan berkesinambungan.

3. Metode Bimbingan Agama

Pendekatan atau metode yang digunakan dalam bimbingan perlu disesuaikan dengan kondisi dan kebutuhan individu yang dibimbing. Penyesuaian ini sangat penting agar bimbingan yang diberikan dapat berjalan efektif. Tanpa memperhatikan aspek tersebut, pelaksanaan bimbingan dikhawatirkan tidak akan memberikan hasil yang optimal. Dalam pelaksanaan bimbingan agama, terdapat beberapa metode yang dapat digunakan, diantaranya sebagai berikut:

a. Metode Individu

Metode ini memungkinkan penyuluh untuk menjalin interaksi secara langsung maupun tidak langsung dengan individu sebagai sasaran bimbingan. Pendekatan perorangan (*personal approach*) dinilai cukup efektif karena memungkinkan penyuluh memberikan perhatian khusus, sehingga individu yang dibimbing dapat lebih

mudah memahami permasalahannya dan memperoleh arahan yang sesuai secara pribadi.

b. Metode Kelompok

Metode kelompok dalam bimbingan agama merupakan pendekatan yang melibatkan interaksi langsung antara pembimbing dan individu dalam suatu kelompok. Dalam metode ini, peserta didorong untuk aktif berpartisipasi, seperti mendengarkan tausiyah, berdiskusi, serta bertanya dan menjawab. Tujuannya adalah membangun hubungan timbal balik antar anggota, memperkuat keterlibatan sosial, dan menumbuhkan sikap tolong-menolong dalam menyelesaikan masalah bersama. Melalui dinamika kelompok, individu juga belajar memahami perannya dalam lingkungan sosial dari sudut pandang orang lain (*role reception*), yang pada akhirnya membantu membentuk pandangan baru terhadap diri sendiri dan meningkatkan potensi pribadi.

c. Metode Ceramah

Metode ceramah adalah salah satu teknik dalam pelaksanaan bimbingan, di mana pembimbing menyampaikan materi secara lisan kepada individu atau kelompok yang dibimbing. Penyampaian ini biasanya disertai dengan penggunaan media bantu seperti gambar, kitab suci, peta, atau alat pendukung lainnya untuk memperjelas informasi. Metode ini umum digunakan dalam bimbingan agama karena sesuai dengan karakteristik pembimbing yang menyampaikan nasihat secara langsung kepada peserta. Bimbingan melalui ceramah

biasanya dilakukan dalam forum kelompok, dengan komunikasi dua arah antara peserta bimbingan.

d. Metode Keteladanan

Metode keteladanan adalah salah satu pendekatan yang efektif dalam membentuk kepribadian individu secara spiritual dan sosial. Pembimbing berperan sebagai figur panutan, sehingga perilaku, ucapan, dan sikapnya akan ditiru oleh peserta bimbingan. Oleh karena itu, pembimbing tidak hanya menyampaikan ajaran secara lisan, tetapi juga harus memberi contoh nyata, seperti membiasakan berdzikir sebelum mengajak orang lain melakukannya.

e. Metode Wawancara

Metode wawancara merupakan salah satu teknik yang digunakan untuk menggali informasi mengenai kondisi kejiwaan individu yang sedang dibimbing. Informasi ini penting sebagai dasar dalam memahami situasi hidup serta aspek psikologis yang dialami oleh individu tersebut pada waktu tertentu, terutama saat mereka memerlukan bimbingan. Agar wawancara berjalan dengan efektif, pembimbing harus menjalin komunikasi yang baik dengan peserta bimbingan, menunjukkan sikap yang dapat dipercaya sehingga individu merasa aman dan terlindungi, serta menciptakan suasana yang tenang, nyaman, dan tidak mengintimidasi, sehingga individu merasa bebas untuk mengungkapkan pikiran dan perasaannya.²⁷

²⁷ M. Fuad Anwar, *Landasan Bimbingan Dan Konseling Islam* (Yogyakarta: CV Budi Utama, 2019).hlm,91.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat enam pendekatan yang dapat diterapkan dalam proses bimbingan. Metode-metode tersebut berfungsi sebagai sarana untuk memberikan bantuan kepada individu maupun kelompok dalam menghadapi dan menyelesaikan permasalahan hidup yang dialami, dengan berlandaskan nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Qur'an dan Hadits. Oleh karena itu, dalam penelitian ini akan ditelusuri bagaimana penerapan keenam proses bimbingan agama yang dilakukan di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro, khususnya dalam membantu lansia mengatasi kecemasan yang mereka alami.

4. Bentuk Pelaksanaan Bimbingan Agama

Pelaksanaan bimbingan agama merupakan wujud nyata dari proses pemberian bantuan spiritual yang bertujuan membimbing individu maupun kelompok agar mampu menghadapi serta menyelesaikan berbagai permasalahan hidup. Proses ini dilakukan melalui pendekatan yang berlandaskan pada nilai-nilai ajaran agama. Adapun bentuk pelaksanaan bimbingan agama secara umum meliputi:

a. Pengajian Rutin

Kegiatan ini dilaksanakan secara berkala, baik mingguan maupun bulanan, dan biasanya berbentuk kajian kelompok. Materi yang disampaikan mencakup berbagai aspek keislaman seperti tafsir Al-Qur'an, hadis, akhlak, dan fiqh. Pengajian ini dipandu oleh ustadz atau pembimbing agama yang berkompeten, bertujuan untuk

memperluas wawasan keislaman peserta serta memperkuat pemahaman mereka terhadap ajaran Islam secara menyeluruh.

b. Dzikir

Dzikir adalah bentuk ibadah yang bermakna mengingat dan mendekatkan diri kepada Allah SWT melalui lafaz-lafaz pujian dan pengagungan. Dalam pelaksanaannya secara berjamaah, dzikir memiliki dampak spiritual yang kuat dalam menenangkan hati, memperkuat keimanan, serta membangun kedekatan emosional antara peserta. Dzikir juga diyakini dapat memunculkan energi positif dalam diri seseorang, sehingga berfungsi sebagai obat rohani yang membantu menurunkan dan mengatasi berbagai gangguan mental seperti kecemasan, stres, dan kegelisahan. Efek menenangkan yang dihasilkan dari dzikir tidak hanya menyentuh aspek rohani, tetapi juga memberikan ketentraman jasmani.²⁸

c. Pembelajaran Al-Qur'an

Kegiatan ini mencakup pelatihan membawa dan menulis Al-Qur'an secara benar sesuai kaidah tajwid. Selain meningkatkan kemampuan membaca Al-Qur'an, tahsin dan iqra' juga bertujuan memperkuat kecakapan spiritual peserta. Aktivitas ini tidak hanya meningkatkan rasa percaya diri, tetapi juga menjadi bentuk ibadah harian yang mendekatkan diri kepada Allah SWT.

²⁸ Dewini, Adelia Pratiwi, dan M Jufri Halim, 'Bimbingan Agama Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Lansia Melalui Dzikir Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung – Jakarta Timur', *Jurnal Penyuluhan Agama (JPA)*, 8.1 (2022), 19–28 <<https://doi.org/10.15408/jpa.v8i1.24369>>.

d. Tausiyah

Merupakan kegiatan ceramah atau penyampaian nasihat dan motivasi tentang keagamaan secara lisan oleh seorang pembimbing atau ustadzah. Ceramah ini memberikan pemahaman tentang nilai-nilai moral, pentingnya kesabaran, keikhlasan, serta penguatan iman dan ketakwaan dalam menghadapi berbagai tantangan hidup.

e. Bimbingan Pribadi dan Konseling Islami

Bentuk bimbingan ini dilakukan secara individual dengan pendekatan personal, bertujuan membantu peserta yang mengalami masalah tertentu, baik secara spiritual maupun psikologis. Pendekatan yang digunakan berdasarkan ajaran Islam, dengan menekankan pentingnya sabar, tawakal, dan ikhtiar dalam menyelesaikan permasalahan hidup.

f. Pembiasaan Ibadah Harian

Pembiasaan ini meliputi pelaksanaan ibadah secara rutin, seperti shalat berjamaah, membaca Al-Qur'an, berdzikir, dan mengamalkan doa-doa harian. Tujuannya adalah membentuk rutinitas ibadah yang dapat menumbuhkan kedisiplinan spiritual serta memperkuat iman dan amal sebagai pondasi dalam menjalani kehidupan dengan lebih tenang dan bermakna.²⁹

²⁹ Arifin, *Pedoman Pelaksanaan Bimbingan dan Penyuluhan Agama* (Jakarta: PT Terayon Press, 1982), hlm.169-172.

B. Kecemasan

1. Pengertian Kecemasan

Kecemasan dalam istilah bahasa Inggris “*anxiety*” berasal dari kata Latin *angustus* yang berarti sempit atau kaku, serta *ango/anci* yang berarti mencekik. Istilah ini menggambarkan kondisi emosional yang tidak menyenangkan, seperti rasa gelisah, takut, dan khawatir terhadap hal-hal yang belum pasti atau tidak diketahui. Secara umum, kecemasan merupakan rasa takut atau khawatir pada situasi tertentu yang sangat mengancam yang dapat menyebabkan kegelisahan karena adanya ketidakpastian dimasa mendatang serta ketakutan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi yang bisa dialami oleh siapa saja, dan dipengaruhi oleh berbagai situasi dan faktor penyebab yang berbeda-beda.³⁰

Kecemasan menurut Sigmund Freud merupakan suatu kondisi emosional yang menimbulkan ketidaknyamanan disertai gejala fisik tertentu yang berfungsi sebagai sinyal adanya ancaman atau bahaya. Perasaan tidak nyaman ini seringkali tidak jelas sumbernya dan sulit diidentifikasi namun, tetap dirasakan secara nyata oleh individu. Sigmund Freud memandang kecemasan sebagai mekanisme pertahanan diri yang muncul ketika seseorang menghadapi konflik psikologis, terutama antara ide, ego, dan superego. Menurut Freud, kecemasan terbagi menjadi tiga jenis, yaitu kecemasan realistik muncul sebagai respons terhadap ancaman nyata atau bahaya dari lingkungan eksternal, neurotik adalah kecemasan

³⁰ Wisnu Catur Bayu Pati, *Pengantar Psikologi Abnormal: Definisi, Teori, Dan Intervensi* (Jawa Tengah: Penerbit NEM, 2022). hlm. 28.

yang muncul karena ketakutan bahwa dorongan dari id dan mora yaitu kecemasan yang berasal dari konflik antara ide dan superego, yaitu ketika seseorang merasa bersalah karena berpikir atau bertindak bertentangan dengan nilai moral atau norma sosial.³¹

Menurut Muhammad Ali Soleimani kecemasan adalah suatu pikiran tidak menyenangkan yang ditandai dengan kekhawatiran, rasa tidak tenang dan perasaan tidak enak yang tidak dapat dihindari oleh seseorang. Kecemasan ini tidak hanya bersifat emosional, tetapi juga berdampak pada aspek fisiologis seperti gangguan tidur, jantung berdebar, atau ketegangan otot. Soleimani menekankan bahwa kecemasan dapat muncul tanpa penyebab yang jelas dan seringkali dipicu oleh ketakutan akan kemungkinan buruk yang belum tentu terjadi, sehingga bisa memengaruhi cara seseorang berpikir, merespons situasi, hingga mengambil keputusan.³²

Berdasarkan pandangan para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah kondisi psikologis yang ditandai dengan perasaan tidak nyaman, kekhawatiran, dan ketegangan yang muncul sebagai respons terhadap situasi yang dianggap mengancam, baik nyata maupun tidak jelas. Kecemasan bersifat subjektif dan dapat mempengaruhi aspek emosional, kognitif, bahkan fisik seseorang. Meski merupakan bagian

³¹Sigmund Freud, *A General Introduction to Psychoanalysis: Pengantar Umum Psikoanalisis* (Yogyakarta: Penerbit Indoliterasi, 2021), hlm. 25–31.

³² Rikky Maulana, *'Bimbingan Islami Dengan Metode Dzikir Dalam Meningkatkan Ketenangan Jiwa Pada Lansia Di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bojongsata Pematang'*, 2023.

alami dari kehidupan manusia, kecemasan yang tidak dikelola dengan baik dapat berkembang menjadi gangguan yang mengganggu fungsi sehari-hari.

2. Faktor Penyebab Kecemasan Pada Lansia

Menurut Lewin, kecemasan muncul ketika individu mengalami konflik batin, yaitu pertentangan antara keinginan, nilai atau kebutuhan di dalam dirinya sendiri. Konflik ini dapat menimbulkan tekanan psikologis yang kuat, terutama ketika seseorang merasa terjebak antara dua pilihan atau mengalami kebimbangan yang berkepanjangan. Selain itu, Lewin juga menyatakan bahwa kecemasan dapat timbul ketika terdapat kesenjangan yang besar antara harapan atau keinginan yang tinggi terhadap suatu tujuan, dengan realitas yang tidak mendukung tercapainya keinginan tersebut. Semakin besar jarak antara impian dan kenyataan, semakin besar pula potensi munculnya kecemasan, karena individu merasa tidak mampu mewujudkan apa yang ia cita-citakan.³³

Menurut Sigmund Freud, terdapat lima penyebab utama kecemasan, yaitu:

a. Frustrasi

Frustrasi adalah tekanan emosional yang muncul akibat hambatan dalam mencapai tujuan tertentu. Zakiah Daradjat menyebut frustrasi sebagai proses saat seseorang merasa kebutuhannya terhalang. Pada lansia, frustrasi dapat timbul karena keterbatasan fisik, hilangnya peran sosial, atau tidak mampu menjalankan aktivitas seperti dulu.

³³ Aditya Dedy Nugraha, 'Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam', *IJIP: Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 2.1 (2020), 1–22 <<https://doi.org/10.18326/ijip.v2i1.1-22>>.

b. Konflik

Konflik terjadi saat individu menghadapi dua dorongan bertentangan yang tidak bisa dipenuhi secara bersamaan. Bagi lansia, konflik bisa muncul saat mereka ingin mandiri namun dihadapkan pada ketergantungan fisik atau keinginan untuk dekat dengan keluarga namun harus tinggal di panti.

c. Ancaman

Ancaman adalah adanya bahaya yang perlu diwaspadai. Lansia bisa merasakan kecemasan akibat ancaman kesehatan, risiko jatuh, atau perasaan ditinggalkan oleh keluarga.

d. Harga diri

Harga diri terbentuk dari pengalaman dan interaksi sosial. Pada lansia, harga diri bisa menurun akibat tidak lagi bekerja, merasa kurang berguna, atau tidak dihargai oleh lingkungan sekitar.

e. Lingkungan

Freud menegaskan bahwa lingkungan sangat berpengaruh terhadap kecemasan. Lingkungan sosial yang penuh dukungan dapat mengurangi kecemasan lansia, sedangkan lingkungan yang membuat mereka merasa kesepian atau ditolak dapat memperparah kondisi psikologis mereka.³⁴

Dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa kecemasan pada lansia dapat disebabkan oleh berbagai faktor yang berkaitan dengan

³⁴ Sephia Chaerunisa, Sarita Candra Merida, dan Rospita Novianti, 'Intervensi Perilaku Untuk Mengurangi Gejala Kecemasan Pada Lansia Di Desa Mekarsari RW 12 Tambun Selatan', *Jurnal Pengabdian Psikologi*, 1.1 (2022), 21–40.

perubahan fisik, psikologis, sosial dan spiritual yang terjadi di usia lanjut. Lansia rentan mengalami kecemasan karena kehilangan peran sosial, keterbatasan fisik, perasaan kesepian, ketakutan akan kematian, serta ketidakpastian akan masa depan. Selain itu, faktor lingkungan yang kurang mendukung, penurunan harga diri akibat tidak lagi produktif, dan kondisi emosional seperti rasa kehilangan pasangan atau keluarga juga dapat memicu munculnya kecemasan.

3. Gejala Kecemasan Pada Lansia

Menurut Hawari, individu yang mengalami kecemasan umumnya menunjukkan berbagai tanda, baik secara psikis maupun fisik. Secara psikologis, mereka cenderung merasa khawatir berlebihan, takut terhadap pikirannya sendiri, memiliki firasat buruk, serta mengalami ketegangan dan kegelisahan yang sulit dikendalikan. Mereka juga mudah terkejut dan sulit untuk berkonsentrasi. Sementara secara fisik, gejala kecemasan dapat berupa sesak napas, detak jantung yang meningkat, sakit kepala, hingga gangguan pada sistem pencernaan.³⁵

Menurut Kartono kecemasan dapat dikenali melalui gejala-gejala fisik seperti tubuh yang gemetar, munculnya keringat dingin, mulut terasa kering, pelebaran pupil mata, kesulitan bernapas, hingga gangguan pencernaan seperti diare. Sementara itu, menurut Dadang Hawari, kecemasan juga tampak melalui reaksi psikologis dan fisik, seperti rasa

³⁵ Dadang Hawari, *Manajemen Stres, Cemas, Depresi*, Cetakan II (Jakarta: FKUI Press, 2016).

khawatir yang berlebihan, kegelisahan, keraguan, ketidakyakinan, penurunan kemampuan berkonsentrasi, napas yang terasa sesak, detak jantung yang cepat, serta keluhan sakit kepala.³⁶

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa pada lansia, gejala kecemasan sering muncul dalam bentuk keluhan fisik seperti nyeri kepala, jantung berdebar, sesak napas, gangguan tidur, dan masalah pencernaan. Secara psikologis, lansia juga dapat mengalami rasa gelisah, kekhawatiran berlebihan, mudah lupa, hingga penurunan konsentrasi. Karena gejala ini sering mirip dengan keluhan kesehatan umum, kecemasan pada lansia seringkali tidak terdeteksi.

C. Lansia

1. Pengertian Lansia

Masa lanjut usia merupakan tahap akhir dalam fase kehidupan biologis manusia di dunia. Umumnya, usia yang termasuk dalam kategori ini adalah 60 tahun ke atas. Pada fase ini, terjadi berbagai penurunan fungsi organ tubuh yang mencerminkan proses penuaan secara alami. Tanda-tanda fisik yang sering terlihat antara lain rambut yang mulai memutih, gigi yang mulai tanggal, serta kulit yang menjadi kering dan berkeriput.³⁷

³⁶ Kartini Kartono, *Patologi Sosial 3:Gangguan-Gangguan Kejiwaan*, Edisi Kedu (Depok: Rajawali Pers, 2019).

³⁷ Yosefa Gunarty dan Br Tarigan, '*Psikologi Perkembangan: Memahami Tahapan Kehidupan Manusia*', 2023, 1–8.

Menurut Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas. Penetapan ini menjadi dasar dalam berbagai kebijakan dan program pemerintah yang berkaitan dengan pelayanan dan perlindungan bagi kelompok usia lanjut baik dari kesehatan, maupun sosial untuk memastikan kehidupan yang sejahtera bagi usia lanjut.³⁸

Elizabeth Hurlock dalam buku *Psikologi Perkembangan* menyatakan bahwa masa lanjut usia merupakan periode di mana individu mengalami berbagai perubahan, baik secara fisik maupun psikologis. Pada tahap ini, seseorang menjadi lebih rentan terhadap berbagai penyakit dan mulai mengalami penurunan kemampuan mental, seperti berkurangnya daya ingat dan menurunnya fungsi berpikir.³⁹

2. Masalah Umum yang Dihadapi Lansia

Secara umum, lansia kerap mengalami kecemasan yang muncul tanpa sebab yang jelas, seperti perasaan takut yang tiba-tiba. Mereka juga sering mengalami kesulitan untuk beristirahat dengan tenang, merasa sedih dan kehilangan harapan, mudah panik, sulit mengendalikan emosi, serta menjadi gelisah dan memberikan respons yang berlebihan terhadap situasi tertentu.⁴⁰

³⁸ Indonesia, Pemerintah Republik, *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1998 Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia*, 1998.

³⁹ Maryati, Lely Ika, dan Vanda Rezanita, *Buku Psikologi Perkembangan : Sepanjang Kehidupan Manusia*, 2018

⁴⁰ Rizka Lellyani Maramis, 'Kebermaknaan Hidup Dan Kecemasan Dalam Menghadapi Kematian Pada Lansia Di Panti Werdha Samarinda', *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3.4 (2015).

Seiring bertambahnya usia, kondisi fisik maupun psikis seseorang akan mengalami penurunan sebagai bagian dari proses alamiah kehidupan. Masa lanjut usia ditandai dengan melemahnya berbagai fungsi tubuh dan mental, seperti menurunnya daya ingat, muncul gejala kepikunan, serta timbulnya berbagai kekhawatiran dan ketakutan. Salah satu bentuk kecemasan yang sering dialami oleh lansia adalah rasa cemas menghadapi kematian, yang dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis mereka.⁴¹

Islam juga mengajarkan umatnya untuk senantiasa menjaga dan memperhatikan kesehatan para lansia. Hal ini karena seiring bertambahnya usia, kondisi fisik seseorang cenderung melemah, termasuk menurunnya fungsi pancaindra. Bahkan, sebagian lansia dapat menunjukkan perilaku yang menyerupai masa kanak-kanak, sehingga membutuhkan perhatian dan kepedulian yang lebih besar dari orang-orang di sekitarnya. Sebagaimana Allah SWT. berfirman:

﴿اللَّهُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفًا وَشَيْبَةً يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ وَهُوَ الْعَلِيمُ الْقَدِيرُ ۝٤﴾

Artinya : “Allah, Dialah yang menciptakan kamu dari keadaan lemah, kemudian Dia menjadikan kamu sesudah keadaan lemah itu menjadi kuat, kemudian Dia menjadikan kamu sesudah kuat itu lemah (kembali) dan beruban. Dia menciptakan apa yang dikehendaki-Nya dan Dialah Yang Maha Mengetahui lagi Maha Kuasa.” (QS. Ar-Rum ayat: 54).⁴²

⁴¹ Redhatul Hayati dan Jamilus, ‘Fase Perkembangan Manusia Dalam Pendidikan Islam Ditinjau Dari Al-Qur’an Dan Hadits’, *Cognoscere: Jurnal Komunikasi Dan Media Pendidikan*, 1.2 (2023), hlm. 30–37.

⁴² Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur’an dan Terjemahannya* (Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur’an, 2019), QS. Ar-Rum: 54, hlm. 404.

Ayat di atas menggambarkan siklus kehidupan manusia, dimulai dari kondisi lemah saat bayi, kemudian kuat di usia dewasa, dan kembali lemah di masa tua. Kelemahan yang dimaksud tidak hanya fisik, tetapi juga bisa meliputi aspek psikologis dan sosial. Oleh karena itu, perhatian dan pemahaman terhadap lansia sangat penting, karena pada tahap ini mereka kembali berada dalam kondisi yang rentan, sebagaimana halnya anak-anak, dan membutuhkan dukungan dari lingkungan sekitarnya.

Menurut Potter dan Perry, proses menua pada lansia menyebabkan berbagai perubahan, baik fisik maupun psikososial. Secara fisik, lansia mengalami penurunan energi, kerutan, kehilangan gigi, hingga melemahnya tulang, yang dapat berdampak pada kondisi psikologis dan sosial. Penurunan fungsi seksual juga sering terjadi akibat gangguan kesehatan seperti jantung, diabetes, atau masalah pencernaan yang menurunkan nafsu makan. Selain itu, terjadi perubahan psikososial akibat menurunnya fungsi kognitif dan psikomotor, yang menyebabkan respon melambat dan mobilitas menurun. Lansia juga mengalami perubahan peran sosial dalam masyarakat karena keterbatasan fisik yang berdampak pada berkurangnya interaksi sosial serta munculnya konsep diri negatif.⁴³

Selain perubahan fisik, lansia juga mengalami perubahan pada aspek psikologis. Dari sini intelektual, terjadi penurunan kemampuan berpikir yang dapat dipicu oleh penyakit, kecemasan, atau depresi, namun

⁴³ Chaerunisa, Sephia, Sarita Candra Merida, dan Rospita Novianti, *'Intervensi Perilaku Untuk Mengurangi Gejala Kecemasan Pada Lansia Di Desa Mekarsari RW 12 Tambun Selatan'*, *Jurnal Pengabdian Psikologi*, 1.1 (2022), hlm. 21–40.

masih dapat dipertahankan dengan stimulasi yang tepat. Secara emosional, lansia kerap menghadapi perasaan tidak dibutuhkan, kehilangan pasangan, dan penyakit berkepanjangan yang bisa memicu stres dan depresi. Dalam aspek spiritual, lansia umumnya lebih mendekatkan diri pada agama, yang memberikan dampak positif bagi ketenangan batin dan kesehatan fisik. Sementara dari sisi kepribadian, lansia yang tetap terbuka terhadap hal-hal baru dan menjaga sikap positif cenderung memiliki kepribadian yang lebih stabil, meski dapat dipengaruhi oleh kondisi mental sebelumnya.⁴⁴

⁴⁴ Yonathan Kristian Yuan Putra, Agustiningih Agustiningih, dan Inggit Sri Kusdiyanti, 'Hubungan Antara Spiritual Dengan Tingkat Kecemasan: Literature Review', *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 11.3 (2023), hlm. 294–305.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

Untuk mempermudah dalam proses penelitian dan memperoleh hasil data dan informasi yang valid, maka dalam penelitian ini, peneliti menjelaskan metode yang digunakan. Menurut Babbie E menyatakan bahwa metode penelitian merupakan pendekatan ilmiah untuk memperoleh data yang memiliki tujuan dan manfaat tertentu.⁴⁵ Oleh karena itu, dalam penyusunan skripsi ini, peneliti menggunakan metode kualitatif yang sesuai dengan topik dan kaidah penulisan karya ilmiah.

A. Jenis dan Sifat Penelitian

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam skripsi ini adalah penelitian lapangan (*field research*), yaitu suatu penelitian yang dilakukan secara langsung di lokasi guna memperoleh data dan informasi dari sumber utama.⁴⁶ Penelitian ini berfokus pada permasalahan yang terjadi di lapangan, yakni terkait implementasi bimbingan agama dalam mengatasi kecemasan pada lansia. Adapun lokasi penelitian dilakukan di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro, yang menjadi tempat peneliti mengumpulkan data dan mengkaji fenomena yang diteliti.

⁴⁵ Sopiah Etta Mamang Sangadji, *Metode Penelitian Pendekatan Praktis Dalam Penelitian* (Yogyakarta: Andi, 2010). hlm.5.

⁴⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: Alfabeta, 2017). hlm. 7.

2. Sifat Penelitian

Penelitian ini bersifat deskriptif, karena bertujuan untuk menggambarkan dan menjelaskan fenomena yang terjadi di lapangan secara sistematis dan faktual. Penelitian ini mengangkat realitas sosial mengenai implementasi bimbingan agama dalam mengatasi kecemasan pada lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro. Dengan pendekatan kualitatif, data diperoleh secara langsung dari subjek penelitian untuk memahami kondisi secara mendalam.

B. Sumber Data

Menurut Lofland, sumber data utama dalam penelitian kualitatif adalah tindakan dan ucapan, sedangkan dokumen serta data tambahan lainnya merupakan pelengkap. Sumber data dalam penelitian ini dibagi menjadi dua, yaitu:

1. Sumber Data Primer

Sumber data primer yaitu data utama yang diperoleh langsung dari lapangan dan berkaitan langsung dengan objek penelitian. Data ini diperoleh melalui wawancara, pendapat individu atau kelompok, observasi, dokumentasi. Untuk mendapatkan data primer, peneliti harus mengumpulkannya secara langsung. Suharsimi Arikunto menyebutkan bahwa data primer adalah data yang dikumpulkan langsung dari sumber pertama, seperti melalui wawancara, angket, atau metode lain. Data ini biasanya dicatat melalui tulisan, perekaman suara, video, maupun foto.

Dalam penelitian ini, informan dipilih menggunakan teknik Purposive Sampling. Menurut Sugiyono, purposive sampling adalah teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan khusus, di mana peneliti memilih subjek yang dianggap paling memahami masalah yang akan diteliti.⁴⁷ Oleh karena itu, penelitian ini dipilih dari lansia yang benar-benar mengalami kecemasan sesuai dengan fokus penelitian. Dari total 15 lansia yang berada di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro, peneliti memilih 3 orang lansia yang memenuhi kriteria tersebut sebagai informan utama. Selain itu, penelitian ini juga melibatkan 1 guru pembimbing agama (ustadzah) dan 1 pengurus lembaga sebagai informan pendukung. Dengan demikian, jumlah keseluruhan informan dalam penelitian ini adalah 5 orang.

2. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder adalah data yang sudah dikumpulkan sebelumnya untuk membantu menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi.⁴⁸ Sumber data ini juga berfungsi sebagai data pelengkap atau tambahan yang digunakan untuk melengkapi data utama. Menurut Suharsimi Arikunto, data sekunder adalah data yang diperoleh dari dokumen-dokumen grafis seperti tabel, catatan, notulen rapat, SMS, dan sebagainya, termasuk foto, film, rekaman video, serta benda-benda lain yang dapat memperkaya data primer.

⁴⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif Dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2017). hlm. 85.

⁴⁸ *Ibid*, hlm.137.

Dalam penelitian ini, data sekunder akan diperoleh terkait dengan sejarah berdirinya Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro, termasuk latar belakang pendirian, perkembangan lembaga dari waktu ke waktu, serta visi dan misi yang menjadi landasan operasional lembaga tersebut. Selain itu, data sekunder juga mencakup informasi pendukung lainnya yang relevan dan dibutuhkan untuk melengkapi data primer, seperti struktur organisasi, program-program yang dijalankan, serta dokumentasi kegiatan yang berkaitan dengan bimbingan agama dan layanan terhadap lansia.

C. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, digunakan beberapa teknik untuk mengumpulkan data, di mana masing-masing teknik memiliki keunggulan dan keterbatasan. Oleh karena itu, penerapan berbagai teknik secara bersamaan diharapkan dapat saling melengkapi satu sama lain. Teknik pengumpulan data yang digunakan meliputi wawancara, observasi, dan dokumentasi.

1. Wawancara

Wawancara adalah metode pengumpulan data yang dilakukan melalui komunikasi langsung dan terstruktur antara pewawancara dan responden. Tujuannya adalah untuk memperoleh pemahaman mendalam mengenai pandangan, sikap, perasaan, pengalaman, serta harapan responden, termasuk kondisi lingkungan seperti pendidikan, sosial, dan pekerjaan.

Wawancara dalam penelitian terbagi menjadi dua jenis, yaitu wawancara terstruktur dan tidak terstruktur. Wawancara terstruktur dilakukan ketika peneliti sudah mengetahui dengan jelas informasi yang ingin didapatkan, sehingga telah disiapkan daftar pertanyaan serta pilihan jawaban yang telah ditentukan sebelumnya. Sementara itu, wawancara tidak terstruktur bersifat lebih bebas karena peneliti hanya menggunakan pedoman umum berupa garis besar topik yang akan ditanyakan, tanpa susunan pertanyaan yang sistematis.

Dalam penelitian ini, teknik wawancara yang digunakan adalah wawancara tidak terstruktur, yaitu dengan pedoman umum berupa garis besar pertanyaan yang dikembangkan saat proses wawancara berlangsung. Wawancara ini menggunakan teknik wawancara mendalam dengan melibatkan beberapa informan. Informan utama dalam penelitian ini terdiri atas seorang ustadzah selaku pembimbing agama di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro serta 3 orang lansia sebagai subjek yang menerima bimbingan agama. Selain itu, peneliti melibatkan informan pendukung, yaitu pengurus Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro.

Tujuannya untuk memperoleh data terkait penerapan bimbingan agama dalam mengatasi kecemasan pada lansia di lembaga tersebut. Adapun tema wawancara mencakup pengenalan identitas dan latar belakang informan, lamanya tinggal di lembaga, aktivitas harian, serta keterhubungan mereka dengan keluarga. Selain itu, wawancara juga

menyoroti kondisi psikologis para lansia, seperti kecemasan dan kesepian yang mereka alami selama berada di lembaga. Sebagian besar dari mereka menunjukkan tanda-tanda kecemasan yang dipicu oleh perasaan ditinggalkan oleh keluarga serta ketidaksiapan dalam menghadapi kematian. Rasa kesepian juga menjadi isu yang dominan, terutama pada lansia yang jarang mendapatkan kunjungan atau perhatian dari keluarga.

2. Observasi

Observasi adalah metode pengumpulan data yang dilakukan secara terencana dan sistematis dengan cara mengamati serta mencatat gejala-gejala yang diteliti. Proses ini idealnya dilakukan dalam beberapa periode waktu. Meskipun tidak ada batasan waktu tertentu, frekuensi dan durasi observasi yang lebih lama dapat meningkatkan keandalan hasil pengamatan.

Untuk memperoleh data di lapangan, peneliti melakukan pengamatan secara langsung. Proses ini mencakup kegiatan melihat, mencatat, bahkan merekam perilaku serta ucapan dari informan yang dianggap relevan. Terdapat dua jenis observasi, yaitu observasi partisipatif dan non-partisipatif. Dalam observasi partisipatif, peneliti ikut serta dalam aktivitas harian subjek yang diamati atau menjadi sumber data penelitian.⁴⁹

Jenis observasi yang penulis gunakan adalah observasi non partisipasi karena peneliti hanya mengamati pelaksanaan bimbingan agama yang diberikan oleh pembimbing kepada lansia. Dan dalam

⁴⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif Dan R&D* , (Bandung: Alfabeta, 2017), hlm.310.

penelitian ini penulis tidak memberikan bimbingan agama kepada lansia karena peneliti bukan bagian dari pembimbing agama di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro. Observasi dilakukan secara berulang, yaitu dua minggu sekali selama tiga bulan, guna memperoleh data yang lebih mendalam dan konsisten terkait pelaksanaan bimbingan agama serta respons lansia dalam mengikuti kegiatan tersebut. Metode observasi digunakan untuk melengkapi data yang tidak diperoleh dari metode wawancara dan dokumentasi.

3. Dokumentasi

Metode dokumentasi adalah teknik mencari data mengenai hal-hal variabel yang berupa catatan atau dokumen, surat kabar dan sebagainya. Metode dokumentasi menjadi pendukung dari penggunaan metode observasi dan wawancara pada penelitian. Hasil penelitian akan lebih dapat dipercaya karena didukung dengan dokumen-dokumen yang sesuai dengan data yang dibutuhkan. Data yang diambil dalam penelitian ini meliputi data lansia, gambaran umum, profil Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro, Struktur kepengurusan, Program kerja sarana dan prasarana, dokumen dan laporan dari bagian tata usaha.

D. Teknik Keabsahan Data

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan teknik triangulasi sebagai upaya untuk memastikan keabsahan data. Triangulasi merupakan proses membandingkan dan mengonfirmasi data dari berbagai sudut pandang, baik

melalui sumber yang berbeda, teknik yang beragam, maupun waktu yang tidak sama. Pendekatan ini bertujuan untuk memperkuat validitas hasil penelitian.⁵⁰

Pada penelitian ini, penulis menerapkan teknik triangulasi sumber, yaitu dengan mengumpulkan data dari berbagai informan yang berbeda namun menggunakan teknik yang serupa, yaitu wawancara. Melalui pendekatan ini, peneliti dapat membandingkan dan memperkaya informasi yang diperoleh, sehingga gambaran yang dihasilkan menjadi lebih utuh dan mendalam.

E. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan menerapkan model analisis data interaktif. Proses analisis diawali dengan menelaah data yang telah terkumpul, baik data primer maupun sekunder, yang bersumber dari hasil wawancara, observasi lapangan, serta kajian terhadap literatur yang relevan. Data atau informasi yang diperoleh dari lokasi penelitian kemudian dianalisis setelah dibuat dalam bentuk catatan lapangan.⁵¹

Teknik penelitian tersebut meliputi beberapa hal yaitu:

1. Reduksi Data

Reduksi data merupakan proses menyederhanakan dan menyaring data dengan cara merangkum, memilih informasi yang paling relevan, memusatkan perhatian pada hal-hal penting, mengidentifikasi tema dan pola, serta menghilangkan data yang tidak diperlukan. Proses ini dilakukan

⁵⁰ Rifka Agustianti, *Metode Penelitian & Kualitatif* (Makasar: CV Tohar Media, 2022). hlm. 184-185.

⁵¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif Dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2017), hlm.224.

selama berlangsungnya penelitian guna mengelola data agar lebih mudah ditarik kesimpulan akhirnya.

2. Penyajian Data

Penyajian data adalah pengorganisasian informasi dalam bentuk yang sistematis sehingga memungkinkan peneliti untuk memahami situasi yang diteliti. Melalui tampilan data yang tersusun, peneliti dapat melihat apa yang terjadi dan merancang tindakan atau analisis lanjutan berdasarkan pemahaman tersebut.

3. Penarikan Kesimpulan

Setelah data disajikan secara sistematis, langkah berikutnya dalam proses penelitian adalah menarik kesimpulan. Penarikan kesimpulan ini bertujuan untuk menilai apakah pelaksanaan Bimbingan agama dalam mengatasi kecemasan pada lansia telah mencapai tujuan yang diharapkan atau belum.⁵²

⁵² *Ibid*, hlm.248.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Sejarah Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro

Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Bhakti Mulya Kota Metro merupakan salah satu lembaga yang bergerak dalam bidang pelayanan kesejahteraan sosial, khususnya bagi anak terlantar, lansia, dan penyandang disabilitas. Lembaga ini berperan dalam merawat serta mendidik anak-anak yatim piatu dan anak-anak terlantar, sekaligus memberikan pelayanan sosial kepada kelompok rentan agar mereka memperoleh kehidupan yang lebih layak dan sejahtera.

LKS Bhakti Mulya resmi berdiri dan diresmikan pada tanggal 27 Agustus 2014 oleh Bapak Walikota Metro. Berdirinya lembaga ini bertujuan untuk memberikan pelayanan kesejahteraan sosial kepada para lansia, penyandang disabilitas, serta anak terlantar yang meliputi bimbingan fisik, mental, dan sosial, pelatihan keterampilan, serta bimbingan lanjutan sebagai bentuk pendampingan agar mereka mampu beradaptasi dan berkembang secara optimal di lingkungan sosialnya.

Dalam pelayanannya, lembaga ini berupaya memenuhi kebutuhan dasar para penerima layanan, mulai dari sandang, pangan, papan, hingga pemenuhan pendidikan dan pembinaan spiritual, sehingga tidak hanya

berfungsi sebagai tempat tinggal, tetapi juga sebagai wadah pembinaan karakter dan pemberdayaan.⁵³

2. Visi dan Misi Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro

a. Visi

“Terwujudnya lansia, penyandang disabilitas, dan anak terlantar yang sejahtera di Kota Metro.”

b. Misi

- 1) Meningkatkan pelayanan fisik lansia, penyandang disabilitas, dan anak terlantar melalui pemenuhan kebutuhan sandang, pangan, dan papan.
- 2) Meningkatkan jaminan sosial dan perlindungan kepada lansia, penyandang disabilitas, dan anak terlantar.
- 3) Meningkatkan kapasitas lansia, penyandang disabilitas, dan anak terlantar melalui pelatihan keterampilan, penyuluhan, serta bimbingan sosial.
- 4) Meningkatkan hubungan dan relasi sosial antara penghuni lembaga, pengurus lembaga, dinas/instansi terkait, serta masyarakat.⁵⁴

3. Struktur Kepengurusan Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro

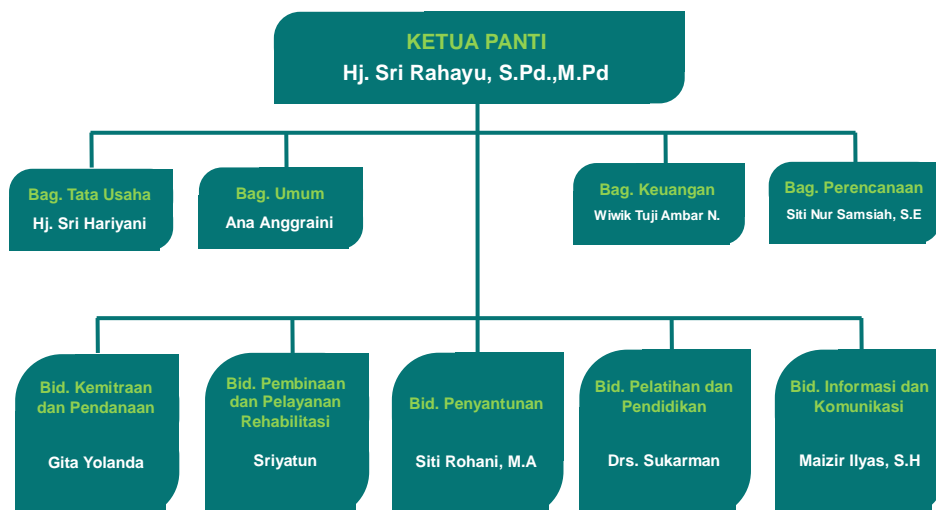
Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro memiliki struktur kepengurusan sebagai berikut.⁵⁵

⁵³ Dokumentasi, Sejarah LKS Bhakti Mulya Kota Metro, 2025.

⁵⁴ Dokumentasi, Visi dan Misi LKS Bhakti Mulya Kota Metro, 2025.

⁵⁵ Dokumentasi, Struktur kepengurusan LKS Bhakti Mulya Kota Metro, 2025.

Gambar 4.1
Struktur Kepengurusan
Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro



4. Data Pembimbing Agama di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro

Data pembimbing Agama di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 4.1
Data Pembimbing Agama Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro

Nama	Sartika Saridewi
Jenis Kelamin	Perempuan
Agama	Islam
Jabatan	Ustadzah
Lama menjadi penyuluh	4 Tahun
Riwayat Pendidikan Formal	1. SD Kebon Baru 3 Cirebon 2. SMP N 3 Cirebon 3. SMA N Indra Mayu Jawa Barat
Riwayat Pendidikan Non Formal	Rumah Qur'an Baitul Hafni Metro ⁵⁶

⁵⁶ Dokumentasi, Data Pembimbing Agama Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro, 2025.

B. Implementasi Bimbingan Agama dalam Mengatasi Kecemasan Pada Lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro

Berdasarkan hasil wawancara dengan Ibu Sri Rahayu selaku pengurus Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro, bahwa sebagian lansia yang tinggal di lembaga tersebut mengalami kecemasan dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Kecemasan tersebut berkaitan dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang dialami lansia seiring bertambahnya usia.

Menurut Ibu Sri Rahayu, kecemasan pada lansia umumnya tampak dalam bentuk perasaan gelisah, khawatir, dan ketidaktenangan. Kondisi ini sering dipicu oleh penurunan kesehatan fisik, seperti nyeri, pusing, dan keterbatasan aktivitas, serta oleh faktor psikososial, seperti perasaan kesepian dan keterpisahan dari keluarga. Dampak kecemasan tersebut terlihat pada perilaku lansia, antara lain sulit tidur, sering melamun, mudah menangis, serta menurunnya semangat dalam mengikuti kegiatan yang diselenggarakan di lembaga.⁵⁷

Berdasarkan hasil observasi peneliti selama proses penelitian, kecemasan yang dialami lansia tidak hanya tampak dalam bentuk keluhan fisik, tetapi juga tercermin melalui pengalaman emosional dan sosial yang terlihat dalam perilaku sehari-hari. Peneliti mengamati bahwa rasa takut pada lansia muncul ketika mereka membicarakan masa tua dan kematian, khususnya kekhawatiran meninggal dunia tanpa kehadiran atau pendampingan

⁵⁷ Sri Rahayu, *Hasil Wawancara*, (Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro), Sabtu 22 November 2025.

keluarga. Hal ini tampak dari ekspresi wajah yang murung, sikap diam, serta pernyataan lisan yang menunjukkan ketidaktenangan. Kesulitan tidur pada lansia tampak dari kebiasaan terjaga pada malam hari dan keluhan kelelahan pada pagi hari. Kondisi ini dipengaruhi oleh munculnya ingatan terhadap pengalaman hidup yang menyedihkan, seperti kehilangan pasangan hidup atau peristiwa masa lalu yang membekas secara emosional.

Selain itu, peneliti juga mengamati perilaku melamun pada lansia, yaitu duduk dalam waktu lama tanpa berinteraksi dengan lingkungan sekitar, yang muncul sebagai bentuk kesepian akibat minimnya interaksi dengan anggota keluarga. Perilaku menangis juga tampak secara spontan, baik saat lansia berada sendiri maupun setelah percakapan tertentu, yang merupakan ekspresi emosional dari perasaan sedih, kehilangan, dan kerinduan terhadap keluarga yang belum sepenuhnya dapat mereka ungkapkan secara verbal.⁵⁸

Untuk mendapatkan gambaran yang lebih mendalam mengenai bentuk kecemasan yang dialami lansia, peneliti melakukan wawancara dan observasi kepada 3 orang lansia yang menunjukkan gejala kecemasan. Melalui proses wawancara ini, peneliti berupaya memahami latar belakang masing-masing lansia, pengalaman emosional yang mereka rasakan selama tinggal di lembaga. Berikut adalah hasil pemaparan data dari ketiga lansia sebagai berikut:⁵⁹

1. Kecemasan yang dialami Nenek A tampak dalam bentuk perasaan bingung, takut, dan tidak nyaman selama menjalani kehidupan di panti.

⁵⁸ Hasil Observasi, Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro.

⁵⁹ Sri Rahayu, *Hasil Wawancara*, (Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro), Sabtu 22 November 2025.

Perasaan bingung tersebut muncul ketika Nenek A harus menyesuaikan diri dengan lingkungan baru tanpa kehadiran keluarga, disertai dengan ketidakpastian mengenai masa depannya.

Rasa takut yang dialami berkaitan dengan kekhawatiran menghadapi masa tua dan kemungkinan mengalami kondisi sakit tanpa adanya keluarga yang mendampingi. Sementara itu, perasaan tidak nyaman muncul akibat perubahan lingkungan tempat tinggal serta keluhan kesehatan yang dialaminya, seperti gatal pada kulit dan nyeri pada beberapa bagian tubuh, yang membuatnya sering merasa gelisah dan tidak tenang.

Berdasarkan wawancara yang disampaikan oleh Nenek A selaku lansia yang tinggal di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro, diperoleh keterangan mengenai kondisi kecemasan yang dialaminya sebagai berikut:

“Saya datang ke sini karena mencari keluarga, tetapi tidak ditemukan, sehingga akhirnya saya diminta untuk tinggal di lembaga ini. Selama awal tinggal di sini, saya merasa bingung karena tidak ada keluarga yang mendampingi. Saya juga merasa sepi karena belum mengenal orang-orang di sini. Selain itu, saya merasa takut karena harus menjalani hidup sendirian tanpa saudara dan tanpa alat komunikasi untuk menghubungi keluarga. Kondisi kesehatan yang sering terganggu, seperti mengalami gatal-gatal pada kulit, juga membuat saya semakin merasa cemas dan tidak tenang.”⁶⁰

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa kecemasan yang dialami Nenek A muncul dalam bentuk perasaan

⁶⁰ Nenek A, *Hasil Wawancara*, (Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro), 26 November 2025.

bingung, takut, dan kesepian yang saling berkaitan. Perasaan bingung dialami karena Nenek A harus menyesuaikan diri dengan kehidupan di lembaga setelah gagal menemukan keluarga di daerah Lampung, sehingga ia menjalani masa tua tanpa kepastian mengenai keberadaan dan pendampingan keluarga. Rasa takut muncul karena ia harus hidup seorang diri tanpa suami, saudara, maupun alat komunikasi untuk menghubungi keluarga, serta adanya kekhawatiran menghadapi kondisi sakit tanpa adanya anggota keluarga yang mendampingi. Perasaan kesepian dirasakan karena pada awal tinggal di lembaga ia belum mengenal lingkungan dan orang-orang di sekitarnya, yang diperkuat oleh ketiadaan interaksi dengan keluarga. Kondisi kesehatan yang sering terganggu, seperti keluhan gatal pada kulit, turut memperparah kecemasan dan membuatnya merasa tidak tenang dalam menjalani aktivitas sehari-hari.

2. Kecemasan pada Nenek B berkaitan erat dengan pengalaman emosional masa lalu yang masih membekas hingga saat ini. Perasaan cemas tersebut muncul ketika ia mengingat kembali peristiwa hidup yang menyakitkan, terutama kehilangan pasangan hidup serta pengalaman pahit yang pernah dialaminya. Kesulitan tidur dialami karena pikirannya sering dipenuhi oleh ingatan masa lalu, sehingga ia kerap terbangun pada malam hari dan sulit kembali tidur. Selain itu, kecemasan juga ditandai dengan perilaku melamun dan menangis secara diam-diam sebagai bentuk luapan emosi akibat rasa kehilangan, kesedihan yang terpendam, dan kerinduan terhadap orang-orang terdekatnya.

Berdasarkan hasil wawancara dengan Nenek B, salah satu lansia yang tinggal di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro, diperoleh keterangan sebagai berikut:

“Saya merasa sedih sejak ditinggal meninggal suami. Suami saya meninggal tahun 2014, padahal kami baru menikah sekitar tiga tahun lebih. Sejak itu saya sering merasa sepi karena kehilangan pendamping hidup. Rasanya berat, apalagi harus menjalani hidup sendiri. Kalau sedang merasa sedih, saya sering tidak bisa tidur. Kadang pikiran terus teringat masa lalu dan perasaan sedih itu datang lagi. Biasanya saya terbangun di malam hari dan sulit untuk kembali tidur karena ingatan tersebut.”⁶¹

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa kecemasan yang dialami Nenek B berkaitan erat dengan pengalaman kehilangan pasangan hidup yang menimbulkan kesedihan mendalam dan rasa sepi. Kecemasan tersebut tampak melalui kesulitan tidur yang dialami akibat sering munculnya ingatan terhadap peristiwa masa lalu yang menyakitkan. Kondisi ini menunjukkan bahwa kecemasan Nenek B bersifat emosional dan dipengaruhi oleh pengalaman hidup traumatis yang belum sepenuhnya teratasi.

3. Kecemasan yang dialami Nenek C berkaitan dengan kondisi kesehatan dan perpisahan dengan keluarga. Kondisi tersebut muncul ketika ia harus menjalani kehidupan di panti dalam keadaan fisik yang menurun, disertai dengan kekhawatiran terhadap keluarga yang tidak dapat selalu mendampingi.

⁶¹Nenek B, *Hasil Wawancara*, (Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro), 26 November 2025.

Perasaan bingung dan sedih dialami karena adanya harapan untuk dapat kembali bersama anaknya, sementara kondisi kesehatan yang dialami menimbulkan ketidakpastian terhadap masa depan. Penurunan kondisi fisik serta ketergantungan pada obat-obatan memperkuat rasa takut terhadap kesehatan, sehingga membuatnya sering merasa gelisah dan tidak nyaman dalam menjalani aktivitas sehari-hari.

Berdasarkan wawancara yang disampaikan oleh Nenek C selaku lansia yang tinggal di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro, diperoleh keterangan mengenai kondisi kecemasan yang dialaminya sebagai berikut:

“Awalnya saya tinggal bersama anak laki-laki saya, tetapi karena anak saya belum memiliki rumah sendiri dan masih tinggal bersama mertuanya, saya merasa tidak enak jika terus tinggal di sana. Akhirnya anak saya membawa saya ke lembaga ini dan meminta saya untuk tinggal di sini. Pada awal tinggal di sini, saya merasa bingung dan sedih. Saya juga sering minum obat karena memiliki penyakit saraf dan diabetes, sehingga kondisi kesehatan saya membuat saya merasa khawatir dan tidak tenang. Anak saya jarang datang ke sini, meskipun ia mengatakan akan menjemput saya pulang. Sampai sekarang saya masih menunggu, sehingga terkadang muncul perasaan cemas dan berharap bisa kembali berkumpul dengan anak dan cucu.”⁶²

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi peneliti, Nenek C menunjukkan kondisi kecemasan yang berkaitan dengan perubahan lingkungan tempat tinggal, kondisi kesehatan yang menurun, serta keterbatasan pendampingan keluarga. Pada awal tinggal di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro, Nenek C harus berpisah

⁶² Nenek C, *Hasil Wawancara*, (Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro), 26 November 2025.

sementara dengan anaknya karena keterbatasan tempat tinggal keluarga, sehingga ia menjalani kehidupan di lembaga dengan perasaan belum sepenuhnya siap.

Kecemasan yang dialami Nenek C tampak dalam bentuk perasaan bingung dan sedih ketika harus menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Perasaan tersebut diperkuat oleh kondisi kesehatan yang dialaminya, seperti penyakit diabetes dan gangguan saraf, yang membuatnya bergantung pada pengobatan secara rutin. Kondisi fisik yang tidak stabil menimbulkan kekhawatiran terhadap kesehatan serta ketidakpastian dalam menjalani aktivitas sehari-hari.

Selain itu, kecemasan Nenek C juga dipengaruhi oleh keterbatasan interaksi dengan anaknya yang jarang berkunjung. Meskipun anaknya menyampaikan harapan untuk menjemputnya pulang, ketidakpastian waktu kepulangan tersebut menimbulkan perasaan menunggu yang berkepanjangan. Situasi ini memunculkan harapan sekaligus kecemasan pada diri Nenek C, terutama terkait keinginannya untuk kembali berkumpul bersama anak dan cucu di masa mendatang.

Berdasarkan pemaparan data dari ketiga lansia di atas, terlihat bahwa masing-masing lansia mengalami bentuk kecemasan yang dipengaruhi oleh latar belakang kehidupan, kondisi fisik, serta pengalaman emosional yang mereka alami. Kondisi tersebut menimbulkan tekanan psikologis yang dirasakan sebagai ancaman terhadap rasa aman dan kenyamanan diri lansia. Situasi ini menunjukkan bahwa kecemasan

merupakan persoalan nyata yang dialami lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro.

Melihat kondisi tersebut, lembaga perlu menyediakan pendampingan yang tepat agar kecemasan yang dialami lansia dapat diminimalkan. Oleh karena itu, pihak lembaga menyelenggarakan program bimbingan agama sebagai upaya sistematis untuk membantu lansia memperoleh ketenangan psikologis. Bimbingan agama dilaksanakan oleh seorang ustadzah yang berperan sebagai pembimbing yang bertugas memberikan materi keagamaan, mengajarkan bacaan Al-Qur'an, mengajak berdzikir, memberi motivasi, serta menyampaikan nasihat-nasihat yang relevan dengan kondisi emosional lansia.⁶³

Dalam melaksanakan tugasnya pembimbing agama dalam memberikan penerapan bimbingan agama dalam mengatasi kecemasan pada lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro terkadang terdapat kendala dalam pelaksanaannya, salah satunya adalah keterbatasan waktu karena adanya jadwal kegiatan yang berpotensi berbenturan. Situasi ini sesekali menyebabkan pembimbing berhalangan hadir, sehingga proses bimbingan tidak selalu dapat berlangsung secara optimal.⁶⁴

Implementasi bimbingan agama di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro diterapkan melalui berbagai bentuk kegiatan yang

⁶³ Hasil Observasi (Kegiatan Bimbingan Agama Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro), 01 November 2025.

⁶⁴ Hasil Observasi (Kegiatan Bimbingan Agama Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro), 01 November 2025.

dirancang untuk membantu lansia mengurangi kecemasannya. Adapun bentuk pelaksanaan bimbingan agama tersebut diantara lain:

1. Pengajian Rutin dan Kegiatan Agama Mingguan

Kegiatan keagamaan dilaksanakan dua kali dalam seminggu dan satu kali pengajian mingguan. Pengajian ini menjadi wadah bagi lansia untuk mendengarkan kajian singkat mengenai akhlak, kesabaran, syukur, dan pentingnya mendekatkan diri kepada Allah. Materi disampaikan secara ringkas dan mudah dipahami, sehingga membantu lansia merasa lebih tenang serta tidak merasa sendirian dalam menghadapi permasalahannya. Sesuai dengan observasi peneliti bahwa dalam pelaksanaan pengajian di lembaga tidak hanya diikuti oleh para lansia, tetapi juga dihadiri oleh sebagian masyarakat sekitar. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan keagamaan di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro bersifat terbuka dan memberikan ruang pembelajaran yang lebih luas bagi lingkungan sekitar.

Berdasarkan wawancara yang disampaikan oleh Ibu Sri Rahayu selaku pengurus Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro sebagai berikut :

“Bimbingan agama di panti dilaksanakan dua kali dalam seminggu, yaitu pada hari Jumat pagi pukul 09.00 dan Sabtu sore pukul 16.00. Kegiatan yang diberikan meliputi tahsin, Iqra’, ceramah, serta doa bersama. Sementara itu, pada hari Minggu diadakan pengajian dan dzikir bersama yang juga diikuti oleh masyarakat sekitar. Seluruh kegiatan tersebut bertujuan untuk memperkuat sisi spiritual para

lansia agar mereka lebih memahami ajaran Islam dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.”⁶⁵

Sedangkan menurut Ibu Sartika Saridewi selaku Ustadzah di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro mengatakan:

“Pelaksanaan bimbingan agama bagi para lansia dilakukan melalui beberapa kegiatan rutin seperti pengajian rutin yang dilaksanakan dua minggu sekali setiap hari minggu, sedangkan kegiatan tahsin berlangsung dua kali dalam seminggu, yaitu hari Jumat pukul 09.00 dan hari Sabtu pukul 16.00 sore, yang sekaligus digabung dengan pembelajaran Iqro’. Dalam kegiatan tahsin juga disisipkan ceramah, kajian singkat, serta dzikir bersama, menceritakan kisah Nabi, dan kegiatan relaksasi seperti pijat memijat untuk membantu menciptakan suasana yang nyaman dan menenangkan bagi para lansia serta dengan menggunakan bahasa yang sederhana dan melihat kondisi para lansia agar mereka lebih mudah memahami ajaran yang diberikan.”⁶⁶

Berdasarkan hasil wawancara tersebut dapat dipahami bahwa Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro telah berupaya mengatasi kecemasan pada lansia melalui berbagai bentuk bimbingan agama. Dari keterangan yang disampaikan narasumber, pelaksanaan bimbingan agama ini dirancang untuk membantu lansia mengurangi kecemasan dengan cara memperdalam pemahaman mereka terhadap ajaran Islam serta mendorong penerapannya dalam aktivitas sehari-hari.

Berdasarkan hasil observasi peneliti, pelaksanaan bimbingan agama di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro berlangsung dalam suasana yang kondusif dan menenangkan bagi para lansia. Selama kegiatan pengajian, tahsin, dan dzikir bersama, peneliti

⁶⁵ Sri Rahayu, *Hasil Wawancara*, (Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro), Sabtu 22 November 2025

⁶⁶ Sartika Saridewi, *Hasil wawancara*, (Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro), Sabtu 22 November 2025

mengamati bahwa para lansia mengikuti kegiatan dengan sikap yang lebih tenang, tertib, dan fokus dibandingkan sebelum kegiatan dimulai. Beberapa lansia tampak duduk dengan sikap rileks, menyimak materi yang disampaikan, serta terlibat aktif dalam membaca doa dan dzikir bersama. Selain itu, peneliti juga mengamati adanya perubahan ekspresi emosional pada lansia setelah mengikuti kegiatan bimbingan agama. Lansia yang sebelumnya terlihat banyak melamun menunjukkan ekspresi yang lebih cerah dan tenang setelah kegiatan berlangsung. Interaksi antar lansia juga terlihat lebih hangat, seperti saling menyapa, berbincang ringan, dan tersenyum satu sama lain, yang menunjukkan adanya peningkatan rasa kebersamaan dan kenyamanan emosional.

Dalam kegiatan tahsin dan Iqra', peneliti mengamati bahwa penggunaan bahasa yang sederhana serta penyampaian materi yang disesuaikan dengan kondisi fisik dan psikologis lansia membantu mereka lebih mudah memahami ajaran yang disampaikan. Kegiatan tambahan seperti ceramah singkat, kisah Nabi, dan dzikir bersama juga memberikan dampak menenangkan, sehingga lansia tampak lebih rileks dan tidak terburu-buru selama mengikuti kegiatan.

Secara keseluruhan, hasil observasi peneliti menunjukkan bahwa bimbingan agama yang dilaksanakan secara rutin tidak hanya berfungsi sebagai sarana pembelajaran keagamaan, tetapi juga berperan sebagai media pendampingan psikologis yang membantu lansia merasa lebih

tenang, nyaman, dan tidak merasa sendirian dalam menghadapi kecemasan yang mereka alami.⁶⁷

2. Pembelajaran Tahsin dan Mengaji Iqra'

Pembelajaran Al-Qur'an dilakukan melalui tahsin dan latihan membaca Iqra'. Mayoritas lansia memulai dari tingkat dasar, seperti pengenalan huruf hijaiyah, memperbaiki makhraj, dan membaca kalimat sederhana dan disesuaikan dengan kemampuan masing-masing. Pembelajaran dilakukan secara perlahan, penuh kesabaran, tidak menuntut lansia untuk mencapai target tertentu, melainkan untuk menumbuhkan ketenangan dan rutinitas positif.

Berkaitan dengan hal tersebut peneliti mewawancarai Ibu Sartika Saridewi selaku ustadzah yang memberikan pengajaran tahsin dan Iqra' di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro sebagai berikut:

“Sebelum menyusun materi pembelajaran kepada lansia, dilakukan pengamatan terhadap kemampuan para lansia dalam membaca Al-Qur'an. Dari hasil pengamatan tersebut, diketahui bahwa sebagian besar lansia belum memahami dasar-dasar membaca Al-Qur'an. sehingga dilakukan perancangan program bimbingan agama terlebih dahulu seperti membaca huruf hijaiyah, belajar Iqra', serta menghafal doa-doa harian dan surah pendek. Kegiatan ini juga dilakukan dengan secara bertahap dengan memperhatikan kemampuan fisik dan kognitif masing-masing lansia.”⁶⁸

Berdasarkan wawancara di atas oleh karena itu dapat dipahami bahwa penerapan bimbingan agama dalam mengatasi kecemasan pada lansia sangat penting karena mampu memberikan ketenangan batin,

⁶⁷ Observasi peneliti, *Kegiatan Pengajian Rutin dan Kegiatan Agama Mingguan yang dilaksanakan setiap hari Jumat pukul 09.00 WIB dan Sabtu pukul 16.00 WIB di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro* (Lihat Lampiran 11; Foto Dokumentasi).

⁶⁸ Sartika Saridewi, *Hasil wawancara*, (Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro), Sabtu 22 November 2025.

meningkatkan pemahaman keagamaan, serta menumbuhkan rasa percaya diri pada lansia dalam menjalankan ibadah.

Berdasarkan hasil observasi peneliti selama pelaksanaan pembelajaran tahsin dan mengaji Iqra', terlihat bahwa kegiatan ini dilaksanakan dengan suasana yang tenang, penuh kesabaran, dan tidak menimbulkan tekanan bagi para lansia. Peneliti mengamati bahwa ustadzah dan pendamping memberikan perhatian secara individual sesuai dengan kemampuan masing-masing lansia, baik dari segi daya ingat, penglihatan, maupun kondisi fisik. Lansia yang mengalami kesulitan dalam mengenali huruf hijaiyah atau membaca Iqra' tidak dipaksa untuk mengikuti capaian tertentu, melainkan diberikan penguatan dan motivasi agar tetap merasa nyaman dan percaya diri.

Selain itu, peneliti juga mengamati adanya perubahan sikap pada lansia selama mengikuti kegiatan tahsin dan Iqra'. Lansia tampak lebih fokus, tenang, serta menunjukkan antusiasme ketika berhasil membaca huruf atau ayat sederhana. Rutinitas pembelajaran Al-Qur'an ini secara tidak langsung membentuk kebiasaan positif yang membantu lansia mengalihkan pikiran dari rasa cemas, kesepian, dan kekhawatiran yang mereka alami. Kegiatan ini juga menjadi sarana bagi lansia untuk merasa lebih bermakna, karena mereka tetap dapat belajar dan beribadah meskipun berada di usia lanjut dengan berbagai keterbatasan.⁶⁹

⁶⁹ Observasi peneliti, *Kegiatan Pembelajaran Tahsin dan Mengaji Iqra yang dilaksanakan di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro* (Lihat Lampiran 11; Foto Dokumentasi).

3. Tausiyah dan Motivasi Keagamaan

Ceramah singkat atau tausiyah merupakan salah satu metode yang rutin diterapkan dalam proses bimbingan agama kepada para lansia. Ustadzah menyampaikan materi-materi keagamaan dengan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami, seperti menjelaskan mengenai pentingnya kesabaran, keikhlasan dalam menerima ketentuan Allah, serta bagaimana cara menghadapi ujian hidup dengan penuh ketakwaan dengan mengaitkan kisah-kisah para Nabi sebagai bentuk peneguhan hati bagi lansia.

Hal di atas sesuai dengan yang disampaikan oleh Ibu Sartika Saridewi selaku pembimbing agama di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro sebagai berikut:

“Motivasi keagamaan diberikan kepada para lansia untuk menumbuhkan semangat dalam beribadah, dengan menekankan bahwa yang paling utama adalah niat dan usaha yang dilakukan, karena Allah tetap menerima amal hamba-Nya selama disertai ketulusan. Salah satu kisah Nabi yang sering disampaikan adalah kisah Nabi Ayyub, mengingat banyak lansia yang mengalami keluhan fisik seperti nyeri saat duduk terlalu lama atau keterbatasan gerak. Melalui teladan ketabahan Nabi Ayyub dalam menghadapi sakit selama bertahun-tahun, dijelaskan bahwa kondisi sakit bukan merupakan tanda bahwa Allah tidak menyayangi hamba-Nya, melainkan justru sebagai wujud kasih sayang Allah serta sebagai sarana untuk mengangkat derajat dan keimanan mereka.”⁷⁰

Berdasarkan wawancara di atas dapat dipahami bahwa motivasi keagamaan yang diberikan ustadzah memiliki peran penting dalam meningkatkan semangat ibadah para lansia. Ustadzah menekankan bahwa dalam beribadah, yang utama adalah niat dan usaha yang sungguh-

⁷⁰ Sartika Saridewi, *Hasil wawancara*, (Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro), Sabtu 22 November 2025.

sungguh, sehingga para lansia tidak merasa terbebani oleh keterbatasan fisik yang mereka alami. Penyampaian kisah-kisah Nabi digunakan sebagai pendekatan untuk memberikan ketenangan dan menumbuhkan sikap sabar pada lansia.

Berdasarkan hasil observasi peneliti, penyampaian tausiyah dan motivasi keagamaan dilakukan dengan pendekatan yang persuasif dan empatik, disesuaikan dengan kondisi psikologis serta pengalaman hidup para lansia. Peneliti mengamati bahwa ustadzah menyampaikan materi secara perlahan, menggunakan bahasa sederhana, serta sering kali disertai contoh-contoh kehidupan sehari-hari yang dekat dengan pengalaman lansia, sehingga materi lebih mudah dipahami dan diterima.

Peneliti juga mengamati bahwa saat kisah-kisah Nabi disampaikan, khususnya kisah Nabi Ayyub, beberapa lansia terlihat terharu dan menunjukkan ekspresi emosional seperti meneteskan air mata atau menganggukkan kepala sebagai tanda pemahaman. Hal ini menunjukkan bahwa tausiyah tidak hanya berfungsi sebagai penyampaian materi keagamaan, tetapi juga sebagai sarana penyaluran emosi dan penguatan batin bagi lansia. Melalui motivasi keagamaan tersebut, lansia tampak lebih mampu menerima kondisi sakit, keterbatasan fisik, serta pengalaman hidup yang berat dengan sikap sabar dan ikhlas.

Selain itu, tausiyah dan motivasi keagamaan juga membantu lansia membangun makna hidup di masa tua, sehingga kecemasan yang muncul akibat rasa takut, kesepian, dan ketidakberdayaan dapat berkurang.

Dengan demikian, berdasarkan hasil observasi peneliti, kegiatan tausiyah memiliki kontribusi penting dalam menciptakan ketenangan batin dan meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro.⁷¹

4. Bimbingan Pribadi dan Konseling Islami

Penerapan bimbingan pribadi dilakukan secara langsung dan bersifat personal kepada lansia yang memiliki masalah khusus. Bentuk bimbingan ini dilakukan secara individual dengan pendekatan personal, bertujuan membantu lansia mengalami masalah tertentu, baik secara spritual maupun psikologis. Pendekatan yang digunakan berdasarkan ajaran Islam, dengan menekankan pentingnya sabar, tawakal dan ikhtiar dalam menyelesaikan permasalahan hidup khususnya lansia yang tinggal di Lembaga.

Hal diatas sesuai dengan yang disampaikan oleh Ibu Sartika Saridewi selaku pembimbing agama di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro sebagai berikut:

“Pelaksanaan bimbingan pribadi untuk lansia yang memiliki masalah khusus diawali dengan observasi, ketika terdapat lansia yang tampak tidak bersemangat atau menunjukkan perubahan perilaku. Setelah melakukan pendekatan, kemudian menanyakan dengan sabar mengenai hal yang membuat lansia tersebut merasa demikian. Ketika lansia mulai terbuka dan menceritakan masalahnya, proses bimbingan dilanjutkan dengan mengajak lansia membaca istighfar dan doa-doa pendek sebagai bentuk penenangan hati disertai dengan penguatan positif seperti pujian atas usaha yang telah ditunjukkan oleh lansia.”⁷²

⁷¹Observasi peneliti, *Kegiatan Tausiyah dan Motivasi Keagamaan yang dilaksanakan di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro* (Lihat Lampiran 11; Foto Dokumentasi).

⁷² Sartika Saridewi, *Hasil wawancara*, (Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro), Sabtu 22 November 2025.

Berdasarkan wawancara di atas maka dapat disimpulkan bahwa penerapan bimbingan pribadi dan konseling Islami dilakukan melalui pendekatan yang humanis, bertahap, dan berpusat pada kondisi emosional peserta. Proses bimbingan tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah, tetapi juga pada upaya menenangkan hati melalui dzikir dan doa, serta memberikan penguatan positif agar lansia merasa dihargai dan termotivasi.

Berdasarkan hasil observasi peneliti, penerapan bimbingan pribadi dan konseling Islami di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro dilakukan secara situasional dan menyesuaikan dengan kondisi emosional lansia. Peneliti mengamati bahwa bimbingan ini tidak dilaksanakan dalam suasana formal seperti ruang konseling khusus, melainkan dilakukan secara fleksibel, misalnya di kamar lansia, di teras panti, atau di ruang ibadah, sehingga lansia merasa lebih nyaman dan tidak tertekan saat menyampaikan permasalahan yang dialaminya.

Peneliti juga mengamati bahwa lansia yang mendapatkan bimbingan pribadi umumnya menunjukkan tanda-tanda kecemasan seperti murung, menarik diri dari aktivitas bersama, sulit tidur, atau sering mengeluhkan kondisi fisik. Dalam proses bimbingan, pembimbing agama terlebih dahulu membangun kedekatan emosional dengan lansia melalui komunikasi yang lembut dan penuh empati. Pendekatan ini membantu lansia merasa diperhatikan, dihargai, dan tidak sendirian dalam menghadapi permasalahan hidupnya.

Selain itu, peneliti mengamati bahwa penggunaan doa, istighfar, dan dzikir dalam proses konseling Islami memberikan efek menenangkan bagi lansia. Setelah mengikuti bimbingan pribadi, lansia tampak lebih tenang, lebih terbuka dalam berinteraksi, serta menunjukkan perubahan sikap yang lebih positif. Penguatan positif yang diberikan pembimbing, seperti pujian dan dorongan, turut membantu meningkatkan rasa percaya diri lansia dan mengurangi perasaan tidak berdaya yang sering memicu kecemasan.

Dengan demikian, berdasarkan hasil observasi peneliti, bimbingan pribadi dan konseling Islami tidak hanya berfungsi sebagai sarana penyelesaian masalah, tetapi juga sebagai upaya pendampingan emosional dan spiritual yang berkelanjutan. Pendekatan yang humanis dan berbasis nilai-nilai keislaman ini terbukti membantu lansia dalam mengelola kecemasan, menumbuhkan ketenangan batin, serta memperkuat sikap sabar dan tawakal dalam menjalani kehidupan di panti.⁷³

C. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi, dapat dipahami bahwa kecemasan merupakan persoalan nyata yang dialami oleh para lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro. Kecemasan tersebut muncul akibat perubahan fisik, penurunan kesehatan, pengalaman hidup yang berat di masa lalu, serta keterbatasan interaksi dengan keluarga. Gejala kecemasan terlihat

⁷³ Observasi, (Kegiatan Bimbingan Agama di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro), 01 November 2025.

dari rasa takut yang dipicu oleh kekhawatiran menghadapi masa tua dalam keadaan sakit, ketidakpastian mengenai masa depan, serta ketakutan meninggal dunia tanpa kehadiran atau pendampingan keluarga. Kondisi minimnya pendampingan dari keluarga membuat lansia merasa kehilangan figur yang selama ini menjadi sumber rasa aman, sehingga memunculkan perasaan takut akan kesendirian dan ketidakberdayaan.

Selain itu, rasa takut juga diperkuat oleh penurunan kondisi fisik dan kesehatan yang dialami lansia. Keterbatasan fisik, ketergantungan pada obat-obatan, serta munculnya berbagai keluhan kesehatan membuat lansia merasa rentan dan tidak berdaya. Situasi ini menyebabkan lansia lebih mudah merasa cemas karena adanya persepsi ancaman terhadap keselamatan diri dan keberlangsungan hidupnya di masa tua.

Kesulitan tidur yang dialami lansia juga berkaitan erat dengan kondisi psikologis mereka. Sulit tidur muncul karena pikiran lansia sering dipenuhi oleh ingatan terhadap pengalaman hidup yang menyakitkan di masa lalu, seperti kehilangan pasangan hidup, konflik keluarga, serta peristiwa traumatis yang belum sepenuhnya dapat diterima secara emosional. Pada malam hari, ketika aktivitas berkurang dan suasana lebih sepi, pikiran tersebut muncul secara berulang sehingga mengganggu ketenangan batin dan membuat lansia sulit memulai maupun mempertahankan tidur.

Kondisi sulit tidur ini semakin diperparah oleh perasaan kesepian dan kerinduan terhadap keluarga. Lansia yang jarang dikunjungi oleh anak-anaknya cenderung mengalami perasaan kosong dan kehilangan, yang

kemudian memicu lamunan dan kekhawatiran berlebih. Akibatnya, waktu istirahat yang seharusnya menjadi sarana pemulihan justru menjadi momen munculnya kecemasan dan kesedihan yang mendalam.

Temuan ini sejalan dengan pandangan Sigmund Freud yang menyatakan bahwa kecemasan merupakan respons psikologis terhadap adanya ancaman atau konflik internal yang dirasakan individu. Dalam konteks lansia, rasa takut dan kesulitan tidur merupakan manifestasi dari kecemasan yang muncul akibat konflik batin, seperti ketakutan akan kehilangan, rasa tidak aman, serta ketidakmampuan menghadapi perubahan hidup di masa tua. Gejala-gejala tersebut menjadi bentuk sinyal bahaya psikologis yang dirasakan lansia, meskipun sumber ancamannya tidak selalu tampak secara nyata.⁷⁴

Untuk meminimalkan kondisi tersebut, lembaga menerapkan program bimbingan agama sebagai strategi pendampingan psikologis dan spiritual yang dilakukan secara terstruktur melalui tahap perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Implementasi bimbingan agama di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro mencakup berbagai bentuk kegiatan, seperti pengajian rutin, pembelajaran tahsin dan Iqra', penyampaian tausiyah dan motivasi keagamaan, serta bimbingan pribadi dan konseling Islami. Pengajian rutin berfungsi sebagai sarana penguatan spiritual sekaligus menciptakan ruang kebersamaan bagi lansia dan masyarakat sekitar. Pembelajaran tahsin dan Iqra' dilakukan secara bertahap sesuai kemampuan fisik dan kognitif

⁷⁴ Sigmund Freud, *A General Introduction to Psychoanalysis: Pengantar Umum Psikoanalisis* (Yogyakarta: Penerbit Indoliterasi, 2021), hlm. 25-31.

lansia, sehingga menumbuhkan rutinitas positif sekaligus memberikan ketenangan batin.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Laelatul Khofifah dalam skripsinya yang berjudul *“Pelaksanaan Bimbingan Agama dalam Meningkatkan Religiusitas Lansia di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia (PPSLU) Bojongbata Pemalang.”* Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa pelaksanaan bimbingan agama memberikan dampak positif terhadap peningkatan religiusitas lansia melalui berbagai kegiatan keagamaan, seperti kajian keislaman, pembacaan Al-Qur’an, doa bersama, dan pembinaan spiritual. Peningkatan religiusitas yang ditunjukkan oleh lansia dalam penelitian Laelatul Khofifah tercermin dari meningkatnya semangat dalam menjalankan ibadah, munculnya sikap tawakal yang lebih kuat, serta meningkatnya kedekatan spiritual dengan Allah SWT.⁷⁵

Kondisi ini sejalan dengan temuan penelitian peneliti, di mana kegiatan pengajian rutin, pembelajaran tahsin dan Iqra’, serta doa bersama di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro tidak hanya berfungsi sebagai sarana pembinaan keagamaan, tetapi juga sebagai media pemenuhan kebutuhan spiritual lansia. Melalui aktivitas keagamaan tersebut, lansia memperoleh ketenangan batin, rasa aman, serta penguatan makna hidup yang berdampak positif terhadap kondisi psikologis mereka. Secara psikologis, peningkatan religiusitas ini berperan dalam membantu lansia mengelola kecemasan, menumbuhkan sikap sabar dan ikhlas, serta

⁷⁵ Khofifah.

meningkatkan kemampuan mereka dalam menerima kondisi hidup yang dialami. Kegiatan keagamaan yang dilakukan secara rutin dan bertahap mampu mengalihkan perhatian lansia dari kekhawatiran berlebih, memperkuat sikap penerimaan terhadap kondisi hidup di masa tua, serta menumbuhkan rasa aman dan ketenangan jiwa. Dengan demikian, bimbingan agama dapat dipahami sebagai salah satu bentuk intervensi spiritual yang efektif dalam membantu mengatasi kecemasan pada lansia.

Tausiyah dan motivasi keagamaan disampaikan dengan bahasa sederhana yang menekankan nilai kesabaran, keikhlasan, dan tawakal, serta diperkuat dengan kisah-kisah Nabi khususnya keteladanan Nabi Ayyub dalam menghadapi cobaan fisik yang membantu lansia memahami bahwa sakit bukanlah tanda kurangnya kasih sayang Allah, melainkan sarana penguatan iman.

Adapun bimbingan pribadi dan konseling Islami diterapkan melalui pendekatan individual yang diawali dengan observasi, dilanjutkan dengan dialog lembut, pemberian doa dan dzikir, serta penguatan positif yang membuat lansia merasa didengarkan dan dihargai. Pembimbing agama berperan bukan hanya sebagai pengajar, tetapi juga sebagai motivator dan konselor spiritual. Peran tersebut tampak melalui asesmen awal kemampuan lansia, pemberian dorongan emosional, suasana bimbingan yang hangat, penggunaan humor ringan, pijat relaksasi, hingga pemberian apresiasi atas usaha lansia dalam belajar. Pendekatan yang lembut dan humanis ini membuat

lansia lebih terbuka, nyaman, serta merasa memiliki tempat untuk menyampaikan keluh kesah.

Efektivitas bimbingan agama dalam mengatasi kecemasan lansia dapat dilihat dari perubahan kondisi psikologis, emosional, dan spiritual lansia setelah mengikuti kegiatan bimbingan agama secara rutin. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, lansia menunjukkan penurunan tingkat kecemasan yang ditandai dengan berkurangnya sikap murung, meningkatnya ketenangan batin, serta munculnya semangat dan sikap positif dalam menjalani kehidupan sehari-hari di panti.

Aktivitas spiritual seperti dzikir dan doa terbukti memberikan ketenangan emosional bagi lansia, sementara pengajian dan interaksi kelompok menumbuhkan rasa kebersamaan serta dukungan sosial yang penting bagi kesejahteraan psikologis. Lansia menjadi lebih sabar, tidak mudah gelisah, lebih ceria, serta lebih aktif mengikuti kegiatan yang diselenggarakan oleh lembaga. Mereka juga merasa lebih dihargai, diperhatikan, dan memiliki teman untuk berbagi, sehingga beban emosional yang sebelumnya dirasakan dapat berkurang secara bertahap.

Selain berdampak pada penurunan kecemasan, bimbingan agama juga memberikan pengaruh tidak langsung terhadap kondisi fisiologis lansia. Ketenangan batin yang diperoleh melalui aktivitas keagamaan membantu lansia merasa lebih nyaman secara fisik, meskipun tidak bersifat sebagai penyembuhan medis. Kondisi ini sejalan dengan pendapat Zakiyah Daradjat yang menyatakan bahwa ketenangan jiwa memiliki pengaruh terhadap

kesehatan jasmani. Lansia yang mampu mencapai ketenangan batin cenderung lebih mampu menerima kondisi dirinya, mengurangi stres, serta mengelola keluhan fisik yang muncul akibat tekanan psikologis.

Efektivitas bimbingan agama juga didukung oleh konsistensi pelaksanaan kegiatan serta pendekatan pembimbing yang lembut dan empatik. Hubungan emosional yang terjalin antara pembimbing dan lansia menjadi faktor penting dalam keberhasilan bimbingan, karena membuat lansia merasa aman, dipercaya, dan tidak sendirian dalam menghadapi permasalahan hidup.

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro, dapat diketahui bahwa pelaksanaan bimbingan agama memberikan pengaruh positif terhadap kondisi spiritual maupun emosional lansia. Nenek A mengungkapkan bahwa sebelum tinggal di panti ia belum pernah belajar mengaji, namun kini ia merasa senang dapat mengikuti pembelajaran Iqra bersama lansia lain dan merasakan kelembutan ustadzah dalam mengajar, baik dalam membimbing bacaan maupun menenangkan hati melalui dzikir serta nasihat tentang kesabaran. Ketika Nenek A mengalami penurunan semangat, ustadzah selalu memberikan penguatan dengan mengingatkan bahwa setiap cobaan adalah bentuk keyakinan Allah bahwa hamba-Nya mampu melewatinya, disertai kisah-kisah Nabi yang membuatnya merasa tersentuh dan termotivasi.⁷⁶

Berbeda dengan Nenek B yang sejak kecil sudah mampu mengaji, namun ia tetap merasakan manfaat dari bimbingan keagamaan di panti,

⁷⁶ Nenek A, *Hasil Wawancara*, (Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro), Sabtu 26 November 2025.

terutama ketika sedang dilanda kesedihan dan sulit tidur. Ia memilih meredakan perasaannya melalui shalat tahajud, membaca Al-Qur'an, dan berdzikir, dan menyatakan bahwa belajar agama di panti membuatnya bahagia karena menjadi bekal menghadapi kehidupan akhirat.⁷⁷

Nenek C juga menyampaikan bahwa ia merasa senang belajar ngaji karena suasananya ramai dan penuh teman, dan meskipun ia sebentar lagi pulang ke rumah anaknya, ia merasakan bahwa ustadzah selalu memberikan nasihat yang menenangkan terutama ketika ia merasa cemas memikirkan keluarganya. Ustadzah sering menghibur, memberikan cerita-cerita keteladanan Nabi, dan menunjukkan sikap penuh kasih, hingga membuatnya beberapa kali menangis karena merasa tersentuh dengan makna cobaan hidup yang disampaikan. Secara keseluruhan, para lansia merasakan bahwa bimbingan agama di panti tidak hanya membantu mereka dalam kemampuan membaca Iqra dan Al-Qur'an, tetapi juga memberikan ketenangan batin, semangat, serta rasa dihargai dan disayangi dalam lingkungan yang penuh dukungan.⁷⁸

Temuan penelitian menunjukkan bahwa implementasi bimbingan agama memberikan dampak signifikan terhadap penurunan kecemasan lansia. Aktivitas spiritual seperti dzikir dan doa terbukti memberikan ketenangan emosional, Selain berdampak pada penurunan kecemasan, bimbingan agama yang diterapkan di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro

⁷⁷ Nenek B, *Hasil Wawancara*, (Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro), Sabtu 26 November 2025.

⁷⁸ Nenek C, *Hasil Wawancara*, (Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro), Sabtu 26 November 2025.

juga memberikan pengaruh tidak langsung terhadap kondisi fisiologis lansia. Ketenangan batin yang diperoleh melalui aktivitas keagamaan, seperti dzikir, doa, dan penguatan spiritual, membantu lansia merasa lebih nyaman secara fisik meskipun tidak bersifat sebagai penyembuhan medis. Kondisi ini sejalan dengan pendapat Zakiyah Daradjat yang menyatakan bahwa ketenangan jiwa memiliki pengaruh terhadap kesehatan jasmani. Lansia yang mampu mencapai ketenangan batin cenderung lebih mampu menerima kondisi dirinya, mengurangi stres, serta mengelola keluhan fisik yang muncul akibat tekanan psikologis.

Dengan demikian, bimbingan agama tidak hanya berfungsi sebagai pendampingan spiritual dan emosional, tetapi juga berkontribusi dalam menciptakan keseimbangan antara kondisi psikologis dan fisik lansia. Sementara pengajian dan interaksi kelompok menumbuhkan rasa kebersamaan serta dukungan sosial yang penting bagi kesejahteraan psikologis. Lansia menjadi lebih tenang, sabar, tidak mudah murung, lebih ceria, serta aktif mengikuti kegiatan. Mereka juga merasa dihargai, diperhatikan, dan memiliki teman untuk berbagi, sehingga beban emosional yang sebelumnya dirasakan dapat berkurang secara bertahap.

Meskipun demikian, pelaksanaan bimbingan agama tidak terlepas dari kendala, seperti keterbatasan waktu pembimbing, jadwal kegiatan yang terkadang berbenturan, kondisi kesehatan lansia yang fluktuatif, serta penurunan daya ingat. Namun, lembaga mampu mengatasi kendala tersebut

melalui penyesuaian materi, penjadwalan ulang, penggunaan pendekatan personal, dan fleksibilitas metode pembelajaran.

Secara keseluruhan, penerapan bimbingan agama di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro terbukti efektif dalam mengatasi kecemasan para lansia baik dari aspek spiritual, emosional, maupun sosial. Implementasi ini tidak hanya memperkuat keimanan dan ketenangan batin lansia, tetapi juga membantu menciptakan kondisi psikologis yang lebih stabil, bermakna, dan penuh dukungan selama mereka tinggal di lembaga.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai implementasi bimbingan agama dalam mengatasi kecemasan pada lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro, dapat disimpulkan bahwa bimbingan agama diimplementasikan melalui berbagai kegiatan keagamaan yang terstruktur dan berkelanjutan. Bentuk implementasi tersebut meliputi pengajian rutin, pembelajaran tahsin dan Iqra', penyampaian tausiyah dan motivasi keagamaan, serta bimbingan pribadi dan konseling Islami yang disesuaikan dengan kondisi fisik dan psikologis lansia.

Pelaksanaan bimbingan agama dilakukan dengan pendekatan yang humanis, fleksibel, dan penuh empati. Kegiatan tidak selalu dilaksanakan secara formal, tetapi menyesuaikan situasi dan kebutuhan lansia, seperti dilakukan di ruang ibadah, teras panti, atau kamar lansia. Dalam proses bimbingan pribadi, pembimbing agama membangun kedekatan emosional melalui dialog lembut, doa, dzikir, serta penguatan positif, sehingga lansia merasa didengarkan, dihargai, dan tidak sendirian dalam menghadapi permasalahan hidupnya.

Implementasi bimbingan agama tersebut terbukti mampu membantu mengatasi kecemasan lansia. Lansia menunjukkan perubahan positif berupa meningkatnya ketenangan batin, berkurangnya perasaan takut dan gelisah,

meningkatnya kesabaran dan sikap tawakal, serta tumbuhnya penerimaan terhadap kondisi hidup di masa tua. Dengan demikian, bimbingan agama tidak hanya berfungsi sebagai pembinaan keagamaan, tetapi juga sebagai sarana pendampingan spiritual dan emosional yang efektif dalam membantu lansia mengelola kecemasan selama tinggal di lembaga.

B. Saran

1. Bagi pihak lembaga diharapkan dapat terus meningkatkan kualitas bimbingan agama dengan menyesuaikan metode dan materi pembelajaran dengan kondisi fisik serta kemampuan kognitif lansia. Lembaga juga disarankan menambah waktu pendampingan agar proses bimbingan berjalan lebih optimal.
2. Bagi pembimbing agama, diharapkan tidak hanya berfokus pada keluhan fisik yang disampaikan oleh lansia, tetapi juga memiliki kepekaan dalam mengenali kondisi psikologis, khususnya tanda-tanda kecemasan yang dialami lansia. Pembimbing agama perlu melakukan pendekatan awal berupa pengamatan dan dialog sederhana untuk memahami perasaan lansia sebelum memberikan bimbingan, sehingga bentuk pendampingan yang diberikan sesuai dengan kebutuhan emosional dan spiritual lansia. Selain itu, pembimbing agama diharapkan tetap mempertahankan pendekatan humanis, sabar, dan personal, serta memperkaya materi tausiyah dengan kisah-kisah inspiratif yang relevan dengan pengalaman hidup lansia agar bimbingan agama dapat memberikan ketenangan batin dan motivasi spiritual secara lebih tepat dan mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustianti, Rifka, *Metode Penelitian & Kualitatif* (Makasar: CV Tohar Media, 2022)
- Al., Utami Nur Hafsari Putri et, *Buku Modul Kesehatan Mental* (Sumatera Barat: CV. Azka Pustaka, 2022)
- Amin, Samsul Munir, *Bimbingan Dan Konseling Islam* (Jakarta: Amzah, 2013)
- Anwar, M. Fuad, *Landasan Bimbingan Dan Konseling Islam* (Yogyakarta: CV Budi Utama, 2019)
- Ardiansyah, Sarinah, Susilawati, dan Juanda, 'Kajian Psikoanalisis Sigmund Freud', *Jurnal Kependidikan*, 7.1 (2022), 25–31 <<http://ejournalppmunsa.ac.id/index.php/kependidikan/article/view/912/885>>
- Arifin, *Pokok-Pokok Pikiran Tentang Bimbingan Dan Penyuluhan Agama Di Sekolah Dan Luar Sekolah* (Jakarta: Bulan Bintang, 1997)
- Chaerunisa, Sephia, Sarita Candra Merida, dan Rospita Novianti, 'Intervensi Perilaku Untuk Mengurangi Gejala Kecemasan Pada Lansia Di Desa Mekarsari RW 12 Tambun Selatan', *Jurnal Pengabdian Psikologi*, 1.1 (2022), 21–40
- Cholil, H., *Bimbingan Dan Konseling Islam*, ed. by Amriana (Yogyakarta, 2024)
- Dawud, Abu, 'Sunan Abu Dawud, No. 4203', *Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, Kementerian Agama RI*, p. 21 Juni 2025 <www.hadits.kemenag.go.id>
- Dewini, Adelia Pratiwi, dan M Jufri Halim, 'Bimbingan Agama Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Lansia Melalui Dzikir Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung – Jakarta Timur', *Jurnal Penyuluhan Agama (JPA)*, 8.1 (2022), 19–28 <<https://doi.org/10.15408/jpa.v8i1.24369>>
- Etta Mamang Sangadji, Sopiah, *Metode Penelitian Pendekatan Praktis Dalam Penelitian* (Yogyakarta: Andi, 2010)
- Freud, Sigmund, *A General Introduction to Psychoanalysis: Pengantar Umum Psikoanalisis* (Yogyakarta: Penerbit Indoliterasi, 2021)
- Gunarty, Yosefa, dan Br Tarigan, 'Psikologi Perkembangan: Memahami Tahapan Kehidupan Manusia', 2023, 1–8

- Hawari, Dadang, *Manajemen Stres, Cemas, Depresi*, Cetakan II (Jakarta: FKUI Press, 2016)
- Indonesia, Kementerian Agama Republik, *Al-Qur'an Dan Terjemahannya* (Jakarta, 2019)
- Indonesia, Pemerintah Republik, *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1998 Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia*, 1998
- Irwan, Fauziah, Reni Zulfitri, dan Jumaini Jumaini, 'Hubungan Persepsi Lansia Tentang Kematian Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Kematian', *JUKEJ: Jurnal Kesehatan Jompa*, 1.1 (2022), 42–49 <<https://doi.org/10.55784/jkj.vol1.iss1.130>>
- Jakarta), Inayatuz Zulfa (Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, 'Peran Pembimbing Agama Dalam Menghadapi Kecemasan Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3 Jakarta Selatan', 2015, 6
- Kartono, Kartini, *Patologi Sosial 3:Gangguan-Gangguan Kejiwaan*, Edisi Kedu (Depok: Rajawali Pers, 2019)
- Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an Dan Terjemahannya* (Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, 2019)
- Khofifah, Laelatul, 'Meningkatkan Religiusitas Lansia Di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia (PPSLU) Bojongbata Pemalang', 2023
- Lestari, Dian Ayu, 'Pelaksanaan Bimbingan Keagamaan Dalam Mengatasi Kecemasan Menghadapi Masa Depan Remaja Panti Asuhan Aisyiyah Jatirejo Pemalang', 2022
- Maramis, Rizka Lellyani, 'Kebermaknaan Hidup Dan Kecemasan Dalam Menghadapi Kematian Pada Lansia Di Panti Werdha Samarinda', *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3.4 (2015), 411–23 <<https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v3i4.3881>>
- Maryati, Lely Ika, dan Vanda Rezania, *Buku Psikologi Perkembangan : Sepanjang Kehidupan Manusia*, 2018
- Maulana, Rikky, 'Bimbingan Islami Dengan Metode Dzikir Dalam Meningkatkan Ketenangan Jiwa Pada Lansia Di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bojongbata Pemalang', 2023
- Muhammad Reza Ramadhan, 'Peran Bimbingan Agama Dalam Meningkatkan Self Esteem Pada Lansia', *Indonesian Journal of Islamic Counseling*, 5.1 (2023), 28–36 <<https://doi.org/10.35905/ijic.v5i1.3521>>

- Nadzifa, Kiki Khaerun, 'Pelaksanaan Bimbingan Spiritual Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Lansia Di Majelis Taklim an Nisa Poncol Pekalongan Timur', 2021
- Norman D. Sundberg, Allen A. Winebarger, Julian R. Taplin, *Psikologi Klinis: Perkembangan Teori, Praktik, Dan Penelitian*, Edisi keem (yogyakarta: Pustaka Belajar, 2018)
- Nugraha, Aditya Dedy, 'Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam', *IJIP: Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 2.1 (2020), 1–22 <<https://doi.org/10.18326/ijip.v2i1.1-22>>
- Pati, Wisnu Catur Bayu, *Pengantar Psikologi Abnormal: Definisi, Teori, Dan Intervensi* (Jawa Tengah: Penerbit NEM, 2022)
- Putra, Yonathan Kristian Yuan, Agustiniingsih Agustiniingsih, dan Inggit Sri Kusdiyanti, 'Hubungan Antara Spiritual Dengan Tingkat Kecemasan: Literature Review', *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 11.3 (2023), 294–305 <<https://doi.org/10.20527/jdk.v11i3.564>>
- Redhatul Hayati, dan Jamilus, 'Fase Perkembangan Manusia Dalam Pendidikan Islam Ditinjau Dari Al-Qur'an Dan Hadits', *Cognoscere: Jurnal Komunikasi Dan Media Pendidikan*, 1.2 (2023), 30–37 <<https://doi.org/10.61292/cognoscere.v1i2.93>>
- Rizkika, Ranti Deana, 'Bimbingan Agama Islam Melalui Pembelajaran Quran Dalam Meningkatkan Cara Semangat Hidup Lansia', *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, 3.2 (2021), 175–91
- Saputra, Randi, Katharina E.P. Korohama, Septya Suarja, Nurjanah, Justin Foera-Era Lase, Hindasyah Suryadi, dan others, *Buku Ajar Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*, ed. by Efitra (Jambi: PT Sonpedia Publising Indonesia, 2024)
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D* (Bandung: Alfabeta, 2017)
- Utami Nur Hafsa Putri, dkk, *Buku Modul Kesehatan Mental* (Sumatera Barat: CV. Azka Pustaka, 2022)
- Wiramihardja, Sutardjo A., *Pengantar Psikologi Abnormal*, revisi (Bandung: PT Refika Aditama, 2017)

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Bimbingan (SK Penunjukkan Pembimbing)



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH

Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telepon (0725) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.fuad.metrouniv.ac.id; e-mail: fuad.iaim@metrouniv.ac.id

Nomor : B-0282/In.28.4/D.1/PP.00.9/05/2025
Lampiran : -
Perihal : **Penunjukan Pembimbing Skripsi**

8 Mei 2025

Yth.
Zunaidi Nur, M.Ag
di -
Metro

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Dalam rangka membantu mahasiswa dalam penyusunan Proposal dan Skripsi, maka Bapak/Ibu tersebut diatas, ditunjuk sebagai Pembimbing Skripsi mahasiswa :

Nama : DIVA BERTI NAFISA
NPM : 2204031004
Fakultas : Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam
Judul : IMPLEMENTASI BIMBINGAN AGAMA DALAM MENGATASI KECEMASAN PADA LANSIA DI LEMBAGA KESEJAHTERAAN SOSIAL (LKS) BHAKTI MULYA KOTA METRO

Dengan ketentuan :

1 **Pembimbing**

Pembimbing membimbing mahasiswa sejak penyusunan Proposal sampai selesai Skripsi, mengoreksi out line, alat pengumpul data (APD)

Mahasiswa

Mahasiswa melakukan bimbingan dengan ketentuan sebagai berikut :

- Pasca seminar Proposal mahasiswa wajib melakukan pendalaman BAB I, II dan III kepada pembimbing
 - Mahasiswa mengajukan surat research setelah mendapat persetujuan (ACC) BAB I,II dan III dari Pembimbing I
 - Pengajuan Ujian Skripsi (Munaqasyah) minimal 1 bulan setelah surat research dikeluarkan.
- Waktu penyelesaian Skripsi maksimal 4 (empat) semester sejak SK Bimbingan/Surat Penunjukan Pembimbing dikeluarkan.
 - Diwajibkan mengikuti pedoman penulisan karya ilmiah yang dikeluarkan oleh Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Metro Tahun 2018.
 - Banyaknya halaman Skripsi antara 40 s/d 70 halaman dengan ketentuan :
 - Pendahuluan ± 2/6 bagian.
 - Isi ± 3/6 bagian.
 - Penutup ± 1/6 bagian.

Demikian suarat ini disampaikan untuk dimaklumi dan atas kesediaan Bapak/Ibu Dosen diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Wakil Dekan I
Bidang Akademik dan Kelembagaan

Kholidurrijal



OUTLINE

**IMPLEMENTASI BIMBINGAN AGAMA DALAM MENGATASI
KECEMASAN PADA LANSIA DI LEMBAGA KESEJAHTERAAN
SOSIAL BHAKTI MULYA KOTA METRO**

HALAMAN SAMPUL

HALAMAN JUDUL

NOTA DINAS

PERSETUJUAN

PENGESAHAN

ABSTRAK

ORISINILITAS PENELITIAN

MOTTO

PERSEMBAHAN

KATA PENGANTAR

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL

DAFTAR GAMBAR

DAFTAR LAMPIRAN

BAB I PENDAHULUAN

- A. Latar Belakang Masalah
- B. Pertanyaan Penelitian
- C. Tujuan dan Manfaat Penelitian
- D. Penelitian Relevan

BAB II LANDASAN TEORI

- A. Bimbingan Agama
 - 1. Pengertian Bimbingan Agama
 - 2. Tujuan dan Fungsi Bimbingan Agama
 - 3. Metode Bimbingan Agama
 - 4. Bentuk Pelaksanaan Bimbingan Agama

- B. Kecemasan
 - 1. Pengertian Kecemasan
 - 2. Faktor Penyebab Kecemasan Pada Lansia
 - 3. Dampak Kecemasan Pada Lansia
- C. Lansia
 - 1. Pengertian Lansia
 - 2. Masalah Umum yang Dihadapi Lansia

BAB III METODE PENELITIAN

- A. Jenis dan Sifat Penelitian
- B. Sumber Data
- C. Teknik Pengumpulan Data
- D. Teknik Penjamin Keabsahan Data
- E. Teknik Analisa Data

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

- A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian
 - 1. Sejarah Berdirinya Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro
 - 2. Visi dan Misi Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro
 - 3. Struktur Organisasi Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro
- B. Implementasi Bimbingan Agama dalam Mengatasi Kecemasan Pada Lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro
- C. Pembahasan Hasil Penelitian

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

B. Saran

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Mengetahui,
Pembimbing



Zunaidi Nur, M.Ag
NIP. 19920413 202012 1 010

Metro, 28 Oktober 2025

Mahasiswa Ybs.



Divi Berti Nafisa
NPM. 2204031004

Lampiran 4 Alat Pengumpul Data

ALAT PENGUMPULAN DATA

IMPLEMENTASI BIMBINGAN AGAMA DALAM MENGATASI KECEMASAN PADA LANSIA DI LEMBAGA KESEJAHTERAAN SOSIAL BHAKTI MULYA KOTA METRO

A. Wawancara

1. Wawancara kepada Pengurus Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro

- a. Apa tujuan utama dari pelayanan yang diberikan oleh Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya?
- b. Siapa saja yang menjadi sasaran utama dari pelayanan lembaga ini (misalnya: lansia, anak-anak, atau kelompok lain)?
- c. Apa saja program utama yang saat ini dijalankan oleh lembaga dalam membantu para lansia?
- d. Apakah lembaga memiliki program khusus yang berhubungan dengan pembinaan atau bimbingan keagamaan bagi para lansia?
- e. Siapa yang biasanya menjadi pembimbing atau pengisi dalam kegiatan bimbingan keagamaan tersebut?
- f. Seberapa sering kegiatan keagamaan dilaksanakan (misalnya: setiap hari, seminggu sekali, atau sebulan sekali)?
- g. Apa saja bentuk kegiatan keagamaan yang dilakukan (contohnya: pengajian, doa bersama, ceramah, atau ibadah rutin)?
- h. Apa tujuan utama dari kegiatan bimbingan agama yang diadakan di lembaga ini?
- i. Bagaimana respon dan partisipasi para lansia terhadap kegiatan keagamaan tersebut?
- j. Apakah kegiatan keagamaan ini berpengaruh terhadap kondisi emosional atau kecemasan para lansia? Jika ya, bagaimana pengaruhnya?

- k. Apa saja kendala yang biasanya dihadapi lembaga dalam melaksanakan kegiatan bimbingan keagamaan?
- l. Bagaimana cara atau upaya lembaga dalam mengatasi kendala tersebut agar kegiatan tetap berjalan dengan baik?

2. Wawancara Pembimbing Agama (Ustadzah)

- a. Bagaimana cara anda merencanakan kegiatan bimbingan agama untuk para lansia di lembaga ini?
- b. Bagaimana anda menentukan tujuan bimbingan agama khususnya bagi lansia yang mengalami kecemasan?
- c. Bagaimana anda menyesuaikan rencana bimbingan dengan kondisi dan kebutuhan masing-masing lansia?
- d. Bagaimana cara anda menyusun materi bimbingan agama agar sesuai dengan kondisi psikologis lansia?
- e. Bagaimana anda memastikan materi yang disampaikan mudah dipahami oleh para lansia?
- f. Metode bimbingan apa yang paling sering anda gunakan dalam membimbing lansia?
- g. Bagaimana anda menyesuaikan metode bimbingan dengan kondisi lansia yang berbeda-beda?
- h. Apa saja bentuk kegiatan bimbingan agama yang rutin dilakukan untuk para lansia di lembaga ini?
- i. Bagaimana anda menciptakan suasana yang nyaman agar lansia mau terbuka selama bimbingan berlangsung?
- j. Bagaimana pelaksanaan bimbingan pribadi atau konseling Islami dilakukan bagi lansia yang memiliki masalah khusus?
- k. Bagaimana anda mengenali tanda-tanda kecemasan pada lansia sebelum memberikan bimbingan?

- l. Bagaimana cara anda mengevaluasi hasil bimbingan agama yang telah dilakukan?
- m. Bagaimana cara anda mengetahui apakah tingkat kecemasan lansia menurun setelah mengikuti bimbingan agama?
- n. Bagaimana anda menilai keberhasilan bimbingan agama dalam meningkatkan ketenangan batin lansia?

3. Wawancara kepada Lansia

- a. Bagaimana cara pembimbing menjelaskan atau menyampaikan materi bimbingan agama kepada Bapak/Ibu?
- b. Apakah cara pembimbing tersebut mudah dipahami oleh Bapak/Ibu?
- c. Bagaimana suasana kegiatan bimbingan agama menurut Bapak/Ibu?
- d. Apa yang Bapak/Ibu rasakan saat mengikuti kegiatan tersebut? (misalnya: senang, tenang, bersemangat, atau lainnya)
- e. Apakah Bapak/Ibu mudah memahami isi materi yang disampaikan pembimbing agama?
- f. Jika ada yang kurang jelas, apakah pembimbing membantu menjelaskannya kembali?
- g. Bagaimana cara pembimbing mengarahkan Bapak/Ibu selama kegiatan berlangsung?
- h. Apa yang dilakukan pembimbing ketika Bapak/Ibu merasa cemas, sedih, atau gelisah?
- i. Menurut Bapak/Ibu, apakah pembimbing memberikan perhatian dan pendampingan dengan baik selama bimbingan?
- j. Bagaimana perasaan Bapak/Ibu terhadap sikap dan perhatian pembimbing tersebut?
- k. Apa manfaat yang Bapak/Ibu rasakan setelah mengikuti bimbingan agama?
- l. Apakah kegiatan bimbingan agama membantu Bapak/Ibu menjadi lebih tenang dan berkurang rasa cemasnya?

B. Observasi

1. Observasi terhadap pelaksanaan bimbingan agama pada lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro
2. Observasi terhadap metode penyampaian bimbingan agama pada lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro
3. Observasi terhadap keterlibatan lansia dalam bimbingan agama di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro
4. Observasi respons lansia terhadap bimbingan agama pada lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro

C. Dokumentasi

1. Dokumentasi Sejarah Singkat Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro
2. Dokumentasi Visi dan Misi Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro
3. Dokumentasi Struktur Organisasi Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro
4. Dokumentasi Foto kegiatan bimbingan agama pada lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro


Metro, 28 Oktober 2025

Mengetahui,
Pembimbing

Mahasiswa Ybs.



Zunaidi Nur, M.Ag
NIP. 19920413 202012 1 010



Divya Berti Nafisa
NPM. 2204031004



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI JURAI SIWO LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Jalan Ki. Hajar Dewantara No.118, Iringmulyo 15 A, Metro Timur Kota Metro Lampung 34112
Telepon (0725) 47297; Faksimili (0725) 47296; www.uinjusila.ac.id; humas@uinjusila.ac.id

SURAT TUGAS

Nomor: B-0240/In.28/D.1/TL.01/11/2025

Wakil Dekan Akademik dan Kelembagaan Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Metro, menugaskan kepada saudara:

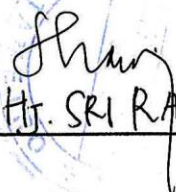
Nama : **DIVA BERTI NAFISA**
NPM : 2204031004
Semester : 7 (Tujuh)
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam

- Untuk :
1. Mengadakan observasi/survey di LKS BHAKTI MULYA KOTA METRO, guna mengumpulkan data (bahan-bahan) dalam rangka menyelesaikan penulisan Tugas Akhir/Skripsi mahasiswa yang bersangkutan dengan judul "IMPLEMENTASI BIMBINGAN AGAMA DALAM MENGATASI KECEMASAN PADA LANSIA DI LEMBAGA KESEJAHTERAAN SOSIAL BHAKTI MULYA KOTA METRO".
 2. Waktu yang diberikan mulai tanggal dikeluarkan Surat Tugas ini sampai dengan selesai.

Kepada Pejabat yang berwenang di daerah/instansi tersebut di atas dan masyarakat setempat mohon bantuannya untuk kelancaran mahasiswa yang bersangkutan, terima kasih.

Dikeluarkan di : Metro
Pada Tanggal : 12 November 2025

Mengetahui,
Pejabat Setempat


H. SRI RAHAYU, Spd.M.Pd.

Wakil Dekan Akademik dan
Kelembagaan,



Dr. H. Khoirurrijal S.Ag, MA
NIP 19730321 200312 1 002



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI JURAI SIWO LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Jalan Ki. Hajar Dewantara No.118, Iringmulyo 15 A, Metro Timur Kota Metro Lampung 34112
Telepon (0725) 47297; Faksimili (0725) 47296; www.uinjusila.ac.id; humas@uinjusila.ac.id

Nomor : B-0239/In.28/D.1/TL.00/11/2025
Lampiran : -
Perihal : **IZIN RESEARCH**

Kepada Yth.,
Ketua Lembaga LKS BHAKTI
MULYA KOTA METRO
di-
Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Sehubungan dengan Surat Tugas Nomor: B-0240/In.28/D.1/TL.01/11/2025, tanggal 12 November 2025 atas nama saudara:

Nama : **DIVA BERTI NAFISA**
NPM : 2204031004
Semester : 7 (Tujuh)
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam

Maka dengan ini kami sampaikan kepada Ketua Lembaga LKS BHAKTI MULYA KOTA METRO bahwa Mahasiswa tersebut di atas akan mengadakan research/survey di LKS BHAKTI MULYA KOTA METRO, dalam rangka meyelesaikan Tugas Akhir/Skripsi mahasiswa yang bersangkutan dengan judul "IMPLEMENTASI BIMBINGAN AGAMA DALAM MENGATASI KECEMASAN PADA LANSIA DI LEMBAGA KESEJAHTERAAN SOSIAL BHAKTI MULYA KOTA METRO".

Kami mengharapkan fasilitas dan bantuan Bapak/Ibu untuk terselenggaranya tugas tersebut, atas fasilitas dan bantuannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Metro, 12 November 2025
Wakil Dekan Akademik dan
Kelembagaan,



Dr. H. Khoirurrijal S.Ag, MA
NIP 19730321 200312 1 002



YAYASAN BHAKTI MULYA
LEMBAGA KESEJAHTERAAN SOSIAL
KOTA METRO

Jl. Mengkudu No.51A RT. 36 RW.12 Yosomulyo Metro Pusat Kota Metro
email: lksbhaktimulya2014@gmail.com telp.082112398132, 081369710664

Nomor : 01/LKSBM/XII/2025
Lampiran : -
Perihal : Surat Balasan

Kepada Yth.

Ketua Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam

Institut Agama Islam Negeri Metro

Di Tempat

Sehubungan dengan surat yang telah kami terima dengan Nomor:
B0239/In.28/D.1/TL.00/11/2025 perihal permohonan Izin Research yang diajukan oleh:

Nama : **DIVA BERTI NAFISA**

NPM : 2204031004

Semester : 7 (Tujuh)

Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam

Judul : **IMPLEMENTASI BIMBINGAN AGAMA DALAM MENGATASI
KECEMASAN PADA LANSIA DI LEMBAGA KESEJAHTERAAN
SOSIAL BHAKTI MULYA KOTA METRO**

Dengan ini saya selaku ketua LKS memberikan izin kepada yang bersangkutan
untuk melaksanakan Research di LKS Bhakti Mulya Kota Metro.

Demikian surat ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Metro, 14 Desember 2025

Ketua LKS Bhakti Mulya Kota Metro



Hj. SRI RAHAYU, S.Pd, M.Pd

Lampiran 8 Surat Keterangan Bebas Pustaka



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI JURAI SIWO LAMPUNG
UNIT PERPUSTAKAAN
NPP: 1807062F0000001**

Jalan Ki. Hajar Dewantara No. 118, Iringmulyo 15 A, Metro Timur Kota Metro Lampung 34112
Telepon (0725) 47297, 42775; Faksimili (0725) 47296;
Website: www.metrouniv.ac.id; e-mail: iainmetro@metrouniv.ac.id

**SURAT KETERANGAN BEBAS PUSTAKA
Nomor : P-987/Un.36/S/U.1/OT.01/12/2025**

Yang bertandatangan di bawah ini, Kepala Perpustakaan Universitas Islam Negeri Jurai Siwo Lampung menerangkan bahwa :

Nama : DIVA BERTI NAFISA
NPM : 2204031004
Fakultas / Jurusan : Ushuluddin, Adab dan Dakwah / Bimbingan Penyuluhan Islam

Adalah anggota Perpustakaan Universitas Islam Negeri Jurai Siwo Lampung Tahun Akademik 2025/2026 dengan nomor anggota 2204031004.

Menurut data yang ada pada kami, nama tersebut di atas dinyatakan bebas administrasi Perpustakaan Universitas Islam Negeri Jurai Siwo Lampung.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat, agar dapat dipergunakan seperlunya.

Metro, 15 Desember 2025
Kepala Perpustakaan,

Aan Gurroni, S.I.Pust.
NIP. 19920428 201903 1 009





KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
PROGRAM STUDI BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM

Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telepon (0725) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.fuad.metrouniv.ac.id; e-mail: fuadiainmetro@gmail.com

SURAT KETERANGAN

Nomor: B-0431/Un.36.4/J/PP.00.9/12/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fadhil Hardiansyah, M.Pd.
NIP : 198606232019031006
Jabatan : Ketua Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam

menerangkan bahwa:

Nama : DIVA BERTI NAFISA
NPM : 2204031004
Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam
Judul : IMPLEMENTASI BIMBINGAN AGAMA
DALAM MENGATASI KECEMASAN PADA LANSIA
DI LEMBAGA KESEJAHTERAAN SOSIAL BHAKTI MULYA
KOTA METRO

mahasiswa tersebut telah melaksanakan uji plagiasi **Skripsi** melalui program Crossref dengan tingkat kemiripan **24 %**.

Demikian surat keterangan ini dibuat, untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Metro, 17 Desember 2025,
Ketua Program Studi BPI,

Fadhil Hardiansyah, M.Pd.
NIP. 198606232019031006



Lampiran 10 Formulir Konsultasi Bimbingan Skripsi



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI JURAI SIWO LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH

Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telepon (0725) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.tarbiyah.metrouniv.ac.id; e-mail: tarbiyah.uin@metrouniv.ac.id

KARTU KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI MAHASISWA
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UIN JURAI SIWO LAMPUNG

Nama : Diva Berti Nafisa
NPM : 2204031004

Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam
Semester/TA : VII/2025/2026

No	Hari/Tanggal	Materi yang dibicarakan	Tanda Tangan
1.	Selasa 20 Oktober 2025	<ul style="list-style-type: none">- Merancang APD : Alat Pengumpul Data.- Mempersiapkan berkas Riset.- Acc APD .	

Mengetahui,
Ketua Program Studi BPI,

Fadhil Hardiansyah, M.Pd.
NIP. 198606232019031006

Dosen Pembimbing

Zunaidi Nur, M.Ag
NIP. 199204132020121010



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI JURAI SIWO LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH

Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telepon (0725) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.tarbiyah.metrouniv.ac.id; e-mail: tarbiyah.uin@metrouniv.ac.id

KARTU KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI MAHASISWA
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UIN JURAI SIWO LAMPUNG

Nama : Diva Berti Nafisa
NPM : 2204031004

Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam
Semester/TA : VII/2025/2026

No	Hari/Tanggal	Materi yang dibicarakan	Tanda Tangan
1.	Senin, 17 November 2025	<ul style="list-style-type: none">- Deskripsi Data lokasi- Menganalisis Data yang sudah ada.- Proses reduksi data lalu disajikan dan di simpulkan.- Baru bisa lanjut Bab 4- Semangat terus!!- Manajemen Waktu	

Mengetahui,
Ketua Program Studi BPI,

Fadhil Hardiansyah, M.Pd.
NIP. 198606232019031006

Dosen Pembimbing

Zunaidi Nur, M.Ag
NIP. 199204132020121010



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI JURAI SIWO LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH

Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telepon (0725) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.tarbiyah.metrouniv.ac.id; e-mail: tarbiyah.uin@metrouniv.ac.id

KARTU KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI MAHASISWA
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UIN JURAI SIWO LAMPUNG

Nama : Diva Berti Nafisa
NPM : 2204031004

Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam
Semester/TA : VII/2025/2026

No	Hari/Tanggal	Materi yang dibicarakan	Tanda Tangan
1.	26 November 2025	<ul style="list-style-type: none">- Mendalami hasil dari Wawancara- Mulai menganalisis data.- Bab IV, Hasil setelah itu mulai Pembahasan dari hasil data yang diperoleh.- Hasil, pembahasan bab IV dikaitkan dengan teori.	

Mengetahui,
Ketua Program Studi BPI,

Fadil Hardiansyah, M.Pd.
NIP. 198606232019031006

Dosen Pembimbing

Zunaidi Nur, M.Ag
NIP. 199204132020121010



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI JURAI SIWO LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH

Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telepon (0725) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.tarbiyah.metrouniv.ac.id; e-mail: tarbiyah.uin@metrouniv.ac.id

KARTU KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI MAHASISWA
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UIN JURAI SIWO LAMPUNG

Nama : Diva Berti Nafisa
NPM : 2204031004

Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam
Semester/TA : VII/2025/2026

No	Hari/Tanggal	Materi yang dibicarakan	Tanda Tangan
	Selasa 9 Desember 2025	<ul style="list-style-type: none">- Menganalisis hasil- kaitkan teori apakah nyambung terkait Implementasi Bimbingan Agama?- Fokus pada kecemasan yang dialami oleh lansia.- Data harus sesuai.- Perbaiki penulisan hasil- Lanjut bab IV di sesuaikan dengan data.- Lampiran & berikan foto penjelasan & bagianannya !!	

Mengetahui,
Ketua Program Studi BPI,

Fadhil Hardiansyah, M.Pd.
NIP. 198606232019031006

Dosen Pembimbing

Zunaidi Nur, M.Ag
NIP. 199204132020121010




KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI JURAI SIWO LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH

Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telepon (0725) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.tarbiyah.metrouniv.ac.id; e-mail: tarbiyah.uin@metrouniv.ac.id

KARTU KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI MAHASISWA
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UIN JURAI SIWO LAMPUNG

Nama : Diva Berti Nafisa
NPM : 2204031004

Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam
Semester/TA : VII/2025/2026

No	Hari/Tanggal	Materi yang dibicarakan	Tanda Tangan
1.	Senin 15 Desember 2025	<ul style="list-style-type: none">- Hasilnya ditambahkan dengan Observasi,- Jelaskan secara spesifik kecemasan pada Lansia seperti apa!- Tambahkan teori di pembahasan untuk memperkuat.- libatkan peneliti terdahulu.	
2.	Selasa 16 Desember 2025	<ul style="list-style-type: none">- Tambahkan referensi Footnote Untuk hasil Observasi di Bab IV hasil- Perbaiki sedikit Abstrak sesuai hasil kesimpulan.- Turnitin- Acc- Lanjut Daftar Munqasyah.	

Mengetahui,
Ketua Program Studi BPI,


Fadhil Hardiansyah, M.Pd.
NIP. 198606232019031006

Dosen Pembimbing


Zunaidi Nur, M.Ag
NIP. 199204132020121010



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telepon (0725) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.fuad.metrouniv.ac.id; e-mail: fuad.iain@metrouniv.ac.id

**KARTU KONSULTASI BIMBINGAN PROPOSAL MAHASISWA
FAKULTAS USHULUDIN, ADAB DAN DAKWAH
IAIN METRO**

Nama : Diva Berti Nafisa
NPM : 2204031004

Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam
Semester/TA : VI/2024/2025

No	Hari/Tanggal	Materi yang dibicarakan	Tanda Tangan Mahasiswa
1.	Jumat 9 Mei 2025	<ul style="list-style-type: none">- Membuat latar belakang,- Setiap paragraf harus diberikan data-data untuk penguat.- Latar belakang membahas problem atau masalah- Banyak membaca jurnal-jurnal- fokus pada setiap pembahasan paragrafnya- Sesuai dengan buku pedoman penulisan skripsi.- Perbanyak membaca buku.	

Mengetahui,
Ketua Program Studi BPI,

Fadhil Hardiansyah, M.Pd.
NIP. 198606232019031006

Dosen Pembimbing

Zunaidi Nur, S.Th.I., M.Ag.
NIP. 199204132020121010



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telepon (0725) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.fuad.metrouniv.ac.id; e-mail: fuad.iain@metrouniv.ac.id

**KARTU KONSULTASI BIMBINGAN PROPOSAL MAHASISWA
FAKULTAS USHULUDIN, ADAB DAN DAKWAH
IAIN METRO**

Nama : Diva Berti Nafisa
NPM : 2204031004

Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam
Semester/TA : VI/2024/2025

No	Hari/Tanggal	Materi yang dibicarakan	Tanda Tangan Mahasiswa
2.	Jumat 15 Mei 2025	<ul style="list-style-type: none">- Judul singkatan LKS di hapus- Perbaiki Kata pengantar- ditambahkan sumber sebagai penguat- ditambahkan teori kecemasan- Izin Pra Survei- Tulisan diperbaiki titik, coma, spasi- Semangatnya ditambah :	

Mengetahui,
Ketua Program Studi BPI,

Fadhil Hardiansyah, M.Pd.
NIP. 198606232019031006

Dosen Pembimbing

Zunaidi Nur, S.Th.I., M.Ag.
NIP. 199204132020121010



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH

Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telepon (0725) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.fuad.metrouniv.ac.id; e-mail: fuad.iain@metrouniv.ac.id

KARTU KONSULTASI BIMBINGAN PROPOSAL MAHASISWA
FAKULTAS USHULUDIN, ADAB DAN DAKWAH
IAIN METRO

Nama : Diva Berti Nafisa
NPM : 2204031004

Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam
Semester/TA : VI/2024/2025

No	Hari/Tanggal	Materi yang dibicarakan	Tanda Tangan Mahasiswa
1.	Jum'at 13 Juni 2025	<ul style="list-style-type: none">- Perkuat Teori : kecemasan- Bimbingan Agama - Metodologi Penelitian :<ul style="list-style-type: none">- Teknik pengabsahan Data- Penelitian Relevan ditambah- Teknik pengumpulan data<ul style="list-style-type: none">• Wawancara tidak hanya 3 lansia .- Tulisan dirapikan lagi<ul style="list-style-type: none">: Typo , Menjorok , koma dan titik di perhatikan lagi .	

Mengetahui,
Ketua Program Studi BPI,

Fadhil Hardiansyah, M.Pd.
NIP. 198606232019031006

Dosen Pembimbing

Zunaidi Nur, S.Th.I., M.Ag.
NIP. 199204132020121010




KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH

Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telepon (0725) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.fuad.metrouniv.ac.id; e-mail: fuad.iain@metrouniv.ac.id

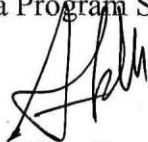
KARTU KONSULTASI BIMBINGAN PROPOSAL MAHASISWA
FAKULTAS USHULUDIN, ADAB DAN DAKWAH
IAIN METRO

Nama : Diva Berti Nafisa
NPM : 2204031004

Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam
Semester/TA : VI/2024/2025

No	Hari/Tanggal	Materi yang dibicarakan	Tanda Tangan Mahasiswa
	Selasa 8 Juli 2025	- Turnitin - ACC Proposal	

Mengetahui,
Ketua Program Studi BPI,



Fadhil Hardiansyah, M.Pd.
NIP. 198606232019031006

Dosen Pembimbing



Zunaidi Nur, S.Th.I., M.Ag.
NIP. 199204132020121010

Lampiran 11 Dokumentasi Penelitian

DOKUMENTASI



Wawancara dengan Ibu Sri Rahayu, S.Pd, M.Pd. selaku Pengurus Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro



Wawancara dengan Ibu Sartika Saridewi selaku Pembimbing Agama di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro



Dokumentasi foto kegiatan Pengajian rutin dan kegiatan Agama Mingguan



Dokumentasi kegiatan Pembelajaran Tahsin di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro



Dokumentasi kegiatan Mengaji Iqra' di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bhakti Mulya Kota Metro



Dokumentasi kegiatan Tausiyah dan Motivasi Keagamaan

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Divya Berti Nafisa adalah penulis skripsi ini. Penulis merupakan putri kedua dari pasangan Bapak Edywan Apriliono dan Ibu Nur Baiti. Penulis dilahirkan di Lampung pada tanggal 24 Maret 2004. Saat ini, penulis bertempat tinggal bersama orang tuanya di Desa Kotagajah, Kecamatan Kotagajah, Kabupaten Lampung Tengah, Provinsi Lampung.

Pendidikan dasar penulis ditempuh di SD Negeri 2 Kotagajah dan diselesaikan pada tahun 2016, kemudian dilanjutkan di Sekolah Menengah Pertama Madrasah Tsanawiyah Ma'arif 2 Kotagajah dan diselesaikan pada tahun 2019. Pendidikan menengah atas ditempuh di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kotagajah dan diselesaikan pada tahun 2022. Selanjutnya, penulis melanjutkan pendidikan di Universitas Islam Negeri Jurai Siwo Lampung pada Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam, Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah.