

BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Istilah

Dalam penelitian ini penulis memberi judul "AKTIVITAS KONSELOR ISLAM DALAM MENGATASI KECEMASAN LANSIA DI PANTI WERDHA BUDHI DHARMA YOGYAKARTA" untuk menghindari agar tidak terjadi salah tafsir dalam memahami judul diatas, maka perlu kiranya penulis berikan penegasan tentang istilah-istilah sebagai berikut :

1. Aktivitas

Aktivitas mempunyai arti "kegiatan bekerja, atau kesungguhan berusaha".¹ Sedangkan yang dimaksud dengan aktivitas dalam judul skripsi ini adalah suatu kegiatan atau kesungguhan berusaha yang dilaksanakan oleh konselor islam dalam mengatasi kecemasan lansia di Panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta.

2. Konselor Islam

Konselor diartikan sebagai orang yang mempunyai kewenangan memberikan bimbingan dan memberikan konseling.² Arti kata konselor diambil dari kata konseling yang berarti upaya untuk menolong seseorang yang mengidap atau mengalami kegoncangan emosi, belum sampai pada taraf kegoncangan akal, agar terhindar darinya. Dari pengertian tersebut konselor berarti orang yang memberikan pertolongan pada klien yang

26 ¹ WJS. Poerwadarminto, *Kamus Bahasa Indonesia*. (Jakarta : PN. Balai Pustaka. 1984) :11m.

² Syamsudin, *Bimbingan dan Konseling Kelompok*, (Jakarta : Kartika, 1980), hlm. 18.

mempunyai permasalahan psikologis atau kegoncangan emosi dengan memberikan pemecahan masalah dan treatment terhadap permasalahan yang dihadapi klien. Dalam hal ini pemecahan masalah atau treatment yang diberikan pembimbing (konselor) menggunakan pendekatan islami dan didasarkan pada ajaran islam yang bersumberkan Al-Qur'an dan Hadist.

Jadi konselor islam merupakan orang yang dianggap kompeten dalam memberikan bimbingan dan biasa didatangi oleh para lansia dalam memohon pemecahan masalah dan nasehat atas permasalahan psikologis tentang kecemasan yang dihadapi para lansia yang tinggal di Panti Werdha Budhi Dharma.

2. Mengatasi

Dalam kamus besar bahasa Indonesia, mengatasi berarti menguasai (keadaan), menanggulangi. Sedangkan yang dimaksud mengatasi dalam skripsi ini adalah bahwa konselor islam dapat membantu para lansia dalam menanggulangi permasalahan kecemasan yang sedang dihadapi oleh para lansia.³

3. Kecemasan Lansia

Kecemasan mempunyai kata dasar cemas & berjenis kata sifat. Cemas berimbuhan ke-an dan menjadi kata benda, sehingga cemas adalah kekuatan terhadap hal-hal yang belum tentu terjadi.⁴

Selain itu kecemasan merupakan reaksi emosional dari keadaan individu yang gejala-gejalanya bersifat psikologis maupun fisiologis,

³ Zakiah Darajad, *Kesehatan Mental*, (Jakarta : Gunung Agung, 1986), hlm. 121.

⁴ Hanna Dhumhana Bastaman, *Integrasi Psikologi dalam Islam Menuju Psikologi Islami*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2002), hlm. 156.

ketegangan dan kekawatiran yang ditimbulkan oleh kecemasan ini dapat mengganggu efisiensi individu dalam menghadapi suatu masalah. Adapun kecemasan lansia yang dimaksud dalam judul ini adalah kecemasan akan mengalami penderitaan, kecemasan akan mengalami kesepian serta kecemasan akan kematian yang dihadapi oleh para lansia yang tinggal di Panti.

4. Panti Werdha Budhi Dharma

Panti Werdha Budhi Dharma berarti tempat yang mencintai dan menyayangi orang tua. Secara operasional merupakan panti tempat melayani para lanjut usia dengan cara memenuhi kebutuhan-kebutuhannya.⁵ Panti Werdha Budhi Dharma adalah sebuah unit pelayanan teknis berada di bawah Dinas Kesejahteraan Sosial dan Pemberdayaan Masyarakat Kota Yogyakarta. Panti ini berdiri sejak tahun 1979 dan sampai sekarang telah mengalami perkembangan, panti ini terletak di Ponggalan UH 7/203 RT. 14 RW. V Yogyakarta. Jumlah para lansia yang tinggal di panti pada saat penelitian ini, ada 60 orang dan 90 % diantaranya beragama Islam. Untuk membiayai hidup mereka didapat dari APBD (Anggaran Pendapatan Belanja Daerah)

Dari penegasan istilah diatas, maka yang dimaksud penulis dengan judul "AKTIVITAS KONSELOR ISLAM DALAM MENGATASI KECEMASAN LANSIA DI PANTI WERDHA BUDHI DHARMA YOGYAKARTA" adalah upaya untuk meneliti kegiatan konselor islam

⁵ Dep. Sos. RI., *Pedoman Pelaksanaan Bantuan dan Penyantunan Lanjut Usia Jompo*

sebagai pembimbing maupun penyuluh dalam melaksanakan tugas-tugas dan fungsinya untuk mengatasi kecemasan lansia di Panji Werdha Budhi Dharma, meliputi kecemasan akan mengalami penderitaan dan kecemasan akan mengalami kesepian.

B. Latar Belakang Masalah

Dalam menghadapi hidup dan kehidupannya manusia akan selalu menemukan berbagai macam masalah. Sebagai makhluk yang lemah suatu saat manusia kesulitan di dalam menghadapi realita kehidupan yang pahit, sempit dan berat penuh dengan berbagai macam halangan dan rintangan, manakala manusia mengalami gangguan fisik maka ia memerlukan bantuan dokter, begitu pula ketika ia mengalami gangguan kejiwaan tentunya ia membutuhkan orang lain untuk menumbuhkan rasa percaya dirinya bahwa ia mampu mengatasi problematika yang dihadapinya.

Pada umumnya para lansia merupakan bagian dari generasi tua yang akan menghadapi masalah, seperti halnya dalam kehidupan kesehariannya sering muncul kecemasan-kecemasan yang memerlukan bantuan pemecahannya baik dalam hal kecemasan akan mengalami penderitaan, maupun kecemasan akan mengalami kesepian. Sejalan dengan adanya kecemasan-kecemasan yang dihadapi para lansia tersebut, maka perlu kita kaji upaya penanggulangannya agar mereka dapat merasakan kebahagiaan dan ketenangan dalam menghadapi hidup yang tidak akan lama lagi. Dalam usaha mensejahterakan para lansia, pemerintah maupun lembaga-lembaga swasta telah banyak berusaha untuk

memberi layanan kepada lansia. Salah satunya dengan dibangunnya panti werdha.

Panti Werdha merupakan salah satu unit teknis Yayasan Dinas Sosial Kota yang memberikan pelayanan kesejahteraan sosial terhadap para lansia. Maksud dan tujuan didirikannya adalah sebagai sarana pelayanan kesejahteraan sosial lansia terlantar yang disebabkan antara lain karena kemiskinan, ketidakmampuan secara fisik maupun ekonomi.⁶

Salah satu pelayanan yang diberikan oleh Panti Werdha Budhi Dharma adalah dengan adanya pengadaan seorang konselor yang bertugas memberikan bimbingan serta pengarahan kepada lansia dalam upaya mengatasi kecemasan yang mereka rasakan. Bimbingan serta pengarahan yang diberikan oleh konselor merupakan kegiatan yang dilaksanakan untuk lebih membangkitkan perasaan dekat dengan Allah SWT disamping untuk mengatasi kecemasan para lansia tentang penderitaan maupun kesepian yang akan mereka hadapi.

Keberadaan konselor pada dasarnya dilatar belakangi oleh banyaknya permasalahan yang ada di panti, yang erat kaitannya dengan kondisi kehidupan lansia yang heterogen. Dengan kondisi yang demikian, maka keberadaan konselor dituntut agar tetap eksis dalam upaya mengatasi berbagai permasalahan yang dihadapi oleh lansia seperti halnya kecemasan, yang akan dapat membawa para lansia dalam hidup yang kurang ketenangan serta kebahagiaan.

⁶ Dep. Sos. RI., *Sekitar Masalah dan Pelayanan Sosial Lanjut Usia*, (Jakarta : Dinas Sosial, 1983), hlm. 25-26.

Mengingat pentingnya keberadaan konselor dalam sebuah panti werdha dalam upaya mensejahterakan kehidupan lansia, maka perlu diperhatikan hak-hak serta kewajiban konselor dalam memberikan bimbingan agar sesuai dengan kode etik sebagai seorang konselor. Dengan demikian keberadaan konselor di Panti Werdha Budhi Dharma dalam upaya mengatasi kecemasan para lansia benar-benar akan dapat terealisasi, sehingga kehidupan para lansia menjadi tenang dan bahagia secara lahir dan batin.

Dari uraian tersebut diatas, maka penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui tentang bagaimana aktivitas konselor islam dalam mengatasi kecemasan lansia di Panti Werdha Budhi Dharma sesuai dengan tujuan keberadaan konselor di panti werdha tersebut yaitu membantu para lansia agar dapat hidup tenang dan bahagia secara lahir dan batin.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang serta penegasan istilah diatas, maka penulis dapat merumuskan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana bentuk-bentuk aktivitas konselor islam dalam mengatasi kecemasan lansia di Panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta ?
2. Faktor-faktor apa saja yang menjadi pendukung dan penghambat aktivitas konselor islam dalam mengatasi kecemasan lansia di Panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta ?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah ingin menjawab permasalahan yang telah dirumuskan dalam rumusan masalah yaitu sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui bentuk-bentuk aktivitas konselor islam dalam mengatasi kecemasan lansia di Panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta.
2. Untuk mengetahui faktor pendukung dan penghambat aktivitas konselor islam dalam mengatasi kecemasan lansia di Panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta.

E. Kegunaan Penelitian

1. Agar dapat menambah pengetahuan, wawasan dan sumbangan pemikiran dalam hal fungsi, tugas, dan bimbingan konselor di Panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta.
2. Agar kecemasan para lansia yang terjadi di Panti Werdha Budhi Dharma dapat diketahui faktor-faktor penyebabnya kemudian dapat dicarikan alternatif dalam mengatasinya.
3. Sebagai masukan para pembimbing/konselor islam di Panti Werdha Budhi Dharma tersebut khususnya dalam peranan konselor dalam mengatasi kecemasan lansia, sehingga kehidupan para lansia di Panti Werdha Budhi Dharma dapat berjalan dengan tenang dan bahagia.

F. Kerangka Teoritik

1. Tinjauan Konselor Islam

a. Pengertian

Yang dimaksud dengan konselor adalah

- 1) Orang yang mempunyai kewenangan dalam memberikan bimbingan dan memberikan konseling.⁷
- 2) Individu yang ahli, terlatih dan mau memberikan bantuan terhadap konseli (klien).⁸
- 3) Individu yang memberikan (*to obtain counsel*), anjuran (*to give counsel*), nasehat (*to take counsel*).⁹
- 4) Orang yang memiliki pemahaman terhadap individu (klien) memiliki pemahaman yang dimaksud di sini bukan berarti konselor mengerti batin klien sebagaimana mengerti isi suatu bacaan, mempunyai tenaga paranormal, akan tetapi pemahaman yang diperoleh konselor dari observasi, catatan konferensi dan dari hasil-hasil tes yang tersedia sebagai bahan pemahaman, dan pemahaman juga dapat diperoleh dari rasa empati konselor terhadap klien yaitu dengan merasakan perasaan klien, harapan,

⁷ Syamsudin, *Op.Cit.*, hlm. 18.

⁸ Yusuf Gunawan, *Pegantar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama, 1992), hlm. 41.

⁹ M. Hamdani Bakhran Adz-Dzaky, *Psikoterapi dan Konseling Islam*, (Yogyakarta : Fajar Pustaka Baru, 2001), hlm. 127.

keinginan, frustrasi, ketakutan, pembelaan diri, dan kecemasan-kecemasannya.¹⁰

5) Menurut Eisenbeg dan Delaney (1997) konselor adalah :

- a) Orang yang sangat trampil mendapatkan keterbukaan. Melalui perilaku dan didasari pandangan mengenai orang lain, mereka mampu berkomunikasi secara terbuka dan jujur dengan klien.
- b) Orang yang mampu membangkitkan rasa percaya, kredibilitas, dan keyakinan dari orang-orang yang mereka Bantu (klien), sehingga klien merasakan bahwa "tetaplah di sini " tempat pengungkapan perasaan dan permasalahan mereka secara terbuka.
- c) Orang yang mempunyai wawasan luas sehingga dalam mengambil keputusan mereka banyak mempertimbangkan mengenai tindakan, perasaan, komitmen nilai-nilai dan motivasi-motivasi bagi tindakan mereka.
- d) Orang yang mampu menghargai orang-orang yang mereka Bantu dan berkomunikasi dengan hati-hati. Menghargai, berarti mereka percaya bahwa orang yang dibantu mampu belajar, mengatasi, hambatan pertumbuhan, dan berkembang menjadi individu matang yang mampu bertanggungjawab dan percaya diri.

¹⁰ Andi Mappiare AT, *Pengantar Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada, 1996), hlm. 110.

- e) Orang yang mampu mempunyai pengetahuan khusus dalam beberapa bidang keahlian yang mempunyai nilai bagi orang tertentu yang akan dibantu.
- f) Orang yang mampu memahami bukannya menghakimi tingkah laku orang yang dibantu.
- g) Orang yang mempunyai nalar secara sistematis dan berfikir dengan pola sistem, yaitu suatu sistem yang merupakan kesatuan organisasional dimana tiap komponen berhubungan satu sama lain membentuk sebagai suatu keseluruhan.
- h) Orang yang mempunyai pandangan mutakhir dan memiliki wawasan luas terhadap peristiwa-peristiwa yang berkenaan dengan manusia.
- i) Orang yang mempunyai kemampuan mengidentifikasi pola tingkah laku yang merusak diri (self-defeating) dan membantu orang lain untuk berubah dari tingkah laku merusak diri ke pola-pola tingkah laku yang secara pribadi lebih memuaskan.¹¹

Dari pengertian konselor diatas dapat disimpulkan bahwa konselor adalah orang yang mempunyai keahlian dan ketrampilan khusus dalam bidang konseling sehingga ia mempunyai wewenang membantu klien dalam mencegah dan memecahkan masalah yang sedang dihadapinya.

¹¹ *Ibid.* hlm. 130.

b. Tujuan Konselor

Tujuan-tujuan konselor dalam konteks konseling merupakan pantulan dari falsafah selaku dasar pijak tiap-tiap konselor.

Tujuan yang ingin dicapai oleh seorang konselor adalah perubahan dalam diri klien baik dalam bentuk pandangan, sikap, sifat-sifat maupun ketrampilan yang lebih memungkinkan klien apat menerima dan mewujudkan dirinya secara optimal sebagai individu yang memiliki pribadi yang mandiri.¹²

Menurut S. Narayana Rao bahwa konselor mempunyai tujuan memahami tingkah laku, motivasi dan perasaan para konseli. Menurut beliau tujuan konselor tidak terbatas memahami klien, akan tetapi konselor memiliki tujuan yang berbeda-beda menuru berbagai tingkah kemanfaatan.

Adapun tujuan sesaat konselor adalah agar klien mendapatkan kelegaan, sedangkan tujuan jangka panjangnya adalah klien menjadi pribadi yang bermakna penuh. Wujud dari tingkah jangka panjang menurut beliau adalah sebagai berikut :

- 1) To help to counselee become self-actualizing.
- 2) To help to counselee attain self-realization.
- 3) To help the counselee become a fully functioning person.

¹² Soli Abimansy dan Thayeb Manrihu, *Teknik dan Laboratorium Konseling*, (Jakarta : B3PTKSM, 1996), hlm. 37.

Jadi tujuan akhir dari konselor itu adalah : "aktualisasi diri", "penerimaan diri", dan "pemahaman diri".¹³

Menurut Shertzer dan Stone (1974) tujuan dari konselor dan konseling adalah sebagai berikut :

- 1) Perubahan tingkah laku (*behavioral change*), yaitu perubahan sebagai suatu tujuan khusus terhadap prustasi ataupun perubahan-perubahan sikap terhadap orang lain atau terhadap diri sendiri.
- 2) Memperoleh kesehatan mental yang positif (*positive mental health*), ini merupakan tujuan konselor yang efektif, karena jika mental sehat dicapai maka individu memiliki integrasi, penyesuaian dan identifikasi positif terhadap orang lain. Disini individu dapat belajar menerima tanggung jawab, jadi mandiri dan mencapai integrasi tingkah laku.
- 3) Pemecahan masalah (*problem resolution*), tujuan dari konselor adalah untuk memberikan pemecahan solusi pemecahan (solusi).
- 4) Keefektifan pribadi (*personal effectiveness*), adapun yang dimaksud dengan pribadi yang efektif menurut Blocher (1966) disini adalah :

¹³ Andi Mappiare AT. *Op. Cit.* hlm. 44

- a) Pribadi yang tampak menyelaraskan diri dengan cita-cita, memanfaatkan waktu dan tenaga dan bersedia mengambil tanggung jawab ekonomi, psikologi dan fisik.
 - b) Mempunyai kemampuan (kompetensi) mengenal, merumuskan dan memecahkan masalah-masalah.
 - c) Orang yang demikian tampak relatif ajek (konsisten) dalam menjalani situasi khusus peranannya.
 - d) Pribadi yang efektif dapat berfikir secara kreatif.
 - e) Mampu mengontrol dorongan-dorongan (impuls) dan melakukan respon yang tepat terhadap frustrasi, permasalahan, dan pertentangan.
- 5) Pembuatan keputusan (*decision making*), yaitu pembuatan keputusan oleh konselor mengenai hal-hal penting bagi seorang konseling. Menurut Williamson (1950) yaitu konselor membantu klien memilih tujuan-tujuan dengan tingkat kepuasan tertinggi yang dapat dicapai dalam keterbatasan faktor-faktor lingkungan maupun faktor-faktor pribadi klien. Adapun menurut Reaves (1965) adalah konselor membantu individu mengkaji apa yang perlu dipilih, belajar membuat alternatif-alternatif pilihan, dan selanjutnya menentukan pilihan sehingga pada masa yang akan datang individu dapat mandiri dalam membuat keputusan.¹⁴

¹⁴ *Ibid.* hlm. 50

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa pada dasarnya tujuan yang ingin dicapai oleh konselor adalah perubahan pada tingkah laku individu sehingga dapat memberikan manfaat baik bagi diri sendiri maupun lingkungan sekitarnya.

c. Tugas-tugas Konselor

Pada dasarnya tugas dan tanggung jawab seorang manusia (konselor) sangat besar dan berat, karena tugas ini merupakan amanat ketuhanan, karena esensi amanat itu sangat besar, luas dan sungguh berat untuk dilaksanakan; akan tetapi seorang konselor nberani menerima amanat itu, walaupun ia memiliki potensi untuk mengingkari amanat itu.

Seorang konselor disebut juga sebagai "KHOLIFAH" (Pengganti), secara esensial adalah pengganti Allah SWT dalam hal menjaikan tugas dan tanggung jawabnya dimuka bumi, yaitu mendidik, menyembuhkan; merawat dan memberdayakan seluruh ciptaan-Nya agar bermakna di muka bumi dan langit, di dunia hingga akhirat.¹⁵

Allah SWT berfirman :

وإذ قال ربك للملائكة إني جاعل في الأرض خليفة قالوا أتجعل فيها من يفسد فيها ويسفك الدماء ونحن نسبح بحمدك ونقدس لك قال إني أعلم ما لا تعلمون {البقرة: ٣٠}

Artinya :

"Dan telah berfirman Tuhanmu kepada Malaikat :

Sesungguhnya aku akan menjadikan seorang kholifah dimuka bumi.

Mereka (para Malaikat) berkata : apakah engkau akan menjadikan

¹⁵ M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky. *Op. Cit.* hlm. 66

dimuka bumi ini orang yang akan berbuat kerusakan dan menumpahkan darah di atasnya, padahal kami senantiasa bertasbih dengan memuji-Mu dengan mensucikan-Mu ? Allah berfirman : sesungguhnya aku lebih mengetahui apa-apa yang kalian tidak ketahui". (QS. Al- Baqoroh, 2 :30)¹⁶

Untuk memberikan bantuan dan mengampuni permasalahan yang efektif pada klien dalam proses bimbingan dan konseling, maka seorang konselor diharapkan memiliki ketrampilan yang sesuai dengan tugas pokoknya. Adapun tugas-tugas konselor tersebut sebagai berikut:

- 1) Mendekati klien mendekati masalahnya, artinya membantu klien mengenali pusat perhatian mereka melalui poses klarifikasi situasi masalah. Untuk itu seorang konselor harus memiliki ketrampilan empati yang akurat. Yaitu kemampuan yang akurat dan merasakan dunia klien, klien harus yakin bahwa konselor mendengarkan keluhan dirinya dengan sungguh-sungguh sehingga memahami perasaan dan keadaannya.¹⁷
- 2) Mengukur dan mengidentifikasi masalah, yaitu dapat disentuh dengan jalamn membantu klien menemukan kekuatan dan kelemahan dirinya.
- 3) Membantu klien mengembangkan prespektif baru, yaitu : membantu klien melihat dirinya sendiri, sehingga dapat melihatnya yang sebenarnya ingin mereka lakukan.

¹⁶ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Jakarta : Proyek Pengadaan Kitab suci Al-Qur'an), hlm.974.

¹⁷ M.D. Dahlan, *Latihan Pemberian Konseling Seni Memberikan Bantuan*, (Jakarta : P2LPTK, 1987), hlm.14.

- 4) Merumuskan tujuan, dengan cara membantu individu (klien) mewujudkan dirinya dalam menentukan pokok permasalahan dan pemecahannya.¹⁸
- 5) Memberikan garis-garis kebijaksanaan umum mengenai kegiatan bimbingan dan konseling.
- 6) Membantu individu memahami dan mengadakan penyesuaian kepada diri sendiri dan lingkungannya yang semakin lama semakin berkembang.
- 7) Menyelenggarakan pembicaraan kasus.
- 8) Mengevaluasi hubungan klien dengan individu lain, dilihat dari frekuensi pergaulan, intensitas pergaulan dan popularitas pergaulan.¹⁹
- 9) Bertanggung jawab tentang keseluruhan pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling.
- 10) Dalam proses bimbingan dan konseling, konselor mengumpulkan, menyusun dan mempergunakan informasi yang dibutuhkan oleh klien.²⁰
- 11) Memimpin dirinya, dan orang disekitarnya agar dapat mengembangkan serta memberdayakan mereka agar dapat mengembangkan kehidupan yang hidup dan saling menguntungkan manfaat dan keseimbangan.

¹⁸ *Ibid*, hlm.7.

¹⁹ Sugi Hartono, *Pokok-Pokok Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Yogyakarta : IKIP, 1982), hlm.3.

²⁰ Abu Ahmadi dan Ahmad Rohani, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta : PT. Rineka Cipta,1991), hlm. 50.

- 12) Mendidik dirinya dan lingkungan secara proporsional dan professional sehingga menjadi sumber energi kehidupan yang potensial dimanapun dan kapanpun.
- 13) Menyembuhkan dan mencari solusi bagi dirinya dan lingkungannya dari berbagai proplem dalam kehidupan, sehingga kehidupannya senantiasa terpelihara dengan baik dan benar.
- 14) Melakukan pengawasan, penjagaan dan perawatan dari penyimpangan-penyimpangan dan gangguan terhadap semua aspek kehidupannya.²¹

Mengingat pentingnya tugas yang diemban oleh seorang konselor, dimana seorang konselor dalam menjalankan tugas-tugasnya diharapkan mampu melakukan peranan yang berbea-beda pada situasi tertentu. Kadang-kadang seorang konselor harus berperan sebagai seorang teman dan pada situasi lain berperan sebagai pembangkit semangat dan peran lain yang dituntut oleh klien dalam proses konseling. Hal seperti ini dimaksudkan agar dalam proses konseling tidak ditemukan situasi yang menegangkan sehingga bimbingan dan konseling dapat berjalan dengan baik.²²

d. Syarat-syarat Konselor

Seorang dapat dikatakan sebagai seorang pembimbing (konselor) dalam bimbingan dan konseling, apabila ia telah memenuhi syarat-

²¹ M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Op. Cit.*, hlm. 72.

²² Abu Ahmadi dan Ahmad Rohani, *Op. Cit.*, hlm. 55.

syarat sebagai seorang pembimbing, maksudnya adalah supaya seorang konselor dapat menjalankan tugasnya dengan sebaik-baiknya.

Adapun syarat-syarat tersebut adalah sebagai berikut :

- 1) Seorang konselor harus mempunyai pengetahuan yang cukup luas, baik dari segi teoritik maupun dari segi praktik. Dari segi teori adalah perlu dan penting karena segi ini merupakan landasan didalam praktik. Sedangkan dalam segi praktik perlu dan penting, karena bimbingan dan penyuluhan "*applied science*" yaitu ilmu yang harus diterapkan dalam praktik sehari-hari.

Dalam segi psikologi, seorang konselor akan dapat mengambil tindakan yang bijaksana jika konselor sudah cukup dewasa dalam segi psikologinya, yaitu adanya kemantapannya atau kestabilan dalam segi psikologinya, terutama dalam segi emosi dan nafsunya. Mengambil suatu tindakan proses rangkaian kegiatan, menganalisis berbagaifakta, informasi, data yang akhirnya sampai pada suatu kesimpulan yang dinilai paling baik dan tepat.²³

يادود إنا جعلناك خليفة في الأرض فاحكم بين الناس بالحق
ولا تتبع الهوى فيضلك عن سبيل الله إن الذين يضلون عن
سبيل الله لهم عذاب شديد بما نسوا يوم الحساب
{ص: ٢٦}

²³ Hadari Nawawi, *Kepemimpinan Menurut Islam*, (Yogyakarta : UGM, 2001), hlm. 65.

Artinya:

*"Hai Daud, sesungguhnya kami menjadikanmu kholifah di muka bumi, maka berilah keputusan perkara diantara manusia dengan adil, dan janganlah kamu mengikuti hawa nafsu, karena ia akan menyesatkan kamu dari jalan Allah". (QS. Shaad: 26).*²⁴

- 2) Seorang konselor harus sehat jasmani maupun fisiknya, karena apabila jasmani dan psikisnya tidak sehat, hal ini akan mengganggu tugasnya.
- 3) Seorang konselor harus mempunyai kecintaan terhadap pekerjaannya dan juga terhadap anak atau individu yang di hadapinya, sikap ini akan membawa kepercayaan dari individu. Tanpa adanya kepercayaan dari klien tidaklah mungkin konselor akan dapat menjalankan tugasnya dengan baik.
- 4) Seorang konselor harus mempunyai inisiatif yang cukup baik sehingga dengan demikian dapat diharapkan adanya kemajuan di dalam usaha bimbingan dan konseling ke arah keadaan yang lebih sempurna.
- 5) Seorang konselor harus bersikap supel, ramah tamah, sopan santun di dalam segala perbuatannya sehingga konselor akan mendapatkan teman yang sanggup bekerja sama dan memberikan bantuan secukupnya untuk kepentingan individu (klien).
- 6) Seorang konselor diharapkan mempunyai sifat-sifat yang memungkinkan konselor dapat menjalankan prinsip-prinsip

²⁴ Departemen Agama RI, *Op. Cit.* hlm. 736.

serta kode etik dalam bimbingan dan konseling dengan baik.²⁵

Adapun kode etik yang dimaksud adalah seperti kerahasiaan, kesukarelaan dan normatif maksudnya adalah usaha pemberian bantuan itu harus di dasarkan pada norma-norma yang berlaku di mana bimbingan itu dilaksanakan.²⁶ Kode etik perlu bagi konselor agar konselor tetap dapat menjaga standar mutunya dan status profesinya dalam batas-batas yang jelas, sehingga dapat terhindar dari kemungkinan penyimpangan-penyimpangan tugas oleh mereka.²⁷

- 7) Seorang konselor harus memiliki pemahaman terhadap orang lain secara baik dan simpatik.
- 8) Seorang konselor harus mempunyai kemampuan untuk bekerja sama dengan orang lain secara baik dan lancer.
- 9) Seorang konselor harus memahami batas-batas kemampuan yang ada pada diri sendiri.
- 10) Memiliki minat yang mendalam mengenai individu, dan berkeinginan sungguh-sungguh untuk memberikan bantuan kepada mereka.
- 11) Memiliki kedewasaan pribadi, spiritual, mental, dan fisik sosial.²⁸

²⁵ Bimo Walgito, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Yogyakarta : Andi Offset, 1995), hlm. 30-31.

²⁶ Prayitno, *Profesionalisasi Konseling dan Pendidikan Konselor*, (Jakarta : P2LPTK, 1981), hlm. 65.

²⁷ Sugi Hartono, *Op.Cit.*, hlm.95.

²⁸ Abu Ahmadi dan Ahmad Rohani, *Op. Cit.*, hlm.55.

Sedangkan menurut Prayitno syarat-syarat konselor adalah sebagai berikut :

- 1) Seorang konselor harus bersikap wajar dan patut dicontoh oleh klien.
- 2) Seorang konselor harus mempunyai emosi yang stabil sehingga dapat memberikan kesejukan terhadap suasana bimbingan.
- 3) Seorang konselor harus bersikap mandiri, karena konselor pun mengendaki kliennya mandiri.
- 4) Seorang konselor harus mawas diri sendiri, lingkungan dan orang lain. Mawas diri dari lingkungan, akan menjadikan ia lebih arif dan bijaksana. Mawas diri terhadap orang lain akan memungkinkannya menerima orang lain di samping kelemahan-kelemahannya.
- 5) Seorang konselor harus mempunyai keberanian dan kesiapan yang matang, terutama kesiapan dalam membuka diri dan kesiapan dalam memperkecil kemungkinan resiko kegagalan seminimal mungkin.
- 6) Seorang konselor diharapkan mempunyai inteligensi tinggi, karena orang yang berinteligensi tinggi akan mampu memikirkan dan mengelola yang dapat dimanfaatkan orang lain untuk mengubah tingkah lakunya.

- 7) Seorang konselor diharapkan dapat menalar dengan baik, karena akan dapat menalar berbagai gagasan yang bermanfaat.²⁹

2. Tinjauan Tentang Kecemasan

a. Pengertian kecemasan

Kecemasan dapat didefinisikan sebagai manifestasi dari berbagai proses emosi yang bercampur baur yang terjadi ketika orang sedang mengalami tekanan perasaan (frustasi) dan pertentangan (konflik). Lebih lanjut dikatakan bahwa kecemasan itu mempunyai segi yang disadari seperti: cemas, takut, terkejut, tidak berdaya, rasa berdosa atau bersalah, terancam dan sebagainya. Adapaun segi-segi yang terjadi di luar kesadaran atau tak jelas, seperti orang merasa takut tanpa mengetahui sebabnya ia menjadi cemas dan tidak bias menghindari perasaan yang tidak menyenangkan itu.³⁰

Branea dalam Erina mengatakan bahwa kecemasan merupakan respon terhadap obyek yang tidak jelas, bersifat umum dan berhubungan dengan masa yang akan datang. Kecemasan yang terlalu besar akan mewujudkan dalam perilaku neurotik dan psikis.³¹

Rogers dalam Erina menjelaskan bahwa kecemasan merupakan perasaan subyektif yang mempunyai reaksi terhadap pengalaman yang tidak mengenakkan diri. Apabila pengalaman tersebut dan

²⁹ Prayitno, *Op. Cit.*, hlm. 9-10.

³⁰ Zakiah Doradjat, *Kesehatan Mental*, Cet 9, (Jakarta :Gunung Agung, 1976), hlm. 27.

³¹ Erina Bidari S, *Hubungan antara tingkat Shalat dengan Kecemasan terhadap neurotic pada Remaja yang beragama Islam*, Skripsi, 1989 (tidak di terbitkan, yang khusus Fakultas Psikologi UGM Yogyakarta), hlm. 8.

disimbolisasikan dan dimasukkan ke dalam ketidaksadaran dapat menyebabkan konsep diri dari individu berubah.³² Lain halnya dengan Hael dalam Winengku yang mendefinisikan kecemasan sebagai suatu pengalaman perasaan yang menyakitkan yang ditimbulkan oleh ketegangan-ketegangan.³³ Ini adalah akibat dorongan-dorongan dari dalam atau dari luar dan dikuasai oleh susunan urat syaraf otonom. Misalnya kalau seseorang menghadapi keadaan yang berbahaya hatinya akan berdebar-debar, urat nadinya berdenyut lebih cepat, bernafas lebih pesat, mulut menjadi kering dan telapak tangannya berkeringat.

Beberapa pendapat para ahli tersebut tentang kecemasan dapat ditarik kesimpulan bahwa kecemasan merupakan manifestasi dari proses emosi yang bercampur baur ketika ia mengalami tekanan perasaan dan pertentangan di mana hal ini ditimbulkan oleh ketegangan-ketegangan akibat dari dorongan-dorongan dari dalam atau dari luar dan dikuasai oleh susunan urat syaraf otonom.

b. Bentuk-bentuk kecemasan

Menurut Horney dalam Erina membedakan kecemasan menjadi dua yaitu :

³² *Ibid.*, hlm. 8.

³³ Winengku Retno H, Hubungan antar Tingkat Religiusitas Dengan Kecemasan Terhadap Kematian Pada Usia Lanjut. Skripsi, 1999 (tidak di terbitkan, yang khusus Fakultas Psikologi UMS, hlm. 52.

1) Basic Anxiety

Basic Anxiety merupakan perasaan terasing dan tidak berdaya di dalam lingkungan yang dirasa memusuhinya. Kecemasan ini timbul apabila individu dalam berhubungan dengan dunia luas guna mengembangkan potensi-potensi yang dimiliki terganggu, terhalang atau terancam.

2) Manifest Anxiety

Manifest Anxiety adalah apabila individu mengadakan reaksi terhadap hal-hal yang mengancam dirinya. Manifest Anxiety tidak selalu disadari oleh individu, ada kemungkinan ditekan.³⁴

Gilmer dalam Erina membedakan kecemasan menjadi dua yaitu :

1) Kecemasan normal

Kecemasan normal adalah kecemasan yang derajatnya masih ringan, merupakan suatu reaksi yang berperan sebagai pendorong ketika seseorang merasa tidak berdaya dalam memecahkan masalah. Kecemasan ini mendorong untuk belajar, untuk mengatasi masalah dan membantu seseorang untuk melawan dorongan hati yang ingin melarikan diri dari masalahnya.

2) Kecemasan Abnormal

Kecemasan Abnormal merupakan kecemasan yang sudah kronis, disebabkan oleh tekanan-tekanan karena adanya konflik internal. Berbagai macam tekanan tersebut membuat perasaan dan

³⁴ Erina Bidari S, *Op. Cit.* hlm.13.

tingkah laku tidak berfungsi secara efisien dan selanjutnya dengan menjadi panik.³⁵

Kecemasan tersebut merupakan cermin dari ketidakmampuan dan ketidakpercayaan diri. Cara mengatasi kecemasan ini individu harus berfikir rasional sehingga ia terlepas dari pikiran-pikiran realitis. Dengan berfikiran rasional, individu dapat memandang masa depan dengan lebih cerah.

Manusia adalah makhluk yang unik. Masing-masing individu mempunyai perbedaan sikap, tingkah laku dan pola berfikir. Perbedaan-perbedaan ini dapat menyebabkan individu satu dengan individu lain mendapat kesulitan dalam berhubungan dengan orang lain. Kesulitan dalam berhubungan dengan individu lain apabila diatasi dengan cara menghindar atau menarik diri dari pergaulan sosial dapat menimbulkan perasaan kosong dan tiada bermakna dalam hidupnya. Di dalam masyarakat modern, individu-individu cenderung mulai individualistis dan untuk mendapatkan sesuatu mereka bersaing ketat. Keadaan tersebut juga dapat menyebabkan individu semakin mempunyai perasaan kosong dan tiada bermakna apabila mereka tidak mempunyai kemampuan untuk menyesuaikan diri. Dalam kehidupan sehari-hari wajarlah kalau individu berbuat kesalahan dan melanggar larangan agama. Pada individu-individu tertentu ada yang mempunyai kecenderungan, kecemasan karena perasaan bersalah atau kutukan

³⁵ Erina Bidari S, *Op.Cit.*, hlm. 15

lebih besar. Mereka umumnya mempunyai perasaan moral yang sangat tinggi dan sangat sensitif. Kecemasan ini tentu saja sangat mengganggu individu dalam menjalani hidup.

Sedangkan Tillich dalam Wibisono yang membagi kecemasan menjadi tiga yaitu : 1) kecemasan terhadap nasib dan kematian, 2) kecemasan terhadap rasa kosong dan tak bermakna, 3) bersalah dan kutukan.³⁶

Banyak orang yang mempunyai kecemasan terhadap nasib dan kematian. Kecemasan terhadap nasib, misalnya takut miskin, takut tidak mendapatkan pekerjaan, takut tidak akan bahagia dengan keluarga kelak.

c. Faktor penyebab timbulnya kecemasan

Steiner dan Gebster dalam Erina menyatakan bahwa penyebab kecemasan itu bermacam-macam, misalnya takut menjadi sakit dan tua, mati, tidak mempunyai tempat tinggal, kehilangan kekayaan, tidak mendapat penyaluran sosial dan krisis ekonomi dan politik, dan sebagainya.³⁷

Freud dalam Erina menyatakan bahwa kecemasan dapat timbul akibat kegagalan, adanya perasaan takut akan ancaman bahaya, pengalaman traumatis yang menjadi dasar-dasar bagi perkembangan ketakutan-ketakutan.³⁸ Selanjutnya Martaniah menambahkan dan

³⁶ Arif Wibisono Adi, *Hubungan Shalat dengan Kecemasan*, (Jakarta : Studio Press, 1994), hlm. 34.

³⁷ Erina Bidari S, *Op.Cit.*, hlm. 17.

³⁸ *Ibid.*, hlm. 17.

kemudian karena ketakutan itu ditekan sehingga berakibat timbulnya kecemasan.³⁹

Ada beberapa hal yang mempengaruhi seseorang mengalami kecemasan antara lain faktor : 1) Internal, 2) Interpersonal, 3) Sosial.

Sullivan dalam Erina menyatakan bahwa kecemasan dimasa dewasa timbul akibat kehilangan harga diri dimata orang lain.⁴⁰

Menurut Tillich dalam Wibisono obyek satu-satunya dari kecemasan adalah perasaan terancam itu sendiri karena sumber perasaan terancam itu adalah *nothingness*. Sesuatu yang tidak dikenal merupakan *non being* yang merupakan lawan kata dari *being*.⁴¹

Mayer dalam Erina menjelaskan bahwa neurotis akibat ketidakmampuan individu mengembangkan kecakapan untuk mengatasi permasalahan sehingga mudah diserang kecemasan.⁴²

Klein Muntz dalam Erina menyatakan bahwa kecemasan dapat timbul akibat tinggal di masyarakat yang mobilitasnya dan tingkat persaingannya tinggi.⁴³

d. Manifestasi Kecemasan

Hal yang dapat dipakai untuk mengidentifikasi adanya kecemasan yaitu dengan melihat manifestasi kecemasan. Manifestasi kecemasan ada beberapa bentuk, yaitu : Psikologis, Fisiologis dan Sosial.

³⁹ Martaniah S.M, *Penyelidikan Kebutuhan-kebutuhan Psikologi Remaja di Daerah Istimewa Yogyakarta*, (Lapangan Penelitian Yogyakarta, UGM), hlm.10.

⁴⁰ Erina Bidari , *Op.Cit.*, hlm. 17.

⁴¹ Arif Wibisono A, *Op.Cit.*, hlm. 33-34.

⁴² *Ibid*, hlm. 17.

⁴³ Erina Bidari S, *Op.Cit.*, hlm. 18.

Menurut Cettel dalam Erina bahwa orang yang mengalami kecemasan merasa tidak dapat mengontrol dorongan, tidak menemukan kepuasan, merasa tidak berdaya, kepribadian kurang terintegrasi, tidak yakin pada diri sendiri, menolok kritik dari orang lain, nilai moral yang tetanam tinggi.⁴⁴

Murray dalam Erina menerangkan bahwa tanda-tanda orang yang mengalami kecemasan yaitu gemetar, pucat, gagap dan sering salah bicara.⁴⁵

Menurut Gebster dan Stainer dalam Erina bahwa orang yang mengalami kecemasan merasa tidak mempunyai waktu, hidupnya dibatasi waktu mekanis, sering mimpi buruk, kehilangan keseimbangan, perut kram dan pusing.⁴⁶

Menurut Branca dan kawan-kawan dalam Erina bahwa orang yang mengalami kecemasan akan merasa tidak bahagia, tegang, selalu khawatir, ketika menghadapi masalah tidak tahu apa yang harus dilakukan, takut terhadap yang akan masa datang, mengalami gangguan penyesuaian, melihat diri kurang mampu dibandingkan orang lain, merasa kurang berharga dan merasa gagal sebelum melakukan sesuatu.⁴⁷

Gilmer dalam Erina menguraikan bahwa individu yang mengalami kecemasan akan mengalami perubahan fisiologis, antara lain : sakit

⁴⁴ *Ibid.*, hlm. 18.

⁴⁵ *Ibid.*, hlm. 18.

⁴⁶ Erina Bidari S, *Op.Cit.*, hlm. 18.

⁴⁷ *Ibid.*, hlm. 19.

kepala, punggung, perut, tidak dapat konsentrasi atau berfikir dan merasa lelah sepanjang waktu.⁴⁸

Sedang Meyer dalam Erina menyatakan bahwa individu yang mengalami kecemasan akan merasa takut, merasa ada bahaya didekatnya, merasa diluar control, detak jantung cepat, tekanan darah tinggi dan dada atau tenggorokan sesak dan sulit bernafas.

Melihat uraian diatas semakin menambah keyakinan bahwa masalah yang menimbulkan kecemasan harus dihadapi dan diselesaikan agar individu merasa hidup bahagia.

3. Tinjauan Tentang Lansia

a. Pengertian Lansia

Sejak manusia mencapai dewasa, sebenarnya proses penuaan itu sudah mulai berlangsung. Sebenarnya belum ada kesepakatan siapa yang disebut golongan lansia(lanjut usia). Banyak ahli yang membagi orang tua berdasarkan umur, tetapi ada juga ahli yang membagi orang tua berdasarkan sikap dan tingkah lakunya. Menurut H.S Fritsch mengatakan : umur tua seseorang ditentukan oleh kualitas akal budi orang itu.⁴⁹

WHO mematok batas usia yang termasuk golongan manusia lanjut usia ialah 60 tahun keatas.⁵⁰

⁴⁸ Erina Bidari S, *Op.Cit.*, hlm. 19.

⁴⁹ Dr. Oswari, *Menyongsong Usia Lanjut Dengan Bugar dan Bahagia*, (Jakarta : Sinar Harapan, 1997), hlm. 16.

⁵⁰ Arcole Margatan, *Kiat Hidup Sehat Bagi Lansia*, (Solo : CV. Aneka, 1996), hlm. 11.

Sedangkan menurut Benice Nekgarden yang disebut lansia muda yaitu orang yang berumur antara 55-75 tahun dan lansia tua yaitu mereka yang berumur lebih dari 75 tahun. Kemudian Levinson membagi lagi orang-orang lansia muda menjadi tiga kelompok yaitu : orang lansia peralihan awal (50-55 tahun), orang lansia peralihan menengah (55-60 tahun) dan orang lansia peralihan akhir (60-65 tahun). Untuk menentukan seseorang itu tergolong lansia atau tidak, selain faktor umur masih perlu diperhatikan pula faktor kesehatan tubuh, faktor psikologis, faktor sosial dan lingkungan yang dialami seseorang.⁵¹

Faktor kesehatan tubuh dapat dilihat dari penampilan, tegangan kulit, warna rambut apa telah berubah, bagaimana kekuatan otot dan bagaimana pendengaran dan ketajaman mata seseorang. Faktor psikologis dapat ditinjau dari sikap seseorang, apakah dia sendiri sendiri telah merasa tua atau merasa masih muda dan masih bersemangat dalam menjalani pekerjaan sehari-hari, cara ia menghadapi masalah, kesanggupan mental menentukan pula apakah orang itu termasuk lansia, sehingga kegiatannya menurun.

Anggapan umum mengatakan lansia tidak dapat berfikir jernih, orang yang berkulit keriput, rambut putih dengan uban, sering sakit-sakitan, pendengaran kurang, mudah lupa, bahkan terkadang linglung atau pikun dengan disertai sifat kekanak-kanakan sebenarnya tidak

⁵¹ Dr. Oswari, Op Cit. hlm 9-10.

seluruhnya benar, karena keadaan demikian tergantung dari pemeliharaan kesehatan yang didapati seseorang. Banyak lansia dapat hidup tanpa tergantung pada orang lain dan masih aktif serta bahagia.

b. Ciri-ciri Lansia

Lansia adalah merupakan suatu proses alam, yang tidak dapat dihindarkan dan merupakan ketentuan dari Allah, sehingga setiap orang pada saatnya nanti akan mengalaminya. Pada masa ini akan tampak tanda-tanda kelemahan seseorang yakni mengalami kemunduran-kemunduran fisik, mental dan sosial.

Proses penuaan itu dipengaruhi oleh faktor keturunan, gizi, mental dan pekerjaan sehari-hari, bukan merupakan gejala satu penyakit namun merupakan sinyal berkurangnya kemampuan tubuh dalam proses-proses adaptasi dalam memperhatikan kestabilan fungsi organ-organnya terhadap rangsangan dari dalam maupun dari luar tubuh itu sendiri.⁵² Adapun ciri-ciri lansia selain dari sikapnya pelupa, ingin menang sendiri, mudah tersinggung, merasa tidak bermanfaat dan sulit untuk menerima bimbingan, juga dapat dilihat dari berbagai segi yaitu: pada perubahan segi fisik dan segi sosial.⁵³

a) Perubahan segi fisik

Perubahan-perubahan segi fisik menyangkut perubahan segi anatomis maupun fungsi alat tubuhnya, misalnya penglihatan berkurang, berkurangnya sel-sel pendengaran, tulang-tulang

⁵² Arcole Margatan, Op. Cit., hlm. 13

⁵³ Wahyudi Nugroho, *Orang Berusia Lanjut Perlu Perawatan, Nasehat Perkawinan dan Keluarga*, No. 230 (Agustus 1991), hlm. 20.

menjadi rapuh, pada wanita berhenti haid (menopause), kulit berubah menjadi lemas (berkeriput), kehilangan cahaya, gigi mulai tanggal dan gusi menyusut dan pada pria umumnya terjadi perontokan rambut, frekuensi denyut jantung menurun.⁵⁴

b) Perubahan segi sosial

Seseorang memang penting bagi kepribadiannya. Didalam pekerjaan status tertentu mempunyai akibat yang membawa suatu citra tertentu, perubahan status sosial juga akan membawa akibat bagi yang bersangkutan seperti mereka mereka yang memasuki masa pensiun, sehingga status sosialnya berkurang serta tingkat penghasilannya rendah dan hubungan relasi semakin sempit, bila mereka kurang menerima kenyataan ini akan berakibat tidak mau tahu dengan tetangganya, teman sebaya dan senang menyendiri malahan sampai mau mengurung diri sampai tidak mau ikut kegiatan masyarakat. Keadaan yang demikian jelas tidak menguntungkan bagi perkembangan jiwa lanjut usia (lansia).

Menjadi tua merupakan sebagian kehidupan dan perkembangan tubuh, ibarat kita menghendaki gunung sampai di puncaknya pada suatu saat pasti akan turun, demikianlah proses menua itu terjadi merupakan jalan menurun dari puncak kehidupan. Mengenai kehidupan keagamaan bagi manusia lanjut usia ciri-cirinya adalah sebagai berikut :

⁵⁴ Marcom Hardy dan Steve Heyes, *Pengantar Psikologi*, (Jakarta : Erlangga, 1988), hlm. 182.

- a) Kehidupan keagamaan pada lanjut usia sudah mencapai tingkat kematangan.
- b) Meningkatnya kecenderungan untuk menerima pendapat keagamaan.
- c) Mulai muncul pengakuan terhadap realitas tentang kehidupan akhirat secara lebih bersungguh-sungguh.
- d) Setiap agama cenderung mengarah kepada kebutuhan saling cinta antar sesama manusia serta sifat-sifat luhur.
- e) Timbul rasa takut kepada kematian yang meningkat sejalan dengan pertambahan lanjut usianya.
- f) Perasaan takut kepada kematian ini berdampak pada peningkatan pembentukan sikap keagamaan dan kepercayaan terhadap kehidupan yang abadi (akhirat).⁵⁵

Aspek sosial itu bisa mendorong bagi lansia berminat dalam agama karena mereka memiliki harapan-harapan untuk diterima dan diakui sebagai kelompok masyarakat. Akan tetapi alasan-alasan semacam setatus sosial atau rasa malu tentu saja bukanlah satu-satunya alasan mengapa mereka sangat berminat agama.

4. Aktivitas Konselor Islam dalam Mengatasi Kecemasan Lansia

Dengan memperhatikan sebab-sebab kecemasan lansia serta bentuk-bentuk kecemasan lansia tersebut diatas, maka konselor islam perlu

⁵⁵ Jalaluddin Rahmat, *Psikologi Komunikasi*, (Bandung : PT. Remaja Rosdakarya, 1996), hlm. 100.

menetapkan program kegiatan dalam rangka mengatasi kecemasan lansia dengan tujuan agar supaya :

- a. Kecemasan lansia tidak mengganggu kehidupan lansia di Panti.
- b. Kecemasan tersebut tidak diperbesar sehingga dapat merugikan lansia lainnya yang tinggal di Panti.
- c. Kecemasan tersebut tidak menjadi faktor pengganggu dan penghambat dalam usaha mensejahterakan kehidupan lansia.

Konselor Islam yang nota bene adalah pembimbing tentunya mempunyai kegiatan yang mampu mengubah struktur sosial, dalam hal ini ialah mengantisipasi timbulnya kecemasan lansia, maka kegiatan konselor islam dalam mengatasi kecemasan lansia adalah :

- 1) Membantu lansia mengetahui, mengenal dan memahami keadaan dirinya sesuai dengan hakekatnya, atau memahami kembali keadaan dirinya, sebab dalam keadaan tertentu dapat terjadi lansia tidak mengenal atau tidak menyadari keadaan dirinya yang sebenarnya. Secara singkat dapat dikatakan bahwa konselor islam mengingatkan kembali lansia akan fitrahnya.
- 2) Membantu lansia menerima keadaan dirinya sebagaimana adanya, segi-segi baik dan buruknya, kekuatan serta kelemahannya, sebagai sesuatu yang memang telah ditetapkan Allah SWT, tetapi juga menyadari bahwa manusia diwajibkan untuk berikhtiar, kelemahan yang ada pada dirinya bukan pula untuk membuatnya lupa diri. Dalam satu kalimat, singkat dapatlah dikatakan sebagai membantu lansia tawakkal tau

berserah diri kepada Allah SWT. Dengan tawakkal atau berserah diri kepada Allah SWT berarti meyakini bahwa nasib baik buruk dirinya itu ada hikmahnya yang bias jadi manusia tidak tahu.

- 3) Membantu lansia memahami keadaan (situasi dan kondisi) yang dihadapi saat ini. Kerap kali masalah yang dihadapi lansia tidak di pahami si lansia itu sendiri, atau lansia tidak merasakan/tidak menyadari bahwa dirinya sedang menghadapi masalah.
- 4) Membantu lansia menemukan alternatif pemecahan masalah.
- 5) Membantu lansia mengembangkan kemampuan mengantisipasi masa depan, sehingga mampu memperkirakan kemungkinan-kemungkinan yang akan terjadi berdasarkan keadaan-keadaan sekarang, dan atau memperkirakan akibat yang bakal terjadi manakala sesuatu tindakan atau perbuatan saat ini dikerjakan.

Dengan demikian lansia akan berhati-hati melakukan sesuatu perbuatan atau memilih alternatif tindakan karena sudah mampu membayangkan akibatnya, sehingga kelak tidak akan menimbulkan masalah bagi dirinya dan orang lain.

Dalam hal ini konselor mengadakan pendekatan kepada individu lansia yang mengalami masalah ataupun menerima segala keluhan yang dialami oleh para lansia untuk membantu memecahkan permasalahannya.

Konselor islam dalam melaksanakan kegiatannya dalam mengatasi kecemasan lansia sangat dibantu oleh unsur-unsur lain yang dapat menuntun konselor untuk mencapai tujuan yang diinginkan.⁵⁶

5. Faktor Pendukung dan Penghambat aktivitas konselor islam dalam mengatasi kecemasan lansia

Sebagai seorang konselor islam yang mempunyai kegiatan yang sangat penting dalam upaya mengatasi berbagai permasalahan yang dihadapi lansia, maka sebelumnya perlu diketahui beberapa hal yang sering menjadi pendukung maupun penghambat konselor dalam melaksanakan tugas dan fungsinya.

Adapun hal-hal yang sering dijadikan pendukung dalam menuju kesuksesan konselor islam dalam memberikan bimbingan maupun penyuluhan antara lain :

a. Kondisi klien

Kondisi klien akan sangat mempengaruhi keberhasilan konselor dalam memberikan bimbingan maupun penyuluhan, hal ini dikarenakan akan memudahkan konselor islam dalam memberikan layanan bimbingan yang disesuaikan dengan kondisi klien. Dengan mengetahui kondisi klien maka konselor akan dengan mudah memberikan alternatif penyelesaian untuk mengatasi berbagai permasalahan maupun kecemasan yang dihadapi klien maupun lansia.

⁵⁶ Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling Dalam Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 2001), hlm.37-43.

b. Keberadaan konselor

Dalam proses memberikan bimbingan dan penyuluhan, kemampuan dan keaktifan konselor juga berperan penting dalam menuju keberhasilan bimbingan. Hal ini dikarenakan dengan mempunyai kemampuan serta keaktifan yang lebih maka konselor akan dapat memonitor kondisi klien, sehingga akan dengan mudah dan cepat konselor dalam memberikan solusi terhadap permasalahan yang dihadapi oleh para klien.

c. Keberadaan pimpinan ataupun pengurus

Pimpinan maupun pengurus yang nota bene sebagai pengawas dalam pelaksanaan konseling juga mempunyai peranan dalam menentukan keberhasilan dalam pelaksanaan program. Dengan keberadaan pimpinan maupun pengurus yang ikut berperan aktif dalam mengawasi jalannya program, maka apabila terjadi hal-hal yang dapat menghambat dalam menuju keberhasilan program sebagai seorang pimpinan maupun pengurus harus dapat dengan cepat mengantisipasi hal-hal yang mengganggu kelancaran dalam pelaksanaan program.

Selain faktor pendukung diatas, dalam melaksanakan tugas dan fungsinya sebagai konselor islam tentunya mempunyai berbagai hambatan dalam upaya mengatasi kecemasan lansia. Adapun hambatan-hambatan itu antara lain :

a. Kondisi klien

Selain kondisi klien dapat menjadi faktor pendukung bagi konselor dalam mengatasi kecemasan lansia, kondisi klien juga dapat menjadi penghambat konselor dalam memberikan bimbingan maupun penyuluhan. Misalnya dengan kondisi fisik maupun kondisi kejiwaan klien yang heterogen akan menyulitkan konselor dalam memberikan solusi maupun alternatif penyelesaian terhadap masalah yang dihadapi karena keterbatasan kemampuan yang dimiliki klien.

b. Keberadaan konselor

Keberadaan konselor selain menjadi faktor pendukung juga dapat menjadi faktor penghambat dalam mengatasi kecemasan lansia. Hal ini dapat terjadi apabila tenaga konselor yang ada sangat minim keberadaannya. Dengan keberadaan konselor yang sangat minim akan dapat mengganggu kelancaran dalam pelaksanaan program, karena klien tidak dapat termonitor secara kontinyu, dengan demikian perkembangan serta tingkah laku klien tidak dapat terawasi secara menyeluruh.

G. Metode Penelitian

Metode penelitian yang dimaksud adalah cara-cara yang digunakan dalam usaha untuk mencapai tujuan penelitian. Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Subyek dan Obyek Penelitian

Dalam penelitian kualitatif, subyek (responden) tidak melalui pemilihan secara representatif, tentang sampel yang dipilih berdasarkan tujuan-tujuan tertentu (purposive sampling). Sebagaimana dikatakan Koentjaraningrat bahwa purposive sampling tidak berdasarkan probabilitas melainkan dipilih dengan tujuan tertentu untuk mendeskripsikan suatu gejala sosial atau masalah sosial tertentu.⁵⁷

Jadi dalam penelitian kualitatif pengambilan sampel bukan merupakan jumlah yang mewakili populasinya tetapi pengambilan sampel lebih bersifat selektif. Penelitian ini untuk mengetahui bagaimana aktivitas konselor islam dalam mengatasi kecemasan yang dialami oleh para lansia yang tinggal di Panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta. Oleh karena itu maka sumber data yang digali berasal dari mereka yang mempunyai peranan penting dalam upaya mengatasi kecemasan para lansia yaitu pengurus panti serta konselor yang bertugas memberikan bimbingan di panti. Dengan demikian mereka berkedudukan sebagai subyek dalam penelitian. Sedangkan obyek penelitian ini adalah proses dalam mengatasi kecemasan lansia di Panti Werdha Budhi Dharma

2. Tempat dan Waktu Penelitian

a. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta, dengan alasan:

⁵⁷ Koentjaraningrat, *Metode-metode Penelitian Masyarakat*, (Jakarta : Gramedia, 1986), hlm. 89.

- 1) Panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta merupakan salah satu Panti yang terbaik di bawah Dinas Sosial kota Yogyakarta dalam pelaksanaan program-programnya.
- 2) Keterbukaan dari pihak Panti, sehingga memungkinkan lancarnya dalam memperoleh informasi/data yang berkaitan dengan penelitian.

b. Waktu Penelitian

Sebelum penelitian terlebih dahulu peneliti mengadakan pra survey di Panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta untuk penilaian lapangan agar mendapatkan sebagian data awal mengenai penelitian. Sedangkan waktu yang dibutuhkan untuk penelitian ini terbagi dalam perencanaan dan pelaksanaan. Adapun waktu perencanaan meliputi kegiatan observasi lapangan, penyusunan proposal dan pengurusan perijinan. Sedangkan waktu pelaksanaan meliputi kegiatan selama penelitian di lapangan untuk dilaksanakan mulai bulan Mei sampai dengan bulan Agustus 2005

3. Metode Pengumpulan Data

Ada beberapa metode yang dapat digunakan untuk mengumpulkan data kualitatif. Metode pengumpulan data dalam penelitian kualitatif meliputi metode observasi, wawancara dan dokumentasi. Metode tersebut dapat digunakan tersendiri atau kombinasi dengan metode yang lain. Untuk mendapatkan data yang diharapkan, dalam penelitian ini digunakan beberapa metode pengumpulan data sebagai berikut :

a. Metode Observasi

Observasi adalah metode pengumpulan data dengan cara mengamati dan mencatat secara sistematis terhadap fenomena-fenomena yang diselidiki.⁵⁸

Adapun observasi yang dilakukan adalah secara tidak langsung. Observasi secara tidak langsung dimaksudkan untuk mengamati obyek penelitian tidak pada saat berlangsungnya kegiatan konseling. Metode observasi ini ditujukan kepada konselor sebagai sumberdata untuk memperoleh data tentang tempat, pelaku dan peran serta konselor islam dalam mengatasi kecemasan lansia.

b. Metode Wawancara (Interview)

Wawancara adalah metode pengumpulan data dengan jalan tanya jawab sepihak yang dikerjakan dengan sistematis dan berlandaskan kepada tujuan penelitian.

Wawancara terdiri dari wawancara berencana (standardized interview) dan wawancara tak berencana (unstandardized interview). Wawancara berencana ini terdiri dari suatu pertanyaan yang telah direncanakan sebelumnya berkaitan dengan data yang akan dicari. Sedangkan wawancara tak berencana ini terdiri dari pertanyaan-pertanyaan yang tidak mempunyai struktur tertentu, tetapi selalu berpusat pada suatu pokok tertentu.⁵⁹ Maksud digunakan metode ini adalah untuk memberi kesempatan kepada responden agar selalu leluasa

⁵⁸ Sutrisno Hadi, *Metode Research II*, (Fak. Psikologi UGM, 1989), hlm. 135.

⁵⁹ Koentjaraningrat, *Op. Cit.*, hlm. 139.

mengemukakan pendapatnya atau menjawab pertanyaan yang diajukan oleh peneliti.

Meskipun diatas telah disebutkan bahwa dalam penelitian ini menggunakan wawancara yang terencana tetapi dalam pelaksanaan tetap fleksibel, terbuka, rileks dan penuh kekeluargaan. Hal ini dimaksudkan agar responden benar-benar dapat mengemukakan hal-hal yang diketahui, dialami tanpa adanya paksaan dari peneliti. Adapun yang menjadi sasaran dari pelaksanaan interview ini adalah konselor islam dan pimpinan panti. Data- data dari hasil interview ini penulis kumpulkan untuk menjelaskan tentang hal-hal yang berkenaan dengan usaha dari konselor islam dalam peranannya mengatasi kecemasan para lansia.

c. Metode Dokumentasi

Metode dokumentasi adalah metode bantu dalam upaya memperoleh data, kejadian-kejadian atau peristiwa tertentu yang dapat dijadikan atau dipakai untuk menjelaskan kondisi di dokumentasi oleh peneliti. Dalam hal ini peneliti menggunakan metode dokumentasi untuk mencari data yang bersumber dari catatan atau dokumen-dokumen yang berkaitan dengan gambaran umum Panti werdha Budhi Dharma.

4. Metode Analisis Data

Analisis data merupakan proses penyusunan data agar data dapat ditafsirkan. Menyusun data berarti menggolongkan dalam pola, tema atau

kategori. Tafsiran atau interpretasi artinya memberikan makna kepada analisis, menjelaskan pola atau kategori, mencari hubungan antara berbagai konsep. Interpretasi menggambarkan perspektif atau pandangan peneliti.

Ada berbagai macam cara yang dapat diikuti dalam analisis data. Tidak ada satupun cara tertentu yang dapat dijadikan pegangan bagi semua penelitian. Menurut Nasution, ada salah satu cara yang dianjurkan yaitu mengikiti langkah-langkah sebagai berikut yang masih umum yaitu reduksi data, display data, mengambil kesimpulan dan verifikasi.⁶⁰

Teknik analisis data dalam penelitian kasus ini adalah dengan menggunakan reduksi data, display data, mengambil kesimpulan dan verifikasi. Penerapan teknik analisis data dalam penelitian ini adalah :

1. Reduksi data

Reduksi data yaitu merangkum memilih hal-hal yang pokok yang difokuskan pada hal-hal yang penting dan disusun secara sistematis sehingga dapat memberi gambaran yang jelas tentang hasil penelitian. Reduksi data dilakukan dengan membuat rangkuman-rangkuman terhadap aktivitas konselor islam dalam mengatasi kecemasan lansia.

Data yang diperoleh dalam lapangan ditulis dalam bentuk uraian, dari tulisan itu kemudian direduksi, dirangkum, dipilih hal-hal yang pokok, difokuskan pada yang penting, dicari tema atau polanya.

⁶⁰ S Nasution, *Metode Penelitian Naturalistik Kualitatif*, (Bandung : Transito, 1996) hlm. 56

Selanjutnya data-data tersebut disederhanakan menjadi data-data yang pokok dari aktivitas konselor islam dalam mengatasi kecemasan lansia.

2. Display data

Display data yaitu mensistematisasikan data secara jelas dan dalam bentuk yang jelas pula untuk membantu peneliti menguasai data yang telah diperoleh. Hal ini dilakukan dengan cara menyajikan data tentang aktivitas konselor islam dalam mengatasi kecemasan lansia di Panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta.

3. Pengambilan kesimpulan dan verifikasi

Kesimpulan data dilakukan secara sementara, kemudian diverifikasikan dengan cara mencari data yang lebih mendalam dengan mempelajari kembali data yang telah terkumpul.

H. Sistematika Pembahasan

Untuk mempermudah pembaca dalam menelaah skripsi ini, maka dibuatlah sistematika pembahasan. Pertama-tama diuraikan menurut nomor angka romawi, terdiri dari beberapa bab dan disusun sub-sub bab.

Sebelum masuk ke bab pertama, terlebih dahulu diuraikan tentang bagian formalitas, yang terdiri dari : halaman judul, nota dinas, pengesahan, motto, persembahan, kata pengantar, dan daftar isi.

Setelah bagian formalitas, selanjutnya disusun pendahuluan, pendahuluan dalam skripsi ini terdiri dari penegasan judul, latar belakang, rumusan

masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, kerangka teoritik, metode penelitian dan sistematika pembahasan.

Bab kedua diuraikan tentang sekilas tentang gambaran Panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta, yang terdiri dari : letak geografis, sejarah dan perkembangan, struktur organisasi, dasar dan tujuan didirikannya panti, tugas-tugas panti, kondisi fisik, keadaan penghuni panti, prosedur menjadi penghuni panti, serta sumber dana.

Masuk bab ketiga, bab ini membahas tentang aktivitas konselor islam dalam mengatasi kecemasan lansia di panti werdha budhi dharma.

Dalam pembahasan mengenai hal dalam mengatasi kecemasan lansia, dikemukakan bentuk-bentuk kecemasan lansia, faktor penghambat dan pendukung dalam mengatasi kecemasan lansia, serta peran konselor islam.

Bab keempat, sebagai bab terakhir sekaligus penutup yang terdiri dari : kesimpulan saran-saran dan penutup.

Dan untuk menyempurnakan skripsi ini disajikan pula bagian terakhir, yaitu daftar pustaka, lampiran dan daftar riwayat hidup.



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian hasil penelitian serta pembahasan, maka dapat diambil beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Bentuk aktivitas konselor islam dalam mengatasi kecemasan lansia

Berdasarkan data yang terkumpul serta pembahasan, maka untuk bentuk aktivitas konselor islam dalam mengatasi kecemasan lansia dapat ditarik kesimpulan bahwa aktivitas yang dilakukan oleh konselor islam dalam mengatasi kecemasan lansia meliputi pengajian rutin dan konseling. Dalam aktivitas konselor islam ini ternyata telah tampak bahwa kecemasan para lansia telah beransur menghilang, hal ini terlihat dalam kehidupan sehari-hari lansia yang penuh dengan ketenangan dan kebahagiaan. Bentuk kenyataan diatas menunjukkan bahwa aktivitas yang dilakukan oleh konselor islam ternyata berdampak positif terhadap kehidupan lansia. Analisis peneliti menunjukkan bahwa bentuk aktivitas yang dilakukan oleh konselor islam secara langsung telah membantu/mendukung konselor islam dalam mengatasi kecemasan lansia.

2. Faktor pendukung dan penghambat aktivitas konselor islam dalam mengatasi kecemasan lansia

Faktor pendukung aktivitas konselor islam dalam mengatasi kecemasan lansia adalah keterbukaan dan keaktifan lansia dalam mengikuti kegiatan

konselor islam, profesionalitas konselor serta adanya kerjasama dan sikap partisipatif pimpinan serta pengurus panti. Sehingga faktor ini sangat berpengaruh terhadap keberhasilan kegiatan konselor islam dalam mengatasi kecemasan lansia di Panti Werdha Budhi Dharma. Sedangkan faktor penghambat aktivitas konselor islam dalam mengatasi kecemasan lansia adalah rendahnya pendidikan lansia, kondisi kejiwaan dan kondisi fisik lansia yang heterogen, serta kurangnya tenaga pembimbing. Dengan demikian, maka faktor penghambat ini harus segera dapat diatasi agar kegiatan yang dilakukan oleh konselor islam dapat berjalan dengan lancar.

B. Saran-saran

1. Bagi Kepala Panti

Hendaknya kegiatan konseling yang dilakukan oleh konselor islam di Panti Werdha Budhi Dharma lebih di intensifkan lagi, dengan menambah tenaga konselor, menambah jam bimbingan atau memperluas kerjasama dengan pihak-pihak yang berkompeten dalam pembinaan umat seperti organisasi kemasyarakatan dan organisasi keagamaan lainnya.

2. Bagi Konselor Islam

Perlu adanya peningkatan usaha, baik dalam jumlah atau dalam bentuk kualitas dari usaha konselor dalam menumbuhkan kesadaran pada tiap-tiap individu para lansia dalam mengikuti kegiatan konselor, karena hal itu akan menambah sikap para lansia kearah yang akhir hidupnya memiliki akhir hidup yang mulia.

3. Bagi Lansia

Para lansia diharapkan dapat memanfaatkan pelayanan konseling yang telah diberikan oleh pihak panti dengan sebaik-baiknya, karena hal ini akan dapat membantu para lansia dalam mengatasi berbagai permasalahan yang dihadapi.

C. Kata Penutup

Alhamdulillah Rabbil 'alamin, puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT. Berkat rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Akan tetapi sekalipun penulis telah berusaha semaksimal mungkin, penulis sadar bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Untuk itu penulis mengharapkan masukan dan kritikan yang bersifat membangun untuk maju kearah yang lebih baik dan sempurna.

Akhirnya penulis berharap semoga dengan selesainya skripsi ini dapat berguna bagi penulis khususnya dan bagi konselor islam di Panti Wedha Budhi Dharma, serta pembaca pada umumnya. Amin.

Yogyakarta, 14 Juli 2005
Penyusun,

(Efendi Munfarid)



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR PUSTAKA

- Abimansy Soli dan Manrihu Thayeb, *Teknik dan Laboratorium Konseling*, (Jakarta : B3PTKSM, 1996)
- Adi Wibisono Arif, *Hubungan Sholat dengan Kecemasan*, (Jakarta: Studio Press,1994)
- Adz-Dzaky Bakhri Hamdani. M., *Psikoterapi dan Konseling Islam*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2001)
- Ahmadi Abu dan Rohani Ahmad, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 1991)
- Bastaman Djumhana Hanna, *Integrasi Psikologi Dalam Islam Menuju Psikologi Islam*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar,2002)
- Bidari Erina S., "Hubungan Antara Tingkat Sholat dengan Kecemasan Terhadap Neurotic Pada Remaja Yang Beragama Islam", *Skripsi tidak diterbitkan*, UPT-UGM 1989
- Dahlan M.D., *Pelatihan Pemberian Konseling Seni Memberikan Bantuan*, (Jakarta: P2LPTK,1987)
- Daradjat Zakiah, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: Gunung Agung,1986)
- _____, *Kesehatan Mental*, Cet.9, (Jakarta: Gunung Agung 1976)
- Departemen Agama R.I., *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Jakarta: Proyek Pengadaan Kitab Suci Al-Qur'an)
- Departemen Sosial R.I., *Sekitar Masalah dan Pelayanan Sosial Lanjut Usia*, (Jakarta: Dinas Sosial, 1983)
- _____, *Pedoman Pelaksanaan Bantuan dan Penyantunan Lanjut Usia/Jompo*
- Faqih Rahim Aunur, *Bimbingan Dan Konseling Dalam Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 2001)
- Gunawan Yusuf, *Pengantar Bimbingan Dan Konseling*, (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama,1992)
- Hadi Sutrisno, *Metode Research II*, (Fak. Psikologi UGM, 1989)

- Hardi Marcom dan Heyes Stevel, *Pengantar Psikologi*, (Jakarta: Erlangga, 1988)
- Hartono Sugi, *Pokok-pokok Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Yogyakarta: IKIP, 1982)
- Koentjaraningrat, *Metode-metode Penelitian Masyarakat*, (Jakarta: Gramedia, 1986)
- Mappiare Andi AT., *Pengantar Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 1996)
- Margatan Arcole, *Kiat Hidup Sehat Bagi Lansia*, (Solo: CV. Aneka, 1996)
- Martaniah S.M., *Penyelidikan Kebutuhan-kebutuhan Psikologi Remaja di Daerah Istimewa Yogyakarta*, (Lapangan Penelitian Yogyakarta UGM)
- Nasution S., *Metode Penelitian Naturalistik Kualitatif*, (Bandung : Transito, 1996)
- Nawawi Hadari, *Kepemimpinan Menurut Islam*, (Yogyakarta UGM, 2001)
- Nugroho Wahyudi, *Orang Berusia Lanjut Perlu Perawatan, Nasehat Perkawinan --dan Keluarga*, No. 230, (Agustus 1991)
- Oswari. Dr., *Menyongsong Usia Lanjut Dengan Bugar dan Bahagia*, (Jakarta: Sinar Harapan, 1997)
- Prayitno, *Profesionalisasi Konseling dan Pendidikan Konselor*, (Jakarta: P2LPTK, 1981)
- Poerwadarminto. WJS, *Kamus Bahasa Indonesia*, (Jakarta: PN. Balai Pustaka, 1984)
- Rahmat Jalaluddin, *Psikologi Komunikasi*, (Bandung: PT. Remaja Rosda Karya, 1996)
- Retno Winengku H., "Hubungan Antara tingkat Religiusitas Dengan Kecemasan Terhadap Kematian Pada Usia Lanjut", *Skripsi tidak diterbitkan*, Fak Psikologi-UMS, 1999
- Sukanto Suryono, *Sosiologi Suatu Pengantar*, (Jakarta: Rajawali Press, 1986)
- Syamsudin, *Bimbingan dan Konseling Kelompok*, (Jakarta: Kartika, 1980)
- Walgito Bimo, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Yogyakarta: Andi Offset, 1995)