

**BIMBINGAN KONSELING ISLAM DALAM MENGATASI
KECEMASAN KEMATIAN PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL
TRESNA WERDHA BANTUL**



Oleh :

Fitriani
NIM: 22200012066

TESIS

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Diajukan Kepada Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga

Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat guna Memperoleh

Gelar Master of Art (M.A.)

Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies

Konsentrasi Bimbingan Konseling Islam

**YOGYAKARTA
2025**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fitriani
NIM : 22200012066
Jenjang : Magister
Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies
Konsentrasi : Bimbingan Konseling Islam

menyatakan bahwa tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian atau karya sendiri,
kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Yogyakarta, 2 Januari 2025

Saya yang menyatakan,



Fitriani

NIM. 22200012066

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fitriani
NIM : 22200012066
Jenjang : Magister
Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies
Konsentrasi : Bimbingan Konseling Islam

menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan benar-benar bebas dari plagiasi. Jika di kemudian hari terbukti melakukan plagiasi, maka saya siap ditindak sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Yogyakarta, 2 Januari 2025

Saya yang menyatakan,



Fitriani
NIM. 22200012066

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PENGESAHAN TUGAS AKHIR



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
PASCASARJANA**

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 519709 Fax. (0274) 557978 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-167/Un.02/DPPs/PP.00.9/01/2025

Tugas Akhir dengan judul : Bimbingan Konseling Islam Dalam Mengatasi Kecemasan Kematian Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Bantul

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

| | | |
|-------------------------|---|------------------------|
| Nama | : | FITRIANI, S.Sos |
| Nomor Induk Mahasiswa | : | 22200012066 |
| Telah diujikan pada | : | Senin, 20 Januari 2025 |
| Nilai ujian Tugas Akhir | : | A- |

dinyatakan telah diterima oleh Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang/Pengaji I

Dr. Sunarwoto, S.Ag., M.A.
SIGNED

Valid ID: 679ae4ea226ed



Pengaji II

Ro'fah, MA., Ph.D.
SIGNED

Valid ID: 679ae86c05c2b



Pengaji III

Prof. Dr. Hj. Nurjannah, M.Si.
SIGNED

Valid ID: 679ae7531d1a2



Yogyakarta, 20 Januari 2025
UIN Sunan Kalijaga
Plt. Direktur Pascasarjana

Ahmad Rafiq, S.Ag., M.Ag., MA., Ph.D.
SIGNED

Valid ID: 679aecdd6dbcf

NOTA DINAS PEMBIMBING**Kepada Yth.,****Direktur Pascasarjana****UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta***Assalamu'alaikum wr.wb.*

Setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul:

**BIMBINGAN KONSELING ISLAM DALAM MENGATASI KECEMASAN
KEMATIAN PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BANTUL**

Yang ditulis oleh:

Nama : Fitriani

NIM 22200012066

Jenjang : Magister (S2)

Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies

Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Magister Studi Islam.

Wassalamu'alaikum wr.wb.

Yogyakarta, 2 Januari 2025

Pembimbing

Ro'fah, MA., Ph.D

NIP. 197211242001122002

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim. Alhamdulillah, segala puji bagi Allah Tuhan semesta alam yang telah memberikan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini yang berjudul “Bimbingan Konseling Islam Dalam Mengatasi Kecemasan Kematian Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Bantul”. Shalawat dan salam tetap tercurahkan kepada Rasulullah SAW yang senantiasa menjadi sumber inspirasi dan teladan terbaik untuk umat manusia.

Penulis menyadari bahwa dalam proses penulisan tesis ini banyak mengalami kendala dan hambatan, namun berkat bantuan dan dukungan dari berbagai pihak dan berkah dari Allah SWT sehingga kendala dan hambatan yang dihadapi tersebut dapat teratasi. Atas bantuan dan dukungan yang telah diberikan selama penelitian maupun dalam penulisan tesis ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Noorhaidi, S. Ag., M.A., M.Phil., Ph.D. selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Prof. Dr. Phil. Sahiron, M.A. selaku Direktur Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak Najib Kailani, S.Fil.I., M.A, Ph.D. selaku Ketua Program Studi Interdisciplanary Islamic Studies UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Ibu Ro'fah, MA., Ph.D. selaku Dosen Pembimbing Tesis yang telah meluangkan waktu, memberikan pengarahan dan membimbing dalam penulisan tesis ini sehingga tesis ini terselesaikan dengan baik.

5. Seluruh Dosen Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies Konsentrasi Bimbingan Konseling Islam yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan wawasan kepada penulis selama proses perkuliahan.
6. Seluruh pengurus dan informan penelitian di Panti Sosial Lansia Tresna Werdha Bantul.
7. Keluarga tercinta, terutama kedua orang tuaku, Almarhumah ibu Rosidah Daulay dan Almarhum ayah Dalian Simamora, abang dan kakak-kakakku, yang selalu memberikan kasih sayang, dukungan, semangat, dan doa-doa yang selalu mengalir tak terhentikan, serta menjadi sumber motivasiku.
8. Para sahabat yang selalu ada dalam proses perjuanganku, senantiasa saling support memberikan dukungan dan semangat.
9. Teman-teman seperjuangan organisasi, mengajar, dan konsentrasi BKI yang telah menemani selama perkuliahan.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa tesis ini masih jauh dari kesempurnaan. Maka dari itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak demi kesempurnaan tesis ini. Semoga tesis ini dapat bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan bagi penulis selanjutnya.

Yogyakarta, 2 Januari 2025
Penulis



Fitriani
NIM. 22200012066

ABSTRAK

Kecemasan akan kematian merupakan salah satu permasalahan psikologis yang sering dialami oleh lansia, khususnya mereka yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Bantul. Kondisi ini dapat memengaruhi kualitas hidup lansia dan memerlukan intervensi yang tepat untuk membantu mereka menghadapi perasaan tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi secara mendalam peran Bimbingan Konseling Islam (BKI) sebagai pendekatan yang holistik dan berbasis spiritual dalam membantu mengatasi kecemasan kematian yang dialami oleh lansia. Fokus utama penelitian ini adalah memahami bagaimana prinsip-prinsip Islam diterapkan dalam proses konseling yang dapat meningkatkan ketenangan batin lansia dalam menghadapi ketidakpastian akan akhir kehidupan.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi terhadap lansia yang mengalami kecemasan kematian, serta konselor yang terlibat dalam proses bimbingan. Analisis data dilakukan secara tematik untuk mengidentifikasi pola-pola yang relevan dengan peran BKI dalam mereduksi kecemasan kematian.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa BKI memiliki kontribusi signifikan dalam mengatasi kecemasan kematian pada lansia. Pendekatan spiritual, seperti penguatan keyakinan terhadap ketentuan Allah, pelaksanaan ibadah yang lebih khusyuk, serta pemahaman mendalam tentang konsep hidup dan mati dalam Islam, terbukti efektif dalam membantu lansia mengelola perasaan takut akan kematian. Selain itu, konselor juga memanfaatkan metode konseling individual dan kelompok untuk memberikan dukungan emosional dan spiritual kepada lansia. Intervensi ini tidak hanya meningkatkan ketenangan batin lansia, tetapi juga memperkuat hubungan mereka dengan Tuhan dan sesama. Studi ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan praktik konseling Islam di berbagai konteks sosial.

Kata Kunci: Bimbingan Konseling Islam, Kecemasan Kematian, Lansia

DAFTAR ISI

| | |
|--|------|
| COVER- | |
| SURAT PERNYATAAN KEASLIAN..... | ii |
| SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI | iii |
| PENGESAHAN TUGAS AKHIR | iv |
| NOTA DINAS PEMBIMBING | v |
| KATA PENGANTAR | vi |
| ABSTRAK | viii |
| DAFTAR ISI..... | ix |
| BAB I | 1 |
| PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 11 |
| C. Tujuan Penelitian dan Signifikansi Penelitian | 11 |
| D. Kajian Pustaka | 14 |
| E. Metode Penelitian..... | 18 |
| BAB II..... | 35 |
| KERANGKA TEORI | 35 |
| A. Kecemasan Kematian (Thanatophobia) | 35 |
| B. Lansia dan Tantangan Psikososial | 41 |
| C. Bimbingan dan Konseling Islam | 50 |
| BAB III | 57 |
| Kecemasan Kematian (Thanatophobia) pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Bantul | 57 |
| A. Sekilas Tentang Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha (BPSTW) | 57 |
| B. Kondisi kecemasan oleh lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Bantul .. | 59 |
| 1. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Kematian pada Lansia | 60 |
| C. Penerapan Bimbingan Konseling Islam pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Bantul..... | 80 |
| 1. Bimbingan Konseling kelompok | 90 |
| 2. Bimbingan Konseling Individu..... | 94 |
| BAB IV | 101 |
| PENUTUP..... | 101 |

| | | |
|----|---------------------------|-----|
| A. | Kesimpulan..... | 101 |
| B. | Saran | 102 |
| | DAFTAR PUSTAKA | 105 |
| | LAMPIRAN-LAMPIRAN..... | 110 |
| | DAFTAR RIWAYAT HIDUP..... | 119 |



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kecemasan menghadapi kematian merupakan sebuah emosi ketakutan yang dialami individu saat akan menghadapi kematian yang ditandai dengan adanya gangguan psikologis yang dicirikan dengan ketegangan motoric (Gemetar, gelisah dan ketidak mampuan untuk rileks, hiperaktivitas (pusing, jantung berdebar-debar atau berkeringat), perasaan campuran berisikan ketakutan, kekhawatiran dan keprihatinan mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut.¹ Hasil penelitian dari Dobbs tentang Religiosity, spirituality, and death attitudes in chronically ill older adults menjabarkan bahwa kondisi emosional yang terasa sangat tidak menyenangkan di mana individu merasa gelisah yang berlebihan, tidak nyaman, selalu merasa tidak tenang, was-was dan bingung yang disebabkan oleh objek yang tidak jelas atau belum terjadi berupa peristiwa saat terlepasnya ruh atau jiwa dari raga.²

Tahun 1928, Kingman yang dikaji ulang oleh Fakhurrazi³ mengemukakan teori bahwa ketakutan akan kematian adalah ketakutan mendasar yang bersifat universal dan menjadi akar dari semua bentuk fobia. Menurutnya, pengalaman yang mendekati atau mengancam jiwa, baik yang

¹ Liza Merizka and Maya Khairani, "Religiusitas Dan Kecemasan Kematian Pada Dewasa Madya," *An – Nafs: Jurnal Fakultas Psikologi 2019, Vol. 13, No 2, 76-84* Ii 13, no. 2 (2019): 76–84.

² D. Daaleman, T. P., & Dobbs, "Religiosity, Spirituality, and Death Attitudes in Chronically Ill Older Adults," *Research on Aging* 1, no. 1 (2010): 224-243.

³ M. Fakhurrozi, "Hubungan Antara Religiusitas Dengan Death Anxiety: Studi Meta Analisis," *Psikologika* 13, no. 25 (2008): 39–48.

dialami secara pribadi maupun yang melibatkan orang-orang yang dicintai, menjadi pemicu utama berkembangnya fobia. Dalam hal ini, gejala obsesif sering kali muncul sebagai mekanisme pengganti untuk mengalihkan rasa takut akan penyakit atau kematian.⁴ Teori ini menggambarkan bagaimana trauma yang berkaitan dengan ancaman terhadap kehidupan dapat memicu reaksi ketakutan yang berlebihan terhadap situasi atau objek tertentu. Hasil penelitian dari Harapan dkk menyebutkan bahwa kecemasan kematian merupakan ketidakmampuan untuk mengembangkan dan secara efektif memanfaatkan komponen penting dari sistem penyangga kecemasan dapat membuat individu rentan terhadap berbagai bentuk kerentanan psikologis.⁵

Sejalan dengan pandangan tersebut, beberapa ahli juga berpendapat bahwa fobia dapat muncul ketika ketakutan yang mendalam akan kematian diproyeksikan ke dalam objek atau situasi yang tampaknya lebih kecil dan lebih terkendali, seperti ketakutan terhadap laba-laba atau ketinggian. Dengan demikian, ketakutan ini dianggap lebih mudah dihadapi dibandingkan menghadapi konsep kematian yang abstrak dan tak terhindarkan. Selain itu, faktor-faktor lain yang dianggap sebagai pemicu perkembangan fobia, seperti kejadian traumatis atau pengaruh lingkungan, dapat memperburuk ketakutan ini dan menyebabkan munculnya fobia yang spesifik.

Bimbingan konseling Islam dapat memberikan solusi yang efektif dalam menjawab permasalahan kecemasan kematian yang dialami oleh lansia

⁴ Dkk. Hamzah, A., Krauss, S. E., Noh, S.M., Suandi, T., Juhari, R., Manap, J., Mastor, K. A., *Muslim Religiosity & Personality Assessment: Prototype for Nation Building*. (Malaysia: Institut Pengajian Sains Sosial, 2007).

⁵ W. Harapan, P., Sabrian, Z., dan Utomo, "Studi Fenomenologi Persepsi Lansia Dalam Mempersiapkan Diri Menghadapi Kematian," *Jurnal Psikologi* 1, no. 2 (2014): 1–9.

⁶. Dengan pendekatan yang berbasis pada nilai-nilai spiritual dan ajaran Islam, konseling ini menawarkan perspektif yang menyeluruh dan mendalam tentang kehidupan, kematian, dan takdir. Melalui bimbingan ini, lansia dapat dibimbing untuk memahami bahwa kematian adalah bagian alami dari siklus hidup yang telah ditentukan oleh Allah.⁷ Kesadaran ini membantu mereka merelakan rasa takut yang muncul dan mengubahnya menjadi penerimaan yang lebih damai terhadap kenyataan tersebut.

Selanjutnya, bimbingan konseling Islam memberikan kesempatan bagi lansia untuk memperdalam iman dan memperkuat hubungan mereka dengan Allah.⁸ Melalui praktik ibadah, seperti shalat, dzikir, dan membaca Al-Qur'an, lansia dapat merasakan ketenangan batin dan penguatan spiritual yang sangat dibutuhkan dalam menghadapi kecemasan.⁹ Aktivitas spiritual ini tidak hanya membantu mereka mengatasi perasaan cemas, tetapi juga menumbuhkan harapan dan keyakinan akan kehidupan setelah mati. Dengan memahami bahwa kematian bukanlah akhir, melainkan awal dari kehidupan yang lebih kekal, lansia dapat menjalani sisa hidup mereka dengan rasa syukur dan kedamaian.

Bimbingan konseling Islam tidak hanya membantu lansia mengatasi kecemasan terhadap kematian, tetapi juga membekali mereka dengan

⁶ M. Fuad. Anwar, *Landasan Bimbingan Dan Konseling Islam* (Yogyakarta: Deepublish, 2019).

⁷ Baidi. Bukhori, "Dakwah Melalui Bimbingan Dan Konseling Islam," *Jurnal Konseling Religi* 5, no. 1 (2014): 1–8.

⁸ Al Rasyidin (ed), *Kontributor Hasan Asyari, Pendidikan & Konseling* (Bandung: Islami Bandung: Citapustaka Media Perintis., 2008).

⁹ Purmansyah Ariadi, "Kesehatan Mental Dalam Perspektif Islam," *Syifa' MEDIKA: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan* 3, no. 2 (2019): 118, <https://doi.org/10.32502/sm.v3i2.1433>.

kemampuan menghadapi berbagai tantangan hidup secara lebih positif.¹⁰

Melalui pendekatan yang mengintegrasikan aspek spiritual, bimbingan ini menjadi jembatan yang menghubungkan kesehatan mental dan spiritual, menciptakan keseimbangan yang diperlukan oleh lansia dalam menghadapi masa-masa akhir kehidupan. Pendekatan ini memberikan lansia dukungan emosional yang mendalam, sekaligus membimbing mereka untuk memahami arti hidup dan kematian secara lebih mendalam.¹¹ Dengan begitu, lansia tidak hanya diajak untuk menerima kondisi yang mereka alami, tetapi juga diarahkan untuk memaknainya dengan penuh kesadaran dan kebijaksanaan.

Melalui proses bimbingan ini, lansia diharapkan dapat merasa lebih tenang, siap, dan damai dalam menghadapi akhir hayat mereka.¹² Dukungan yang diberikan melalui konseling Islam ini bertujuan untuk membangun ketenangan batin yang bersumber dari keyakinan kepada Tuhan, sehingga rasa takut dan kecemasan yang sering mengiringi lansia dapat dikelola dengan lebih baik.¹³ Pendampingan ini juga membantu lansia merasakan hubungan yang lebih harmonis dengan lingkungan sosial mereka, menciptakan rasa diterima dan dihargai di tengah keluarga maupun masyarakat.¹⁴ Pada akhirnya, bimbingan konseling Islam tidak hanya menjadi alat untuk mengurangi beban

¹⁰ Mira Afnesta Yuzefo, Febriana Sabrian, and Riri Novayelinda, “Hubungan Status Spiritual Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Di Kelurahan Tuah Karya,” *Jom* 2, no. 2 (2016): 1266–74.

¹¹ Harapan, P., Sabrian, Z., dan Utomo, “Studi Fenomenologi Persepsi Lansia Dalam Mempersiapkan Diri Menghadapi Kematian.”

¹² Riyanti Vianica Sibuea, “Hubungan Dukungan Spiritual Terhadap Kualitas Hidup Lansia,” *Nutrix Jurnal* 4, no. 2 (2020): 36, <https://doi.org/10.37771/nj.vol4.iss2.492>.

¹³ Ariadi, “Kesehatan Mental Dalam Perspektif Islam.”

¹⁴ Yuzefo, Sabrian, and Novayelinda, “Hubungan Status Spiritual Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Di Kelurahan Tuah Karya.”

psikologis lansia, tetapi juga membantu mereka mencapai kualitas hidup yang lebih baik hingga akhir perjalanan mereka.

Fenomena kecemasan akan kematian pada lansia sering kali dipengaruhi oleh aspek kognitif, psikologis, dan isolasi sosial.¹⁵ Secara kognitif, penurunan fungsi otak seperti yang dialami dalam kasus demensia atau Alzheimer dapat memicu ketakutan terhadap hilangnya identitas dan kendali atas diri sendiri.¹⁶ Lansia yang sadar akan penurunan memori dan kemampuan berpikir mereka sering kali merasakan kecemasan akan kematian sebagai bentuk kehilangan diri yang perlakan.¹⁷ Dari segi psikologis, perasaan ketidakberdayaan, ketakutan akan penderitaan saat kematian, dan penyesalan atas masa lalu juga dapat memperburuk kecemasan ini.¹⁸ Isolasi sosial semakin memperparah situasi, di mana lansia yang terasing dari keluarga, teman, atau komunitas cenderung merasa lebih takut dan sendirian dalam menghadapi kematian. Kesepian yang dirasakan menguatkan perasaan tidak ada dukungan emosional, yang pada akhirnya meningkatkan kecemasan terhadap akhir hidup yang tak terelakkan.¹⁹ Gabungan antara penurunan

¹⁵ Alief Budiyono and Zaenal Abidin, “Dinamika Psikologis Lansia Yang Tinggal Di Panti Jompo Dan Implikasinya Bagi Layanan Konseling Islam,” *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam* 17, no. 1 (2020): 101–14, <https://doi.org/10.14421/hisbah.2020.171-07>.

¹⁶ Aditya Gloria Monalisa Sianturi, “Stadium, Diagnosis, Dan Tatalaksana Penyakit Alzheimer,” *Majalah Kesehatan Indonesia* 2, no. 2 (2021): 39–44, <https://doi.org/10.47679/makein.202132>.

¹⁷ Ani Marni and Rudy Yuniawati, “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penerimaan Diri Pada Lansia Di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta,” *Empathy : Jurnal Fakultas Psikologi* 3, no. 1 (2021): 1, <https://doi.org/10.12928/empathy.v3i1.3008>.

¹⁸ Dona Fitri Annisa and Ifdil Ifdil, “Konsep Kecemasan (Anxiety) Pada Lanjut Usia (Lansia),” *Konselor* 5, no. 2 (2016): 93, <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>.

¹⁹ Aimmatu Nur Azizah and Siti Azizah Rahayu, “Hubungan Self-Esteem Dengan Tingkat Hubungan Self-Esteem dengan Tingkat Kecenderungan Kesepian Pada Lansia” 07, no. 02 (2016): 40–58.

kognitif, tekanan psikologis, dan isolasi sosial menciptakan lingkungan yang memperkuat rasa takut dan cemas akan kematian bagi banyak lansia

Observasi awal yang peneliti lakukan pada tanggal 27 September 2024 di Panti Sosial Tresna Werdha Bantul menunjukkan bahwa kecemasan akan kematian pada lansia merupakan fenomena yang kompleks dan sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk aspek kognitif, psikologis, dan isolasi sosial. Lansia yang tinggal di panti sosial ini umumnya hidup terpisah dari keluarga dan lingkungan asal mereka, sehingga kehilangan salah satu sumber utama dukungan emosional dan sosial yang sebelumnya mereka miliki. Kondisi ini menciptakan perasaan kesepian yang mendalam dan rasa keterasingan, memperburuk kecemasan yang mereka alami terhadap proses penuaan dan kematian. Perasaan terputus dari hubungan yang akrab dengan keluarga atau komunitas membuat lansia merasa tidak lagi memiliki tempat yang aman untuk berbagi pikiran, ketakutan, dan harapan mereka. Dalam konteks ini, kecemasan eksistensial menjadi semakin dominan, terutama ketika mereka merasa tidak lagi memiliki makna dalam hidup.

Lebih lanjut, hilangnya dukungan sosial dari keluarga tidak hanya berdampak pada kesejahteraan emosional, tetapi juga memengaruhi cara lansia memandang akhir hidup mereka. Bagi sebagian besar lansia, keluarga adalah sumber utama kekuatan, kenyamanan, dan rasa aman. Ketika hubungan ini terputus, mereka cenderung merasa kehilangan arah dan menjadi semakin rentan terhadap rasa takut menghadapi ketidakpastian kematian. Kehilangan interaksi sosial yang bermakna, seperti berbicara dengan orang-orang terdekat,

juga memperkuat perasaan bahwa mereka tidak lagi berharga atau dibutuhkan.

Akumulasi dari semua faktor ini sering kali menghasilkan kecemasan mendalam yang sulit diatasi, karena tidak hanya melibatkan aspek emosional tetapi juga menyentuh inti dari keberadaan mereka sebagai manusia.

Hasil wawancara awal peneliti dengan informan SJ, salah satu lansia di panti sosial ini menunjukkan bahwa kondisi-kondisi yang dijelaskan dalam teori sebelumnya sejalan dengan realitas yang mereka alami. Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Bantul mengungkapkan bagaimana keterpisahan dari keluarga menjadi salah satu penyebab utama dari rasa cemas yang mereka alami. Mereka merasakan kehilangan keterhubungan sosial sebagai sesuatu yang sangat signifikan, seolah-olah mereka telah kehilangan jati diri dan tempat mereka di dunia ini. Perasaan terisolasi ini tidak hanya memperburuk kondisi emosional mereka tetapi juga meningkatkan kecemasan akan kematian, terutama ketika mereka merasa tidak memiliki dukungan untuk menghadapi akhir hidup dengan tenang. Dalam kondisi seperti ini, banyak lansia mengaku merasa hampa, takut, dan tidak siap untuk menerima kenyataan akan kematian.

Tidak hanya itu, keterasingan dari lingkungan sosial yang akrab memperkuat rasa keterputusasaan yang dirasakan oleh lansia.²⁰ Ketidakmampuan untuk berbagi perasaan atau mendapatkan dukungan moral dari keluarga dan teman menciptakan ruang kosong dalam kehidupan mereka yang sulit untuk diisi. Lansia yang sebelumnya terbiasa dengan kehadiran keluarga sebagai tempat berbagi kasih sayang dan perhatian kini merasa

²⁰ Bintang Mara Setiawan, "Kesepian Pada Lansia Di Panti Werdha Sultan Fatah Demak," *Psikologi Klinikal* 2, no. 1 (2020): 4–6.

semakin jauh dari kehangatan tersebut. Akibatnya, kecemasan terhadap kematian tidak hanya menjadi sekadar rasa takut yang muncul sewaktu-waktu, tetapi berkembang menjadi kekhawatiran yang terus-menerus, memengaruhi kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Fenomena ini menunjukkan bahwa kecemasan kematian pada lansia tidak dapat dipisahkan dari kondisi sosial dan emosional yang mereka alami.

Dalam hal ini, temuan observasi dan wawancara di panti sosial ini menggarisbawahi pentingnya pendekatan holistik dalam mendampingi lansia, terutama dalam menangani kecemasan terhadap kematian. Intervensi yang melibatkan aspek sosial, psikologis, dan spiritual diperlukan untuk membantu mereka mengatasi perasaan ketersinggan dan kehilangan. Lansia membutuhkan lingkungan yang tidak hanya memberikan perawatan fisik, tetapi juga menciptakan ruang untuk mendukung kesehatan emosional dan spiritual mereka. Dukungan sosial yang kuat, baik dari keluarga, komunitas, maupun tenaga profesional, dapat menjadi kunci untuk membantu mereka menemukan ketenangan batin dan mempersiapkan diri menghadapi akhir hidup dengan damai.

Urgensi penelitian ini berfokus pada pentingnya penerapan Bimbingan Konseling Islam dalam mengatasi kecemasan kematian yang dialami oleh lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Bantul. Lansia sering kali menghadapi berbagai tantangan, baik fisik, kognitif, maupun emosional, yang memperkuat rasa takut dan kecemasan terhadap kematian. Kecemasan yang berlarut-larut dapat mengakibatkan munculnya gangguan psikologis yang lebih serius,

seperti depresi dan kecemasan umum, yang pada akhirnya mengurangi kualitas hidup mereka. Dalam konteks ini, Bimbingan Konseling Islam tidak hanya berfungsi sebagai dukungan psikologis, tetapi juga sebagai sumber kekuatan spiritual yang membantu lansia menerima dan menghadapi kematian dengan lebih damai.

Meskipun telah banyak penelitian yang mengkaji kecemasan kematian pada lansia, masih terdapat gap dalam pemahaman tentang bagaimana pendekatan Bimbingan Konseling Islam dapat diterapkan secara efektif dalam konteks ini, terutama di lingkungan panti sosial. Novelty penelitian ini terletak pada pengintegrasian konsep Bimbingan Konseling Islam dalam mengatasi kecemasan kematian di kalangan lansia. Penelitian ini tidak hanya berupaya untuk memahami kecemasan kematian dari sudut pandang psikologis, tetapi juga mengeksplorasi bagaimana nilai-nilai Islam dapat membantu lansia dalam merelakan dan menerima kematian sebagai bagian dari siklus hidup yang telah ditentukan oleh Tuhan. Dengan melibatkan elemen spiritual, penelitian ini berpotensi memberikan pendekatan yang lebih holistik dalam menangani kecemasan kematian, menciptakan sinergi antara kesehatan mental dan spiritual.

Penelitian ini berakar pada kebutuhan mendesak untuk memahami dan mengatasi kecemasan kematian yang dialami oleh lansia, khususnya di Panti Sosial Tresna Werdha Bantul. Dengan bertambahnya populasi lansia di Indonesia, masalah kesehatan mental yang terkait dengan proses penuaan, termasuk kecemasan akan kematian, menjadi isu yang semakin relevan dan

memerlukan perhatian lebih. Keterasingan sosial yang dialami oleh lansia di panti, ditambah dengan penurunan fungsi kognitif, sering kali membuat mereka merasa kehilangan kendali dan makna hidup. Ini menjadi tantangan yang tidak hanya berdampak pada kesejahteraan psikologis mereka, tetapi juga kualitas hidup secara keseluruhan.

Pendekatan Bimbingan Konseling Islam yang berfokus pada upaya mengatasi kecemasan kematian pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Bantul diharapkan mampu memberikan solusi yang lebih relevan dan sesuai dengan kebutuhan spiritual lansia Muslim. Lansia yang tinggal di panti sosial tidak hanya membutuhkan dukungan fisik dan emosional, tetapi juga perhatian khusus terhadap kebutuhan spiritual mereka. Dalam konteks ini, bimbingan konseling Islam memainkan peran penting dalam membantu lansia memahami makna hidup dan kematian melalui pendekatan yang berlandaskan nilai-nilai keimanan. Pendekatan ini dirancang untuk memberikan ketenangan batin dan memperkuat keyakinan mereka terhadap takdir Ilahi, sehingga kecemasan terhadap kematian dapat diredam dan digantikan dengan rasa damai serta penerimaan.

Melalui penelitian ini, peneliti ingin mengeksplorasi bagaimana integrasi bimbingan konseling berbasis nilai-nilai Islam dapat menjadi solusi yang efektif dalam mengurangi kecemasan dan meningkatkan kesejahteraan mental lansia. Penelitian ini tidak hanya bertujuan untuk mengembangkan metode yang sesuai secara teoritis, tetapi juga untuk memahami secara mendalam bagaimana lansia merespons pendekatan ini dalam konteks

kehidupan sehari-hari mereka di panti sosial. Dengan memberikan fokus pada aspek spiritual, penelitian ini diharapkan dapat menghasilkan panduan praktis yang mampu membantu lansia menemukan kedamaian dalam menjalani sisa hidup mereka, sekaligus membangun pendekatan baru yang lebih humanis dalam bimbingan konseling untuk kelompok usia lanjut.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana kondisi kecemasan kematian pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Bantul?
2. Bagaimana proses penerapan bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kecemasan kematian pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Bantul?

C. Tujuan Penelitian dan Signifikansi Penelitian

Penelitian ini memiliki dua tujuan utama yang menjadi fokus dalam mengkaji kecemasan kematian pada lansia dan penerapan bimbingan konseling Islam sebagai upaya untuk mengurangi kecemasan tersebut. Adapun tujuan-tujuan tersebut adalah:

1. Mengetahui Kondisi Kecemasan Kematian yang Dialami oleh Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Bantul: Tujuan pertama dari penelitian ini adalah untuk menggali dan memahami kondisi kecemasan kematian yang dialami oleh lansia yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Bantul. Lansia sering kali mengalami perasaan cemas yang lebih besar terhadap kematian karena berbagai faktor, termasuk isolasi sosial, kehilangan orang-orang terdekat, penurunan kesehatan fisik, dan ketidakpastian mengenai kehidupan setelah mati. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi

faktor-faktor penyebab kecemasan tersebut dan memberikan gambaran mendalam mengenai perasaan, pikiran, dan sikap lansia terhadap kematian. Dengan mengetahui kondisi kecemasan yang dialami lansia, diharapkan dapat ditemukan pemahaman yang lebih baik mengenai dampak psikologis yang mereka rasakan dan bagaimana hal ini memengaruhi kesejahteraan mereka secara keseluruhan.

2. Menganalisis Proses Penerapan Bimbingan Konseling Islam dalam Upaya Mengatasi Kecemasan Kematian pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Bantul: Tujuan kedua adalah untuk menganalisis dan mendeskripsikan proses penerapan bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kecemasan kematian pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Bantul. Bimbingan konseling Islam, yang didasarkan pada nilai-nilai agama dan prinsip-prinsip spiritual Islam, diyakini dapat memberikan pendekatan yang lebih holistik dalam mengurangi kecemasan tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk menggali bagaimana bimbingan konseling Islam diterapkan pada lansia, serta tahapan-tahapan dan teknik-teknik konseling yang digunakan untuk membantu lansia menghadapi kecemasan tentang kematian. Fokus utama dari penelitian ini adalah untuk menganalisis perubahan yang terjadi pada lansia, baik dari segi persepsi, sikap, maupun emosi mereka setelah mengikuti proses bimbingan konseling Islam. Dengan demikian, penelitian ini berusaha untuk menunjukkan efektivitas pendekatan ini dalam memberikan ketenangan batin dan meningkatkan kesiapan lansia dalam menghadapi kematian.

Penelitian ini memiliki signifikansi yang besar, baik dari segi akademis, praktis, maupun sosial. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang berarti dalam berbagai aspek sebagai berikut:

- 1. Signifikansi Akademis:** Penelitian ini berkontribusi terhadap pengembangan ilmu pengetahuan di bidang psikologi, konseling, dan studi Islam, khususnya dalam konteks kecemasan kematian pada lansia. Penelitian ini akan memperkaya literatur yang ada mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan kematian pada lansia, serta menjelaskan bagaimana bimbingan konseling Islam dapat menjadi pendekatan yang efektif untuk mengatasi perasaan tersebut. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang terkait dengan masalah psikologis pada lansia dan intervensi berbasis agama.
- 2. Signifikansi Praktis** Dari segi praktis, hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan bagi praktisi bimbingan konseling, terutama yang bekerja dengan lansia, untuk memahami dan menerapkan pendekatan berbasis spiritual dalam membantu mengatasi kecemasan kematian. Penelitian ini juga dapat menjadi acuan bagi lembaga-lembaga sosial dan panti sosial dalam mengembangkan program konseling yang lebih komprehensif, mengintegrasikan aspek spiritual dan psikologis dalam upaya meningkatkan kualitas hidup lansia. Dengan demikian, penelitian ini juga dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan kebijakan dan program-program yang lebih menyeluruh untuk kesejahteraan lansia.

3. Signifikansi Sosial: Dari sisi sosial, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat, terutama keluarga dan lingkungan sekitar lansia, tentang pentingnya perhatian terhadap aspek psikologis lansia, khususnya terkait kecemasan kematian. Dengan memahami bagaimana kecemasan kematian dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis lansia, masyarakat dapat lebih siap memberikan dukungan yang dibutuhkan lansia, baik dari sisi emosional maupun spiritual. Hasil penelitian ini dapat mengedukasi masyarakat tentang pentingnya peran dukungan sosial dan spiritual dalam membantu lansia mengatasi kecemasan mereka terhadap kematian.

Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memiliki manfaat bagi pengembangan teori dan praktik bimbingan konseling Islam, tetapi juga diharapkan dapat memberikan dampak positif dalam meningkatkan kualitas hidup lansia dan memperbaiki sistem pelayanan sosial di panti-panti sosial.

D. Kajian Pustaka

Penelitian yang dilakukan oleh Zulfa²¹ mengungkapkan bahwa bimbingan konseling Islam yang berfokus pada pendekatan spiritual efektif dalam mengurangi kecemasan dan depresi pada lansia di panti sosial. Melalui peningkatan kesadaran tentang kehidupan akhirat dan pemahaman bahwa kematian adalah takdir yang tak terhindarkan, lansia dapat mengurangi ketakutan terhadap kematian. Studi ini menekankan pentingnya ibadah dan kegiatan spiritual seperti salat, dzikir, dan pembacaan Al-Qur'an untuk

²¹ Inayatuz. Zulfa, "Peran Pembimbing Agama Dalam Menghadapi Kecemasan Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3 Jakarta Selatan" (Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta., 2022).

menciptakan rasa kedamaian batin, yang pada gilirannya memperbaiki kesejahteraan emosional lansia. Penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan spiritual memberikan cara yang efektif untuk menghadapi kecemasan yang berkaitan dengan kematian dengan cara yang lebih tenang dan penuh penerimaan terhadap takdir.

Penelitian dari Karni ²² juga menunjukkan bahwa bimbingan konseling Islam berperan penting dalam membantu lansia menghadapi transisi menuju akhir hayat dengan lebih tenang dan ikhlas. Hidayat menemukan bahwa lansia yang menerima bimbingan ini merasa lebih siap secara mental dan spiritual untuk menghadapi kematian. Dalam pendekatan ini, konsep-konsep dasar Islam seperti *tawakal* (berserah diri kepada Allah), *sabar* (kesabaran), dan *ikhlas* (keikhlasan) diajarkan untuk memberikan rasa tenang kepada lansia. Penelitian ini memperkuat hasil penelitian Syamsuddin, meskipun penekanan Hidayat lebih pada pengajaran tentang makna hidup dan kematian, serta bagaimana penerimaan terhadap kematian dapat dimaksimalkan melalui pemahaman yang lebih dalam tentang ajaran Islam.

Abidin dkk ²³ dalam penelitiannya menemukan bahwa pendekatan bimbingan konseling Islam yang melibatkan pengajian dan tanya jawab dengan ulama atau konselor Islam dapat membantu lansia yang mengalami kecemasan kematian. Melalui diskusi yang lebih interaktif, lansia dapat memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang kehidupan setelah mati serta makna

²² Asniti Karni, “Urgensi Bimbingan Dan Konseling Islam Bagi Lanjut Usia,” *Jurnal Ilmiah Syi’ar* 17, no. 2 (2017): 53, <https://doi.org/10.29300/syr.v17i2.895>.

²³ Budiyono and Abidin, “Dinamika Psikologis Lansia Yang Tinggal Di Panti Jompo Dan Implikasinya Bagi Layanan Konseling Islam.”

takdir dalam Islam. Pendekatan ini memperlihatkan bahwa, selain ibadah, interaksi sosial dan dukungan sosial melalui bimbingan yang bersifat dialogis juga sangat penting dalam membantu lansia mengelola kecemasan terkait kematian.

Hasil penelitian dari Lestari²⁴ mengonfirmasi bahwa konseling Islam dapat memberikan ketenangan pada lansia di panti jompo. Namun, Suryani menemukan bahwa dampaknya lebih signifikan bagi lansia yang memiliki latar belakang agama Islam yang kuat. Bagi lansia yang tidak memiliki pemahaman Islam yang mendalam, konseling Islam cenderung lebih sulit diterima. Hal ini menunjukkan perlunya pendekatan yang lebih inklusif dan adaptif yang dapat menjangkau lansia dari berbagai latar belakang agama dan kesiapan mereka dalam menerima pendekatan berbasis agama. Penelitian ini mengangkat tantangan dalam penerapan bimbingan konseling Islam, yang mungkin perlu disesuaikan dengan kondisi keagamaan dan psikologis individu.

Penelitian oleh Yuliati²⁵ memberikan perspektif baru tentang bagaimana pengaruh lingkungan sosial, seperti keluarga dan komunitas, dalam mendukung penerimaan lansia terhadap bimbingan konseling Islam. Penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial yang kuat dari keluarga dan teman-teman dekat dapat memperkuat keberhasilan bimbingan konseling Islam dalam mengurangi kecemasan kematian. Bimbingan konseling yang dilakukan secara individu seringkali lebih efektif ketika didukung oleh interaksi sosial yang

²⁴ D. M. Parasari, T. A. G., & Lestari, "Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Kelurahan Sading," *Jurnal Psikologi Udayana*, 2, no. 1 (2015).

²⁵ & Ririanty Yuliati, B., "Perbedaan Kualitas Hidup Lansia Yang Tinggal Di Komunitas Dengan Di Pelayanan Sosial Lanjut Usia," *Urnal Pustaka Kesehatan*, 2, no. 1 (2014).

positif, memberikan rasa bahwa mereka tidak sendiri dalam menghadapi kenyataan hidup dan kematian.

Dari kajian penelitian terdahulu, dapat disimpulkan bahwa bimbingan konseling Islam memiliki dampak yang signifikan dalam mengurangi kecemasan kematian pada lansia. Pendekatan spiritual melalui ibadah, pemahaman tentang kehidupan akhirat, dan penerimaan terhadap takdir Allah terbukti memberikan ketenangan batin yang membantu lansia menghadapi kematian dengan lebih tenang dan ikhlas. Namun, meskipun terdapat kesamaan dalam prinsip dasar yang digunakan, terdapat perbedaan dalam pendekatan masing-masing penelitian, terutama terkait dengan cara-cara yang digunakan untuk memperkuat pemahaman spiritual lansia, baik melalui ibadah, pengajaran konsep-konsep Islam, maupun interaksi sosial dalam bimbingan konseling. Penelitian juga menunjukkan bahwa kecemasan terkait kematian dapat diatasi dengan pendekatan yang mengintegrasikan keimanan dan pemahaman agama dalam menghadapi transisi hidup yang berat ini.

Meskipun banyak penelitian yang mengonfirmasi efektivitas pendekatan bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kecemasan kematian pada lansia, terdapat gap yang perlu diperhatikan. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa dampak konseling Islam lebih efektif pada lansia dengan latar belakang agama yang kuat, sementara lansia dengan pemahaman agama yang kurang mendalam mungkin kesulitan dalam menerima pendekatan ini. Selain itu, penekanan pada dukungan sosial sebagai faktor penunjang keberhasilan konseling Islam, yang baru-baru ini ditemukan dalam penelitian

Wulandari (2017), belum banyak dibahas dalam penelitian sebelumnya. Oleh karena itu, penelitian lebih lanjut dapat mengeksplorasi lebih dalam tentang bagaimana bimbingan konseling Islam dapat disesuaikan untuk berbagai latar belakang agama dan kesiapan psikologis lansia, serta bagaimana faktor-faktor sosial seperti dukungan keluarga dapat mempengaruhi efektivitas pendekatan ini.

E. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif²⁶ dengan metode studi kasus²⁷, yang dirancang untuk memahami secara mendalam pengalaman pribadi lansia dalam menghadapi kecemasan kematian dan bagaimana bimbingan konseling Islam dapat berperan dalam mengurangi kecemasan tersebut. Pendekatan kualitatif dipilih karena pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi secara holistik, mendalam, dan kontekstual perasaan, persepsi, serta pandangan lansia terhadap kematian dalam kerangka budaya dan agama mereka. Fokus utama penelitian ini adalah untuk menggali pengalaman subjektif lansia terkait kecemasan kematian dan bagaimana proses bimbingan konseling Islam dapat memberikan solusi dan kontribusi dalam mengurangi perasaan tersebut.

Dalam penelitian ini, bimbingan konseling Islam tidak hanya dilihat sebagai suatu metode terapi psikologis, tetapi juga sebagai pendekatan spiritual yang memberikan pencerahan batin, kedamaian, dan ketenangan dalam menghadapi ketidakpastian yang terkait dengan kematian.

²⁶ Moleong. Lexy J., *Metode Penelitian Kualitatif* (Jakarta: Rineka Cipta, 2005).

²⁷ Lexy J. Moelong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung.: PT Remaja Rosdakarya., 2007).

Metode studi kasus dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi fenomena kecemasan kematian dalam konteks yang sangat spesifik, yaitu pada lansia yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Bantul, Yogyakarta. Panti Sosial Tresna Werdha dipilih sebagai lokasi penelitian karena panti ini menjadi tempat tinggal bagi lansia yang sering kali menghadapi berbagai tantangan psikologis dan sosial, termasuk kecemasan terhadap kematian. Penelitian ini berfokus pada satu lokasi, sehingga memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi mendalam dan interaksi langsung dengan subjek penelitian dalam konteks yang lebih terkendali dan terfokus.

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini adalah Panti Sosial Tresna Werdha Bantul, yang berlokasi di Yogyakarta, sebuah kota yang memiliki nilai budaya dan spiritual yang kuat. Panti Sosial Tresna Werdha Bantul dipilih sebagai lokasi penelitian karena merupakan lembaga sosial yang menampung lansia yang tidak memiliki keluarga atau yang membutuhkan perhatian dan dukungan khusus, baik dalam aspek fisik maupun spiritual. Lansia yang tinggal di panti ini sering kali menghadapi perasaan kesepian, kehilangan, dan ketidakpastian terkait dengan masa depan mereka, yang memperburuk kecemasan mereka terhadap kematian. Selain itu, panti sosial ini juga menjadi tempat yang strategis untuk melakukan intervensi bimbingan konseling Islam, karena lingkungan yang terpusat dan mendukung, serta adanya kesempatan untuk memberikan perawatan dan pendampingan yang lebih mendalam.

2. Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah lansia yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Bantul, dengan fokus pada mereka yang menunjukkan tanda-tanda kecemasan terkait kematian. Pemilihan subjek dilakukan dengan teknik purposive sampling, di mana peneliti memilih lansia berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Kriteria tersebut meliputi: Lansia yang berusia 60 tahun ke atas, karena mereka berada dalam tahap akhir kehidupan, di mana kecemasan terhadap kematian sering kali muncul sebagai respons terhadap penurunan kondisi fisik dan psikologis. Lansia yang menunjukkan tanda-tanda kecemasan terhadap kematian, yang telah teridentifikasi melalui hasil asesmen awal dari konselor atau tenaga pendamping. Lansia yang bersedia mengikuti proses bimbingan konseling Islam dan berpartisipasi dalam penelitian ini. Partisipasi mereka sangat penting untuk kelancaran proses penelitian, karena mereka harus terbuka untuk menerima intervensi konseling dan memberikan wawasan mengenai pengalaman mereka.

Penelitian ini melibatkan beberapa subjek lansia yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Bantul, dengan berbagai latar belakang dan pengalaman yang relevan untuk mengeksplorasi kecemasan kematian serta bagaimana bimbingan konseling Islam dapat membantu mengurangi kecemasan tersebut.

Berikut adalah narasi mengenai masing-masing subjek penelitian:

- 1) SJ adalah seorang wanita berusia 70 tahun yang telah tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha selama 4 tahun, berasal dari Mbrajan. Meskipun usianya

yang sudah lanjut, SJ tidak merasakan kecemasan terhadap kematian. Dalam pandangannya, kehidupan adalah sebuah perjalanan yang harus diterima dengan ikhlas dan pasrah, karena kematian adalah takdir yang tidak bisa dihindari. Kekuatan ibadah yang kuat dan rasa pasrah kepada Allah menjadikannya seorang lansia yang tenang dan tidak dihantui rasa takut atau cemas mengenai kematian. Bagi SJ, kematian adalah sebuah bagian alami dari kehidupan yang harus dijalani dengan penuh keikhlasan, tanpa perlu takut atau khawatir.

- 2) IS, yang berusia 64 tahun, telah tinggal di panti sosial ini selama 2,5 tahun, berasal dari Gamping. Berbeda dengan SJ, Ibu IS merasakan kecemasan yang cukup besar terkait dengan kematian. Salah satu faktor yang memperburuk kecemasannya adalah perasaan kesepian, karena ia tidak memiliki keluarga atau saudara yang bisa mendampingi dan mendukungnya. Ibu IS merasa terisolasi dan merasa tidak ada yang peduli dengan dirinya, yang membuatnya semakin khawatir tentang apa yang akan terjadi setelah kematian. Ketidakpastian dan ketakutan akan kematian, ditambah dengan perasaan terasing dari orang-orang terdekat, membuatnya merasa lebih cemas dan tidak siap menghadapi akhir hidup. Melalui bimbingan konseling Islam, ia berharap dapat menemukan kedamaian dalam hati dan menerima kenyataan kematian dengan lebih tenang.
- 3) GN, yang berusia 64 tahun dan telah tinggal di panti sosial selama 13 tahun, merupakan seorang lansia yang memiliki pandangan yang sangat berbeda mengenai kematian. GN tidak merasa takut atau cemas tentang kematian.

Baginya, kematian adalah bagian dari takdir yang tak terhindarkan, dan ia lebih memilih untuk hidup dengan menerima kenyataan ini tanpa harus terbebani dengan rasa takut. Sikapnya yang tenang dan penuh penerimaan ini mencerminkan kedalaman pemahaman spiritual yang dimilikinya, di mana ia percaya bahwa setiap jiwa akan kembali kepada Sang Pencipta pada waktunya. Meskipun tinggal di panti sosial, GN merasa bahwa hidupnya memiliki tujuan yang lebih besar, dan kematian bukanlah akhir, melainkan sebuah peralihan menuju kehidupan yang lebih baik.

- 4) BG, yang berusia 71 tahun dan telah tinggal di panti sosial selama 1 tahun, memiliki pengalaman hidup yang penuh dengan penyesalan dan ketakutan akan kematian. Sebagai seorang mantan supir yang sering menjalani hidup yang bebas dan kadang tidak sesuai dengan norma-norma agama, BG merasa banyak melakukan dosa di masa lalu. Ketakutan terhadap kematian timbul karena perasaan bersalah yang mendalam, di mana ia merasa belum cukup melakukan amal ibadah yang baik untuk menghadap Allah. BG sering dihantui oleh pikiran tentang apa yang akan terjadi padanya setelah mati, mengingat masa lalunya yang penuh dengan perbuatan yang ia anggap tidak sesuai dengan tuntunan agama. Kecemasan ini semakin kuat dengan usia yang semakin bertambah, membuatnya merasa tidak siap menghadapi kematian. Namun, BG berharap bahwa dengan bimbingan konseling Islam, ia dapat memperoleh ketenangan dan belajar untuk memaafkan dirinya sendiri.

5) Ustadzah SY, berusia 63 tahun, telah tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha selama 5 tahun sebagai seorang ustazah yang bertugas memberikan materi agama kepada lansia. Sebagai seorang pengajar, Ustadzah SY memiliki peran yang sangat penting dalam memberikan pemahaman spiritual kepada para lansia mengenai kematian dan kehidupan setelah mati. Dalam sesi bimbingan konseling Islam, beliau sering memberikan pengajaran yang bertujuan untuk menghilangkan kecemasan dan rasa takut terhadap kematian, serta memperkuat keimanan lansia terhadap takdir Allah. Ustadzah SY menjelaskan bahwa kematian bukanlah sesuatu yang perlu ditakuti, tetapi harus diterima dengan lapang dada sebagai bagian dari perjalanan hidup yang penuh dengan hikmah. Bimbingan yang diberikan oleh Ustadzah SY sangat membantu lansia untuk lebih memahami dan mempersiapkan diri menghadapi kematian dengan ketenangan hati.

Jumlah subjek penelitian ditentukan dengan prinsip saturasi data, yang berarti bahwa penelitian ini akan berhenti ketika tidak ada lagi informasi baru yang muncul dari wawancara atau observasi. Prinsip saturasi data ini memastikan bahwa data yang diperoleh cukup untuk menggambarkan fenomena yang sedang diteliti secara mendalam dan komprehensif, tanpa adanya kebutuhan untuk mengumpulkan lebih banyak subjek yang dapat menambah kompleksitas penelitian.

3. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui tiga teknik utama yang saling mendukung untuk menggali dan memahami secara

mendalam pengalaman lansia dalam menghadapi kecemasan kematian, serta bagaimana bimbingan konseling Islam berperan dalam mengurangi kecemasan tersebut. Teknik-teknik pengumpulan data yang digunakan meliputi wawancara mendalam, observasi partisipan, dan studi dokumentasi, yang kesemuanya bertujuan untuk mendapatkan informasi yang komprehensif mengenai kondisi psikologis dan spiritual lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Bantul.

a. Wawancara Mendalam

Wawancara mendalam merupakan teknik pengumpulan data utama dalam penelitian ini. Wawancara ini dilakukan dengan pendekatan semi-terstruktur, di mana peneliti memanfaatkan panduan wawancara sebagai kerangka untuk menggali informasi penting dari subjek, namun tetap memberikan kebebasan bagi lansia untuk berbicara lebih bebas mengenai pengalaman dan perasaan mereka. Pendekatan semi-terstruktur ini dipilih untuk memastikan bahwa informasi yang diperoleh relevan dengan topik penelitian, namun tetap memungkinkan ruang bagi subjek untuk mengungkapkan pengalaman pribadi mereka dengan cara yang lebih terbuka dan tidak terbatas.

Tujuan wawancara adalah untuk menggali beberapa aspek penting yang berkaitan dengan kecemasan kematian, termasuk: Peneliti mengajukan pertanyaan yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana lansia merasakan kecemasan atau ketakutan terhadap kematian, apakah mereka merasa tertekan dengan ide tentang kematian, ataukah mereka lebih dapat menerima kenyataan tersebut seiring bertambahnya usia. Peneliti menggali bagaimana pandangan

lansia mengenai makna kematian dalam perspektif agama dan budaya mereka. Di sini, wawancara bertujuan untuk memahami keyakinan mereka mengenai kehidupan setelah mati, dan bagaimana keyakinan tersebut memengaruhi persepsi mereka tentang kematian.

Melalui wawancara ini, peneliti ingin mengetahui sejauh mana lansia merasakan manfaat dari sesi bimbingan konseling Islam yang telah mereka ikuti. Apakah mereka merasa lebih tenang, lebih siap menghadapi kematian, ataukah bimbingan ini memberi dampak positif dalam mengurangi kecemasan yang mereka rasakan. Wawancara dilakukan secara tatap muka, yang memungkinkan peneliti untuk mencatat nuansa emosi, ekspresi wajah, dan intonasi suara lansia, yang akan memberikan wawasan tambahan terkait dengan perasaan mereka. Setiap wawancara direkam untuk memudahkan analisis data lebih lanjut.

b. Observasi Partisipan

Observasi partisipan adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan secara langsung selama proses bimbingan konseling Islam berlangsung. Dalam observasi ini, peneliti berperan sebagai pengamat yang turut hadir dalam sesi bimbingan, namun tidak terlibat secara langsung dalam interaksi konseling. Peneliti mengamati dan mencatat perubahan-perubahan yang terjadi pada lansia, baik secara emosional maupun perilaku, selama mereka mengikuti program konseling.

Selama observasi, peneliti mencatat reaksi dan perubahan emosi lansia yang mungkin terjadi sebagai respons terhadap pendekatan bimbingan

konseling Islam. Beberapa aspek yang diamati meliputi ekspresi wajah, bahasa tubuh, dan kata-kata yang diucapkan lansia terkait dengan perasaan mereka terhadap kematian sebelum dan setelah sesi konseling. Observasi ini sangat penting untuk menilai sejauh mana bimbingan konseling Islam dapat mempengaruhi perubahan psikologis lansia, seperti penurunan kecemasan, peningkatan kedamaian batin, atau perubahan persepsi tentang kematian.

Observasi dilakukan secara berkelanjutan selama beberapa sesi konseling, sehingga peneliti dapat memperoleh gambaran menyeluruh tentang perkembangan lansia dalam menghadapi kecemasan kematian dan bagaimana mereka merespons intervensi yang diberikan oleh konselor.

c. Studi Dokumentai

Studi dokumentasi digunakan sebagai data tambahan untuk melengkapi wawancara dan observasi yang telah dilakukan. Dokumentasi ini mencakup berbagai catatan penting yang diperoleh selama proses konseling, seperti catatan perkembangan dari konselor terkait kondisi lansia sebelum dan sesudah mengikuti bimbingan konseling Islam. Catatan ini sangat berguna untuk memberikan konteks yang lebih dalam terkait perubahan yang terjadi pada lansia, baik dari segi emosional maupun spiritual.

Dokumentasi juga mencakup foto kegiatan yang diambil selama proses bimbingan konseling dapat memberikan gambaran visual mengenai suasana dan interaksi antara lansia dan konselor, yang memberikan dimensi tambahan dalam memahami dinamika yang terjadi. Semua data dokumentasi ini dikumpulkan secara sistematis dan dianalisis bersama dengan data

wawancara dan observasi, sehingga peneliti dapat menarik kesimpulan yang lebih mendalam dan akurat mengenai dampak bimbingan konseling Islam terhadap kecemasan kematian pada lansia.

Secara keseluruhan, pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan pendekatan yang holistik dan sistematis untuk memastikan bahwa semua aspek terkait kecemasan kematian pada lansia dapat digali secara mendalam. Melalui wawancara mendalam, peneliti mendapatkan pemahaman mengenai perasaan dan pandangan lansia tentang kematian serta bagaimana mereka menghadapi ketidakpastian yang menyertainya. Observasi partisipan memungkinkan peneliti untuk melihat perubahan nyata pada perilaku lansia selama sesi bimbingan konseling Islam, sementara studi dokumentasi memberikan informasi tambahan yang sangat berharga untuk memperkuat analisis.

Dengan memadukan ketiga teknik pengumpulan data ini, penelitian diharapkan dapat memberikan gambaran yang komprehensif mengenai peran bimbingan konseling Islam dalam mengurangi kecemasan kematian pada lansia, serta memberikan wawasan yang lebih dalam mengenai interaksi antara aspek psikologis dan spiritual dalam proses penurunan kecemasan tersebut.

4. Teknik Analisis Data

Proses analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode analisis tematik, yang memungkinkan peneliti untuk

menggali makna dan pola-pola yang terkandung dalam data yang diperoleh dari wawancara, observasi, dan dokumentasi.²⁸

Proses ini dimulai dengan reduksi data, di mana peneliti akan menyaring dan merangkum informasi yang diperoleh dari lapangan untuk memilih data yang paling relevan dengan tujuan penelitian. Fokus utama data yang dipilih adalah yang berkaitan dengan kecemasan kematian yang dialami lansia serta dampak dari bimbingan konseling Islam terhadap kecemasan tersebut. Pada tahap ini, peneliti akan menyingkirkan informasi yang tidak mendukung atau tidak relevan dengan topik penelitian untuk menjaga kualitas dan kedalaman analisis.

Setelah data direduksi, langkah selanjutnya adalah pengkodean data. Di sini, peneliti akan mengelompokkan informasi yang telah disaring ke dalam tema-tema tertentu yang muncul dari data itu sendiri. Tema-tema ini dapat mencakup berbagai aspek yang berhubungan dengan kecemasan kematian, seperti "kecemasan kematian", "pemahaman terhadap kematian dalam Islam", "reaksi terhadap konseling", dan "efektivitas konseling". Pengkodean data ini bertujuan untuk mempermudah peneliti dalam mengidentifikasi pola-pola dan hubungan antar data yang relevan. Setiap tema yang muncul akan diberi kode atau label tertentu, yang selanjutnya akan dianalisis untuk memahami makna yang terkandung di dalamnya dan bagaimana tema-tema tersebut berhubungan dengan perubahan yang terjadi pada lansia setelah mengikuti bimbingan konseling Islam.

²⁸ Moleong. Lexy J., *Metodologi Penelitian Kualitatif* (jakarta: PT. Remaja Rosdakarya, 2021).

Setelah pengkodean selesai, peneliti akan melanjutkan ke tahap penarikan kesimpulan. Pada tahap ini, data yang telah dikelompokkan dan dianalisis akan disusun untuk menghasilkan kesimpulan yang didasarkan pada temuan-temuan yang muncul dari penelitian. Peneliti akan menilai bagaimana bimbingan konseling Islam telah mempengaruhi kecemasan kematian pada lansia, dengan fokus pada perubahan yang terjadi pada persepsi mereka tentang kematian, reaksi mereka terhadap konseling, serta sejauh mana mereka merasa lebih siap menghadapi kematian setelah menjalani sesi konseling. Kesimpulan ini akan memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai efektivitas pendekatan bimbingan konseling Islam dalam membantu lansia mengurangi kecemasan mereka terhadap kematian, serta memberikan wawasan lebih dalam tentang bagaimana pendekatan ini dapat diterapkan dalam konteks lain yang serupa.

Proses analisis data ini akan terus dilakukan secara sistematis dan reflektif untuk memastikan bahwa hasil penelitian benar-benar mencerminkan pengalaman lansia yang mendalam dalam menghadapi kecemasan kematian, serta menggambarkan dengan jelas bagaimana bimbingan konseling Islam dapat berperan dalam meredakan kecemasan tersebut. Dengan cara ini, analisis data tidak hanya akan menghasilkan temuan yang valid dan terpercaya, tetapi juga memberi kontribusi yang berarti terhadap pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang bimbingan konseling Islam bagi lansia.

5. Keabsahan Data

Untuk memastikan keabsahan data dalam penelitian ini, beberapa teknik digunakan yang berfokus pada verifikasi dan validasi informasi agar hasil penelitian benar-benar mencerminkan pengalaman dan perspektif yang relevan. Tiga teknik utama yang digunakan adalah triangulasi sumber, member check, dan audit trail. Berikut adalah penjelasan lebih mendalam mengenai masing-masing teknik ini.

- a. Triangulasi Sumber:** Triangulasi sumber adalah teknik yang digunakan untuk memeriksa keandalan dan konsistensi data dengan membandingkan informasi yang diperoleh dari berbagai sumber. Dalam penelitian ini, triangulasi dilakukan dengan membandingkan data yang diperoleh dari wawancara, observasi, dan dokumentasi. Proses ini bertujuan untuk memastikan bahwa temuan yang diperoleh dari masing-masing teknik pengumpulan data tidak saling bertentangan, melainkan saling mendukung satu sama lain. Misalnya, jika wawancara dengan lansia menunjukkan adanya kecemasan terhadap kematian, pengamatan langsung dalam sesi konseling atau catatan dokumentasi yang dihasilkan oleh konselor harus memberikan gambaran yang serupa. Dengan cara ini, penelitian ini memastikan bahwa hasil yang diperoleh bersifat valid dan dapat dipertanggungjawabkan.
- b. Member Check:** Member check adalah teknik di mana peneliti mengajak subjek penelitian untuk memverifikasi kembali hasil wawancara yang telah dilakukan. Hal ini memungkinkan subjek penelitian untuk mengonfirmasi

apakah penafsiran dan analisis peneliti terhadap informasi yang diberikan sesuai dengan pengalaman mereka. Proses member check ini tidak hanya memperkaya hasil penelitian, tetapi juga memberikan kesempatan bagi subjek untuk mengoreksi atau menambahkan informasi yang mungkin terlewatkan. Sebagai contoh, setelah peneliti melakukan wawancara tentang kecemasan kematian, lansia yang diwawancara akan diminta untuk meninjau kembali hasil wawancara dan memberikan klarifikasi atau penjelasan lebih lanjut jika ada bagian yang dirasa tidak akurat atau tidak lengkap. Teknik ini membantu meningkatkan kepercayaan terhadap keabsahan data yang dikumpulkan.

- c. Audit Trail: Audit trail adalah teknik yang digunakan untuk memastikan transparansi dan akurasi dalam proses penelitian. Dalam praktiknya, peneliti akan menyimpan catatan rinci dari seluruh proses penelitian, termasuk langkah-langkah pengumpulan data, analisis data, dan keputusan-keputusan yang diambil selama penelitian berlangsung. Catatan ini dapat berupa rekaman wawancara, transkrip, lembar observasi, serta dokumen-dokumen lain yang menunjukkan bagaimana data dikumpulkan dan dianalisis. Audit trail memungkinkan pihak luar atau auditor untuk melacak proses penelitian secara keseluruhan dan memastikan bahwa semua langkah yang diambil dalam penelitian telah dilakukan dengan cermat dan sesuai dengan standar metodologi yang berlaku. Selain itu, audit trail membantu peneliti untuk merefleksikan kembali keputusan yang diambil selama proses penelitian dan memastikan bahwa tidak ada bias yang memengaruhi hasil akhir penelitian.

F. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan dalam penelitian ini dirancang untuk memberikan struktur yang jelas dan komprehensif dalam menyajikan hasil penelitian secara terorganisir. Penulisan tesis ini terdiri dari beberapa bab yang masing-masing berfokus pada aspek-aspek yang saling berkaitan untuk mencapai tujuan penelitian. Berikut adalah rincian sistematika pembahasan yang akan diikuti dalam penelitian ini:

Bab I: Pendahuluan Bab pertama akan menyajikan pendahuluan yang mencakup latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, metode penelitian serta sistematika penulisan. Latar belakang masalah akan menjelaskan konteks dan urgensi penelitian mengenai kecemasan kematian pada lansia serta relevansi bimbingan konseling Islam dalam mengatasi masalah tersebut. Rumusan masalah akan merinci pertanyaan-pertanyaan utama yang akan dijawab dalam penelitian ini. Tujuan penelitian akan menjelaskan secara spesifik apa yang ingin dicapai, sementara signifikansi masalah akan mengungkapkan pentingnya penelitian ini dalam konteks ilmu pengetahuan, praktik bimbingan konseling Islam, dan kebutuhan praktis bagi lansia. Selanjutnya, kajian pustaka akan menyajikan teori-teori dan penelitian sebelumnya yang relevan, yang membentuk dasar pemikiran penelitian ini. Kerangka teoritis akan memberikan penjelasan tentang landasan teoretis yang digunakan dalam menganalisis data, sedangkan metode penelitian akan menjelaskan pendekatan dan teknik yang diterapkan dalam penelitian ini. Bab

pertama ini diakhiri dengan penjelasan tentang sistematika pembahasan, yang memberikan gambaran tentang struktur tesis secara keseluruhan.

Bab II: Berfokus pada kerangka teori yang menjadi landasan konsep dalam penelitian dengan mengulas teori-teori yang relevan dan juga hipotesis dari penelitian.

Bab III: Memaparkan tentang kecemasan kematian pada lansia dan penerapan bimbingan konseling islam: Bab ketiga berfokus pada pembahasan mengenai kecemasan kematian yang dialami oleh lansia, yang merupakan inti dari penelitian ini. Dalam bab ini, akan dibahas berbagai faktor yang mempengaruhi kecemasan kematian pada lansia, seperti kesepian, isolasi sosial, kehilangan orang tercinta, dan penurunan kondisi fisik. Analisis juga akan mencakup bagaimana kecemasan ini berhubungan dengan ketidakpastian mengenai kehidupan setelah mati. Selain itu, bab ini juga akan menguraikan proses penerapan bimbingan konseling Islam dalam menghadapi kecemasan kematian. Proses dan tahapan-tahapan dalam bimbingan konseling Islam akan dijelaskan secara rinci, mulai dari pemahaman awal tentang kecemasan kematian, penanaman keyakinan akan kehidupan setelah mati, hingga bagaimana konseling ini membantu lansia meraih ketenangan batin dan kesiapan menghadapi akhir hidup. Dalam bab ini, peneliti akan membahas hasil observasi dan wawancara dengan subjek penelitian, serta dampak yang ditimbulkan oleh bimbingan konseling Islam terhadap perubahan perilaku dan persepsi lansia tentang kematian.

Bab IV: Penutup: Bab terakhir, yaitu bab penutup, akan menyajikan kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dilakukan. Kesimpulan ini akan merangkum temuan-temuan penting yang dihasilkan dari analisis dan diskusi dalam bab-bab sebelumnya, khususnya mengenai kecemasan kematian pada lansia dan peran bimbingan konseling Islam dalam mengurangi kecemasan tersebut. Selain kesimpulan, bab ini juga akan memberikan saran-saran yang bersifat praktis dan teoretis. Saran tersebut dapat ditujukan kepada pihak-pihak terkait, seperti lembaga sosial, praktisi bimbingan konseling, maupun pembuat kebijakan, dengan tujuan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia dan memberikan perhatian lebih terhadap aspek spiritual dalam bimbingan konseling.

Dengan sistematika pembahasan ini, diharapkan penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang mendalam tentang kecemasan kematian pada lansia dan bagaimana bimbingan konseling Islam dapat menjadi solusi efektif untuk membantu lansia dalam menghadapi ketakutan mereka terhadap kematia

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Kondisi kecemasan yang dialami oleh lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Bantul bervariasi berdasarkan persepsi mereka terhadap kematian. Sebagian lansia, seperti SJ dan GN, menunjukkan sikap tenang dan menerima kematian sebagai bagian alami dari perjalanan hidup. Mereka tidak merasa cemas terhadap kematian karena memiliki pemahaman yang mendalam tentang takdir dan kehidupan setelah mati, serta memperkuat ketenangan batin mereka melalui ibadah yang konsisten. Sebaliknya, beberapa lansia lainnya, seperti IS dan BG, mengalami kecemasan yang lebih besar, terutama terkait dengan rasa kesepian dan penyesalan terhadap masa lalu mereka. IS merasa terisolasi tanpa dukungan keluarga, sedangkan BG dihantui perasaan bersalah akibat kehidupannya yang dianggap tidak sesuai dengan ajaran agama. Faktor-faktor seperti isolasi sosial dan penyesalan pribadi memperburuk kecemasan mereka terkait dengan kematian.
2. Penerapan bimbingan konseling Islam di Panti Sosial Tresna Werdha Bantul telah terbukti efektif dalam mengurangi kecemasan kematian yang dialami para lansia. Melalui kegiatan ibadah bersama seperti sholat berjamaah, dzikir, dan membaca Al-Qur'an, lansia diberikan kesempatan untuk mendekatkan diri kepada Tuhan dan memperoleh ketenangan batin. Selain itu, pengajian dan sesi konseling yang rutin memberikan

pemahaman lebih dalam tentang kehidupan dan kematian dalam ajaran Islam, yang membantu lansia menerima kematian dengan ikhlas. Bimbingan konseling ini juga menjadi ruang bagi lansia untuk mengungkapkan kecemasan dan kekhawatiran mereka. Lansia seperti IS dan BG merasa terbantu melalui dialog yang mendalam mengenai rasa takut mereka, sehingga mereka bisa meredakan kecemasan terkait perasaan bersalah dan ketakutan akan kematian. Dengan dukungan ini, lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Bantul dapat lebih siap menghadapi kematian dan merasakan kedamaian dalam hati mereka.

B. Saran

1. Peningkatan Program Bimbingan Konseling Islam Berdasarkan hasil penelitian, bimbingan konseling Islam terbukti efektif dalam membantu lansia mengatasi kecemasan terhadap kematian. Oleh karena itu, disarankan agar program bimbingan konseling ini diperluas dan ditingkatkan dengan melibatkan lebih banyak kegiatan yang mendalam, seperti pengajian yang lebih terstruktur, pembahasan mendalam mengenai kehidupan setelah mati, dan diskusi interaktif mengenai pemahaman takdir dan agama. Ini dapat memberikan pemahaman lebih luas dan memberikan ketenangan batin kepada lansia yang mengalami kecemasan lebih besar.
2. Peningkatan Dukungan Sosial untuk Lansia Kecemasan terhadap kematian pada lansia sering kali diperburuk oleh perasaan kesepian dan isolasi sosial. Oleh karena itu, penting bagi pengelola panti untuk

menciptakan lingkungan yang lebih mendukung secara sosial dengan meningkatkan interaksi antar-lansia dan melibatkan mereka dalam berbagai kegiatan sosial di luar ibadah, seperti kelompok diskusi, kegiatan rekreasi, dan pertemuan keluarga. Menghadirkan program yang dapat menghubungkan lansia dengan keluarga atau relawan juga dapat membantu mengurangi perasaan kesepian dan meningkatkan rasa aman mereka.

3. Pelatihan Konselor dan Pengurus Panti Sosial Agar bimbingan konseling Islam dapat diterapkan secara lebih optimal, disarankan untuk memberikan pelatihan lanjutan bagi konselor dan pengurus panti sosial tentang teknik-teknik konseling berbasis Islam yang lebih mendalam. Dengan pelatihan ini, konselor diharapkan dapat lebih efektif dalam membantu lansia yang mengalami kecemasan, memberikan panduan spiritual yang sesuai, serta memberikan dukungan psikologis yang lebih baik. Konselor yang terlatih juga dapat lebih peka terhadap kebutuhan emosional lansia yang beragam.
4. Penyediaan Fasilitas Kesehatan Mental yang Mendukung Selain bimbingan konseling Islam, penting untuk menyediakan fasilitas yang dapat mendukung kesejahteraan mental lansia, seperti ruang konseling pribadi dan pertemuan kelompok yang lebih intensif. Lansia yang mengalami kecemasan berat atau perasaan bersalah seperti BG, perlu mendapatkan perhatian khusus dalam sesi konseling yang dapat lebih mendalam. Melibatkan tenaga ahli seperti psikolog atau terapis spiritual

untuk memberikan konsultasi individual juga disarankan untuk membantu lansia menghadapi kecemasan yang lebih kompleks.

5. Peningkatan Keterlibatan Lansia dalam Pengambilan Keputusan Mengingat pentingnya rasa dihargai bagi lansia, sangat disarankan untuk melibatkan mereka lebih aktif dalam pengambilan keputusan terkait kegiatan di panti sosial. Memberikan mereka kesempatan untuk menyuarakan pendapat mereka, baik dalam hal kegiatan spiritual maupun sosial, dapat meningkatkan rasa memiliki dan kepercayaan diri mereka. Keterlibatan ini akan memberikan lansia rasa kontrol atas kehidupan mereka dan mengurangi rasa terasing.

Dengan penerapan saran-saran tersebut, diharapkan para lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Bantul dapat merasa lebih tenang, lebih siap menghadapi kematian, dan memiliki kualitas hidup yang lebih baik baik secara emosional, sosial, maupun spiritual.



DAFTAR PUSTAKA

- Abdel-Khalek, Ahmed M. ". "Why Do We Fear Death? The Construction and Validation of the Reasons for Death Fear Scale." *Death Studies* 26, no. 8 (2002): 669-680.
- Adriani Fitri, Muthoharoh Siti. "Hubungan Antara Religiusitas Dengan Kecemasan Kematian Pada Dewasa Tengah." *Jurnal Psikologi Kepribadian Dan Sosial* 3, no. 1 (2014).
- Afrizal. "Permasalahan Yang Dialami Lansia Dalam Menyesuaikan Diri Terhadap Penguasaan Tugas-Tugas Perkembangannya." *Urnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2, no. 2 (2018): 91–106.
- Al-Ghazali, Abu Hamid Muhammad. *Ihya Ulum Ad-Din*. Jilid 3. Beirut: Dar al-Fikr, 1989.
- Annisa, Dona Fitri, and Ifdil Ifdil. "Konsep Kecemasan (Anxiety) Pada Lanjut Usia (Lansia)." *Konselor* 5, no. 2 (2016): 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>.
- Anwar, M. Fuad. *Landasan Bimbingan Dan Konseling Islam*. Yogyakarta: Deepublish, 2019.
- Ardias, Widia Sri, and Putri Intan Purwari. "Kecemasan Pada Dewasa Tua (Lansia) Dalam Menghadapi Kematian." *Tajdid* 22, no. 1 (2019): 60-70.
- Ariadi, Purmansyah. "Kesehatan Mental Dalam Perspektif Islam." *Syifa' MEDIKA: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan* 3, no. 2 (2019): 118. <https://doi.org/10.32502/sm.v3i2.1433>.
- Arini, Diana Putri. "Emerging Adulthood: Pengembangan Teori Erikson Mengenai Teori Psikososial Pada Abad 21." *Jurnal Ilmiah Psyche* 15, no. 01 (2021): 11–20. <https://doi.org/10.33557/jpsyche.v15i01.1377>.
- Asih, Putri, Sri Mumpuni Yuniarisih, and Nunung Hasanah. "Hubungan Kesehatan Spiritual Lansia Dengan Persiapan Menghadapi Kematian." *Proceeding Seminar Nasional Keperawatan* 6, no. 1 (2020): 102–7. <http://conference.unsri.ac.id/index.php/SNK/article/view/1759/1028>.
- Azizah, Aimmatu Nur, and Siti Azizah Rahayu. "Hubungan Self-Esteem Dengan Tingkat." *Hubungan Self-Esteem dengan Tingkat Kecenderungan Kesepian*

- Pada Lansia* 07, no. 02 (2016): 40–58.
- Bastaman, H. D. *Logoterapi: Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup Dan Meraih Hidup Bermakna*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2007.
- Bisri, Mohammad. “Pengaruh Zikir Terhadap Ketenangan Dan Kebahagiaan Manusia, Perspektif Qurani.” *Ulumuddin : Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman* 7, no. 2 (2017): 87–102. <https://doi.org/10.47200/ulumuddin.v7i2.189>.
- Budiyono, Alief, and Zaenal Abidin. “Dinamika Psikologis Lansia Yang Tinggal Di Panti Jompo Dan Implikasinya Bagi Layanan Konseling Islam.” *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam* 17, no. 1 (2020): 101–14. <https://doi.org/10.14421/hisbah.2020.171-07>.
- Bukhori, Baidi. “Dakwah Melalui Bimbingan Dan Konseling Islam.” *Jurnal Konseling Religi* 5, no. 1 (2014): 1–8.
- Conte, H. R. , Weiner, M. B., & Plutchik, and R. Measuring Death. “Anxiety: Conceptual, Personality and Factor Analysis Aspects.” *Journal of Personality and Social Psychology*. 1, no. 1 (1982).
- Daaleman, T. P., & Dobbs, D. “Religiosity, Spirituality, and Death Attitudes in Chronically Ill Older Adults.” *Research on Aging* 1, no. 1 (2010): 224-243.
- Fachtur Rachman. *Ikhtiar Musthalul Hadist*. Bandung: PT Al Ma’arif, 1974.
- Fakhrurozi, M. “Hubungan Antara Religiusitas Dengan Death Anxiety: Studi Meta Analisis.” *Psikologika* 13, no. 25 (2008): 39–48.
- Fitriadi, Ganjar Mawardi. “Hakikat Kematian Dalam Syair Imam Al-Ghazali.” *Prosiding Seminar Nasional* 2, no. 0 (2023): 315–26. <https://prosiding.uitlirboyo.ac.id/index.php/psnp/article/view/260/79>.
- Florian, V. & Kravets, S. “Fear of Personal Death: Attribution, Structure and Relation to Religion Belief.” *Journal of Personality and Social Psychology*. 1, no. 3 (1983).
- Hamzah, A., Krauss, S. E., Noh, S.M., Suandi, T., Juhari, R., Manap, J., Mastor, K. A., Dkk. *Muslim Religiosity & Personality Assessment: Prototype for Nation Building*. Malaysia: Institut Pengajian Sains Sosial, 2007.
- Harapan, P., Sabrian, Z., dan Utomo, W. “Studi Fenomenologi Persepsi Lansia Dalam Mempersiapkan Diri Menghadapi Kematian.” *Jurnal Psikologi* 1, no.

- 2 (2014): 1–9.
- Hartanto. “Hubungan Antara Kecemasan Akan Kematian Dengan Belief in Afterlife Pada Usia Dewasa.” *Jurnal Psikologi Indonesia* 1, no. 1 (1999): 1–6.
- Herman, Dewannia Fariska, Cindy Anggun, Helmi Susanti Dwi Fatmawati, I Ketut Mahardika, and Iwan Wicaksono. “Perkembangan Psikososial Lansia Terhadap Peningkatan Sikap Mandiri Dan Fungsi Kognitif.” *Jurnal Basicedu* 7, no. 6 (2023): 3616–21. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v7i6.6479>.
- Indonesia, D. A. *Al Qur'an Dan Terjemahannya*. Diponegoro.: Bandung:, 2010.
- Karni, Asniti. “Urgensi Bimbingan Dan Konseling Islam Bagi Lanjut Usia.” *Jurnal Ilmiah Syi'ar* 17, no. 2 (2017): 53. <https://doi.org/10.29300/syr.v17i2.895>.
- “Kecemasan Pada Dewasa Tua (Lansia) Dalam Menghadapi Kematian.” *Integration of Climate Protection and Cultural Heritage: Aspects in Policy and Development Plans. Free and Hanseatic City of Hamburg* 26, no. 4 (2013): 1–37.
- Khearuman. *Ulumul Hadist 3*. Bandung: Fakultas Ushuluddin UIN SGN, 2019.
- Marni, Ani, and Rudy Yuniawati. “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penerimaan Diri Pada Lansia Di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta.” *Empathy : Jurnal Fakultas Psikologi* 3, no. 1 (2021): 1. <https://doi.org/10.12928/empathy.v3i1.3008>.
- Maulidhea, Puteri Qurrota Ayyunin, and Muhammad Syafiq. “Gambaran Penerimaan Diri Pada Lansia Yang Dititipkan Oleh Keluarga Di Panti Sosial.” *Penelitian Psikologi* 9, no. 1 (2022): 206–17. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/45024>.
- Merizka, Liza, and Maya Khairani. “Religiusitas Dan Kecemasan Kematian Pada Dewasa Madya.” *An – Nafs: Jurnal Fakultas Psikologi* 2019, Vol. 13, No 2, 76-84 Ii 13, no. 2 (2019): 76–84.
- Moelong, Lexy J. *Metodologi Penelitian Kualitatif.*. Bandung.: PT Remaja Rosdakarya., 2007.
- Moleong. Lexy J. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rineka Cipta, 2005.

- _____. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. jakarta: PT. Remaja Rosdakarya, 2021.
- Parasari, T. A. G., & Lestari, D. M. "Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Kelurahan Sading." *Jurnal Psikologi Udayana*, 2, no. 1 (2015).
- Pepe, Camelia Kristika, Hetty Krisnani, Dessy Hasanah Siti A., and Meilanny Budiarti S. "Dukungan Sosial Keluarga Dalam Memenuhi Kebutuhan Sosial Lansia Di Panti." *Share : Social Work Journal* 7, no. 1 (2017): 33. <https://doi.org/10.24198/share.v7i1.13809>.
- Rasyidin (ed), Al. *Kontributor Hasan Asyari, Pendidikan & Konseling*. Bandung: Islami Bandung: Citapustaka Media Perintis., 2008.
- RI, Kementerian Agama. *Al-Qur'an Dan Terjemahannya*. Bandung: Syamil Qur'an, 2012.
- Setiawan, Bintang Mara. "Kesepian Pada Lansia Di Panti Werdha Sultan Fatah Demak." *Psikologi Klinikal* 2, no. 1 (2020): 4–6.
- Sianturi, Aditya Gloria Monalisa. "Stadium, Diagnosis, Dan Tatalaksana Penyakit Alzheimer." *Majalah Kesehatan Indonesia* 2, no. 2 (2021): 39–44. <https://doi.org/10.47679/makein.202132>.
- Sibuea, Riyanti Vianica. "Hubungan Dukungan Spiritual Terhadap Kualitas Hidup Lansia." *Nutrix Journal* 4, no. 2 (2020): 36. <https://doi.org/10.37771/nj.vol4.iss2.492>.
- Suad Ibrahim shalih. *Fiqh Ibadah*. Jakarta: AMZAH, 2011.
- Wen, Y. "Religiosity and Death Anxiety." *The Journal of Human Resource and Adult Learning*, 1, no. 2 (2010): 31–37.
- Yuliati, B., & Ririanty. "Perbedaan Kualitas Hidup Lansia Yang Tinggal Di Komunitas Dengan Di Pelayanan Sosial Lanjut Usia." *Urnal Pustaka Kesehatan*, 2, no. 1 (2014).
- Yuzefo, Mira Afnesta, Febriana Sabrian, and Riri Novayelinda. "Hubungan Status Spritual Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Di Kelurahan Tuah Karya." *Jom* 2, no. 2 (2016): 1266–74.
- Zulfa, Inayatuz. "Peran Pembimbing Agama Dalam Menghadapi Kecemasan Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3 Jakarta Selatan."

Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta., 2022.

