BIMBINGAN KEAGAMAAN UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS HIDUP LANSIA DI BALAI PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA UNIT ABIYOSO YOGYAKARTA

SKRIPSI
Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana

Disusun oleh:
Siti Juliana Oktaviani
NIM 22102020071

Dosen Pembimbing:
Prof. Dr. Hj. Nurjannah, M. Si.
NIP 19600310 98703 1 001

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
2026

HALAMAN PENGESAHAN

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1908/Un.02/DD/PP.00.9/11/2026

Tugas Akhir dengan judul : BIMBINGAN KEAGAMAAN UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS HIDUP LANSIA DI BALAI PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA UNIT ABIYOSO YOGYAKARTA

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : SITI JULIANA OKTAVIANI
Nomor Induk Mahasiswa : 22102020071
Telah diujikan pada : Rabu, 14 Oktober 2026
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR

Ketua Sidang

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

Valid ID: 6adb872845ebf

Penguji I

Nailul Falah, S.Ag, M.Si
SIGNED

Valid ID: 6ab043e007931

Penguji II

Zaen Musyirifin, M.Pd.I.
SIGNED

Valid ID: 6adc710f18183

Yogyakarta, 14 Oktober 2026
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

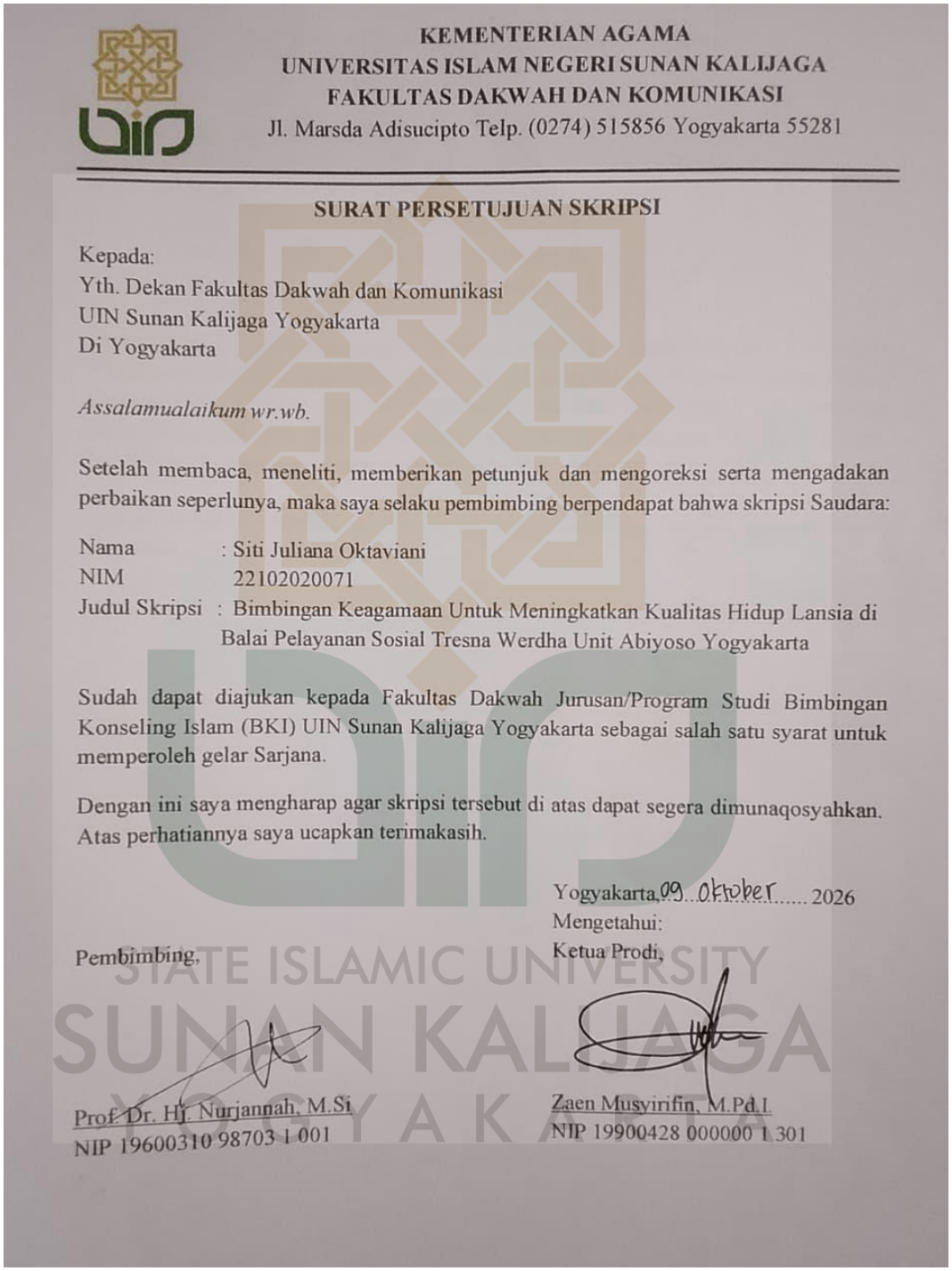
Prof. Dr. Arif Maftuhin, M.Ag., M.A.I.S.
SIGNED

Valid ID: 6af1876cdfcbf

1/1 09/11/2026

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Yogyakarta 55281

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:
Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamualaikum wr.wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka saya selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Siti Juliana Oktaviani
NIM 22102020071
Judul Skripsi : Bimbingan Keagamaan Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Abiyoso Yogyakarta

Sudah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah Jurusan/Program Studi Bimbingan Konseling Islam (BKI) UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana.

Dengan ini saya mengharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqosyahkan. Atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Yogyakarta, 09 Oktober 2026
Mengetahui:
Ketua Prodi,

Pembimbing,

Prof. Dr. Hj. Nurjannah, M.Si
NIP 19600310 98703 1 001

Zaen Musyirifin, M.Pd.I
NIP 19900428 000000 1 301

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: Siti Juliana Oktaviani
NIM	: 22102020071
Program Studi	: Bimbingan Konseling Islam
Fakultas	: Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul: Bimbingan Keagamaan Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha (BPSTW) Unit Abiyoso Yogyakarta adalah hasil karya pribadi dan sepanjang pengetahuan penyusun tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggungjawab penyusun.

Yogyakarta, 07 Oktober 2026

Yang menyatakan,



Siti Juliana Oktaviani

NIM 22102020071

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

SURAT PENYATAAN BERJILBAB

SURAT PERNYATAAN BERJILBAB

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: Siti Juliana Oktaviani
NIM	: 22102020071
Program Studi	: Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas	: Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa saya tidak akan menuntut kepada pihak Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kaliaga atas pemakaian jilbab dalam ijazah strata satu saya, apabila suatu hari nanti terdapat instansi yang menolak ijazah tersebut karena penggunaan jilbab.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh dan penuh kesadaran untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 07 Oktober 2026

Yang menyatakan,

Siti Juliana Oktaviani

NIM 22102020071

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

MOTTO

وَأَنْ لَيْسَ لِلْإِنسَانِ إِلَّا مَا سَعَىٰ

"*Dan bahwa manusia hanya memperoleh apa yang telah diusahakannya*"

(Q.S An-Najm: 39)[1]

"Kapan-kapan semoga kau berani, hidup bukan saling mendahului, bermimpilah sendiri-sendiri. Tak ada yang tahu kapan kau mencapai tuju, dan percayalah bukan urusanmu untuk menjawab itu. Katakan pada dirimu, besok mungkin kita sampai, dan besok mungkin tercapai"[2]

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[1] "Https://Quran.Nu.or.Id/an-Najm/39," n.d., https://quran.nu.or.id/an-najm/39.
[2] "Lirik Lagu 'Besok Mungkin Kita Sampai'-Hindia."

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur kepada Allah Swt yang telah memberikan kesempatan dan jalan kepada penulis untuk menyusun dan menyelesaikan tugas akhir, skripsi ini saya persembahkan dengan sepenuh hati kepada Ibu tercinta, sosok yang selalu menjadi alasan penulis untuk tetap kuat dan bertahan dalam setiap proses kehidupan.

Ibunda Djuarsih

Terima kasih untuk setiap doa yang tidak pernah putus engkau panjatkan, kasih sayang yang tidak pernah habis, dan segala pengorbanan yang mungkin tidak akan pernah mampu penulis balas dengan apapun. Terima kasih karena engkau menjadi Ibu yang tangguh, terima kasih atas segala kepercayaan yang engkau berikan kepada penulis, dan terima kasih karena engkau tidak kenal lelah.

Perjalanan ini mungkin tidak selamanya mudah. Ada rasa lelah, takut, sedih, dan keinginan untuk menyerah terkadang terasa. Namun, mengingat semua perjuanganmu, semua usaha yang telah engkau lakukan, dan semua doa yang telah engkau panjatkan, membuat hati ini kembali berusaha untuk menyelesaikan apa yang telah penulis mulai.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

ABSTRAK

Siti Juliana Oktaviani (22102020071), "Bimbingan Keagamaan Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Abiyoso Yogyakarta". Skripsi, Yogyakarta: Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2026.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh kondisi lansia yang mengalami berbagai perubahan fisik, psikologis, sosial, dan spiritual yang dapat memengaruhi kualitas hidupnya. Oleh karena itu, bimbingan keagamaan diperlukan sebagai salah satu bentuk pendampingan untuk membantu lansia memperoleh ketenangan batin, meningkatkan semangat ibadah, menerima kondisi diri, dan menjalin hubungan sosial yang lebih baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mendeskripsikan tahap pelaksanaan bimbingan keagamaan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Abiyoso Yogyakarta. Penlitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Informan penelitian terdiri atas pembimbing agama, pekerja sosial, dan delapan lansia. Penentuan informan dilakukan menggunakan teknik *snowball sampling*. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, sedangkan validasi data menggunakan triangulasi teknik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tahap pelaksanaan bimbingan keagamaan mencakup lima tahap, yaitu membangun hubungan dengan lansia, asesmen awal, identifikasi masalag, penyusunan rencana, dan pelaksanaan bimbingan keagamaan. Bimbingan keagamaan memberikan perubahan dan dukungan positif bagi sebagian lansia, terutama dalam meningkatkan ketenangan batin, semangat ibadah, penerimaan diri, mengurangi kecemasan terhadap kematin, dan memperbaiki hubungan sosial. Namun, manfaat tersebut belum dirasakan secara merata, khususnya oleh lansia yang memiliki keterbatasan fisik atau kurang aktif mengikuti bimbingan. Dengan demikian, bimbingan keagamaan menjadi salah satu upaya untuk mendukung peningkatan kualitas hidup lansia, tetapi pelaksanaannya perlu disesuaikan dengan kondisi, kebutuhan, dan permasalahan masing-masing lansia.

Kata Kunci: *Bimbingan Keagamaan, Kualitas Hidup, Lansia*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

ABSTRAK

Siti Juliana Oktaviani (22102020071), *Religious Guidance For Improving The Quality Of Life Of The Elderly At The Tresna Werdha Sosial Service Center Abiyoso Unit Yogyakarta. Undergraduate Thesis, Yogyakarta: Faculty Of Da'wah and Communication, Sunan Kalijaga State Islamic University Yogyakarta, 2026.*

This research is motivated by the various physical, psychological, social, and spiritual changes experienced by older adluts that may affect their quality of life. Therefore, religious guidance is needed as a form of support to help older adults achieve inner piece, trengthen their motivation to worship, develop self-acceptance, and establish better social relationship. This study aims to identify and describe the stages of religious guidance implementation to imporve the quality of life older adults at the Tresna Werdha Social Service Centar, Abiyoso Unit, Yogyakarta. This research employed a qualitative method with a descriptive approach. The research inromants consisted of a religious counselor, a social worker, and eight older adults. The informants were selected using the snowball sampling technique. Data were collected through observation, interviews, and documentation. The findings indicate that the implementation of religious guidance cosists of five stages establising rapport with older adults, conducting initial assessments, identifying problems, developing guidance plans, and implementing religious guidance. Religiuous guidance provides positive changes and support for some older adults, particularly in promoting inner piece, strengthening motivation to worship, fostering self-acceptance, reducing anxiety about death, and improving social relationships. However, these benefits have not been experienced equally by all older adults, particularly those with physical limitations or those who paticipate less actively in the activities. Thus, religious guidance serves as one approach to supporting improvements in the quality of life of older adults. Neverthless, its implementattion needs to b adapted to the individual conditions, needs, and problems of each older adult.

Keywords: *Religious Guidance, Quality of Life, Older Adults.*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil'alamin, puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah Swt atas segala rahmat, nikmat, dan pertolongan-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Bimbingan Keagamaan Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Abiyoso Yogyakarta". Shalawat serta salam penulis panjatkan kepada junjungan Nabi Muhammad Saw yang telah menjadi teladan bagi seluruh umat manusia.

Penyusunan skripsi ini merupakan salah satu bentuk tanggung jawab akademik penulis dalam menyelesaikan pendidian pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Penelitian ini terangkat dari ketertarikan penulis terhadap kehidupan lansia, khususnya mengenai bagaimana bimbingan keagamaan dapat menjadi salah bentuk pendampingan yang membantu lansia dalam memenuhi kebutuhan spiritual serta mendukung ketenangan jiwa, penerimaan diri, hubungan sosial, dan kualitas hidup mereka.

Selama proses penelitian, penulis memperoleh banyak pengalaman dan pembelajaran dari lansia yang berada di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Abiyoso Yogyakarta. Berbagai cerita, pengalaman, dan kondisi yang ditemui selama penelitian memberikan pemahaman bahwa kesejahteraan lansia tidak hanya berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan fisik, tetapi juga membutuhkan perhatian terhadap kondisi psikologis, sosial dan spiritual. Oleh

karena itu, penulis berharap penelitian ini dapat memberikan gambaran mengenai pelaksanaan keagamaan serta manfaat bagi kehidupan lansia.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa penelitian ini tidak dapat diselesaikan tanpa bantuan, dukungan, bimbingan dan doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan kerendahan hati penulis ucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Noorhaidi Hasan, M.A., M.Phil., Ph.D., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Bapak Prof. Dr. Arif Maftuhin, M.Ag., M.A., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak Zaen Musyrifin, S.Sos.I., M.Pd.I., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam sekaligus Dosen Pembimbing Akademik.
4. Bapak Anggi Jatmiko, M.A., selaku Sekretaris Program Studi Bimbingan Dan Konseling Islam.
5. Ibu Prof. Dr. Hj. Nurjannah, M.Si., selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan arahan, masukan, dan bimbingan selama proses penyusunan skripsi ini.
6. Seluruh Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam yang telah memberikan ilmu dan pengalaman selama penulis menjalani masa perkuliahan.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

7. Seluruh Staff Tata Usaha Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
8. Pihak Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Abiyoso Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan dan ruang bagi penulis selama proses penelitian.
9. Bapak Majid dan Ibu Tsalis, penulis ucapkan terima kasih atas bantuan selama proses penelitian dan memberikan informasi yang dapat mempermudah penulis dalam menyusun penelitian. Semoga selalu diberikan keberkahan dalam hidup, rasa sabar dan kesehatan.
10. Simbah ST, DN, PL, SA, IN, DK, PY, dan SS, penulis ucapkan terima kasih telah memberikan pengalaman, waktu, dan cerita selama proses penelitian berlangsung. Semoga selalu senantiasa diberikan kesehatan, keberkahan, dan kebahagian.
11. Ibunda Djuarsih, selaku orang tua penulis yang telah memberikan kesempatan dan kepercayaan untuk menggapai cita-citamu, serta senantiasa mendoakan dan mendukung perjalanan penulis menuju titik terakhirnya. Semoga Ibu senantiasa diberikan kebahagiaan, panjang umur, keberkahan, dan kelancaran segala hajat.
12. Keluarga besar penulis yang senantiasa memberikan dukungan, ocehan, semangat, dan doa selama proses perjalanan hidup penulis. Semoga senantiasa diberikan kelancaran dalam menggapai hajat, semoga diberikan kesempatan untuk kumpul kembali dan bersenang-senang menghabiskan waktu yang telah tersita.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

13. Bapak Wandi dan Ibu Suyati, yang telah memberikan dukungan, menganggap penulis sebagai anak sendiri, dan memberikan doa selama proses perjalanan ini. Terima kasih telah mengayomi dan menerima penulis dengan penuh hati. Semoga Bapak dan Ibu diberikan kesehatan dan keberkahan, senantiasa diberikan kelancaran dalam menggapai hajat yang diinginkan.
14. Teman Madrasah Aliyah, Nabila Khoirunnisa, Annida Yusyfa, Fitri Puspita, Siti Afifah, Adela Zakiya, Isna Ulfatul, Nanda Dwi, dan Fitriana Nur, terima kasih telah membersamai dan memberikan dukungan kepada penulis saat senang dan duka selama menjalani hari-hari yang berat. Semoga senantiasa diberikan kemudahan dan dipertemukan dengan orang yang memperjuangkan kalian, semoga hari-hari kalian menjadi ringan dan tidak ada hambatan dalam menjalaninya.
15. Teman Asrama Hidayah, Mar'atus Sholihah, Yolanda Evry, Nadila Frida, Faticha, Qotrun Nada, dan Oktavia Laila, penulis ucapkan terima kasih telah memberikan dukungan selama proses penyusunan skripsi. Semoga kalian bertemu dengan orang baik selama perjalanan hidup yang sangat amat berat ini, semoga selalu diberikan kebahagiaan atas apa yang telah kalian perjuangkan.
16. Teman Rumah, Isna Vardianawati, Dian Rahma Sinta, Tathira Aura, Farin, Mbak Mia, dan Tiara, terima kasih telah membantu penulis dalam menyusun skirpsi, menemani penulis, mengajak bermain dan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

bersenang-senang selama berada di Rumah. Semoga nasimu selalu panas, suasana rumahmu selalu hangat, dan semoga terkabul apapun hajatmu.

17. Teman Perkuliahan, Hilyatul Asyfa, Laili Nur, Laely Durotun, Ozy Qomar, Nur Pulpa, Amiliatuz Zahroh, Farissa Hadina, Syafna Naziza, Alya Azka, Elisa Hania, dan Ratih Mustikasari, terima kasih telah membersamai penulis selama masa perkuliahan, praktik pengalaman lapangan, dan penyusunan skripsi. Semoga jalanmu selalu lancar dan tidak ada hambatan apapun.
18. Teman KKN 117, Aini, Eva, Marinda, Salsa, Zilmi, Romi, Kaka, Dimas, dan Ucup, terima kasih telah menjadi teman yang baik selama masa Kuliah Kerja Nyata, terima kasih telah menerima penulis sebagai teman dan membuat kenangan yang manis. Semoga apa yang kalian panjatkan akan segera terkabulkan, sehat selalu, dan sampai jumpa kembali.
19. Terakhir untuk penulis sendiri, terima kasih telah berjuang dan berjalan sampai di titik sekarang. Terima kasih untuk tidak putus asa dan masih melanjutkan perjalanan ini, semoga senantiasa diberikan panjang umur dan kesempatan dalam membahagiakan orang-orang tersayang. Serta Jeha dan Jiji yang telah menemani penulis sepanjang proses perjalanan penelitian ini.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN i

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI ii

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI iii

SURAT PERNYTAAN BERJILBAB iv

MOTTO v

HALAMAN PERSEMBAHAN vi

ABSTRAK vii

ABSTRAK viii

KATA PENGANTAR ix

DAFTAR ISI xiv

BAB I PENDAHULUAN 1

A. Latar Belakang Masalah 1

B. Rumusan Masalah 6

C. Tujuan Penelitian 6

D. Manfaat Penelitian 6

E. Kajian Pustaka 7

F. Kajian Teori 12

1. Kualitas Hidup Lansia 12

2. Bimbingan Keagamaan 34

G. Metode Penelitian 51

1. Jenis Penelitian 51

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

2. Subjek Penelitian 52
3. Objek Penelitian 54
4. Teknik Pengumpulan Data 54
5. Teknik Validasi Data 56
6. Teknik analisis data 56
7. Sistematika Pembahasan 59

BAB II GAMBARAN UMUM BPSTW UNIT ABIYOSO YOGYAKARTA 62

A. Sejarah BPSTW Unit Abiyoso 62
B. Visi dan Misi BPSTW Unit Abiyoso 63
C. Struktur Organisasi BPSTW Unit Abiyoso.....63
D. Program dan Sasaran Pelayanan BPSTW Unit Abiyoso 64
E. Kondisi Lansia di BPSTW Unit Abiyoso 66
F. Kondisi Umum Subjek 68
1. Subjek Utama 68
2. Subjek Pendukung 73

BAB III TAHAP PELAKSANAAN BIMBINGAN KEAGAMAAN UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS HIDUP LANSIA DI BPSTW UNIT ABIYOSO YOGYAKARTA 75

A. Tahap Membangun Hubungan 75
B. Tahap Asesmen dan Identifikasi Masalah.....78

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

C. Tahap Penyusunan dan Pelaksanaan 80

BAB IV PENUTUP 83

A. Kesimpulan 83

B. Saran.....84

1. Bagi BPSTW Unit Abiyoso.....84
2. Bagi Pembimbing Agama.....84
3. Bagi Lansia.....85
4. Bagi Peneliti Selanjutnya 85

DAFTAR PUSTAKA.....86

LAMPIRAN-LAMPIRAN 90

Lampiran 1 Pedoman Observasi.....90

Lampiran 2 Pedoman Wawancara 90

Lampiran 3 Pedoman Dokumentasi.....95

Lampiran 4 Surat Izin Penelitian 101

Lampiran 5 Daftar Riwayat Hidup 102

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut usia merupakan tahap perkembangan manusia yang ditandai dengan berbagai perubahan, baik secara fisik, psikologis, sosial, maupun spiritual. Pada tahap ini, seseorang akan mengalami penurunan kemampuan fisik, munculnya penyakit kronis, berkurangnya kemandirian, perubahan peran dalam keluarga dan lingkungan sosial, serta berkurangnya aktivitas yang sebelumnya pernah dilakukan. Perubahan yang terjadi akan memengaruhi cara pandang lansia dan bagaimana cara menjalani kehidupannya. Selain masalah fisik, lansia akan menghadapi rasa kesepian, kecemasan, keterbatasan dalam berinteraksi dengan orang lain, serta menurunnya tujuan hidup dan maknanya. Dalam kondisi tersebut, menjadi penting untuk diperhatikan karena kualitas hidup lansia tidak lagi ditentukan oleh kondisi kesehatan fisik, tetapi juga oleh kondisi psikologis, hubungan sosial, lingkungan, dan aspek spiritual. Maka dari itu, kepuasan hidup lansia memiliki hubungan dengan kemampuan fisik, dukungan sosial, kesepian, depresi, dan kecemasan. Hal ini menunjukkan bahwa semakin kompleks permasalahan yang dialami lansia, semakin besar

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

pula kebutuhan terhadap pelayanan yang mampu membantu lansia menjalani kehidupan secara lebih baik dan mendapatkan kesejahteraan.[3]

Permasalahan yang dialami lansia apabila tidak mendapatkan perhatian dan penanganan yang sesuai akan berdampak pada menurunnya kualitas hidup lansia. Lansia yang mengalami masalah seperti keterbatasan fisik, kesepian, kurangnya dukungan sosial, atau masalah psikologis akan mengalami kesulitan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari dan membangun hubungan yang baik dengan lingkungannya. Selain itu, kebutuhan spiritual yang tidak terpenuhi juga dapat membuat lansia mengalami kecemasan batin, sulit menerima perubahan dalam kehidupannya, dan tidak dapat mengartikan kondisi yang sedang dihadapinya. Dalam penelitian terdahulu ditemukan bahwa adanya hubungan antara spiritualitas dengan kualitas hidup lansia, yang mana kualitas hidup lansia tidak ditentukan dari segi kesehatan fisik, tetapi juga perlu diperhatikan kebutuhan psikologis, sosial, dan spiritual yang dimiliki oleh lansia.[4]

Terdapat beberapa bentuk pelayanan yang telah diberikan untuk membantu lansia dalam menghadapi permasalahan yang dialami di masa tuanya. Di lembaga pelayanan sosial lanjut usia sendiri, pelayanan umum yang diberikan bertujuan untuk memenuhi kebutuhan dasar dan membantu lansia agar dapat menjalani kehidupan di masa tua secara layak. Selain pelayanan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[3] Santi Sulandari et al., "A Systematic Review and Meta-Analysis of the Association Between Physical Capability, Social Support, Loneliness, Depression, Anxiety, and Life Satisfaction in Older Adults," *Gerontologist* 64, no. 11 (2024): 4–5, https://doi.org/10.1093/geront/gnae128.

[4] Ivani Puji Safitri et al., "Islamic Religious Counselor in Religious Social Guidance For The Elderly," *Al Irsyad: Jurnal Studi Islam* 3, no. 2 (2024): 55–64, https://doi.org/10.54150/alirsyad.v3i2.255.

kesehatan dan pemenuhan kebutuhan sehari-hari yang diberikan untuk lansia, ada juga beberapa kegiatan yang diberikan untuk lansia yang dapat mendukung psikologis, sosial, dan spiritualnya. Salah satu bentuk pelayanan yang diberikan adalah pelayanan keagamaan atau spiritual melalui kegiatan seperti pengajian atau ceramah, doa bersama, membaca al-qur'an, bimbingan ibadah, maupun pendampingan secara individual. Pelayanan bimbingan keagamaan yang diberikan kepada lansia dapat memberikan manfaat pada aspek psikologis, fisik, spiritual, maupun hubungan sosial lansia.[5]

Setiap lansia akan memiliki kondisi dan kebutuhan yang berbeda-beda, sehingga pelaksanaan bimbingan keagamaan yang diberikan secara sama kepada seluruh lansia belum tentu memberikan manfaat yang sama juga. Ada lansia yang masih mampu mengikuti kegiatan keagamaan secara aktif, tetapi ada juga yang mengalami keterbatasan fisik, kesulitan memahami materi yang disampaikan, kurang mampu berkonsentrasi, atau membutuhkan pendampingan secara lebih personal. Selain itu, kegiatan keagamaan yang berfokus pada penyampaian materi dan pelaksanaan ibadah belum tentu secara langsung mampu menyentuh persoalan psikologis dan sosial yang dialami lansia. Oleh karena itu, diperlukan pengembangan layanan bimbingan keagamaan seperti pada bagaimana materi, metode, media, waktu,

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[5] Ani Auli Ilmi et al., "Spiritual Care for Older People Living in the Community: A Scoping Review," *Contemporary Nurse* 60, no. 1 (2024): 67–81, https://doi.org/10.1080/10376178.2024.2310260.

pendekatanm serta peran pembimbing yang disesuaikan dengan kondisi lansia.[6]

Terdapat temuan yang menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara pemenuhan kebutuhan spiritual dengan kualitas hidup lansia. Temuan tersebut menjelaskan bahwa pemenuhan kebutuhan spiritual menjadi salah satu bagian terpenting dalam upaya membantu lansia meningkatkan kualitas hidupnya. Yang mana secara khusus melihat bagaimana proses bimbingan keagamaan dilaksanakan dan bagian mana dari pelaksanaan kegiatan tersebut dapat memberikan manfaat bagi lansia. Ada temuan yang menunujukkan bahwa intervensi dukungan sosial belum menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap depresi maupun kualitas hidup lansia. Penelitian tersebut berpendapat bahwa keberhasilan suatu layanan dapat dipengaruhi oleh bentuk program yang diberikan, kesesuaian dengan kondisi lansia, konteks pelaksanaan, serta cara intervensi yang bersifat psikospiritual. Dengan demikian, penting untuk melihat bukan hanya apakah suatu layanan dapat bermanfaat, tetapi juga bagaimana layanan tersebut dilaksanakan dan kondisi apa yang mendukung dan menghambat keberhasilannya.[7]

Penelitian ini dilakukan dari pemahaman mengenai kualitas hidup tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi fisik dan kesehatan, tetapi dapat dipengaruhi oleh kondisi psikologis, hubungan sosial, dan kebutuhan spiritualnya. Pada masa penuaan, lansia dapat mengalami berbagai permasalahan, seperti pada

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[6] Ardiansyah, "Hubungan Kesejahteraan Spiritual Lansia Dengan Kualitas Hidup Lansia DI Wilayah Kerja Puskesmas Tamaona Kabupaten Gowa" 6 (2023): 1048–56.

[7] Ani Retni et al., "Hubungan Kebutuhan Spiritual Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Desa Tanjung Anom Tahun 2023," *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah* 8, no. 1 (2023): 51.

rasa kesepian, kecemasan, keterbatasan dalam beraktivitas, dan sulit menerima perubahasan dalam kehidupannya. Upaya yang diberikan dalam membantu lansia menangani permasalahan yang dialami berupa bimbingan keagamaan yang menjadi salah satu bentuk pendampingan lansia dalam memperoleh ketenangan batin, memahami kondisi dirinya, dan mampu menjalani kehidupan dengan lebih baik. Dengan itu, penelitian ini juga dilakukan untuk memahami tahap-tahap pelaksanaan bimbingan keagamaan secara lebih mendalam. Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Abiyoso Yogyakarta menjadi lokasi penelitian dikarenakan lembaga ini merupakan tempat pelayanan sosial bagi lansia yang memiliki kebutuhan dan kondisi yang beragam. Keberagaman kondisi tersebut menjadi penting untuk diteliti karena setiap lansia memiliki kemampuan fisik, keadaan psikologis, pengalaman hidup, dan kebutuhan spiritual yang berbeda-beda.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian mengenai bimbingan keagamaan pada lansia di BPSTW Unit Abiyoso Yogyakarta menjadi penting untuk dilakukan. Penelitian ini tidak hanya diarahkan untuk melihat ada atau tidaknya kegiatan keagamaan, tetapi untuk memahami secara lebih mendalam bagaimana tahap-tahap pelaksanaan bimbingan keagamaan, meliputi bentuk kegiatan, materi yang diberikan, metode yang digunakan, pihak yang terlibat, serta respons dari lansia dalam mengikuti kegiatan tersebut. Dengan mengetahui kondisi tersebut, hasil penelitian diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi dan pertimbangan dalam menyempurnakan pelaksanaan bimbingan keagamaan di BPSTW maupun lembaga pelayanan sosial bagi lansia lainnya.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Pada akhirnya, bimbingan keagamaan diharapkan tidak hanya menjadi kegiatan rutin, tetapi juga dapat memberikan lansia ketenangan batin, menjalankan kehidupan keagamaan, membangun hubungan sosial yang baik, menerima kondisi dirinya, serta dukungan dalam peningkatan kualitas hidup lansia secara menyeluruh.

B. Rumusan Masalah

Supaya tidak menyimpang dan lebih fokus, penulis membatasi mengenai permasalahan dalam penelitian ini, yaitu bagaimana tahap pelaksanaan bimbingan keagamaan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Abiyoso Yogyakarta?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mendeskripsikan tahap pelaksanaan bimbingan keagamaan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Abiyoso Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang Bimbingan dan Konseling Dewasa-Lansia dan kesejahteraan lansia. Selain itu, juga dapat dijadikan refrensi akademik mengenai pelaksanaan bimbingan keagamaan bagi lanasia di balai pelayanan sosial dan dapat memperkaya

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

kajian kualitatif terkait peran pembimbing dalam meningkatkan kualitas hidup.

2. **Secara Praktis**

   a. Dapat menjadi bahan evaluasi dan masukan bagi pihak balai dalam meningkatkan kualitas hidup dan efektivitas pelaksanaan bimbingan keagamaan bagi lansia.

   b. Dapat dijadikan rujukan bagi pembimbing dalam mengembangkan metode, pendekatan, dan tahap-tahap bimbingan keagamaan yang lebih sesuai dengan kondisi dan kebutuhan lansia.

   c. Dapat memberikan manfaat seacara tidak langsung berupa peningkatan kualitas pelayanan bimbingan keagamaan yang berdampak pada ketenangan jiwa, kesejahteraan spiritual, dan kualitas hidup lansia.

   d. Dapat dijadikan sebagai refrensi atau bahan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya yang tertarik mengkaji mengenai bimbingan keagamaan atau pelayanan sosial bagi lansia.

E. Kajian Pustaka

Penulis terlebih dahulu melakukan literatur kajian pustaka terhadap penelitian-penelitian terdahulu yang berkaitan dengan bimbingan keagamaan sebelum melakukan penelitian tersendiri. Dari hasil literatur yang telah dilakukan, beberapa hasil penelitian yang berkaitan dengan bimbingan keagamaan diantaranya sebagai berikut:

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Pertama, artikel karya M. Aris Rinaldi Ritonga yang berjudul "Pelaksanaan Bimbingan Keagamaan Dalam Menghadapi Kecemasan Terhadap Kematian Pada Lansia di Pondok Kasepuhan Raden Rahmat Banyu Biru Ambarawa". Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan menggunakan pendekatan studi kasus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan bimbingan keagamaan yang diberikan kepada lansia dapat mengurangi kecemasan terhadap kematian. Dengan subjek penelitian yang digunakan adalah para lansia yang berada di Pondok Pesantren Kasepuhan Raden Rahmat berjumlahkan 12 orang dengan latar belakang pendidikan sarjana. Objek penelitian adalah untuk mengurangi rasa cemas terhadap kematian, meningkatkan kesejahteraan lansia, dan menghantarkan khusnul khatimah. Perbedaan yang mendasar dengan penelitian ini adalah penelitian Ritonga berfokus pada kecemasan terhadap kematian, sedangkan penelitian ini melihat hasil dari bimbingan keagamaan terhadap kualitas hidup lansia secara lebih luas, baik fisik, psikologis, sosial maupun spiritual.[8]

Kedua, artikel karya Yurnita Lestary yang berjudul "Pengaruh Bimbingan Agama Terhadap Perkembangan Sosio-Emosional Lansia di Unit Pelaksanaan Teknik (UPT) Panti Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Pekanbaru". Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan pendekatan deskriptif. Jumlah responden yang dibutuhkan yaitu 50 orang lansia yang berada di Panti Sosial Tresna Werdha

[8] Rinaldi Ritonga, M, Aris, "Pelaksanaan Bimbingan Keagamaan Dalam Menghadapi Kecemasan Terhadap Kematian Pada Lansia Di Ponpes Kasepuhan Raden Rahmat Banyu Biru Ambarawa," 2024, 8–15.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA

Khusnul Khotimah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa banyak faktor yang mempengaruhi perkembangan emosi lansia yang berada di Panti Sosial Tresna Werdha. Objek penelitian berfokus pada perkembangan emosi yang dialami oleh lansia, yang mana penyebab utamanya adalah mudah tersinggung dengan ucapan orang lain, dengan mengubah seseorang menjadi hamba Allah yang lebih sabar dan tabah. Persamaannya adalah sama-sama melihat bimbingan agama sebagai layanan bagi lansia di lembaga sosial. Namun, penelitian tersebut hanya menitikberatkan pada perkembangan Sosio-Emosional, sedangkan penelitian ini mengkaji kualitas hidup secara lebih menyeluruh dan menelusuri perubahan kondisi lansia sebelum dan sesudah mengikuti bimbingan.[9]

Ketiga, artikel karya Elyana Nur Khasanah yang berjudul "Model Bimbingan Keagamaan Dalam Upaya Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia di Panti Hafara Bantul". Metode yang diterapkan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan menggunakan pendekatan studi kasus dan menggunakan teknik pengumpulan data berupa wawancara, observasi, serta dokumentasi. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa model bimbingan keagamaan melalui tujuan dan sasaran, peran dan aktor, prinsip dan pendekatan, tahapan intervensi, metode dan media, serta implikasi praktik dan rekomendasi bimbingan keagamaan, yang mana hal tersebut dapat meningkatkan kualitas hidup lansia di Panti Hafara Bantul. Subjek dipilih menggunakan *purposive*

[9] Yurnita Lestary, "Pengaruh Bimbingan Agama Terhadap Perkembangan Sosio-Emosional Lansia Di Unit Pelaksana Teknis (UPT) Panti Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Pekanbaru," February 25, 2023, 7–8, https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

sampling yang membutuhkan 7 orang, yaitu 1 pemimpin, 1 pekerja sosial, 4 orang lansia, dan 1 pembimbing keagamaan. Perbedaan penelitian terletak pada fokus analisis. Khasanah lebih menekankan pada penyusunan dan gambaran model bimbingan keagamaan, sedangkan penelitian ini akan melihat pelaksanaan sekaligus hasilnya dengan menelusuri kondisi lansia sebelum dan sesudah mengikuti bimbingan keagamaan serta kesesuaian materi dan metode bimbingan dengan masalah yang dialami lansia.[10]

Keempat, artikel karya Vin Rahma Wijayaningsih yang berjudul "Bimbingan Agama Melalui Balajr Al-Qur'an Dalam Mencegah Demensia Pada Lansia di Griya Al-Qur'an Lampung". Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu deskriptif kualitatif dengan 2 sumber data primer dan sekunder. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa pembelajaran Al-Qur'an yang diberikan kepada lansia dapat memberikan pengaruh positif dalam mencegah demensia dan mampu memberikan ketenangan serta kedamaian hati para lansia. Subjek yang dipelukan dalam penelitian yaitu lansia yang telah mengikuti pembelajaran Al-Quran dan mampu membaca Al-Quran dengan fasih, dengan jumlah 5 orang lansia, 1 orang pembimbing, dan kepala Yayasan Griya Al-Quran di Lampung. Ruang lingkup penelitian Wijayaningsih lebih khusus pada pembelajaran Al-Qur'an dan demensia, sedangkan penelitian ini tidak membatasi bimbingan pada satu bentuk kegiatan keagamaan dan melihat hasil kegiatan terhadap kualitas hidup lansia secara lebih luas. Dengan

[10] Nur Khasanah, Elyana, "Model Bimbingan Keagamaan Dalam Upaya Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Di Panti Hafara Bantul," 2025, 48–55.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

demikian, penelitian ini tidak hanya melihat satu kegiatan, tetapi menelaah berbagai unsur bimbingan yang diberikan dan kaitannya dengan masalah yang dihadapi lansia.[11]

Kelima, artikel karya Fenny Setiyowati yang berjudul "Hubungan Tingkat Kesepian Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia di Panti Werdha Pucang Gading Semarang Dan Wening Wardoyo Ungaran". Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan *Cross Section*. Yang mana hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang mendalam mengenai tingkat kesepian yang dirasakan oleh lansia dengan kualitas hidupnya. Objek penelitian berfokus pada hubungan tingkat kesepian yang dirasakan oleh para lansia dengan kualitas hidupnya. Responden yang dibutuhkan dalan penelitian ini yaitu 95 orang lansia dengan menggunakan kuesioner UCLA loneliness dan WHOQOL-OLD dengan kriteria usia lansia 60 tahun keatas. Dalam penelitian tersebut penting karena menunjukkan bahwa masalah psikologis seperti kesepian berkaitan dengan kualitas hidup lansia, tetapi tidak membahas bimbingan keagamaan sebagai upaya untuk membantu lansia dalam mengatasi masalah tersebut. Sementara penelitian yang dilakukan penulis mengaitkan masalah yang dialami lansia, termasuk pada masalah fisik, psikologis, sosial, dan spiritual dengan materi, metode, serta latihan dalam bimbingan keagamaan.[12]

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[11] Vin R Wi, "Bimbingan Agama Melalui Belajar Al-Qur'an Dalam Mencegah Demensia Pada Lansia," 2022, 1–23.

[12] Fenny Setiyowati, "Hubungan Tingkat Kesepian Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Di Panti Werdha Pucang Gading Semarang Dan Wening Wardoyo Ungaran" 2 (2025): 306–12.

Berdasarkan penelitian yang telah ditelaah penulis, dapat dilihat bahwa penelitian terdahulu telah membahas terkait bimbingan keagamaan dari berbagai sisi, seperti pada kecemasan terhadap kematian, perkembangan sosio-emosional, model bimbingan, pembelajaran Al-Qur'an, serta hubungan masalah psikologis dengan kualitas hidup. Namun, pada masing-masing penelitian masih memiliki batasan fokus penelitian, belum terlihat secara jelas kajian yang secara bersamaan menelaah bagaimana bimbingan keagamaan dan bagaimana hasil kegiatan terhadap kualitas hidup dengan membandingkan kondisi sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan bimbingan. Dengan demikian, perbedaan penelitian ini berfokus pada pelaksanaan bimbingan dan hasil bimbingan keagamaan terhadap kualitas hidup lansia.

Adapun kebaruan penelitian ini terletak pada upaya menghubungkan proses bimbingan keagamaan, kondisi lansia, dan hasil bimbingan keagamaan terhadap kualitas hidup dalam penelitian di BPSTW Unit Abiyoso Yogyakarta. Yang mana hasil analisis tersebut diharapkan dapat menunjukkan kekuatan dan kelemahan pelaksanaan bimbingan keagamaan, sehingga penelitian ini tidak hanya menghasilkan gambaran tentang kegiatan keagamaan, tetapi juga memberikan bahan evaluasi untuk menyempurnakan layanan bimbingan keagamaan agar lebih sesuai dengan kebutuhan dan permasalahan yang dialami oleh lansia.

F. Kajian Teori

1. Kualitas Hidup Lansia

a. Definisi Kualitas Hidup

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Menurut *World Health Organization* kualitas hidup adalah persepsi individu terhadap kedudukan dalam kehidupannya yang berkaitan dengan budaya, sistem nilai, tujuan hidup, harapan, standar, dan perhatian yang dimilikinya. Definisi ini menunjukkan bahwa kualitas hidup bersifat subjektif karena setiap individu memiliki penilaian yang berbeda terhadap kehidupannya. Penilaian kehidupan dipengaruhi oleh kondisi kesehatan, kemampuan dalam melakukan aktivitas sehari-hari, hubungan sosial, kondisi ekonomi, serta dukungan spiritual yang diterima. Dengan demikian, kualitas hidup juga dapat diartikan dalam tingkat kepuasan hidup secara menyeluruh mengenai kondisi yang selama ini dialami oleh seseorang.[13]

Kualitas hidup pada lansia merupakan suatu kondisi yang menggambarkan bagaimana seorang lanjut usia menjalani kehidupan secara menyeluruh, baik dari aspek fisik, psikologis, sosial, maupun spiritual. Kualitas hidup lansia tidak hanya diukur dari kondisi tubuh yang sehat, tetapi bisa dari kemampuan lansia dalam merasakan kebahagiaan, ketenangan, kenyamanan, dan kepuasan terhadap kehidupan yang dijalaninya. Lansia yang memiliki kualitas hidup baik akan mampu menyesuaikan diri dengan perubahan usia, memiliki hubungan sosial yang positif, dan merasakan hidupnya bermakna. Sedangkan, jika lansia dengan kualitas hidup yang buruk cenderung

[13] Fani Masruroh and Hielmi Anjaini Rahma, "Kualitas Religius Dan Kesehatan Psikologis Pada Lansia Yang Mengikuti Kajian Rohani," *Assertive: Islamic Counseling Journal* 2, no. 2 (2023): 1–18, https://doi.org/10.24090/j.assertive.v2i2.9977.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

akan mengalami isolasi sosial, depresi, dan penurunan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari.[14]

Proses penuaan menyebabkan seseorang mengalami penurunan fungsi tubuh, berkurangnya aktivitas sosial, hingga munculnya perasaan kesepian. Apabila lansia mampu beradaptasi dan memperoleh dukungan dari lingkungan sekitar, lansia dapat menjalani kehidupan secara positif. Dalam perspektif psikologi menyatakan bahwa lansia yang memilik kualitas hidup yang baik mampu menerima perubahan fisik dan kondisi sosial. Pada masa ini, lansia cenderung mengalami perubahan kualitas hidup yang buruk disebabkan adanya penurunan fungsi fisik, berkurangnya aktivitas sehari-hari, rendahnya perhatian yang didapatkan, kehilangan teman sebaya atau keluarga, dan berkurangnya kontribusi dengan masyarakat sekitar. Oleh sebab itu, kualitas hidup seseorang tidak hanya dipengaruhi dengan kondisi kesehatan fisik, tetapi juga pada kondisi emosional dan dukungan sosial dari keluarga dan masyarakat, serta balai pelayanan sosial bagi lansia yang tinggal di sana.[15]

Selain itu, seseorang yang mampu dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari merupakan bagian dari kualitas hidup yang baik. Seseorang yang mampu melakukan aktivitasnya sehari-hari secara mandiri akan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[14] Mila Nurkolila and Sugiharto Sugiharto, "Gambaran Kualitas Hidup Lansia Yang Tinggal Di Komunitas," *Jurnal Kesehatan Mercusuar* 5, no. 2 (2022): 86–92, https://doi.org/10.36984/jkm.v5i2.319.

[15] Nixson Manurung, "Terapi Reminiscence (Cetakan Pertama). Jakarta. CV Trans Info Media." 13, no. April (2024): 129–42.

memiliki kepercayaan diri yang tinggi dan kepuasan tersendiri, dibandingkan dengan seseorang yang selalu bergantung kepada orang lain. Pada masa penuaan, hal tersebut mampu membuat lansia menerima perubahan yang ada dalam hidupnya. Dengan itu, lansia juga membutuhkan tempat yang nyaman, aman dan mendukung di masa-masa penuaannya. Lansia yang berada di Balai Pelayanan Sosial akan selalu mengikuti kegiatan yang ada di Balai. Yang mana kegiatan tersebut mampu dalam meningkatkan kualitas hidupnya dan mengisi waktu luangnya agar mereka tidak merasakan kesepian, kesendirian, tidak dianggap, dan keterasingan.[16]

Terdapat juga pemenuhan dalam aspek spiritual seseorang dalam meningkatkan kualitas hidupnya. Masa penuaan membuat lansia cenderung melakukan aktivitas dalam mendekatkan diri kepada Tuhan dan membutuhkan ketenangan batin. Aspek spiritual mampu membantu lansia dalam mengurangi kecemasan, kesepian, dan stress yang berlebih akibat perubahan yang dialaminya pada masa tua. Kegiatan keagamaan yang sering dilakukan dalam memenuhi aspek tersebut seperti pengajian, doa bersama, bimbingan ibadah, dan pendampingan rohani. Dengan itu, tidak hanya pemenuhan aspek

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[16] Lasriado. dkk Girsang, Andry, Poltak, "Statistik Penduduk Lanjut Usia 2025," 2025, 5–10.

kesehatan dan psikologis, tetapi juga pada aspek spiritual seseorang perlu dipenuhi dalam peningkatan kualitas hidup.[17]

Pada dasarnya kualitas hidup mencakup empat aspek utama, yaitu kesehatan fisik, kondisi psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. Aspek kesehatan fisik berkaitan dengan kondisi tubuh dan kemampuan lansia dalam menjalani aktivitasnya, sedangkan dalam aspek psikologis berkaitan dengan perasaan bahagia dan ketenangan batin. Selanjutnya untuk aspek sosial lansia dituntut untuk mampu berinteraksi dan mendapatkan dukungan dari orang lain, serta di aspek lingkungan yang mencakup kenyamanan, keamanan, dan pelayanan di tempat yang ia singgahi. Empat aspek tersebut harus terpenuhi dengan baik, jika tidak dapat berpengaruh pada kualitas hidup seseorang.[18]

Berdasarkan penjabaran tersebut, dapat dipahami bahwa kualitas hidup adalah tingkat kesejahteraan hidup yang dirasakan oleh seseorang dalam empat aspek yaitu fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan. Kualitas hidup yang baik dapat membantu lansia dalam menjalani kehidupan masa tuanya dengan lebih tenang, sehat, dan bermakna. Bagi lansia yang tinggal di balai pelayanan sosial, kualitas hidup juga dipengaruhi oleh pelayanan yang diberikan oleh lembaga.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[17] Fadillah Azhari and Siti Bahiroh, "Strategi Komunikasi Dalam Bimbingan Keagamaan Islam Lansia Di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar," *Attadrib: Jurnal Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah* 7, no. 2 (2025): 292–301, https://doi.org/10.54069/attadrib.v7i2.865.

[18] Jesmo Aldoran Purba, Bintang Hartati Nasution, and Arif Rahman Aceh, "Pemberdayaan Lansia Dalam Meningkatkan Self-Esteem Dan Kualitas Hidup Melalui Konseling Kelompok Empowering the Elderly to Improve Self-Esteem and Quality of Life through Group Counseling," *JUMA : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 3, no. 1 (2025): 41–46, www.journal.medicpondasi.com/index.php/pkm.

Pelayanan tersebut meliputi pada pemenuhan kebutuhan dasar, pelayanan kesehatan, kegiatan rekreasi, pembinaan psikososial, hingga bimbingan keagamaan. Lansia yang memiliki kondisi spiritual yang baik mampu menghadapi perubahan dan memiliki harapan hidup yang lebih positif.

b. Definisi Lansia

Lanjut usia merupakan tahap akhir dalam siklus kehidupan manusia yang ditandai dengan adanya proses penuaan secara menyeluruh, baik dari aspek biologis, psikologis, dan sosial. Proses penuaan bersifat alami dan berlangsung secara bertahap seiring dengan bertambahnya usia setiap individu. Pada fase ini, inidividu mengalami penurunan fungsi organ tubuh, seperti berkurangnya kekuatan fisik, melemahnya sistem imun, serta menurunnya kemampuan sensorik. Oleh karena itu, lansia membutuhkan perhatian yang khusus mengenai kondisi yang rentan di usianya. Dalam akademik lansia tidak hanya sebatas usia kronologis, tetapi juga mencakup dengan kondisi kesehatan, kemandirian, dan kemampuan adaptasi terhadap perubahan yang terjadi.[19]

Secara demografis dan administratif, lansia didefinisikan sebagai individu yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Dalam usia ini, seseorang memiliki batasan yang digunakan secara luas dalam kebijakan nasional, termasuk ke dalam pengaturan kesejahteraan

[19] Penney Upton, *Psikologi Perkembangan* (Jakarta: Erlangga, 2012). 145-150.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

lansia yang berada di Indonesia. Pemerintah menanggapi mengenai dengan penuaan penduduk melalui berbagai peraturan perundang-undangan, kebijakan, dan program pembangunan. Pada Pasal Ayat 28H Ayat (2) Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945 menyatakan bahwa "setiap orang berhak mendapatkan kemudahan dan perlakuan khusus untuk memperoleh kesempatan dan manfaat yang sama guna mencapai persamaan dan keadilan". Selain itu, secara Yuridis Peraturan Pemerintah Nomor 43 Tahun 2004 tentang pelaksanaan upaya peningkatan kesejahteraan sosial bagi lanjut usia potensial mengatur berbagai upaya dalam memperbaiki kesejahteraan lansia antara lain seperti pelayanana keagamaan dan mental spiritual, pelayanan kesehatan, pelayanan kesempatan kerja, pelayanan pendidikan dan pelatihan, pelayanan untuk mendapatkan kemudahan dalam penggunaan fasilitas, sarana dan prasarana umum, pemberian kemudahan dalam pelayanan dan bantuan hukum, serta bantuan sosial.[20]

Dalam perspektif psikologis, lansia merupakan individu yang berada pada tahap perkembangan akhir yang memiliki karakteristik khusus dalam hal emosi, kepribadian, dan cara berpikir. Pada tahap ini, lansia mengalami tugas baru pada perkembangan seperti menerima kondisi diri, menyesuaikan diri akan kehilangan pasangan atau teman sebaya, dan menghadapi kenyataan akan keterbatasan fisik.

[20] Girsang, Andry, Poltak, "Statistik Penduduk Lanjut Usia 2025." 5-10.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Keberhasilan dalam menjalani tahap ini sangat dipengaruhi dengan pengalaman hidup selamanya serta kemampuan dalam mengelola stress dan emosi. Dengan demikian, lansia yang telah mampu beradaptasi dengan baik mengenai perubahan psikologisnya cenderung memiliki kepuasan hidup dan kebahagiaan yang lebih tinggi.[21]

Dalam aspek sosial, lansia mengalami perubahan peran dalam kehidupan bermasyarakat. Perubahan ini dapat berupa berkurangnya aktivitas kerja, menurunnya interaksi sosial, serta adanya ketergantungan terhadap orang lain. Kondisi ini dapat mempengaruhi kesejateraan psikososial lansia apabila tidak adanya dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitar. Pentingnya dalam memahami lansia sebagai individu yang tetap memiliki kebutuhan sosial dan memerlukan perhatian yang lebih dalam menjaga kualitas hidupnya.

Pada proses penuaan, lansia memasuki masa tidak produktif secara finansial. Sebagian besar aktivitas lansia yang kerjanya berkurang akan bergantung pada tabungan, pensiunan, dan mendapatkan dukungan dari keluarga dalam memenuhi kebutuhan hidupnya. Kondisi ekonomi yang kurang stabil dapat berdampak pada kualitas hidup lansia, termasuk dalam akses terhadap layanan kesehatan dan pemenuhan kebutuhan dasar. Oleh karena itu, aspek ekonomi menjadi salah satu faktor yang perlu diperhatikan dalam

[21] Partini Suardiman, Siti, *Psikologi Usia Lanjut* (Yogyakarta: UII Press, 2011). 15-25.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

upaya meningkatkan kesejahteraan lansia demi menjaga kualitas hidupnya.

Dalam fase kehidupan yang dialami oleh lansia, mereka sering kali dipandang sebagai seseorang yang penuh dengan nilai kebijaksanaan dan tingkat spiritualisasi yang tinggi. Lansia lebih cenderung mendekatkan diri kepada Allah Swt. serta meningkatkan aktivitas ibadah sebagai bentuk refleksi atas perjalanan hidup yang telah mereka lalui. Selain itu juga, lansia juga banyak mempersiapkan diri dengan lebih memperdalam keagamaannya dalam menghadapi kehidupan setelah meninggal. Hal ini menjadikan salah satu aspek yang sangat penting dalam mendukung kesejahteraan batin lansia.[22]

Berbagai masalah yang sering terjadi pada fase penuaan di setiap individu. Masalah tersebut seperti pada menurunnya kondisi kesehatan fisik, psikologis, ekonomi, dan spiritual. Mengingat bahwasannya lansia merupakan individu yang mengalami proses penuaan dengan berbagai perubahan yang saling berkaitan, sehingga membutuhkan pendekatan yang holistik dalam menangani masalah tersebut. Tidak hanya itu, dibutuhkan juga dukungan dan perhatian yang khusus dalam menangani masalah yang dialami oleh lansia pada masa penuaannya. Karena, setiap lansia memiliki karakteristik yang kompleks dan latar belakang yang berbeda, yang mana tidak hanya

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[22] Damsar, *Pengantar Sosiologi Lansia* (Jakarta: Prenada Media, 2022). 50-51

ditentukan oleh usia, tetapi dengan kondisi fisik, psikologis, sosial dan lingkungan.[23]

c. Definisi Kualitas Hidup Lansia

Kualitas hidup lansia merupakan gambaran seseorang dalam menjalani, merasakan dan menilai secara menyeluruh kehidupannya sepanjang masa. Kualitas hidup tidak hanya berkaitan dengan kondisi kesehatan fisik, tetapi juga mencakup keadaan psikologis, hubungan sosial, lingkungan tempat tinggal, dan spiritualnya. Menurut world healh organization (WHO), kualitas hidup merupakan persepsi seseorang terhadap posisi dirinya dalam kehidupan yang berkaitan dengan budaya, sistem nilai tempat tinggalnya, tujuan, standar, dan harapan hidupnya. Kualitas hidup bersifat subjektif, yang mana setiap individu memiliki pengalaman, kebutuhan, dan cara pandang yang berbeda dalam menilai kehidupannya. Oleh karena itu, kualitas hidup lansia tidak hanya dinilai dari kondisi fisik, tetapi juga perlu memperhatikan bagaimana lansia merasakan kebahagiaan, kepuasan, kenyamanan, dan makna hidupnya.

Pada masa penuaan, seseorang akan mengalami perubahan dalam kehidupannya, maka kualitas hidup seseorang perlu untuk diperhatikan. Perubahan yang dirasakan seseorang pada masa penuaan dapat berupa penurunan kemampuan fisik, berkurangnya kemandirian,

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[23] Santrock John, w., *Life-Span Development Perkembangan Masa Hidup* (Jakarta: Erlangga, 2002). 559-573.

munculnya penyakit kronis, perubahan peran atau posisi dalam kehidupan, dan kurangnya menjalankan aktivitas sehari-hari. Perubahan yang dialami oleh seseorang pada masa penuaan dapat memengaruhi cara memandang dirinya sendiri dan menyesuaikan diri dengan kondisi yang dialaminya. Sebagian lansia mampu menerima perubahan dengan baik, sedangkan sebagian lainnya dapat mengalami kesulitan seperti tdak berdaya, kehilangan kepercayaan diri, kesepian, dan tidak memiliki peran penting dalam kehidupannya.[24]

Salah satu aspek yang dapat memengaruhi kualitas hidup lansia adalah kondisi fisik. Aspek fisik dapat berupa kesehatan fisik, kemampuan bergerak, tingkat energi, kualitas tidur, rasa sakit, dan kemampuan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Lansia yang masih mampu memenuhi kebutuhan pribadinya, seperti makan, mandi, berpakaian, dan berpindah tempat secara mandiri memiliki kesempatan lebih besar untuk mempertahankan kemandiriannya. Sebaliknya, jika lansia mengalami keterbatasan fisik atau memiliki penyakit tertentu dapat membuat lansia membutuhkan bantuan dari orang lain. Dukungan sosial yang memadai, lingkungan yang nyaman, dan penerimaan terhadap kondisi diri dapat membantu lansia merasakan kesejahteraan, meskipun mengalami penurunan kemampuan fisik.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[24] Antonia Rodríguez-Martínez et al., "Quality of Life and Well-Being of Older Adults in Nursing Homes: Systematic Review," *Social Sciences* 12, no. 7 (2023): 2–6, https://doi.org/10.3390/socsci12070418.

Adapun aspek psikologis yang memiliki peran penting dalam menentukan kualitas hidup lansia. Aspek psikologis ini berkaitan dengan perasaan, pikiran, kepercayaan diri, kemampuan menerima kondiri, dan cara seseorang dalam menghadapi permasalahan. Pada masa penuaan, lansia dapat mengalami perubahan yang memengaruhi kondisi emosional, seperti kehilangan pasangan, berjauhan dengan keluarga, perubahan tempat tinggal, dan kurangnya aktivitas sosial. Perubahan yang dirasakan dapat menimbulkan perasaan sedih, cemas, kesepian, dan kekhawatiran terhadap masa yang akan datang. Lansia yang mampu menerima perubahan, memandang kehidupan dengan positif, dan memperoleh dukungan emosional cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengahadapi kehidupan di masa tuanya.

Selain itu juga terdapat aspek sosial yang menjadi bagian penting dalam kualitas hidup lansia, karena manusia merupakan makhluk sosial yang membutuhkan interaksi dengan orang lain. Aspek sosial berkaitan dengan hubungan lansia dengan keluargnya, teman sebaya, petugas pelayanan sosial, dan lingkungan tempat tinggalnya. Bagi lansia yang tinggal di lembaga pelayanan sosial, hubungan dengan sesam penghuni dan petugas menjadi salah satu bagian penting dalam kehidupan sehari-hari. Kesempatan untuk berinteraksi, mengikuti kegiatan bersama, berbagi pengalaman hidup, dan menjalin hubungan yang baik.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Selanjutnya, aspek lingkungan yang berupa tempat tinggal, keadaan tempat tinggal, dan dukungan yang diberikan kepada lansia dalam menjalankan kehidupan sehari-hari. Lingkungan yang aman, nyaman, bersih, mudah untuk diakses, dan sesuai dengan keterbatasan fisik lansia dapat membantu mereka menjalankan aktivitas dengan baik. Di lembaga sosial, ketersediaan pelayanan kesehatan, pemenuhan kebutuhan dasar, kesempatan untuk mengikuti kegiatan, dan kemudahan mendapatkan bantuan dapat memengaruhi kualitas hidup lansia. Lingkungan tidak hanya berkaitan dengan fasilitas fisik, tetapi juga mencakup suasana kehidupan sehari-hari dan cara petugas memberikan pelayanan kepada lansia.

Terakhir terdapat aspek spiritual yang menjadi penting untuk diperhatikan dalam memahami kualitas hidup lansia. Aspek spiritual berupa lansia dalam menemukan makna hidup, memperoleh ketenangan batin, menjalankan keyakinan agama, dan menghadapi perubahan pada masa tuanya. Lansia menjadikan agama sebagai bagian penting dalam kehidupannya, kegiatan yang dilakukan dapat berupa dzikir, membaca Al-Qur'an, mengikuti pengajian, dan mendapatkan bimbingan keagamaan untuk mendekatkan diri kepada Allah Swt. kegiatan yang dilakukan tersebut dapat menjadi kesempatan bagi lansia untuk memperoleh nasihat, menyampaikan perasaannya, memperkuat kesabaran, dan dapat menerima keadaan yang sedang dihadapinya. Manfaat dari kegiatan keagamaan dapat

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

diterima oleh lansia dengan cara yang berbeda-beda, bergantung dengan keyakinannya, pengalaman, kondisi, dan kebutuhan masing-masing.

Pemahaman mengenai kualitas hidup lansia sejalan dengan pendekatan WHO melalui instrument World Health Organization of Life-Bref (WHOQOL-BREF) yang mengukur kualitas hidup melalui empat domain utama, yaitu, kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. Keempat domain tersebut menunjukkan bahwa kualitas hidup merupakan kondisi yang terbentuk melalui keterkaitan berbagai aspek kehidupan. Kebutuhan dan pengalaman spiritual dapat dikaji lebih lanjut melalui World Health Organization of Life-Spirituality, Religiousness, And Personal Beliefs (WHOQOL-SRPB) yang dikembangkan oleh WHO sendiri untuk mengkaji hubungan antara spiritualitas, agama, keyakinan pribadi, dan kualitas hidup. Dari kedua instrument tersebut dapat dijadikan rujukan konseptual untuk memahami kulitas hidup, meskipun penggunaannya disesuaikan dengan tujuan dan metode penelitian yang dilakukan.[25]

Berdasarkan uraian tersebut, kualitas hidup lansia dalam penelitian ini dapat dipahami sebagai kondisi yang menggambarkan bagaimana lansia dalam merasakan dan menilai kehidupannya berdasarkan keadaan fisik, psikologis, hubungan sosial, lingkungan,

[25] Roy Rillera Marzo et al., "Determinants of Active Aging and Quality of Life among Older Adults: Systematic Review," *Frontiers in Public Health* 11 (2023): 3–15, https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1193789.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

dan spiritualnya. Kualitas hidup yang baik bukan berarti lansia terbebas dari penyakit atau mampu melakukan aktivitas secara mandiri, tetapi juga berkaitan dengan kemampuan dalam penerimaan kondiri diri, merasa tenang, menjalin hubungan yang baik, dan menemukan makna dalam hidupnya.

d. Indikator Kualitas Hidup

Penilaian kualitas hidup dapat dilihat sejauh mana seseorang dalam menjalani kehidupannya dengan baik, nyaman, dan tenang. Selain itu, perlu diperhatikan juga pada kondisi kehidupan secara menyeluruh baik dari aspek fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan tempat tinggal. Penilaian kualitas hidup penting untuk dilakukan karena kualitas hidup seseorang tidak hanya dilihat dari segi sehat atau tidak, tetapi juga dari seseorang tersebut merasakan kepuasan, kenyamanan, ketenangan, dan kebermaknaan dalam menjalani kehidupan di dunia. Dalam penelitian ini, bimbingan keagamaan yang berada di Balai Pelayanan Sosial Abiyoso menjadi bagian paling dasar untuk melihat apakah pelaksanaan bimbingan keagamaan mampu dalam meningkatkan kualitas hidup.

Semakin meningkatnya jumlah populasi penuaan, maka tantangan dalam dunia kesehatan akan semakin besar. Lansia akan mengalami kemunduran dalam hidupnya akibat dari proses penuaan, baik dari segi fisik, mental, dan sosial. Kualitas hidup seseorang dapat dipengaruhi oleh kesehatan fisik, psikologis, spiritual, dukungan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

sosial, lingkungan, ekonomi, dan kognitif. Setiap lansia memiliki cara pandang yang berbeda terhadap kehidupannya. Oleh karena itu, penilaian kualitas hidup tidak cukup hanya dilihat dari kondisi kesehatan, tetapi juga perlu memperhatikkan kondisi batin dan sosialnya.[26]

Instrument yang digunakan untuk mengukur kualitas hidup yaitu WHOQOL-BREF yang dikembangkan oleh WHOQOL. Instrument ini menilai bahwa indikator kualitas hidup melalui empat domain utama, yaitu kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. WHOQOL-BREF dinilai sangat efektif karena mampu memberikan gambaran menyeluruh mengani kondisi kehidupan seseorang. Instrument ini juga telah terbukti valid dan reliebel untuk digunakan pada kelompok lansia di Indonesia.

Adapun penjelasan mengenai indikator kualitas hidup seseorang, Pertama kesehatan fisik, pada aspek kesehatan fisik meliputi kondisi tubuh lansia, kemampuan dalam melakukan aktivitas sehari-hari, kualitas tidur, tingkat energi, mobilitas, hingga rasa sakit yang dirasakan. Kondisi fisik yang baik dapat berpengaruh pada kemandirian lansia dan mampu menjalankan aktivitas dengan baik, jika sebaliknya akan membuat lansia merasa ketergantungan dan kehilangan semangat dalam menjalankan aktivitasnya. Lansia yang

[26] Nurkolila and Sugiharto, "Gambaran Kualitas Hidup Lansia Yang Tinggal Di Komunitas.". 20-24.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

mampu melakukan aktivitas fisik dan kegiatan yang positif dapat membantu dalam meningkatkan kualitas hidup.

Kedua kondisi psikologis, hal ini mencakup pada kondisi ketenangan batin, emosional, rasa percaya diri, kemampuan berpikir, konsentrasi, dan penerimaan diri. Banyak dari lansia yang mengalami perubahan psikologis akibat dari kehilangan pasangan hidup, menurunnya fungsi tubuh, kurangnya peran sosial, dan sulit mengontrol emosi. Masalah ini dapat berpengaruh pada kualitas hidup jika tidak ditangani dengan benar. Dengan adanya bimbingan keagamaan yang diberikan kepada lansia beruapa dzikir, pengajian, ibadah, dan ceramah agama dapat membantu lansia memperoleh ketenangan jiwa dan meningkatkan rasa syukur atas kehidupannya.

Ketiga hubungan sosial, pada aspek ini seseorang mampu membangun hubungan yang baik dengan keluarga, teman sebaya, dan pengasuh. Dengan adanya hubungan sosial yang baik, lansia akan mendapatkan perhatian, merasa dihargai, dan tidak merasa kesepian dalam menjalani kehidupan di masa tuanya. Sebagian lansia yang tinggal di Balai Pelayanan Sosial sering kali merasakan terisolasi, keterasingan, tidak dianggap, dan tidak diperhatikan oleh keluarganya. Hubungan sosial yang dibangun dengan baik sesama manusia mampu memberikan dukungan baik dalam menjalankan aktivitas sehari-hari dengan penuh semangat dan dapat membantu dalam meningkatkan kualitas hidup.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Keempat lingkungan, setiap orang akan menginginkan tempat tinggal yang aman, nyaman, fasilitas kesehatan yang memadai, dan kesempatan dalam mengikuti semua kegiatan. Lingkungan yang aman akan mampu memberikan kebahagiaan tersendiri oleh orang-orang yang berada di sana. Pada lansia yang berada di balai pelayanan sosial, berhak mendapatkan fasilitas yang memadai, mendapatkan pendampingan, dan suasana Balai yang nyaman. Hal tersebut mampu memberikan dukungan emosional yang baik dalam meningkatkan kualitas hidupnya.[27]

Selain instrument WHOQOL-BREF terdapat juga instrument lain yang dikembangkan oleh WHO sendiri yaitu World Health Organization of Life-Spirituality, Religiousness, And Personal Beliefs (WHOQOL-SRPB) untuk memahami hubungan antara spiritualitas, agama, keyakinan pribadi, dan kualitas hidup seseorang. Instrument ini melengkapi pemahaman kualitas hidup dengan memperhatikan bagaimana seseorang menemukan makna dan tujuan hidup, memperoleh ketenangan batin, memiliki harapan, dan keyakinan yang dianut untuk menghadapi permasalahan kehidupan. Pada masa penuaan, instrument digunakan sebagai landasan untuk memahami aspek spiritual lansia, karena pada masa ini, seseorang mengalami perubahan kondisi fisik, kehilangan pasangan, kesepian, dan

[27] Tiara Raisha Madani and Anastasia Ratnawati Biromo, "Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Panti Sosial Trena Werdha Budi Mulia 2" 4, no. 2 (2022): 346–51.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

penerimaan diri. Keyakinan pada agama dan spiritualitas dapat menjadi dukungan bagi lansia dalam penerimaan diri, menghadapi kecemasan, kehilangtan pasangan, dan menemukan makna hidup. Dengan demikian, aspek spiritual dalam kualitas hidup lansia tidak hanya dilihat dari seberapa rutin seseorang menjalankan ibadah, tetapi juga dari keyakinan dan pengalaman spiritual yang dirasakan dalam kehidupan sehari-hari.[28]

e. Faktor Yang Memengaruhi Kualitas Hidup

Kualitas hidup lansia merupakan suatu keadaan yang menggambarkan bagaimana seorang lansia memandang kehidupannya secara menyeluruh, baik dari aspek fisik, psikologis, sosial, maupun lingkungan tempat tinggalnya. Pada umumnya para lansia mengalami keterbatasan dalam aspek tersebut, sehingga dapat menyebabkan penurunan pada kualitas hidupnya. Lansia yang mengalami penurunan dalam kualitas hidup atau dikatakan kualitas hidup yang rendah menyebabkan lansia tidak dapat menikmati masa tuanya dengan penuh makna, bahagia, dan berguna.

Adapun beberapa hal yang mempengaruhi kualitas hidup seseorang, yaitu pertama kesehatan fisik, seiring dengan bertambahnya usia seseorang, para lansia akan mengalami penurunan fungsi tubuh seperti berkurangnya kekuatan otot, gangguan penglihatan,

[28] Substance Dependence, "WHOQOL Spirituality , Religiousness and Personal Beliefs (SRPB) Field-Test Instrument The WHOQOL-100 QUESTIONS PLUS 32 SRPB QUESTIONS," 2024, 1–25.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

menurunnya pendengaran, hingga munculnya penyakit kronis seperti hipertensi, diabetes, rematik, dan lain-lain. Para lansia merasa kesulitan dalam melakukan aktivitas sehari-hari saat kondisi fisik menurun, hal ini menyebabkan lansia akan bergantung kepada orang lain dalam melakukan segala aktivitasnya. Selain itu, kondisi fisik yang menurun juga dapat mempermudah datangnya penyakit jika tidak dilakukan upaya pencegahan.

Kedua psikologis, pada masa penuaan lansia akan mengalami perasaan tidak dianggap oleh keluarganya, dibuang, ditelantarkan, kesepian, kehilangan pasangan hidup, dan emosional. Perasaan tersebut dapat memengaruhi semangat dalam menjalani sisa-sisa hdiupnya. Kondisi psikologis yang tidak stabil akan mengurangi nilai kebahagiaan dan kepuasan hidup, karena hal tersebut hanya dapat dinikmati dalam kondisi yang sehat. Maka dari itu, kondisi psikologis yang stabil dan sehat dapat mempertahankan kualitas hidup lansia dan dapat membantu lansia dalam merasakan ketenangan batin, rasa syukur, dan penerimaan diri.

Ketiga spiritual, dimasa akhir-akhir kehidupan seseorang akan berlomba-lomba dalam mendekatkan diri kepada Allah Swt. untuk mendapatkan ketenangan batin dan rasa penerimaan diri dimasa tuanya. Kegiatan keagamaan yang dilakukan seperti mengikuti pengajian, ceramah agama atau membaca buku-buku agama, membaca Al-Qur’an, dzikir, dan kegiatan lainnya yang bersangkutan dengan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

keagamaan. Kehidupan di masa tua penting adanya tahapan kesadaran dalam berserha diri kepada Allah Swt. sebab akan membawa ketenangan dan tidak berputus asa dalam keadaan yang sulit. Bimbingan keagamaan yang diberikan kepada lansia bertujuan untuk membantu lansia dalam menumbuhkan rasa penerimaan diri, memiliki harapan hidup, dan meningkatkan kualitas hidup yang lebih baik.

Keempet dukungan sosial, sebagai makhluk sosial setiap manusia membutuhkan dukungan dari seseorang yang dianggap berharga di hidupnya, seperti keluarga, teman sebaya, pasangan, dan lainnya. Pada masa penuaan, lansia akan mengalami perasaan yang tidak menentu seperti kehilangan pasangan hidup, kesepian, sendirian, tidak dianggap, dan tidak mendapatkan perhatian yang lebih. Oleh karena itu, perlu adanya rasa kasih sayang, perhatian, dan interaksi dengan orang lain dalam mempertahankan kualitas hidupnya. Dengan adanya interaksi sosial dengan teman sebayanya, lansia akan merasa dihargai dan mendapatkan pengalaman hidup dari cerita lansia yang lain, serta tetap mendapatkan peran dalam kehidupan sosialnya. Dukungan sosial dan interaksi yang baik dengan orang lain dapat membantu seseorang dalam mengurangi rasa kesepian dan dapat meningkatkan motivasi dalam mempertahankan produktivitas dalam menjaga kesehatannya.

Kelima, lingkungan merupakan salah satu aspek yang berperan penting terhadap kualitas hidup seseorang. Lingkungan yang

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

dimaksud bisa berupa bangunan tempat tinggal, balai pelayanan sosial, panti jompo, suasana tempat tinggal, dan lain sebagainya. Lingkungan yang dibutuhkan berupa suasana yang nyaman, aman, bersih, dan adanya fasilitas yang memadai. Dengan itu, lansia akan merasakan kemandirian dalam melakukan aktivitasnya dan tidak bergantung pada orang lain. Kemandirian lansia berdampak penting pada peningkatan kualitas hidup seseorang, karena seseorang akan merasakan kebebasan dalam mengekspresikan diri dan mengatur setiap tindakan yang dilakukan.

Keenam kognitif, setiap fase perkembangan memiliki tugas yang perlu dijalankan dan diselesaikan agar berkembang dengan optimal. Misalnya dalam tugas membaca untuk masa kanak-kanak, penyesuaian terhadap kematangan seksual pada remaja, dan memantapkan karir pada masa dewasa. Pada masa usia lanjut akan terjadi perubahan secara alami, seperti penurunan fungsi kognitif yang berupa ingatan tidak berfungsi dengan baik. Seseorang pada masa lansia akan mengalami penurunan kognitif yang dapat menyebabkan kesulitan dalam berkomunikasi dan menjalankan aktivitas sehari-hari. Perlu adanya kegiatan yang dapat melatih daya pikir seseorang dalam membantu menyelesaikan tugas perkembangan di masa tuanya.

Ketujuh ekonomi, pendapatan yang menurun berakibat pada bekurangnya pemenuhan kebutuhan hidup sehari-hari seperti sandang, pangan, papan, kesehatan, rekreasi, dan kebutuhan sosial lainnya.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Sebagian besar dari lansia bergantung pada penghasilan pensiunan, tabungan, bantuan dari anak atau anggota keluarga lainnya. Kondisi ekonomi memengaruhi perasaan aman dan nyaman karena hal tersebut merupakan kebutuhan dasar setiap manusia. Seseorang yang memiliki keterbatasan ekonomi sering merasa khawatir terhadap pemenuhan kebutuhan sehari-hari terutama dalam kesejahteraan pada kesehatan. Pemenuhan kebutuhan dasar pada setiap manusia sangat penting dalam menjaga kualitas hidup dimasa ekonomi yang sulit ini.[29]

Dapat dipahami bahwa kualitas hidup seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik dari aspek kesehatan fisik, psikologis, keagamaan atau spiritual, dukungan sosial, lingkungan, kognitif, dan ekonomi. Faktor-faktor tersebut saling berkaitan dan dapat menentukan bagaimana seseorang dalam menjalani kehidupannya di masa tua mendatang. Hal ini menunjukkan bahwa bimbingan keagamaan dapat membantu lansia dalam memperoleh ketenangan batin, menumbuhkan semangat dalam menjalani kehidupannya, meningkatkan hubungan sosial, dan mempertahankan kualitas hidup di usia tua.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

2. Bimbingan Keagamaan

a. Pengertian Bimbingan Keagamaan

[29] Rusmilda Oktarina, Maryana Maryana, and Sirli Agustiani, "Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Panti Bhakti Kasih Siti Anna Dan Rumah Kasih Emaus Kota Pangkalpinang Tahun 2024," *Jurnal Kesehatan Tambusai* 5, no. 4 (2024): 11039–49, https://doi.org/10.31004/jkt.v5i4.33723.

Menurut Thohari Musnamar, bimbingan keagamaan merupakan proses pemberian bantuan kepada individu agar mampu menjalani kehidupan sesuai dengan ketentuan dan petunjuk Allah Swt., sehingga dalam kehidupannya mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat. Pengertian dari bimbingan keagamaan menekankan bahwa tujuan dari bimbingan yang dilakukan tidak hanya untuk membantu individu dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi, tetapi juga mengarahkan individu agar mampu menjalankan kehidupannya berdasarkan ajaran islam. Melalui bimbingan keagamaan, individu diharapkan dapat memahami keadaan dirinya, mengenali permasalahan yang dialami, dapat menentukan sikap dan tindakan yang sesuai dengan nila-nilai agama.

Bimbingan keagamaan dapat dipahami sebagai proses pemberian bantun yang berlandaskan ajaran agama untuk membantu individu dalam memahami, menghayati, dan menerapkan nilai-nilai keislaman dalam kehidupan sehari-hari. Bimbingan keagamaan tidak hanya berkaitan dengan penyampaian pengetahuan mengenai agama, seperti akidah, ibadah, dan akhlak, tetapi juga berhubungan dengan bagaimana ajaran-ajaran yang telah diberikan dapat diterapkan dan dipraktikan individu dalam menghadapi berbagai persoalan kehidupannya. Dengan demikian, tujuan bimbingan keagamaan yaitu untuk membantu individu menjalani kehidupan secara lebih terarah

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

dan mampu menyikapi permasalahan yang dihadapi dengan pedoman pada ajaran islam.

Dalam proses pelaksanaannya, bimbingan keagamaan membutuhkan hubungan yang baik anatar pembimbing dan individu yang dibimbing. Pembimbing perlu memahami kondisi, kebutuhan, dan permasalahan yang dialami oleh individu agar bantuan yang diberikan dapat sesuai dengan keadaan dan kebutuhannya. Pembimbing perlu memperhatikan pendekatan yang dapat diterima oleh individu, baik melalui penyampaian materi keagamaan, pemberian nasihat, diskusi, dan pendampingan secara pribadi.

Pemberian bantuan melalui bimbingan keagamaan dapat membantu individu dalam menghadapi persoalan psikologis dan emosional dengan pemahaman ajaran agama. Nilai-nilai dalam islam seperti kesabaran, keikhlasan, rasa syukur, tawakal, dan penerimaan terhadap ketentuan Allah Swt., dapat menjadi dukungan dan penguatan ketika individu mengalami kesulitan, tetatpi tidak lupa untuk melakukan usaha. Nilai-nilai yang disampaikan dapat disesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi individu agar dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-harinya. Dengan demikian, bimbingan keagamaan menjadi salah satu bentuk pendampingan yang dapat membantu individu memperoleh ketenangan batin dan membangun cara pandang yang lebih positif dalam menghadapi kehidupannya.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Bimbingan keagamaan memiliki peran yang sangat penting mengingat pada fase lansjut usia yang mengalami berbagai penurunan, baik secara fisik, psikologis, maupun sosial. Lansia rentan mengalami perasaan kesepian, kecemasan, kehilangan peran sosial, serta kekhawatiran menghadapi kematian. Bimbingan keagamaan hadir sebagai bentuk pendampingan spiritual yang membantu para lansia menerima kondisi dirinya, menemukan makna hidup, serta meningkatkan kedekatan diri kepada Tuhan Yang Maha Esa.[30]

Menurut pandangan Islam, bimbingan keagamaan dipahami sebagai bagian dari aktivitas dakwah dan *amar ma'ruf nahi munkar* yang bertujuan mengajak manusia menuju kebaikan dan mencegah dari perbuatan yang bertentangan dengan ajaran agama Islam. Bimbingan keagamaan dalam Islam diarahkan untuk menuntun individu agar hidupnya sesuai dengan petunjuk Allah Swt. sebagaimana tercantum dalam Al-Qur'an yang menyatakan bahwa petunjuk Allah merupakan pedoman utama bagi manusia alam menjalani kehidupannya. Dalam surat-Nya Allah Swt. berfirman:

قُلْنَا اهْبِطُوْا مِنْهَا جَمِيْعًاۚ فَاِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ مِّنِّيْ هُدًى فَمَنْ تَبِعَ هُدَايَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُوْنَ

"Turunlah kamu semua dari surga! Lalu, jika benar-benar datang petunjuk-Ku kepadamu, siapa saja yang mengikuti petunjuk-Ku tidak

[30] Tohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Dan Konseling Islam* (Yogyakarta: UII Press, 1992). 143-146.

ada rasa takut yang menimpa mereka dan mereka pun tidak bersedih hati" (QS. Al-Baqarah [2]: 38).[31]

Ayat di atas menunjukkan bahwa mengikuti petunjuk Allah akan membawa setiap manusia kepada ketenangan dan keselamatan hidup, sehingga bimbingan keagamaan bertujuan sebagai sarana pembinaan iman dan ketakwaan agar setiap manusia tetap berada pada jalan yang diridhai oleh Allah Swt. Bimbingan keagamaan dimaknai sebagai upaya menumbuhkan kesadaran spiritual dan tanggung jawab manusia sebagai hamba-Nya. Melalui proses bimbingan keagamaan, seseorang diarahkan untuk mengenal hakikat dirinya, tujuan hidup, serta perannya dalam kehidupan bermasyarakat. Dengan adanya kesadaran tersbeut dapat mendorong setiap manusia untuk senantiasa mendekatkan diri kepada Allah melalui ibadah dan perilaku yang mencerminkan nilai-nilai ajaran agama Islam.[32]

b. Fungsi Bimbingan Keagamaan

Bimbingan keagamaan merupakan suatu proses pemberian bantuan kepada individu agar mampu memahami, menghayati, dan mengamalkan ajaran agama dalam kehidupan sehari-hari. Untuk para lansia, bimbingan keagamaan menjadi hal yang sangat penting karena mereka berada dalam fase kehidupan yang rentan terhadap berbagai permasalahan, baik secara fisik, psikolgois, maupun sosial. Oleh

[31] Kementerian Agama RI, Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an (2022).

[32] Fenti Hikmawati, *Bimbingan Dan Konseling Perspektif Islam* (Jakarta: Rajawali Pers, 2015). Hal 7-36.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

karena itu, dengan adanya bimbingan keagamaan tidak hanya berfungsi semata-mata sebagai aktivitas spiritual, tetapi juga dapat dijadikan sebagai sarana untuk meningkatkan kualitas hidup lansia secara menyeluruh.

Fungsi bimbingan keagamaan dapat dikategorikan dalam beberapa aspek yaitu preventif, kuratif, preservatif, dan developmental. Beberapa fungsi tersebut yaitu pertama fungsi preventif Fungsi ini berperan sebagai pencegahan munculnya permasalahan yang terjadi pada seseorang, terutama pada lansia yang mengalami rasa kesepian, kecemasan, dan kehilangan makna hidupnya. Melalui kegiatan bimbingan keagamaan seperti pengajian, dzikir, dan pembinaan ibadah, lansia dapat memiliki pegangan hidup yang kuat sehingga mampu menghadapi berbagai permasalahan dan perubahan yang terjadi dimasa tuanya.

Kedua, fungsi kuratif pada bimbingan keagamaan yang diberikan kepada klien, fungsi kuratif berfokus pada upaya yang diberikan kepada klien dalam menyelesaikan masalah yang dialaminya. Pada masa penuaan seseorang akan mengalami perubahan dalam hidupnya, lansia yang tinggal di balai pelayanan sosial cenderung mengalami permasalahan seperti rasa kesepian, kehilangan pasangan hidup, keterasingan, tidak dianggap oleh keluarganya, dan lain sebagainya. Dalam hal ini, bimbingan keagamaan hadir dalam memberikan penguatan spiritual agar lansia mampu menerima keadaan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

dengan ikhlas, serta dapat menumbuhkan kekuatan batin melalui pendekatan religius.

Ketiga fungsi preservatif, fungsi ini bertujuan untuk menjaga kondisi seseorang agar tetap stabil dalam mengikuti kegiatan bimbingan keagamaan. Mengingat bahwa lansia mengalami penurunan fisik, perlu adanya perhatian khusus dalam menangani masalah yang dialami oleh lansia. Setiap orang mempunyai tingkat religiusitas dan psikologis yang berbeda-beda, namun jika tingkatan tersebut stabil perlu adanya pertahanan untuk tetap stabil. Dengan demikan, bimbingan keagamaan tidak hanya dapat menyelesaikan masalah, tetapi juga dapat menjaga kestabilan kondisi spiritual dan mental seseorang, terutama dalam kalangan lansia.

Keempat fungsi developmental, pada fase perkembangan terakhir seseorang, fungsi developmental bertujuan untuk mengarahkan seseorang untuk terus meningkatkan spiritualnya dalam menghadapi akhir hayatnya. Meskipun pada masa usia lanjut, para lansia tetap memiliki potensi untuk terus berkembang, khususnya dalam hal pemahaman dan pengalaman ajaran agama. Dengan adanya kegiatan bimbingan keagamaan, lansia terus didorong untuk lebih memperdalam ibadahnya, meningkatkan keimanan, serta mempersiapkan diri menghadapi kehidupan akhirat dengan lebih baik.[33]

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[33] Munir Amin, Samsul, *Bimbingan Dan Konseling Islam* (Jakarta: AMZAH, 2010). Hal 44-50.

Pendapat lain mengenai fungsi bimbingan keagamaan menurut Thohari Musnamar menyatakan bahwa bimbingan keagamaan memiliki fungsi untuk membantu individu dalam memahami diri, mengatasi masalah, serta mengembangkan potensi yang dimiliki secara optimal berdasarkan nilai-nilai agama. Fungsi bimbingan keagamaan sangat relevan jika diberikan kepada lansia yang membutuhkan pendampingan, tidak hanya bersifat fisik tetapi juga menyentuh aspek batiniah dan spiritual.

Dapat disimpulkan bahwa fungsi bimbingan keagamaan bagi lansai yang berada di Balai Pelayanan Sosial sangat berperan penting dalam meningkatkan kualitas hidupnya. Bimbingan keagamaan tidak hanya membantu seseorang dalam mengatasi masalah yang dihadapinya, tetapi juga dapat memberikan ketenangan jiwa, rasa bermakna, serta harapan dalam menjalani sisa-sisa kehidupan. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan bimbingan keagamaan menjadi salah satu strategi yang efektif dalam meningkatkan kesejahteraan lansia dari aspek psikologis, sosial dan spiritual.

c. Tahap Pelaksanaan Bimbingan Keagamaan

Tahap-tahap pada pelaksanaan bimbingan keagamaan merupakan proses yang dilakukan pembimbing secara sistematis untuk membantu lansia memahami, menghadapi, dan menyelesaikan permasalahan berdasarkan nilai-nilai islam. Pelaksanaan bimbingan keagaaan tidak hanya berfokus pada penyampaian materi tentang

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

keagamaan, tetapi diawali dengan mengenali kondisi dan permasalahan lansia, sehingga bantuan yang diberikan sesuai dengan kebutuhan para lansia. Oleh karena itu, pembimbing perlu melakukan beberapa tahapan sebagai berikut:

Pertama, tahap membangun hubungan *(rapport)* dengan konseli. Pada tahap ini, pembimbing membangun hubungan yang baik dengan lansia agar tercipta suasana yang aman, nyaman, dan penuh kepercayaan. Pembimbing perlu menunjukkan sikap empati, sabar, menghargai, mendengarkan, dan tidak menghakimi kondisi lansia. Hubungan yang baik menjadi dasar agar lansia bersedia terbuka dalam menyampaikan perasaan dan permasalahan yang dialaminya. Dalam tahap ini, pembimbing juga menyesuaikan cara berkomunikasi dengan kemampuan fisik, psikologis, dan pemahaman lansia, sehingga proses konseling dapat berlangsung secara nyaman.

Kedua, tahap asesmen dan identifikasi masalah. Setelah pembimbing membangun hubungan dengan lansia, pembimbing melakukan asesmen untuk mengetahui kondisi, kebutuhan, serta permasalahan yang sedang dialami oleh lansia. Asesmen dapat dilakukan melalui wawancara, oberservasi terhadap perilaku, serta penggalian informasi mengenai kondisi fisik, psikologis, sosial, dan spiritual lansia yang dapat memengaruhi kualitas hidupnya. Setelah itu, pembimbing dapat mengidentifikasi keluhan yang muncul, seperti kesepian, kecemasan, penerimaan diri, kesedihan, konflik dengan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

keluarga, kehilangan, keterbatasan dalam beribadah, atau kekhawatiran menghadapi kematian. Tahap ini penting karena pembimbing tidak seharusnya memberikan bantuan yang sama kepada seluaruh lansia, melainkan menyesuaikan bantuan dengan masalah yang ditemukan.

Ketiga, tahap diagnosis dan penetapan kebutuhan bantuan. Berdasarkan hasil dari asesmen yang sudah dilakukan, pembimbing dapat mengidentifikasikan masalah utama yang dialami lansia serta faktor yang berkaitan dengan munculnya masalah tersebut yang dapat memengaruhi kualitas hidup lansia. Diagnosis dilakukan guna untuk memahami kondisi konsli sebagai dasar dalam menentukan bantuan yang tepat. Misalnya pada masalah yang dialami lansia yang merasa sendiri dan menarik diri dari lingkungan membutuhkan bantuan yang berbeda dengan lansia yang mengalami kecemasan terhadap kematian atau kesulitan menerima kondisi fisiknya. Dengan demikian, hasil diagnosis menjadi dasar bagi pembimbing dalam menentukan tujuan dan bentuk intervensi yang sesuai.

Keempat, tahap penyusunan rencana dan pelaksanaan bantuan. Setelah masalah dan kebutuhan lansia diaketahui, pembimbing dapat menentukan tujuan serta bentuk bantuan yang akan diberikan. Bantuan dapat dilakukan melalui konseling individual, diskusi, *mauizah hasanah*, pemberian motivasi, bimbingan keagamaan atau rohani, dan pembiasaan ibadah. Materi yang diberikan dapat disesuaikan dengan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

masalah yang telah ditemukan. Dalam pelaksanaannya, pembimbing tidak hanya berfokus pada penyampaian ajaran agama, tetapi juga perlu membangun hubungan yang baik, menciptakan suasanya yang nyaman dan aman, mendengarkan pengalaman lansia, membantu dalam memahami pikiran dan perasaannya, serta mengarahkan lansia untuk menemukan cara menghadapi masalah berdasarkan dengan nilai-nilai islam.

Kelima, tahap penghayatan yang mana pembimbing berperan membantu lansia dalam memahami dan menghayati nilai-nilai Islam yang diberikan agar dapat diterapkan dalam menghadapi permasalahan kehidupan. Pembimbing memberikan kesempatan kepada lansia untuk mengungkapkan perasaannya, memaknai pengalaman hidup, menemukan kekuatan dalam dirinya, serta membantun sikap yang lebih positif berdasarkan ajaran-ajaran Islam. Proses tersebut diharapkan dapat membantu lansia mengalami perubahan, seperti menjadi lebih tenang, mampu menerima keadaan, lebih sabar, memiliki harapan, meningkatkan ibadah, serta mampu berinteraksi dengan baik di lingkungannya. Dengan demikian keberhasilan bimbingan tidak hanya dilihat dari kemampuan lansia memahami materi, tetapi juga dari perubahan sikap dan kemampuan dalam menghadapi permasalahan.

Keenam, tahap evaluasi dan tidak lanjut. Evaluasi dilakukan untuk mengetahui perkembangan kondisi lansia setelah memperoleh

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

bantuan yang diberikan. Pembimbing dapat melakukan evaluasi melalui pengamatan terhadap perubahan perilaku, hubungan dengan lansia lainnya, serta melihat dari perkembangan kondisi fisik, psikologis, sosial, dan spiritualnya. Hasil evaluasi digunakan untuk mengetahui apakah permasahalan lansia telah mengalami perubahan atau masih membutuhkan bantuan penyelesaian masalah. Apabila masalah belum teratasi, pembimbing dapat melakukan tindak lanjut berupa pengulangan materi, pendalaman bimbingan, perubahan metode, atau pemberian bantuan secara lebih intensif. Tahap tindak lanjut juga diperlukan untuk mengetahui keberlanjutan perubahan yang terjadi pada lansia sehingga bimbingan keagamaan dapat memberikan manfaat terhadap kualitas hidup lansia.[34]

d. Metode Bimbingan Keagamaan

Metode bimbingan keagamaan yang diberikan kepada lansia merupakan cara atau bentuk bantuan yang digunakan pembimbing untuk membantu lansia menghadapi dan menyelesaikan permasalahan yang dialaminya berdasarkan nilai-nilai Islam. Metode bimbingan tidak diberikan kepada lansia secara menyeluruh, tetapi metode bimbingan ditentukan melalui hasil asesmen dan identifikasi masalah yang sudah dilakukan pembimbing. Asesmen yang dilakukan guna untuk memperoleh gambaran mengenai kondisi, kebutuhan, serta

[34] Ketut Sukardi, Dewa, *Proses Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah* (Jakarta: Rineka Cipta, 2008). Hal 70-78.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

permasalahan lansia yang berkaitan dengan aspek fisik, psikologis, sosial, dan spiritual. Dari hasil asesmen dapat dijadikan dasar bagi pembimbing dalam menentukan bentuk bantuan yang diberikan sesuai dengan kondisi lansia. Dengan demikian, metode bimbingan keagamaan tidak hanya berorientasi pada penyampaian pengetahuan agama, tetapi juga dapat diarahkan pada proses pemberian bantuan untuk membantu lansia mengatasi masalah dan mencapai kondisi kehidupan yang lebih baik.

Pertama, metode konseling individual. Dalam metode ini digunakan oleh pembimbing ketika konseli memiliki permasalahan yang membutuhkan pembahasan secara personal dan mendalam. Pembimbing memberikan kesempatan kepada lansia untuk menceritakan kondisi, pengalaman, perasaan, serta permasalahan yang sedang dihadapi. Melalui komunikasi dua arah, empatik, dan tidak menghakimi, pembimbing membantu lansia memahami masalah yang dialaminya dan mengarahkan lansia untuk menemukan cara menghadapi masalah berdasarkan nilai-nilai ajaran Islam. Metode dapat digunakan pada lansia yang mengalami masalah terkait dengan kesepian, kesedihan, kecemasan, konflik keluarga, kesulitan menerima kondisi diri, dan kekhawatiran menghadapi kematian. Pada metode ini, pembimbing tidak hanya memberikan nasihat, tetapi membantu lansia

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

memahami permasalahan dan menemukan alternatif penyelesaian yang sesuai dengan kondisi dirinya.[35]

Kedua, metode bimbingan kelompok, yang mana permasalahan dan kebutuhan yang dihadapi lansia memiliki kesamaan dan dapat dibahas secara bersama-sama untuk menyelesaikan masalah yang dialaminya. Proses metode bimbingan kelompok dapat memberikan kesempatan kepada lansia dalam menyampaikan pengalaman, bertukar pendapat, saling memberikan dukungan, dan memperoleh pemahaman baru mengenai permasahalan yang dihadapinya. Pembimbing dapat mengarahkan pembahasan mengenai nilai-nilai seperti kesabaran, keikhlasan, tawakal, syukur, penerimaan diri, dan pemaknaan kehidupan. Metode ini juga dapat membantu lansia yang mengalami kesepian, membutuhkan dukungan sosial, dan menciptakan hubungan yang baik dengan sesama.

Ketiga, metode *mau'izah hasanah* yang berupa pemberian nasihat, penguatan, dan arahan dengan cara yang baik, lembut, dan sesuai dengan kondisi lansia. Metode ini digunakan sebagai bagian dari intervensi setelah pembimbing memahami masalah yang dialami oleh lansia. Oleh karena itu, nasihat yang diberikan kepada lansia menyesuaikan dengan kebutuhan dan permasalahan lansia, bukan

[35] Syabrina, "Bimbingan Agama Dalam Meningkatkan Kaulitas Hidup Lansia Di Rumah Pelindungan Sosial Dinas Sosial Kota Tangerang," *Implementation Science* 39, no. 1 (2022): 1–15, http://dx.doi.org/10.1016/j.biochi.2015.03.025%0Ahttp://dx.doi.org/10.1038/nature10402%0Ahttp://dx.doi.org/10.1038/nature21059%0Ahttp://journal.stainkudus.ac.id/index.php/equilibrium/article/view/1268/1127%0Ahttp://dx.doi.org/10.1038/nrmicro2577%0Ahttp://.

sekedar memberikan materi tentang agama secara umum. Dengan itu, metode *mau'izah hasanah* berfungsi sebagai upaya dalam membantu lansia memperoleh pemaknaan keagamaan terhada permasalahan yang dihadapinya.[36]

Keempat, metode *al-hikmah* yang diberikan kepada lansia dengan mempertimbangkan kondisi dan karakteristik secara bijaksana. Dalam metode ini, pembimbing perlu memperhatikan kemampuan fisik, kondisi psikologis, pengalaman hidup, tingkat pemahaman agama, serta tingkat keparahan permasalahan sebelum menentukan bentuk bantuan yang akan diberikan kepada lansia. Dalam pelaksanaannya, pembimbing dapat memilih terlebih dahulu mengenai pendekatan yang berbeda sesuai dengan kebutuhan lansia. Lansia yang mengalami masalah kecemasan membutuhkan pendekatan yang menenangkan dan memberikan rasa aman, sedangkan lansia yang mengalami kesulitan menerima kondisi dirinya membutuhkan pendampingan yang lebih menekankan pada penerimaan dan pemaknaan hidupnya. Dengan demikian, metode ini dapat menunjukkan bahwa metode bimbingan keagamaan yang diberikan bersifat fleksibel dan berpusat pada kebutuhan dan masalah yang dialami lansia.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[36] Alfi Rahmi, Sufyarma Marsidin, and Yeni Karneli, "Integration of Al Farabi's Perspective Happiness Values in the Islamic Counseling Process as an Effort to Achieve Quality of Life," *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 7, no. 1 (2023): 81–96, https://journal.iaincurup.ac.id/index.php/JBK/article/view/5645.

Kelima, metode pembiasaan dan pengalaman keagamaan. Pada metode ini, lansia dapat menerapkan nilai-nilai agama yang diperoleh selama proses bimbingan ke dalam kehidupan sehari-hari. Pembimbing dapat mengarahkan lansia untuk melakukan kegiatan seperti shalat berjamaah, dzikir, doa, membaca Al-Qur'an, dan aktivitas keagamaan lainnya yang sesuai dengan kemampuan lansia. Kegiatan tersebut dapat dijadikan intervensi yang mana dapat diarahkan untuk membantu lansia dalam mengatasi masalah tertentu. Seperti dalam masalah kecemasan, pembiasaan dzikir dapat diarahkan untuk membantu lansia dalam memperoleh ketenangan, sedangkan dalam kegiatan keagamaan yang dilakukan bersama dapat meningkatkan interaksi sosial dan mengurangi rasa kesepian. Pada pelaksanaan pembiasaan tetap disesuaikan dengan kemampuan fisik dan kondisi lansia.[37]

Keenam, metode keteladanan dan pendampingan yang dilakukan pembimbing melalui pemberian contoh sikap dan perilaku yang mencerminkan nilai-nilai Islam dalam kehidupan sehari-hari. Pembimbing menunjukkan sikap sabar, empati, menghargai, mendengarkan, serta memberikan perhatian terhadap kondisi lansia. keteladanan dapat menjadi bagian penting dalam proses bimbingan, karena dapat menumbuhkan hubungan yang baik antara pembimbing

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[37] Ragwan Albaar et al., "Integrative Islamic Counseling for the Elderly: A Ghazalian-Informed Psychospiritual Framework in Indonesia," *Islamic Guidance and Counseling Journal* 9, no. 2 (2026): 3–17, https://doi.org/10.25217/0020269799500.

dan lansia yang mana dapat menciptakan rasa aman dan percaya terhadap satu sama lain. Melalui pendampingan, pembimbing dapat memantau perkembangan lansia setelah memperoleh bantuan serta memberikan penguatan apabila lansia masih mengalami kesulitan dalam menyelesaikan masalah. Pembimbing tidak hanya berperan sebagai penyampai materi keagamaan, tetapi juga sebagai pihak yang mendampingi lansia dalam proses menghadapi dan menyelesaikan permasahalannya.

Berdasarkan uraian di atas, metode bimbingan keagamaan ditempatkan sebagai bagian dari proses pelaksanaan selama bimbingan keagamaan berjalan. Pembimbing terlebih dahulu melakukan asesmen untuk mengetahui kondisi dan permasahalan lansia, kemudian dilakukan diagnosis untuk memahami masalah dan kebutuhan bantuan, menentukan rencana atau tujuan bantuan yang diberikan, memilih metode yang sesuai dengan kebutuhan dan kondisi, melaksanakan intervensi, serta melakukan evaluasi dan tindak lanjut. Dengan proses bimbingan keagamaan yang dilakukan, metode seperti konseling kelompok, bimbingan keagamaan, dan keteladanan tidak digunakan secara terpisah dari proses bimbingan, tetapi dipilih berdasarkan masalah yang dialami lansia. hasil evaluasi selanjutnya menjadi dasar bagi pembimbing untuk menentukan apakah bantuan perlu dilanjutkan, diulang, dikembangkan, atau menggunakan pendekatan yang berbeda. Proses tersebut kemudian dianalisis untuk

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

melihat bagaimana bimbingan keagamaan dapat membantu lansia dalam menghadapi permasalahan dan mendukung dalam meningkatkan kualitas hidupnya.

G. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Metode ini digunakan karena penulis ingin memahami secara mendalam mengenai pelaksanaan bimbingan keagamaan, pengalaman lansia, dan menganalisis, serta menyajikan fakta secara sistematik mengenai kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia. Pendekatan deskriptif bertujuan untuk menggambarkan keadaaan yang terjadi di lapangan secara sistematis dan faktual berdasarkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi yang telah dilakukan.

Penelitian kualitatif adalah penelitian yang bertujuan untuk memahami kejadian yang dialami oleh subjek penelitian secara holistik melalui deskriptif atau interprestasi pada suatu konteks khusus yang alamiah. Melalui penelitian ini, penulis dapat mengetahui bagaimana proses bimbingan keagamaan yang diberikan kepada lansia, respon dari lansia terhadap kegiatan yang dilakukan, dan peningkatan kualitas hidup melalui

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

kegiatan tersebut, serta mengetahui hasil dari sebelum dan sesudah mengikuti bimbingan keagamaan.[38]

2. Subjek Penelitian

Subjek data dalam penelitian ini diperoleh dari informan yang dinggap dapat memberikan informasi sesuai dengan fokus penelitian yang dilakukan. Pemilihan informan dilakukan secara snowball sampling, yaitu penentuan informan yang berkembang berdasarkan informasi dari informan sebelumnya sampai data yang diperoleh mencapai kejenuhan. Informan dalam penelitia ini terdiri dari pembimbing agama, pekerja sosial, dan lansia yang tinggal di BPSTW Unit Abiyoso Yogyakarta. Informan tersebut sebagai berikut:

a. Pembimbing Agama

Ibu Tsalis merupakan pembimbing agama yang sudah bekerja di BPSTW lebih dari 1 tahun lamanya sehingga diharapkan memiliki pengalaman dan pemahaman mengenai tahap-tahap pelaksanaan bimbingan keagamaan. Pembimbing agama yang berada di BPSWT Unit Abiyoso Yogyakarta berjumlahkan 2 orang yang bertugas untuk membimbing para lansia yang berada di Balai. Ibu Tsalis dipilih sebagai informan karena ia telah bekerja di BPSTW lebih dari satu tahun, yang mana sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan.

[38] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif Dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2013). Hal 1-22.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

b. Pekerja Sosial

Bapak Majid merupakan pekerja sosial yang dipilih sebagai informan yang diharapkan dapat memberikan gambaran awal lansia sebelum masuk ke BPSTW Unit Abiyoso. Peran pekerja sosial yaitu dengan melakukan asesmen awal terhadap lansia sebelum di terima di Balai. Yang mana, informasi dari pekerja sosial diperlukan untuk memahami kondisi awal, kebutuhan, serta permasalahan lansia berdasarkan proses asesmen yang dilakukan. Pekerja sosial yang berada di BPSTW Unit Abiyoso berjumlahkan dua orang. Bapak Majid dipilih sebagai informan dikarenakan sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan, yang mampu memberikan gambaran awal lansia sebelum berada di Balai.

c. Lansia

Lansia dipilih berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan, yaitu berusia lebih dari 60 tahun, telah tinggal di Balai selama lebih enam bulan, mampu berkomunikasi dengan jelas, kondisi fisik dan mengikuti kegiatan bimbingan keagamaan yang beragam. Adapun informan lansia, yaitu simbah ST, simbah DN, simbah PL, simbah SA, simbah IN, simbah DK, simbah PY, dan simbah SS. Informan tersebut dipilih karena sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan dan tinggal menetap di BPSTW Unit Abiyoso Yogyakarta. Penulis juga mendapatkan rekomendasi dari pekerja sosial dalam memilih informan lansia.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

3. Objek Penelitian

Objek penelitian berfokus pada tahap pelaksanaan bimbingan keagamaan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Abiyoso Yogyakarta.

4. Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data sebagai berikut:

a. Observasi

Observasi merupakan proses pengamatan dan pencatatan secara langsung melalui pola perilaku subjek dan objek secara nyata dan sistematik tanpa adanya pertanyaan dan komunikasi dengan individu yang sedang diteliti. Penulis mengamati proses pelaksanaan bimbingan keagamaan, interaksi antar pembimbing dan lansia, serta kondisi sosial dan spiritual lansia selama mengikuti kegiatan keagamaan. metode ini bertujuan untuk mendapatkan data secara rinci mengenai perilaku subjek dan objek.

Metode observasi yang digunakan yakni teknik observasi nonpartisipan dengan mengumpulkan data tanpa terlibat langsung atau mengikuti kegiatan sehari-hari yang dilakukan oleh subjek. Dengan demikian, observasi digunakan untuk memperoleh data nyata mengenai tahap pelaksanaan bimbingan keagamaan yang berada di BPSTW unit Abiyoso.

b. Wawancara

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Wawancara merupakan salah satu teknik pengumpulan data menggunakan pertanyaan secara mendalam dan terbuka. Teknik wawancara membutuhkan keterbukaan secara mendalam antara informan dan pewawancara. Wawancara yang digunakan bersifat semi terstruktur, yang mana penulis tetap memiliki pedoman atau instrument atas pertanyaan untuk menggali informasi atau data lebih rinci. Dengan demikian, tujuan dari wawancara adalah memperoleh informasi mengenai tahap pelaksanaan bimbingan keagamaan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia yang berada di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Abiyoso Yogyakarta.

c. Dokumentasi

Teknik pengumpulan data merupakan langkah penting dalam penelitian untuk memperoleh data valid dan sesuai dengan kebutuhan penelitian. Beberapa teknik yang digunakan dapat membantu penulis dalam memperoleh data yang rinci dan lebih mendalam. Salah satu teknik yang digunakan adalah teknik dokumentasi untuk melengkapi sebuah data penelitian berupa foto kegiatan, jadwal kegiatan bimbingan keagamaan, catatan kegiatan keagamaan, profil BPSTW Unit Abiyoso, serta dokumen lain yang berkaitan dengan penelitian. Data diperoleh untuk membantu dalam

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

memperkuat hasil observasi dan wawancara dalam kegiatan keagamaan.[39]

5. Teknik Validasi Data

Teknik validasi data digunakan untuk memastikan bahwa data yang diperoleh dalam penelitian sudah valid dan reliabel. Dalam penelitian ini, teknik validasi data yang digunakan adalah triangulasi teknik. Di mana triangulasi teknik digunakan untuk menguji kredibilitas data dengan cara mengecek data kepada sumber yang sama dengan teknik yang berbeda. Penulis membandingkan hasil wawancara dengan hasil dokumentasi atau observasi sehingga data yang diperoleh lebih akurat.

Jika teknik tersebut menghasilkan data yang berbeda, perlu adanya diskusi lebih lanjut dengan sumber data yang bersangkutan untuk memastikan data mana yang dianggap benar. Validasi data yang dilakukan diketahui dengan melihat data yang didapat sesuai dengan kebutuhan penelitian dan menunjukkan realitas yang sebenernya, serta dapat dipertanggung jawabkan secara ilmiah.[40]

6. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan proses mengorganisasikan, mengolah, menafsirkan, dan menemukan makna dari data penelitian. Analisis dilakukan secara interaktif dan terus-menerus sejak pengumpulan data hingga penelitian selesai dilakukan. Pada penelitian ini, data yang dianalisis

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[39] Djunaidi Ghony, M., *Metode Penelitian Kualitatif* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media). Hal 75-100

[40] Asfi Manzilati, *Metodologi Penelitian Kualitatif: Paradigma, Metode, Dan Aplikasi* (Malang: UB Media, 2017). Hal 93-97.

diperoleh melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi mengenai tahap pelaksanaan bimbingan keagamaan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Abiyoso.

Analisis diarahkan untuk memahami secara mendalam bagaimana lansia mengikuti proses bimbingan tersebut, serta bagaimana perubahan yang dirasakan lansia sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan keagamaan. Oleh karena itu peneliti tidak hanya mengelompokkan data berdasarkan jawaban informan, tetapi juga mencari keterkaitan, persamaan, perbedaan, pola, dan makna yang muncul dari berbagai data, sehingga dapat menghasilkan temuan yang sesuai dengan fokus penelitian. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan melalui tiga aktivitas utama sebagai berikut:

a. Kondensasi Data

Proses memilih, memfokuskan, menyederhanakan, dan mengelompokkan data yang relevan dengan fokus penelitian. Data hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi ditelaah secara berulang, kemudian diberi kode dan dikelompokkan berdasarkan tema yang muncul. Pada penelitian ini data mengenai pelaksanaan bimbingan keagamaan dikelompokkan berdasarkan tujuan, pembimbing, materi, metode, tahap pelaksanaan dan evaluasi.

Data mengenai kualitas hidup lansia dikelompokkan berdasarkan aspek fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. Peneliti juga melalukan perbandingan mengenai informasi dari pembimbing, lansia dan pekerja sosial untuk

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

menemukan persamaan, perbedaan, serta pola yang berkaitan dengan fokus penelitian.

b. Penyajian Data

Data yang telah dikondensasi disajikan secara sistematis dalam bentuk uraian naratif. Penyajian data disusun berdasarkan fokus penelitian, yaitu tahap pelaksanaan bimbingan keagamaan untuk meningkatkan kualitas hidup. Melalui penyajian data, peneliti melihat pola, hubungan, persamaan, dan perbedaan antar data serta mengetahui bagian yang masih perlu didalami. Apabila ditemukan data yang belum jelas dan bertentangan, peneliti kembali menelaah data atau melakukan pengumpulan data tambahan.

c. Penarikan Kesimpulan

Kesimpulan ditarik dari pola, hubungan, makna yang ditemukan dalamm data, tetapi bersifat sementara sehingga diperlukan verifikasi. Verifikasi dilakukan dengan menelusuri kembali data, membandingkan informasi dari pembimbing, lansia, dan pekerja sosial, serta membandingkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi.[41]

Peneliti memperhatikan data yang berbeda atau tidak sesuai dengan pola yang ditemukan. Kesimpulan akhir kemudian disusun berdasarkan temuan yang telah didukung dan diverifikasi sehingga

[41] B. Miles, Matthew, *Analisis Data Kualitatif: Buku Sumber Tentang Metode-Metode Baru* (Yogyakarta: UII Press, 1992). Hal 16-20.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

dapat menjawab fokus penelitian mengenai tahap pelaksanaan bimbingan keagamaan untuk meningkatan kualitas hidup lansia di Balai Pelayanan Tresna Werdha Unit Abiyoso Yogyakarta.

7. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan dilakukan dengan tujuan untuk memberikan gambaran mengenai susunan penulisan tugas akhir agar lebih terstruktur dan mudah untuk dipahami. Adapun sistematika pembahasan dalam penelitian ini dapat disusun sebagai berikut:

Bab I pendahuluan, yang berfokus sebagai gambaran umum mengenai penelitian yang dilakukan oleh penulis. Pada latar belakang berisi penjelasan mengenai alasan penelitian ini dilakukan. Penulis menjelaskan mengenai populasi lansia yang berada di Indonesia khusunya dalam daerah Istimewa Yogyakarta, bimbingan keagamaan yang diberikan kepada lansia untuk meningkatkan kualitas hidup, pelayanan yang diberikan kepada lansia, permasalahan yang dialami oleh lansia di masa tuanya. Kemudian dari latar belakang dirumuskan masalah penelitian sebagai fokus kajian. Dalam tujuan dan manfaat disajikan untuk menentukan arah dalam penelitian yang dilakukan. Selanjutnya dalam kajian pustaka berisi uraian mengenai penelitan terdahulu yang relevan dengan topik penelitian guna membandingkan penelitian yang sedang dilakukan oleh penulis dengan penelitian sebelumnya.

Kajian teori disajikan guna memberikan penjelasan mengenai teori kualitas hidup yang memuat definisi kualitas hidup, definisi lansia,definisi

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

kualitas hidup lansia, indikator kualitas hidup, dan faktor yang mempengaruhi kualitas hidup. Serta bimbingan keagamaan pada lansia yang memuat pada pengertian dari bimbingan keagamaan, tahap bimbingan keagamaan, dan metode yang digunakan dalam bimbingan keagamaan. Metode penelitian dipaparkan guna menjelaskan mengenai penelitian yang dilakukan mulai dari jenis penelitian, objek dan subjek penelitian, teknik pengumpulan data, teknik validasi data, dan teknik analisis data, serta sistematika pembahasan yang digunakan dalam memberikan gambaran secara singkat pada setiap bab penelitian.

Bab II menyajikan gambaran umum terkait dengan objek dan subjek penelitian. Bab ini bertujuan untuk memberikan informasi mengenai lokasi penelitian yang dilakukan di BPSTW berupa sejarah, visi dan misi, struktur organisasi, serta pelaksanaan bimbingan keagamaan yang diberikan langsung kepada lansia.

Bab III memaparkan hasil penelitian yang diperoleh melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Berisi pembahasan mengenai temuan teori yang digunakan pada bab I. Analisis yang berisi jawaban dari rumusan masalah mengenai tahap pelaksanaan bimbingan keagamaan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia di Balai Pelayanan Ssosial Tresna Werdha Unit Abiyoso Yogyakarta.

Terakhir bab IV berisi penutup yang memuat kesimpulan dan saran. Kesimpulan berisi jawaban atas pertanyaan dalam rumusan masalah berdasarkan hasil analisis data dan refleksi terhadap temuan yang diperoleh

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

dan berbentuk narasi. Pada saran memuat rekomendasi praktis maupun teoritis berdasarkan hasil dan temuan penelitian.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai bimbingan keagamaan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia di BPSTW Unit Abiyoso Yogyakarta, dapat disimpulkan bahwa tahap pelaksanaan bimbingan keagamaan meliputi membangun hubungan, asesmen dan identifikasi masalah, serta penyusunan rencana dan pelaksanaan bimbingan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan keagamaan mampu memberikan perubahan dan dukungan yang positif bagi sebagian lansia, terutama dalam meningkatkan ketenangan batin, semangat beribadah, penerimaan diri, mengurangi kecemasan terhadap kematian, dan memperbaiki hubungan sosial. Dalam penelitian ini, dikemukakan fungsi dari bimbingan keagamaan yang sesuai, yaitu fungsi preventif, kuratif, preservaif, dan developmental. Pada fungsi-fungsi tersebut dapat membantu lansia memahami kondisi dirinya melalui ajaran agama, membekali lansia dalam menghadapi permasahalan, memberikan arahan untuk menyikapi masalah, mempertahankan dan mengembangkan kondisi spiritual yang lebih baik. Meskipun demikian, manfaat bimbingan keagamaan belum dirasakan secara menyeluruh oleh lansia, terutama lansia yang memiliki keterbatasan fisik atau kurang aktif mengikuti bimbingan keagamaan. Oleh karena itu, bimbingan keagamaan menjadi salah satu upaya untuk mendukung lansia dalam meningkatkan kualitas hidupny, tetapi

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

pelaksanaan bimbingan keagamaan perlu dikembangkan melalui asesmen yang lebih menyelurh dan pendampingan yang sesuai dengan kebutuhan lansia.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, penulis memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. **Bagi BPSTW Unit Abiyoso**

   BPSTW Unit Abiyoso Yogyakarta diharapkan dapat mempertahankan dan mengembangkan kegiatan keagamaan yang sudah berjalan dari lama. Kegiatan bimbingan keagamaan sebaiknya terus disesuaikan dengan kondisi dan kebutuhan lansia, karena setiap lansia memiliki kemampuan dan pemahaman yang berbeda. Selain itu, pemberian materi setiap pelaksanaan bimbingan dapat diarahkan pada permasalahan yang sering dialami oleh lansia seperti pada rasa kesepian, kecemasan, penerimaan diri, rasa kehilangan, dan persiapan dalam menghadapi masa tua.

2. **Bagi Pembimbing Keagamaan**

   Pembimbing keagamaan diharapkan dapat memberikan pendampingan dengan sabar, sederhana, dan mudah untuk dipahami lansia. Pembimbing dapat memberikan ruang kepada lansia dalam menyampaikan perasaan, pengalaman, dan permasalahan yang sedang dihadapi, dengan itu lansia dapat memperoleh dukuangan sosial dan emosional dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Selain itu, pembimbing perlu adanya perhatian dan pendalaman permasalahan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

yang dialami oleh lansia sesuai dengan tahap-tahap pelaksanaan bimbingan.

3. Bagi Lansia

Diharapkan dapat mengikuti kegiatan bimbingan keagamaan seacar aktif dan dapat enerapkan nilai-nilai agama yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan yang dilaksanakan dapat berupa ibadah, dzikir, doa, dan kegiatan keagamaan laiinya. Diharapkan setelah melakukan kegiatan tersebut dengan terbiasa dapat menjadi salah satu cara menciptakan rasa tenang dalam menjalani kehidupan dan mendapatkan makna dari kehidupan yang dijalaninya.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penulis berharap peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian mengenai bimbingan keagamaan dan kualitas hidup lansia dengan cakupan yang lebih luas. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengkaji bentuk dari bimbingan keagamaan tertentu secara lebih mendalam, misalnya dalam bimbingan keagamaan melalui dzikir, pengajian, konseling keagamaan atau psikoterapi ruhaniah terhadap kondisi psikologis, dan spiritual lansia.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR PUSTAKA

Albaar, Ragwan, Amriana Amriana, M. Yusuf, and Abrohul Isnaini. "Integrative Islamic Counseling for the Elderly: A Ghazalian-Informed Psychospiritual Framework in Indonesia." *Islamic Guidance and Counseling Journal* 9, no. 2 (2026): 3–17. https://doi.org/10.25217/0020269799500.

Amin, Samsul, Munir. *Bimbingan Dan Konseling Islam*. Jakarta: AMZAH, 2010. Hal 44-50.

Ardiansyah. "Hubungan Kesejahteraan Spiritual Lansia Dengan Kualitas Hidup Lansia DI Wilayah Kerja Puskesmas Tamaona Kabupaten Gowa" 6 (2023): 1048–56.

"Arsip Dokumentasi Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha."

Azhari, Fadillah, and Siti Bahiroh. "Strategi Komunikasi Dalam Bimbingan Keagamaan Islam Lansia Di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar." *Attadrib: Jurnal Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah* 7, no. 2 (2025): 292–301. https://doi.org/10.54069/attadrib.v7i2.865.

Damsar. 2022. *Pengantar Sosiologi Lansia*. Jakarta: Prenada Media, hal 50-51.

Dependence, Substance. "WHOQOL Spirituality , Religiousness and Personal Beliefs (SRPB) Field-Test Instrument The WHOQOL-100 QUESTIONS PLUS 32 SRPB QUESTIONS," 2024, 1–25.

Fani Masruroh, and Hielmi Anjaini Rahma. "Kualitas Religius Dan Kesehatan Psikologis Pada Lansia Yang Mengikuti Kajian Rohani." *Assertive: Islamic Counseling Journal* 2, no. 2 (2023): 1–18. https://doi.org/10.24090/j.assertive.v2i2.9977.

Ghony, M., Djunaidi. 2012. *Metode Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media. Hal 75-100

Girsang, Andry, Poltak, Lasriado. dkk. "Statistik Penduduk Lanjut Usia 2025," 2025, 5–10.

"Hasil Wawancara Dengan Bapak Majid Selaku Pekerja Sosial Di BPSTW Unit Abiyoso, 19 September 2026."

"Hasil Wawancara Dengan Ibu Tsalis Selaku Pembimbing Agama Di BPSTW Unit Abiyoso, 24 September 2026."

"Hasil Wawancara Dengan Simbah DK, 19 September 2026."

"Hasil Wawancara Dengan Simbah DN, 25 Juli 2026."

"Hasil Wawancara Dengan Simbah IN, 19 September 2026."

"Hasil Wawancara Dengan Simbah PL, 30 Juli 2026."

STATE ISLAMIC UNIVERSITY SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA

"Hasil Wawancara Dengan Simbah PY, 19 September 2026."

"Hasil Wawancara Dengan Simbah SA, 30 Juli 2026."

"Hasil Wawancara Dengan Simbah SS, 19 September 2026."

"Hasil Wawancara Dengan Simbah ST, 25 Juli 2026."

Hikmawati, Fenti. *Bimbingan Dan Konseling Perspektif Islam*. Jakarta: Rajawali Pers, 2015.

"Https://Quran.Nu.or.Id/an-Najm/39," n.d. https://quran.nu.or.id/an-najm/39.

Ilmi, Ani Auli, Lisa McKenna, Maria Murphy, and Kusrini S. Kadar. "Spiritual Care for Older People Living in the Community: A Scoping Review." *Contemporary Nurse* 60, no. 1 (2024): 67–81. https://doi.org/10.1080/10376178.2024.2310260.

John, w., Santrock. *Life-Span Development Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Erlangga, 2002. hal 559-573

Kementerian Agama RI. Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an (2022).

Khasanah, Elyana, Nur. "Model Bimbingan Keagamaan Dalam Upaya Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Di Panti Hafara Bantul," 2025, 48–55.

Lestary, Yurnita. "Pengaruh Bimbingan Agama Terhadap Perkembangan Sosio-Emosional Lansia Di Unit Pelaksana Teknis (UPT) Panti Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Pekanbaru," February 25, 2023, 7–8. https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201.

"Lirik Lagu 'Besok Mungkin Kita Sampai'-Hindia."

Madani, Tiara Raisha, and Anastasia Ratnawati Biromo. "Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Panti Sosial Trena Werdha Budi Mulia 2" 4, no. 2 (2022): 346–51.

Manurung, Nixson. "Terapi Reminiscence (Cetakan Pertama). Jakarta. CV Trans Info Media." 13, no. April (2024): 129–42.

Manzilati, Asfi. *Metodologi Penelitian Kualitatif: Paradigma, Metode, Dan Aplikasi*. Malang: UB Media, 2017.

Marzo, Roy Rillera, Praval Khanal, Sunil Shrestha, Devi Mohan, Phyo K. Myint, and Tin Tin Su. "Determinants of Active Aging and Quality of Life among Older Adults: Systematic Review." *Frontiers in Public Health* 11 (2023): 3–15. https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1193789.

Miles, Matthew, B. *Analisis Data Kualitatif: Buku Sumber Tentang Metode-Metode Baru*. Yogyakarta: UII Press, 1992.

Musnamar, Tohari. *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Dan Konseling Islam*. Yogyakarta: UII Press, 1992.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Nurkolila, Mila, and Sugiharto Sugiharto. “Gambaran Kualitas Hidup Lansia Yang Tinggal Di Komunitas.” *Jurnal Kesehatan Mercusuar* 5, no. 2 (2022): 86–92. https://doi.org/10.36984/jkm.v5i2.319.

“Observasi BPSTW Unit Abiyoso Yogyakarta, 25 Juli 2026.”

Oktarina, Rusmilda, Maryana Maryana, and Sirli Agustiani. “Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Panti Bhakti Kasih Siti Anna Dan Rumah Kasih Emaus Kota Pangkalpinang Tahun 2024.” *Jurnal Kesehatan Tambusai* 5, no. 4 (2024): 11039–49. https://doi.org/10.31004/jkt.v5i4.33723.

“Program Pelayanan Balai Sosial Tresna Werdha,” 2025, 4–7.

Purba, Jesmo Aldoran, Bintang Hartati Nasution, and Arif Rahman Aceh. “Pemberdayaan Lansia Dalam Meningkatkan Self-Esteem Dan Kualitas Hidup Melalui Konseling Kelompok Empowering the Elderly to Improve Self-Esteem and Quality of Life through Group Counseling.” *JUMA : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 3, no. 1 (2025): 41–46. www.journal.medicpondasi.com/index.php/pkm.

Rahmi, Alfi, Sufyarma Marsidin, and Yeni Karneli. “Integration of Al Farabi’s Perspective Happiness Values in the Islamic Counseling Process as an Effort to Achieve Quality of Life.” *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 7, no. 1 (2023): 81–96. https://journal.iaincurup.ac.id/index.php/JBK/article/view/5645.

Retni, Ani, Harismayanti, Andi Nuraina Sudirman, and Ayu Wulandari Daud. “Hubungan Kebutuhan Spiritual Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Desa Tanjung Anom Tahun 2023.” *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah* 8, no. 1 (2023): 51.

Ritonga, M, Aris, Rinaldi. “Pelaksanaan Bimbingan Keagamaan Dalam Menghadapi Kecemasan Terhadap Kematian Pada Lansia Di Ponpes Kasepuhan Raden Rahmat Banyu Biru Ambarawa,” 2024, 8–15.

Rodríguez-Martínez, Antonia, Yolanda María De-la-Fuente-Robles, María del Carmen Martín-Cano, and Juan José Jiménez-Delgado. “Quality of Life and Well-Being of Older Adults in Nursing Homes: Systematic Review.” *Social Sciences* 12, no. 7 (2023): 2–6. https://doi.org/10.3390/socsci12070418.

Safitri, Ivani Puji, Muh.Rifai Subhi, Siti Fatinnah Binti Ab. Rahman, and Muh Ibnu Sholeh. “Islamic Religious Counselor in Religious Social Guidance For The Elderly.” *Al Irsyad: Jurnal Studi Islam* 3, no. 2 (2024): 55–64. https://doi.org/10.54150/alirsyad.v3i2.255.

“Sejarah Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha.”

“Sesi Wawancara, 30 Juli 2026.”

Setiyowati, Fenny. “Hubungan Tingkat Kesepian Dengan Kualitas Hidup Pada

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Lansia Di Panti Werdha Pucang Gading Semarang Dan Wening Wardoyo Ungaran" 2 (2025): 306–12.

Suardiman, Siti, Partini. *Psikologi Usia Lanjut*. Yogyakarta: UII Press, 2011.

Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2013.

Sukardi, Dewa, Ketut. *Proses Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta, 2008.

Sulandari, Santi, Rachel O. Coats, Amy Miller, Alexander Hodkinson, and Judith Johnson. "A Systematic Review and Meta-Analysis of the Association Between Physical Capability, Social Support, Loneliness, Depression, Anxiety, and Life Satisfaction in Older Adults." *Gerontologist* 64, no. 11 (2024): 4–5. https://doi.org/10.1093/geront/gnae128.

Syabrina. "Bimbingan Agama Dalam Meningkatkan Kaulitas Hidup Lansia Di Rumah Pelindungan Sosial Dinas Sosial Kota Tangerang." *Implementation Science* 39, no. 1 (2022): 1–15. http://dx.doi.org/10.1016/j.biochi.2015.03.025%0Ahttp://dx.doi.org/10.1038/nature10402%0Ahttp://dx.doi.org/10.1038/nature21059%0Ahttp://journal.stainkudus.ac.id/index.php/equilibrium/article/view/1268/1127%0Ahttp://dx.doi.org/10.1038/nrmicro2577%0Ahttp://.

Upton, Penney. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga, 2012.

Vin R Wi. "Bimbingan Agama Melalui Belajar Al-Qur'an Dalam Mencegah Demensia Pada Lansia," 2022, 1–23.

"Wawancara Dengan Pekerja Sosial, 30 Juli 2026."

"Wawancara Dengan Pembimbing, 25 Juli 2026."

"Wawancara Dengan Simbah DN, 30 Juli 2026."

"Wawancara Dengan Simbah ST, 30 Juli 2026."

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA