

**PELAKSANAAN BIMBINGAN SPIRITUAL UNTUK
MENGURANGI KECEMASAN PADA LANSIA DI MAJLIS
TAKLIM AN NISA PONCOL PEKALONGAN TIMUR**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat
memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos)



Oleh :

Kiki Khaerun Nadzifa
3517075

**JURUSAN BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PEKALONGAN
2021**

**PELAKSANAAN BIMBINGAN SPIRITUAL UNTUK
MENGURANGI KECEMASAN PADA LANSIA DI MAJLIS
TAKLIM AN NISA PONCOL PEKALONGAN TIMUR**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat
memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos)



Oleh :

Kiki Khaerun Nadzifa
3517075

**JURUSAN BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PEKALONGAN
2021**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Kiki Khaerun Nadzifa

Nim : 3517075

Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam

Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi dengan judul **“PELAKSANAAN BIMBINGAN SPIRITUAL UNTUK MENGURANGI KECEMASAN PADA LANSIA DI MAJLIS TAKLIM AN NISA PONCOL PEKALONGAN TIMUR”** adalah benar hasil karya penulis berdasarkan hasil penelitian. Semua sumber yang digunakan dalam penelitian ini telah dicantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di IAIN Pekalongan.

Apabila dikemudian hari pernyataan ini terbukti tidak benar, maka penulis bersedia menerima sanksi yang berlaku di IAIN Pekalongan.

Pekalongan, 11 Desember 2021



Kiki Khaerun Nadzifa
351707

NOTA PEMBIMBING

Maskhur, M.Ag
Dk Balong Ds. Keputon rt.02rw 02 Blado Batang

Lamp : 4 (Empat) eksemplar
Hal : Naskah Skripsi Sdr. Kiki Khaerun Nadzifa

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah
c.q Ketua Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam
di-

PEKALONGAN

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Setelah diadakan penelitian dan perbaikan seperlunya, maka bersama ini kami kirimkan naskah skripsi saudara:

Nama : KIKI KHAERUN NADZIFA

NIM : 3517075

Judul : **PELAKSANAAN BIMBINGAN SPIRITUAL UNTUK
MENGURANGI KECEMASAN PADA LANSIA DI MAJLIS
TAKLIM AN NISA PONCOL PEKALONGAN TIMUR**

Dengan ini saya mohon agar skripsi saudara tersebut dapat segera dimunaqosahkan.

Demikian nota pembimbing ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatiannya, saya sampaikan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.

Pekalongan, 07 Desember 2021

Pembimbing,



Maskhur, M. Ag

NIP. 1973061120031210013



PENGESAHAN

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Pekalongan mengesahkan skripsi saudara/i:

Nama : **KIKI KHAERUN NADZIFA**
NIM : **3517075**
Judul Skripsi : **PELAKSANAAN BIMBINGAN SPIRITUAL UNTUK MENGURANGI KECEMASAN PADA LANSIA DI MAJLIS TAKLIM AN NISA PONCOL PEKALONGAN TIMUR**

Telah diujikan pada hari Senin, 27 Desember 2021 dan dinyatakan **LULUS** serta diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam ilmu Bimbingan Penyuluhan Islam.

Dewan Penguji

Penguji I

Ambar Hermawan, M.S.I
NIP. 19750423 201503 1 001

Penguji II

Mukovimah, M.Sos
NIP. 199206202019032016

Pekalongan, 27 Desember 2021

Disahkan Oleh

Dekan,



Dr. H. Ham'ani, M.Ag
305051999031002

TRANSLITERASI

Pedoman transliterasi yang digunakan dalam penulisan yang digunakan dalam penulisan skripsi ini adalah hasil Putusan Bersama Menteri Agama Republik Indonesia No. 158 tahun 1987 dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Indonesia No. 0543b/1987. Transliterasi tersebut digunakan untuk menulis kata – kata arab yang dipandang belum diserap ke dalam bahasa Indonesia sebagaimana terlihat dalam Kamus Linguistik atau Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). Secara garis besar pedoman transliterasi (pemindahan bahasa Arab ke dalam tulisan bahasa Indonesia) dalam penulisan skripsi ini adalah:

1. Konsonan

Arab	Latin	Arab	Latin
ا	A/ʿ	ض	Dh
ب	B	ط	Th
ت	T	ظ	Zh
ث	Ts	ع	'a (tanda koma di atas)
ج	J	غ	Gh
ح	ḥ	ف	F
خ	Kh	ق	Q
د	D	ك	K
ذ	Dz	ل	L

ر	R	م	M
ز	Z	ن	N
س	S	و	W
ش	Sy	هـ	H
ص	Sh	ي	Y

ء/ا = Apabila terletak di awal mengikuti vokal, tapi apabila terletak di tengah atau di akhir kata, maka dilambangkan dengan tanda koma berbalik diatas (ء).

2. Vokal dan panjang

Vokal	Panjang
A = Fathah	Ā / ā = a Panjang
I = Kasrah	Ī / ī = i Panjang
U = Dlommah	Ū / ū = u Panjang

3. Ta Marbutah

Ta Marbutah hidup dilambangkan dengan /t/. Contoh :

مرأة جميلة Ditulis *mar'atun jamilah*

Ta Marbutah mati dilambangkan dengan /h/. Contoh :

فاطمة Ditulis *Fatimah*

4. Syaddah (tasydid, geminasi)

Tanda geminasi dilambangkan dengan huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda *syaddah* tersebut. Contoh:

ربنا	Ditulis	<i>Rabbana</i>
------	---------	----------------

البر	Ditulis	<i>al-birr</i>
------	---------	----------------

5. Kata sandang (artikel)

Kata sandang yang diikuti oleh “huruf *syamsiah*” ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu bunyi /I/ diganti dengan huruf yang sama dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu. Contoh

الشمس	Ditulis	<i>asy-syamsu</i>
-------	---------	-------------------

الرجل	Ditulis	<i>ar-rojulu</i>
-------	---------	------------------

السيدة	Ditulis	<i>as-sayyidah</i>
--------	---------	--------------------

ABSTRAK

Skripsi ini berjudul “Bimbingan Spiritual Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur” Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan psikologis yang menggunakan metode deskriptif analisis. Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data berupa metode wawancara, metode observasi dan metode dokumentasi. Sumber data dalam penelitian ini adalah data primer dan data sekunder, data primer bersumber dari pembimbing spiritual dan lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur sedangkan sumber sekunder diambil dari literature yang tersedia berupa buku, skripsi dan jurnal yang membahas tentang bimbingan spiritual dan kecemasan lansia.

Hasil penelitian ini adalah: Pelaksanaan Bimbingan Spiritual Untuk Mengurangi Kecemasan Lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur yang berhasil peneliti temukan diantaranya: *Pertama*, Kondisi Kecemasan Lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur. Ada tiga narasumber lansia yang peneliti wawancarai, yang pertama Ibu C yang memiliki kecemasan ringan dengan gejala gangguan lambung, darah tinggi, rasa takut berlebih akan kematian serta gangguan tidur. Yang kedua Ibu UI yang memiliki kecemasan ringa dengan gejala mudah marah serta gangguan pola tidur, yang ketiga Ibu L yang memiliki kecemasan sedang dengan gejala sakit kepala, gangguan pola tidur serta cemas akan ditinggalkan. Kedua, Pelaksanaan Bimbingan Spiritual Untuk Mengurangi Kecemasan Lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur. Metode yang digunakan adalah metode ceramah, metode diskusi, metode keteladanan serta metode muhasabah diri. Materi yang diberikan yaitu materi aqidah (keyakinan terhadap Allah SWT) dan ibadah (hukum yang ditetapkan Allah). Tahapan yang digunakan yaitu tahap awal, tahap penerimaan, tahap keseimbangan, tahap intervensi dan tahap akhir. Dalam penelitian ini ditemukan bahwa spiritualitas seorang hamba dapat menurunkan kecemasan yang sedang dialami oleh hamba yang bersangkutan. Karena Pada saat mengalami kecemasan, individu akan mencari dukungan dari keyakinan agamanya.

Kata Kunci: Bimbingan Spiritual, Kecemasan Pada Lansia

MOTTO

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

“ Hai orang-orang yang beriman, Jadikanlah sabar dan sholatmu sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar”
(Al – Baqarah:153)

PERSEMBAHAN

Puji syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan beberapa kenikmatan dan memudahkan dalam menyelesaikan penelitian skripsi ini. Dengan ini saya persembahkan sebagai wujud terimakasih kepada :

1. Kedua orang tua saya Bapak Sugono dan Ibu Maesaroh tercinta, yang senantiasa berdo'a untuk keberhasilan putrinya, dan rela mengorban tenaga, pikiran dan materi demi membeli bakti dan kesholihan putrinya. Sungguh! Pengorbanan kalian tiada tergantikan oleh apa pun di dunia ini.
2. Kepada keluarga saya yang selalu mensupport saya
3. Kepada dosen pembimbing Bapak Maskhur M.Ag yang telah membimbing skripsi saya hingga selesai
4. Kepada Orang special yang selalu mendukung dan membantu saya hingga sampai ke tahap ini.
5. Sahabat – sahabat saya penghuni grup SKIP yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu terimakasih atas dukungan dan doa.
6. Dan terima kasih untuk diri sendiri yang sudah berjuang untuk menyelesaikan tugas akhir ini
7. Teman-teman seperjuangan Bimbingan Penyuluhan Islam angkatan 2017 yang memberikan beberapa coretan sejarah kenangan dalam masa kuliah.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pelaksanaan bimbingan spiritual untuk mengurangi kecemasan pada lansia di Majelis Taklim An Nisa Poncol Pekalongan Timur” dengan baik. Shalawat serta salam selalu tercurahkan kepada Baginda Nabi Muhammad SAW, yang selalu dinantikan syafa'atnya di hari akhir.

Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.sos) pada Institut Agama Islam Negeri Pekalongan. Ucapan terimakasih penulis sampaikan pada semua pihak yang telah membantu dan memberikan pengarahan, bimbingan, dan pengorbanan dalam segala hal bagi penulis. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan rasa hormat serta terima kasih kepada :

1. Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan kemudahan setiap langkah yang penulis lakukan, kelamcaran dalam segala proses yang penulis lalui, sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Bapak Dr. H. Zaenal Mustakim, M.Ag selaku Rektor IAIN Pekalongan
3. Bapak Dr. Sam'ani, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuludin adab dan Dakwah IAIN Pekalongan
4. Bapak Maskhur, M.Ag selaku Ketua Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam IAIN Pekalongan

5. Bapak Maskhur, M.Ag selaku Dosen Pembimbing skripsi yang selalu meluangkan waktu dalam membimbing demi kesempurnaan penyusunan skripsi ini
6. Pihak Majelis Taklim An Nisa yang menerima saya dengan baik sehingga dalam proses penelitian yang saya lakukan dapat berjalan dengan lancar
7. Para jamaah Majelis Taklim An Nisa yang senantiasa dengan sabar menanggapi pertanyaan yang saya ajukan demi melengkapi penelitian ini
8. Kedua orang tua yang senantiasa memberikan dukungan baik secara materi maupun moral
9. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini, maka dengan terbuka penulis mengharapkan kritik dan saran yang dapat membangun guna penyempurnaan penulisan lainnya di masa yang akan datang. Akhir kata, penulis berharap Allah SWT membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi proses pengembangan ilmu.

Amin.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
NOTA PEMBIMBING	iii
PENGESAHAN	iv
TRANSLITERASI	v
PERSEMBAHAN	viii
MOTTO	ix
ABSTRAK	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR TABEL	xvii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
E. Tinjauan Pustaka	5
F. Metodologi Penelitian	12
G. Sistematika Pembahasan	16
BAB II	18
BIMBINGAN SPIRITUAL DAN KECEMASAN PADA LANSIA	18
A. Bimbingan Spiritual.....	18
1. Definisi Bimbingan Spiritual	18
2. Tujuan Bimbingan Spiritual.....	20
3. Fungsi Bimbingan Spiritual	21
4. Materi Bimbingan Spiritual.	21

5.	Metode Bimbingan Spiritual.....	22
6.	Tahap – Tahap Bimbingan Spiritual.....	24
7.	Bentuk – Bentuk Bimbingan Spiritual.....	25
8.	Bimbingan Spiritual Dalam Mengatasi Kecemasan.	26
B.	Kecemasan Pada Lansia	27
1.	Definisi Kecemasan Pada Lansia.....	27
2.	Pengendalian Kecemasan Pada Lansia	28
3.	Tingkat Kecemasan Pada Lansia	29
4.	Aspek – Aspek Kecemasan Pada Lansia	30
5.	Ciri-ciri dan Gejala Kecemasan Pada Lansia.....	31
6.	Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan pada lansia	32
BAB III	34
PELAKSANAAN BIMBINGAN SPIRITUAL UNTUK MENGURANGI KECEMASAN LANSIA DI MAJLIS TAKLIM AN-NISA PONCOL PEKALONGAN TIMUR.....		34
A.	Gambaran Umum Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur.	34
1.	Sejarah Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur.	34
2.	Letak Geografis Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur.	35
3.	Visi Misi Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur.	35
4.	Susunan Pengurus Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur.....	36
B.	Kondisi Kecemasan Lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur	36
C.	Pelaksanaan Bimbingan Spiritual Untuk Mengurangi Kecemasan Lansia Di Majlis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur	48
1.	Metode Bimbingan Spiritual Untuk Mengurangi Kecemasan Lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur	48
2.	Materi Bimbingan Spiritual Untuk Mengurangi Kecemasan Lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur.	55
3.	Tahapan Bimbingan Spiritual Untuk Mengurangi Kecemasan Lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur	60
4.	Bimbingan Spiritual Untuk Mengurangi Kecemasan Lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur	62
BAB IV	68

ANALISIS PELAKSANAAN BIMBINGAN SPIRITUAL UNTUK MENGURANGI KECEMASAN LANSIA DI MAJLIS TAKLIM AN-NISA PONCOL PEKALONGAN TIMUR.....	68
A. Analisis Kondisi Kecemasan Lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur.....	68
B. Analisis Pelaksanaan Bimbingan Spiritual Untuk Mengurangi Kecemasan Lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur.	76
1. Analisis Metode Bimbingan Spiritual Untuk Mengurangi Kecemasan Lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur.....	80
2. Analisis Materi Bimbingan Spiritual Untuk Mengurangi Kecemasan Lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur.....	87
3. Analisis Tahapan Bimbingan Spiritual Untuk Mengurangi Kecemasan Lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur.....	92
4. Analsisi Bimbingan Spiritual Untuk Mengurangi Kecemasan Lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur.	96
BAB V	100
PENUTUP	100
A. Kesimpulan.....	100
B. Saran	101
DAFTAR PUSTAKA	102
LAMPIRAN	105

DAFTAR GAMBAR

Bagan 1.1. kerangka berpikir	12
Gambar 1 : Foto bersama jamaah majlis taklim an nisa	124
Gambar 2 : Foto Kegiatan bimbingan spiritual Tadarus	124
Gambar 3 : Foto kegiatan Bimbingan spiritual ceramah	125
Gambar 4 : Foto Wawancara dengan jamaah majlis taklim An nisa	125

DAFTAR TABEL

Tabel 1	36
Tabel 2	107
Tabel 3	108
Tabel 4 : Kodifikasi Data Hadil Wawancara dengan Jamaah Lansia Di Majelis	123

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa lanjut usia ialah tahapan terakhir pada tahap pertumbuhan manusia dan biasanya berada pada usia 65 tahun ke atas.¹ Masa lanjut usia dapat dilihat dari menurunnya kondisi fisik untuk menyesuaikan diri dengan keadaan sekitar.² Badan Pusat Statistik menyebutkan jumlah lansia di Indonesia meningkat. Dari tahun 1972 – 2020 jumlah lansia meningkat dua kali lipat menjadi 9,92 persen, lansia perempuan 1% lebih banyak dibanding lansia laki – laki.

Perubahan pada fisik dan menurunnya fungsi fisik manusia lanjut usia menurun lantaran penyakit yang di derita. Kebanyakan dari lansia mengidap penyakit kronis paling sedikit satu jenis penyakit, namun tak sedikit pula dari mereka yang mengidap banyak penyakit kronis. Selain itu, lansia juga kerap kali mengisolasi diri dari masyarakat, kesepian, perasaan sedih, depresi dan cemas.³ Hal tersebut terjadi lantaran beberapa alasan, salah

¹ Vera Destarina dkk, “Gambaran Spiritualitas Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Khusnul Khatimah Pekanbaru”, (Pekanbaru: Jurnal Psikologi Universitas Riau No. 2, Oktober, I, 2014), hlm. 1.

²Dona Fitri dan Ifdil, “Konsep Kecemasan (*Anxiety*) Pada Lanjut Usia (Lansia)” (Padang : Jurnal Konselor Universitas Negeri Padang, No. 2, Juni, V, 2016), hlm. 93.

³Dona Fitri dan Ifdil, “Konsep Kecemasan (*Anxiety*) Pada Lanjut Usia ,,,,”, hlm. 94.

satunya yaitu setelah mengalami sakit parah, kematian pasangan, dan lain - lain.⁴

Hal tersebut juga dialami oleh lansia di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur. Kematian pasangan menjadikan kebanyakan lansia merasa kesepian, sedih serta takut akan kematian yang dianggap sudah ada di depan mata. Selain itu penyakit yang kian hari semakin menggrogoti juga menyebabkan lansia mengalami cemas yang berlebih.⁵

Masalah kecemasan yang dialami oleh lansia mampu dinetralisir maupun dihilangkan dengan mengembangkan kehidupan spiritualitas yang kuat.⁶ Islam mengenal spiritualitas sebagai proses pencarian tujuan dan makna hidup. Tujuan diciptakannya manusia yaitu untuk mengemban amanah sebagai khalifah di bumi.⁷ Spiritualitas sangat penting dalam membantu lansia menyesuaikan diri dengan transformasi yang disebabkan oleh penyakit. Lansia yang berhasil menyesuaikan diri maka spiritualitasnya akan terjaga.

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi kecemasan pada lansia salah satunya dengan mengikuti kegiatan bimbingan spiritual. Bimbingan spiritual merupakan proses pemberian bantuan kepada individu agar memiliki kemampuan untuk mengembangkan fitrahnya sebagai makhluk

⁴Dortje Manabung, “ Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Stress Psikososial Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Ilomata Kota Gorontalo”, (Gorontalo : Jurnal Healt And Sport Politeknik Kesehatan Kemenkes Gorontalo , No. 1, V, 2012), hlm. 8.

⁵ Masykuroh, *Penyuluh Agama Islam Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur*, Wawancara Pada Tanggal 20 Februari 2021 Pukul 15.00 WIB

⁶ Vera Destarina dkk, “Gambaran Spiritualitas Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Khusnul Khatimah Pekanbaru”,..., hlm. 1.

⁷ Hanifiyah Yuliatul, “Spiritualitas Islam Dan Kewirausahaan”, (Surabaya : Jurnal Peradaban Islam Universitas Airlangga, No.1, Mei, XIII, 2016), hlm. 190 – 191.

beragama, sesuai dengan ajaran dan nilai-nilai agama (mempunyai akhlak mulia), dan mampu mengatasi permasalahan yang dialami dalam kehidupannya melalui proses pemahaman, keyakinan diri, maupun pelaksanaan ibadah dan ritual agama yang dianutnya.⁸

Seperti yang dilakukan di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Kecamatan Pekalongan Timur untuk mengurangi kecemasan pada lansia, diselenggarakan layanan bimbingan spiritual. Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur melaksanakan tiga kali kegiatan bimbingan spiritual dalam seminggu, diantaranya yaitu hari senin kamis dan jum'at. Agenda pada hari senin dan kamis yaitu bimbingan atau ceramah keagamaan, sedangkan agenda yang dilaksanakan pada hari jum'at yaitu tadarus qur'an.

Di antara materi ceramah dalam bimbingan spiritual di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Kecamatan Pekalongan Timur yaitu pengetahuan tentang aqidah (dasar-dasar keimanan), pengetahuan tentang dasar – dasar akhlak yang baik (hubungan sosial), pengetahuan tentang cara – cara beribadah khusus (mahdlah), pengetahuan tentang jiwa atau hati dan pembinaanya.

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti sangat tertarik untuk meneliti tentang Pelaksanaan Bimbingan Spiritual Untuk Mengurangi Kecemasan Lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur.

⁸ Sirbini dan Azizah, “Motivasi Dan Bimbingan Spiritual Untuk Sembuh Pada Penderita Stroke”, (Purwokerto: Jurnal Bimbingan Konseling Islam IAIN Purkokerto, No. 2, III, 2021), hlm. 81.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana kondisi kecemasan lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur ?
2. Bagaimana pelaksanaan bimbingan spiritual untuk mengurangi kecemasan lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui kondisi kecemasan lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur.
2. Untuk mengetahui pelaksanaan bimbingan spiritual untuk mengurangi kecemasan lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur.

D. Manfaat Penelitian

Skripsi ini diharapkan mampu memberi manfaat teoritis maupun praktis bagi seluruh pembaca:

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberi masukan bagi pengembangan ilmu Bimbingan Penyuluhan Islam, serta bagi pengembangan kajian penelitian tentang pelaksanaan bimbingan spiritual untuk mengurangi kecemasan lansia pada Fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Pekalongan.

2. Secara Praktis

- a. Mampu memberi pengetahuan dan wawasan bagi peneliti tentang pelaksanaan bimbingan spiritual untuk mengurangi kecemasan lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur.
- b. Diharapkan bisa dijadikan sebagai acuan bagi penelitian berikutnya khususnya di jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam tentang pelaksanaan bimbingan spiritual untuk mengurangi kecemasan lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur.
- c. Bagi Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur. Diharapkan dapat memberi ilmu bagi para pembimbing tentang mengurangi kecemasan lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur.

E. Tinjauan Pustaka

1. Analisis Teoritik

a. Bimbingan Spiritual

Bimbingan spiritual merupakan proses pemberian bantuan kepada individu agar memiliki kemampuan untuk mengembangkan fitrahnya sebagai makhluk beragama, sesuai dengan ajaran dan nilai-nilai agama (mempunyai akhlak mulia), dan mampu mengatasi permasalahan yang dialami dalam kehidupannya melalui proses pemahaman, keyakinan diri, maupun pelaksanaan ibadah dan ritual agama yang dianutnya.⁹

⁹ Sirbini dan Azizah, "Motivasi Dan Bimbingan Spiritual Untuk Sembuh Pada Penderita Stroke", (Purwokerto: Jurnal Bimbingan Konseling Islam IAIN Purwokerto, No. 2, III, 2021), hlm. 81.

b. Kecemasan Pada Lansia

Kecemasan adalah kondisi emosi dengan timbulnya rasa tidak nyaman pada diri seseorang, dan merupakan pengalaman yang samar-samar disertai dengan perasaan yang tidak berdaya serta tidak menentu yang disebabkan oleh suatu hal yang belum jelas.¹⁰

2. Kajian Penelitian Terdahulu

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan oleh peneliti, sampai saat ini sudah ada buku dan literatur yang membahas tentang bimbingan spiritual serta kecemasan lansia. Oleh sebab itu, peneliti akan menyebutkan beberapa karya yang relevan dengan pembahasan ini, diantaranya yaitu:

Skripsi Luthfiah Kamaliyah tahun 2019, "*Pelaksanaan Bimbingan Spiritual Lansia Oleh Pendamping Di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Budi Pertiwi Bandung*". Disini menjelaskan tentang gambaran pelaksanaan bimbingan spiritual bagi lansia yang dilakukan oleh pendamping di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Budi Pertiwi Bandung.¹¹

Persamaan skripsi terdahulu dengan skripsi ini adalah sama sama membahas tentang bimbingan spiritual bagi lansia. Perbedaan antara

¹⁰ Dona dan Ifdil, "Konsep Kecemasan (*Anxiety*) pada Lanjut Usia (Lansia)", (Padang: Jurnal Konselor Universitas Negeri Padang, No. 2, Juni, V, 2016), hlm. 94.

¹¹ Luthfiah Kamaliyah, *Pelaksanaan Bimbingan Spiritual Lansia Oleh Pendamping Di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Budi Pertiwi Bandung*, [Skripsi], (Bandung:Universitas Pendidikan Indonesia, 2019)

skripsi terdahulu dengan skripsi ini yaitu terletak pada tempat yang diteliti, jenis penelitian, metode penelitian dan juga hasil dari penelitian. Pada skripsi terdahulu dilaksanakan di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Budi Pertiwi Bandung, jenis penelitian yang digunakan penelitian kualitatif, metode yang digunakan metode penelitian deskriptif sedangkan skripsi ini tempat penelitian dilaksanakan Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur menggunakan pendekatan psikologis.

Jurnal Abdul dan Dwi Rinda tahun 2013 yang berjudul *“Pengaruh Bimbingan Spiritual Terhadap Kecemasan Pasien Rawat Inap Di Paviliun Mawar RSUD Jombang”*. Disini menjelaskan tentang adanya pengaruh yang kuat antara bimbingan spiritual terhadap kecemasan pasien rawat inap Di Paviliun Mawar RSUD Jombang yang dipengaruhi oleh banyak faktor.¹²

Persamaan jurnal terdahulu dengan skripsi ini adalah sama sama membahas tentang bimbingan spiritual. Perbedaan antara jurnal terdahulu dengan skripsi ini adalah terletak pada subyek penelitian, tempat penelitian, jenis penelitian dan hasil penelitian. Jurnal terdahulu menjadikan pasien rawat inap sebagai subyek penelitian dan Paviliun Mawar RSUD Jombang sebagai tempat penelitian. Sedangkan skripsi ini menjadikan lansia sebagai subyek penelitian dan Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur sebagai tempat penelitian. Jurnal

¹² Abdul dan Dwi, “Pengaruh Bimbingan Spiritual Terhadap Kecemasan Pasien Rawat Inap Di Paviliun Mawar RSUD Jombang”, (Jombang:Journal Eduhealth Universitas Pesantren Tinggi Darul Ulum Jombang, No. 1, III, 2013).

terdahulu menggunakan jenis penelitian kualitatif Pra Experiment dengan pendekatan One-Group Pra-Test-Post Test Design sedangkan skripsi saya menggunakan jenis penelitian kualitatif lapangan dengan pendekatan psikologis. Hasil penelitian dari jurnal terdahulu Hasil penelitian didapatkan hasil $\hat{I} \pm = 0,000$ dengan nilai t hitung $12,614 > t$ tabel 2,14. Kesimpulannya terdapat pengaruh yang kuat antara bimbingan spiritual terhadap kecemasan pasien rawat inap sedangkan hasil penelitian skripsi saya bimbingan spiritual dapat mengurangi kecemasan pada lansia.

Skripsi Sukardiawan tahun 2012 dengan judul "*Perbedaan Tingkat Kecemasan Pasien Pre-Operasi Sebelum Dan Setelah Di Berikan Bimbingan Spiritual Di RSUD Panembahan Senopati Bantul*". Disini menjelaskan tentang adanya perbedaan tingkat kecemasan setelah diberikan layanan bimbingan spiritual pada pasien sebelum dan sesudah menjalankan operasi.¹³

Persamaan skripsi terdahulu dengan skripsi ini adalah sama sama membahas tentang bimbingan spiritual dan kecemasan. Perbedaan antara skripsi terdahulu dan skripsi ini terletak pada subyek penelitian dan tempat penelitian. Skripsi terdahulu menjadikan pasien sebelum menjalankan operasi sebagai obyek penelitian sedangkan skripsi ini menjadikan lansia sebagai subyek penelitian. Selain itu tempat penelitiannya pun berbeda. Skripsi terdahulu menjadikan RSUD

¹³ Sukardiawan, *Perbedaan Tingkat Kecemasan Pasien Pre-Operasi Sebelum Dan Setelah Di Berikan Bimbingan Spiritual Di RSUD Panembahan Senopati Bantul*, [Skripsi], (Yogyakarta:Universitas Alma Ata, 2012).

Panembahan Senopati Bantul sebagai tempat penelitian, sedangkan skripsi ini menjadikan Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur sebagai tempat penelitian.

Skripsi Zumrotun Nasihah tahun 2020 dengan judul “*Bimbingan Keagamaan Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Lansia Penderita Rheumatoid Arthritis Di Panti Wredha Harapan Ibu Ngaliyan Semarang*”. Berisikan tentang pelaksanaan bimbingan keagamaan sebagai sebuah layanan untuk mengurangi kecemasan pada lansia penderita *rheumatoid arthritis* di Panti Wredha Harapan Ibu Ngaliyan Semarang.¹⁴

Persamaan antara skripsi terdahulu dengan skripsi ini yaitu sama – sama membahas tentang kecemasan pada lansia. Perbedaan skripsi terdahulu dengan skripsi ini yaitu tentang bentuk layanan yang diberikan tempat penelitian dan jenis pendekatan. Skripsi terdahulu menggunakan layanan bimbingan keagamaan untuk mengurangi kecemasan pada lansia, sedangkan skripsi ini menggunakan layanan bimbingan spiritual untuk mengurangi kecemasan pada lansia. Selain itu, tempat penelitian antara skripsi terdahulu dengan skripsi ini juga berbeda. Skripsi terdahulu menjadikan Panti Wredha Harapan Ibu Ngaliyan Semarang sebagai tempat penelitian, sedangkan skripsi ini menjadikan Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur sebagai tempat penelitian. Skripsi terdahulu menggunakan jenis pendekatan

¹⁴ Zumrotun Nasihah, “*Bimbingan Keagamaan Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Lansia Penderita Rheumatoid Arthritis Di Panti Wredha Harapan Ibu Ngaliyan Semarang*”, [Skripsi], (Semarang: Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, 2020).

studi kasus yang di mana meneliti sebuah kasus atau fenomena di tengah masyarakat atau di sebuah instansi, sedangkan skripsi saya menggunakan jenis pendekatan psikologis yang digunakan untuk mempelajari pengalaman dan kejiwaan manusia dalam kaitannya dalam agama.

Skripsi Dias Wisda Hari tahun 2018 dengan judul “*Pengaruh Bimbingan Spiritual Doa Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Cuci Darah(Studi Di Unit Hemodialisa RSUD Dr Wahidin Sudiro Husodo Kota Mojokerto)*”. Penelitian dalam skripsi terdahulu membahas tentang adanya suatu perubahan tingkat kecemasan pada pasien yang mengikuti layanan bimbingan spiritual.¹⁵

Persamaan dari skripsi terdahulu dengan skripsi saya yaitu sama – sama membahas tentang bimbingan spiritual dan kecemasan. Perbedaan skripsi terdahulu dengan skripsi saya yaitu terdapat pada objek penelitian tempat penelitian, jenis penelitian dan metode penelitian. Skripsi terdahulu menjadikan pasien cuci darah sebagai objek penelitian, sedangkan skripsi saya menjadikan lansia sebagai objek penelitian. Selain itu, tempat penelitian antara skripsi terdahulu dengan skripsi saya juga berbeda. Skripsi terdahulu RSUD Dr Wahidin Sudiro Husodo Kota Mojokerto sebagai tempat penelitian, sedangkan skripsi saya menjadikan Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur sebagai tempat penelitian. Skripsi terdahulu menggunakan jenis

¹⁵ Dias Wisda Hari, *Pengaruh Bimbingan Spiritual Doa Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Cuci Darah(Studi Di Unit Hemodialisa RSUD Dr Wahidin Sudiro Husodo Kota Mojokerto*. [Skripsi], (Jombang : STIKes Insan Cendekia Medika Jombang, 2018), hlm. 4

penelitian kuantitatif dan menggunakan metode penelitian pre eksperimental design dengan pendekatan one group prepost test design, sedangkan skripsi saya menggunakan jenis penelitian kualitatif dan menggunakan pendekatan psikologis.

3. Kerangka berpikir

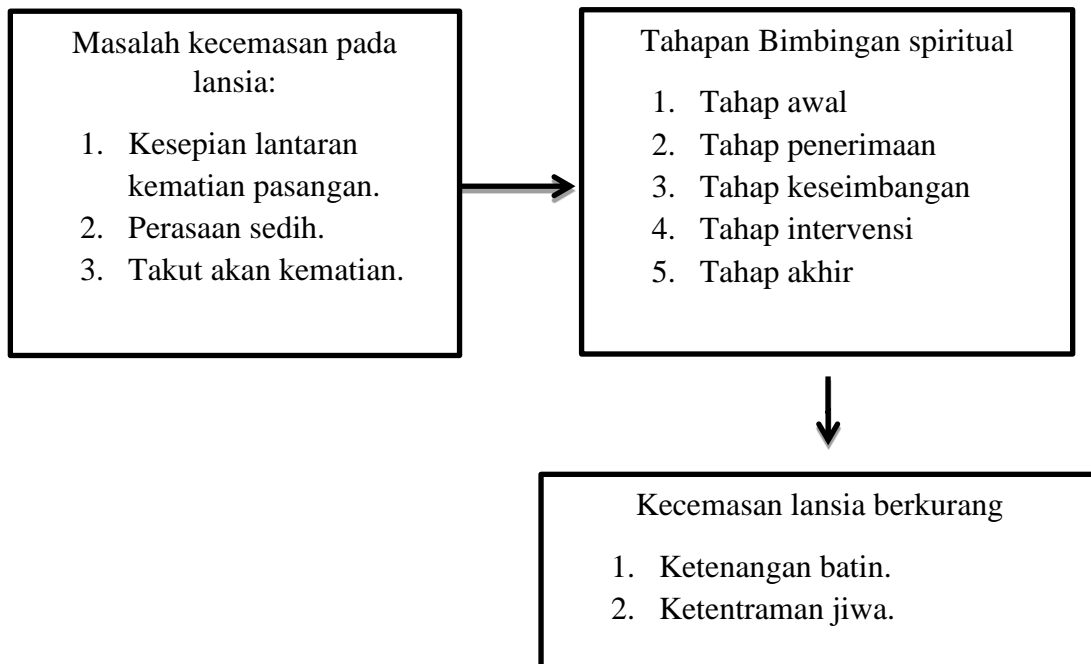
Ada beberapa masalah kecemasan yang dialami oleh lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur, diantaranya yaitu Kesepian lantaran kematian pasangan, perasaan sedih, takut akan kematian. Upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi kecemasan pada lansia salah satunya dengan mengikuti kegiatan bimbingan spiritual. Bimbingan spiritual merupakan proses pemberian bantuan kepada individu agar memiliki kemampuan untuk mengembangkan fitrahnya sebagai makhluk beragama, sesuai dengan ajaran dan nilai-nilai agama (mempunyai akhlak mulia), dan mampu mengatasi permasalahan yang dialami dalam kehidupannya melalui proses pemahaman, keyakinan diri, maupun pelaksanaan ibadah dan ritual agama yang dianutnya.¹⁶ Tahapan pada bimbingan spiritual diantaranya tahap awal, tahap penerimaan, tahap keseimbangan, tahap intervensi, dan tahap akhir.¹⁷ Setelah lansia mengikuti layanan bimbingan spiritual,

¹⁶ Sirbini dan Azizah, "Motivasi Dan Bimbingan Spiritual Untuk Sembuh Pada Penderita Stroke", (Purwokerto: Jurnal Bimbingan Konseling Islam IAIN Purwokerto, No. 2, III, 2021), hlm. 81.

¹⁷ Ujang Saprudin, "Konsep Bimbingan Dan Konseling Spiritual: Kerangka Kerja Untuk Guru Bimbingan Dan Konseling", (Cilegon: Jurnal Penelitian Bimbingan Konseling Dinas Pendidikan Kota Cilegon, No.1, IV, 2019), hlm. 83

maka diharapkan kecemasan pada lansia dapat berkurang. Hal ini dapat dilihat dari ketenangan batin dan ketentraman jiwa pada lansia.

Kerangka berpikir dalam penelitian ini dapat dilihat pada gambar dibawah ini, yaitu:



Bagan 1.1. kerangka berpikir

F. Metodologi Penelitian

1. Jenis Penelitian

Menggunakan jenis penelitian kualitatif yaitu metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat postpositivisme atau enterpretif digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, dimana peneliti adalah sebagai intrumen kunci, tehnik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi(gabungan observasi, wawancara, dokumentasi) data yang diperoleh cenderung data kualitatif, analisis

data bersifat induktif dan hasil penelitian kualitatif bersifat untuk memahami makna.¹⁸ Peneliti berusaha berinteraksi secara langsung dengan situasi Pelaksanaan Bimbingan Spiritual Untuk Mengurangi Kecemasan Lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur. Penelitian ini menggunakan metode *Field Research* sebagai metode penelitian karena harus terjun langsung kelapangan serta terlibat dengan masyarakat sekitar.

2. Pendekatan Penelitian

Peneliti menggunakan pendekatan psikologis yang digunakan untuk mempelajari pengalaman dan kejiwaan manusia dalam kaitannya dengan agama.¹⁹ Peneliti berusaha memahami respon psikologis manusia untuk mengetahui tanggapan mengenai Pelaksanaan Bimbingan Spiritual Untuk Mengurangi Kecemasan Lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur Sumber Data

Peneliti menggunakan data primer dan data sekunder, rinciannya yaitu:

a. Data Primer

Data primer merupakan data yang peneliti peroleh secara langsung dari subyek penelitian.²⁰ Untuk mendapatkan data primer, peneliti melakukan wawancara secara langsung kepada orang –

¹⁸ John W Creswell, *Research Desaind Kualitatif And Mixed Methods Approach*, Diterjemahkan Oleh Ahmad Fahwi, (Yogyakarta:Pustaka Belajar, 2010), hlm. 4.

¹⁹ Azmia Khafidzotul, *Bimbingan spiritual Dalam Meningkatkan Ibadah Mahdhah Lanjut Usia Di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Kelompok Brebes (Analisis Fungsi Dan Tujuan BKI)*, [Skripsi], (Semarang:UIN Walisongo Semarang, 2020), hlm. 16.

²⁰ Azwar, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta:Pustaka Pelajar, 2011), hlm. 91.

orang yang bersangkutan dalam penelitian yaitu Ibu masykuroh S.Pd sebagai pembimbing spiritual dan tiga lansia yang menjadi sampling wawnacra diantaranya Ibu C, Ibu UI, Ibu L Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur.

b. Data Sekunder

Data yang diperoleh secara tidak langsung oleh peneliti disebut dengan data sekunder. Data ini didapatkan dari wawancara dengan pembimbing keagamaan islam yang menghasilkan berbagai dokumen yang berkaitan dengan Pelaksanaan Bimbingan Spiritual Untuk Mengurangi Kecemasan Lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur.

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini diantaranya:

a. Metode Wawancara

Wawancara yaitu menggunakan pertanyaan secara lisan kepada subyek penelitian.²¹ Peneliti memberikan pertanyaan kepada beberapa narasumber diantaranya yaitu pembimbing spiritual dan lansia di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur.

b. Metode Observasi

²¹ Nazir, Metode Penelitain, (Jakarta:PT Ghalia Indonesia, 2011), hlm. 234.

Dalam metode observasi, peneliti mengamati langsung keseharian orang yang diamati.²² Metode observasi ini dilakukan dengan mengamati lingkungan Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur mengenai spiritualitas lansia serta mengetahui Pelaksanaan Bimbingan Spiritual Untuk Mengurangi Kecemasan Lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur

c. Metode Dokumentasi

Metode dokumentasi ialah catatan peristiwa yang berbentuk tulisan, gambar, catatan harian dan sebagainya.²³ Metode ini digunakan untuk menggali informasi tentang sejarah Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur, keadaan lansia di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur serta kegiatan di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur.

4. Teknik Analisis Data.

Peneliti menggunakan teknik analisis data kualitatif dengan metode deskriptif analisis. Metode ini bertujuan untuk mendeskripsikan apa yang ada, baik dari kejadian alamiah maupun hasil rekayasa manusia. Metode deskriptif digunakan untuk mendapatkan informasi tentang keadaan lansia di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur, kegiatan lansia di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur, tujuan serta manfaat tersebut khususnya yaitu bimbingan spiritual.

²² Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*, (Bandung: Alfabet, 2014), hlm 225.

²³ Basrowi dan Suwadi, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2008), hlm. 157.

Dalam model analisa Miles dan Huberman melaksanakan teknik analisis data, peneliti mengikuti dengan beberapa tahap diantaranya yaitu: ²⁴

- a. Reduksi data, peneliti melakukan *check & recheck*. Disini peneliti melakukan penyaringan data dan disesuaikan dengan kebutuhan yang diperlukan yaitu tentang bimbingan spiritual untuk mengurangi kecemasan lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur untuk menyusun fakta dan analisa untuk mendukung argumen penelitian.
- b. Data display, peneliti memaparkan data dalam penelitiannya. Ini dapat dilakukan dengan cara memasukan potongan wawancara ke dalam teks laporan penelitian mengenai bimbingan spiritual untuk mengurangi kecemasan lansia.
- c. *Conclusion drawing/verification*. Peneliti melakukan verifikasi dalam rangka penarikan kesimpulan data yang sudah diperoleh dari pembimbing spiritual dan lansia sehingga mendapatkan jawaban mengenai rumusan masalah yang sudah dirumuskan.

G. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan dalam skripsi ini terdiri dari lima bab.

Diantaranya yaitu:

Bab pertama bagian Pendahuluan yang berisikan tentang Latar Belakang Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat

²⁴ Amir mahmud, *Membongkar Wisata Syari'ah: Studi Pelaksanaan Wisata Syari'ah*, (Banyuwangi:LPPM Institut Agama Islam Ibrahim Genteng Banyuwangi, 2018), hlm. 24-25

Penelitian, Tinjauan Pustaka, Kerangka Berpikir, Metodologi Penelitian, Dan Sistematika Pembahasan.

Bab kedua bagian Landasan Teori yang berisikan tentang pembahasan mengenai Bimbingan spiritual Dan Kecemasan Pada Lansia.

Bab ketiga membahas Pelaksanaan Bimbingan Spiritual Untuk Mengurangi Kecemasan Lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur, yang meliputi Gambaran Umum Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur, kondisi kecemasan lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur dan pelaksanaan bimbingan spiritual untuk mengurangi kecemasan lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur.

Bab keempat berisi tentang analisis pelaksanaan bimbingan spiritual untuk mengurangi kecemasan lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur, yang meliputi analisis kondisi kecemasan lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur dan analisis pelaksanaan bimbingan spiritual untuk mengurangi kecemasan lansia Di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur.

Bab kelima bagian Penutup yang berisikan tentang Kesimpulan dari Hasil Penelitian dan Saran – Saran.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan.

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah peneliti lakukan dapat disimpulkan bahwa kondisi kecemasan lansia sebelum mengikuti bimbingan spiritual di Majelis Taklim An-nisa para lansia mengalami kecemasan yang berbeda-beda karna faktor yang disebabkan oleh narasumber satu dengan yang lain berbeda seperti faktor memiliki penyakit kronis, gangguan pola tidur, takut akan kematian dan di tinggal oleh pasangan.

Bimbingan spiritual dapat mengurangi kecemasan pada lansia. Hal ini dapat dibuktikan dari bimbingan spiritual yang diberikan oleh pembimbing di Majelis Taklim An-nisa Poncol Pekalongan Ibu Masykuroh. Bimbingan spiritual dilaksanakan selama tiga kali seminggu melalui materi aqidah (dasar-dasar keimanan ibadah serta dengan metode ceramah, muhasabah diri, keteladanan dan metode diskusi. Dengan tahapan bimbingan spiritual tahap awal, tahap penerimaan, tahap keseimbangan, tahap intervensi dan tahap akhir. Adanya pelaksanaan bimbingan spiritual menjadikan berkurangnya kecemasan yang dapat di lihat dari lansia yang mampu mengontrol emosinya, lebih ikhlas dalam menghadapi kenyataan, merasakan ketenangan batin dan ketentraman jiwa.

B. Saran

Setelah melaksanakan penelitian dengan judul pelaksanaan bimbingan spiritual untuk menurunkan kecemasan lansia di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur, ada beberapa saran yang akan peneliti kemukakan, diantaranya yaitu:

1. Bagi pembimbing spiritual di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur.
 - a. Peneliti berharap nantinya akan ada lebih dari satu pembimbing spiritual di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur agar dapat menjangkau seluruh jamaah lansia yang memiliki kecemasan.
 - b. Memperbanyak program pemberdayaan bagi jamaah lansia agar mereka memiliki kesibukan dalam mengisi masa tuanya.
2. Bagi jamaah lansia di Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur diharapkan mampu menerapkan nasihat serta materi yang sudah diberikan oleh pembimbing spiritual agar memiliki kualitas hidup yang baik sehingga terhindar dari kecemasan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul dan Dwi. 2013. "Pengaruh Bimbingan Spiritual Terhadap Kecemasan Pasien Rawat Inap Di Paviliun Mawar RSUD Jombang". Jombang:Journal Eduhealth Universitas Pesantren Tinggi Darul Ulum Jombang. No. 1. III.
- Abdul Hayat. 2014. "Kecemasan Dan Metode Pengendaliannya". Jurnal Khazanah IAIN Antasari Banjarmasin. No. 1. Juni. XII.
- Abdul Munib. 2019. "Efektifitas Puasa Dalam Meningkatkan Disiplin Beribadah Bagi Masyarakat Desa Karduluk Sumenep". Jurnal Penelitian dan Pemikiran Islam Universitas Islam Madura Pamekasan. No. 1. Februari. VI.
- Achmad Mubarak. 2000. *Konseling Agama Teori Dan Kasus*. Jakarta:PT Bina Rena Pariwara.
- Agnes Epiphania. 2018. *Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Nita Kabupaten Sikka NTT*. [Skripsi]. Makassar:Universitas Hasanuddin.
- Amir mahmud. 2018. *Membongkar Wisata Syari'ah:Studi Pelaksanaan Wisata Syari'ah*. Banyuwangi:LPPM Institut Agama Islam Ibrahim Genteng Banyuwangi.
- Ainur Rahim. 2010. *Bimbingan Dan Konseling Dalam Islam*. Yogyakarta:UI Press.
- Anggota IKAPI. 2017. *Spiritual Enlightenment*. Jakarta:Elex Media Komputindo.
- Azmia Khafidzotul. 2020. *Bimbingan spiritual Dalam Meningkatkan Ibadah Mahdhah Lanjut Usia Di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Kelompok*

Brebes (Analisis Fungsi Dan Tujuan BKI). Skripsi. Semarang:UIN Walisongo Semarang.

Azwar. 2011. *Metode Penelitian*. Yogyakarta:Pustaka Pelajar.

Basrowi dan Suwadi. 2008. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Deden Suparman. 2015. "Pembelajaran Ibadah Shalat Dalam Perpektif Psikis Dan Medis". *Jurnal Istek UIN Sunan Gunung Djati Bandung Fakultas Sains dan Teknologi*. No.2. Juli. XI.

Dewa Ketut. 2000. *Dasar – Dasar Bimbingan Dan Penyuluhan Di Sekolah*. Jakarta:Rineka Cipta.

Dona Fitri dan Ifdil. 2016. "Konsep Kecemasan (*Anxiety*) Pada Lanjut Usia (Lansia)". Padang : *Jurnal Konselor Universitas Negeri Padang*. No. 2. Juni. V.

Dortje Manabung. 2012. " Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Stress Psikososial Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Ilomata Kota Gorontalo". Gorontalo : *Jurnal Healt And Sport Politeknik Kesehatan Kemenkes Gorontalo* , No. 1. V.

Fauzul dan Nurul. 2020. "Tingkat Kecemasan Lansia Berdasarkan Depression Anxiety Stress Scale 42 (Dass 42) Di Posyandu Lansia Mekar Raharja Dusun Lemah Dadi Bangunjiwo, Kasihan Bantul". *ejournal Akademi Kebidanan Nyai Ahmad Dahlan Yogyakarta*.

Hanifiyah Yuliatul,. 2016. "Spiritualitas Islam Dan Kewirausahaan". Surabaya : *Jurnal Peradaban Islam Universitas Airlangga*. No.1. Mei. XIII.

Ibu C. *Lansia Dengan Kecemasan DI Majelis An-Nisa Poncol Pekalongan Timur.*

Wawancara pada tanggal 26 November 2021 pada pukul 14.30 WIB

Ibu L. *Lansia Dengan Kecemasan DI Majelis An-Nisa Poncol Pekalongan Timur.*

Wawancara pada tanggal 26 November 2021 pada pukul 15.30 WIB

Ibu Masykuroh S.Pd. *Pembimbing Spiritual Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur.* Wawancara pada tanggal 29 November 2021 Pukul 14.30 WIB.

Ibu UI. *Lansia Dengan Kecemasan DI Majelis An-Nisa Poncol Pekalongan Timur.*

Wawancara pada tanggal 26 November 2021 pada pukul 15.00 WIB

In Qur'anita. 2020. *Hubungan Tekanan Darah Dengan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Posyandu Merjosari.* Skripsi. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.

Jaka Fransiska. 2017. *Bimbingan Spiritual Islam Dalam Mengatasi Gangguan Mental Akibat Gagal Menikah.* [Skripsi]. Palembang : Universitas Islam Negeri Raden Fatah Pematang.

John W Creswell. 2010. *Research Desain Kualitatif And Mixed Methods Approach,* Diterjemahkan Oleh Ahmad Fahwi. Yogyakarta:Pustaka Belajar.

Luthfiyah Kamaliyah. 2019. *Pelaksanaan Bimbingan Spiritual Lansia Oleh Pendamping Di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Budi Pertiwi Bandung.* Skripsi. Bandung:Universitas Pendidikan Indonesia.

Masykuroh, *Penyuluh Agama Islam Majelis Taklim An-Nisa Poncol Pekalongan Timur,* Wawancara Pada Tanggal 20 Februari 2021 P



KEMENTERIAN AGAMA

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PEKALONGAN

Jl. Kusuma Bangsa No. 9 Pekalongan, Telp. (0285) 412575 ext : 112 | Faks. (0285) 423418
Website : perpustakaan.iainpekalongan.ac.id | Email : perpustakaan@iainpekalongan.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika IAIN Pekalongan, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : KIKI KHAERUN NADZIFA
NIM : 3517075
Jurusan/Prodi : BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
E-mail address : khaerunnadzifa@gmail.com
No. Hp : 082135399866

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan IAIN Pekalongan, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Tugas Akhir Skripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)
yang berjudul :

PELAKSANAAN BIMBINGAN SPIRITUAL UNTUK MENGURANGI KECEMASAN PADA LANSIA DI MAJLIS TAKLIM AN NISA PONCOL PEKALONGAN TIMUR

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan IAIN Pekalongan berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan IAIN Pekalongan, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Pekalongan, 11 April 2022

Kiki Khaerun Nadzifa
NIM: 3517075

NB : Harap diisi, ditempel meterai dan ditandatangani
Kemudian diformat pdf dan dimasukkan dalam Flashdisk
(Flashdisk dikembalikan)