

**BIMBINGAN ROHANI ISLAM MELALUI PEMBACAAN
DZIKIR *RATIB AL-ATTAS* UNTUK MENGATASI
KECEMASAN MENGHADAPI KEMATIAN PADA LANSIA
DI MAJELIS TAKLIM NURUL ISLAM SUROBAYAN**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Tugas Akhir dan Melengkapi Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)
dalam Bimbingan Penyuluhan Islam



Oleh :

NUR ZUNENI
NIM. 3521021

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
2025**

**BIMBINGAN ROHANI ISLAM MELALUI PEMBACAAN
DZIKIR *RATIB AL-ATTAS* UNTUK MENGATASI
KECEMASAN MENGHADAPI KEMATIAN PADA LANSIA
DI MAJELIS TAKLIM NURUL ISLAM SUROBAYAN**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Tugas Akhir dan Melengkapi Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)
dalam Bimbingan Penyuluhan Islam



Oleh :

NUR ZUNENI
NIM. 3521021

**PROGAM STUDI BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
2025**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **NUR ZUNENI**

NIM : **3521021**

Judul : **BIMBINGAN ROHANI ISLAM MELALUI PEMBACAAN
DZIKIR RATIB AL-ATTAS UNTUK MENGATASI
KECEMASAN MENGHADAPI KEMATIAN PADA LANSIA
DI MAJELIS TAKLIM NURUL ISLAM SUROBAYAN**

Menyatakan bahwa skripsi ini merupakan hasil karya sendiri kecuali dalam bentuk kutipan yang telah penulis sebutkan. Apabila skripsi ini terbukti merupakan hasil duplikasi atau plagiasi, maka saya bersedia menerima sanksi akademis dan dicabut gelarnya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Pekalongan, 23 Juni 2025

Yang menyatakan,



NUR ZUNENI
NIM. 3521021

NOTA PEMBIMBING

Adib 'Aunillah Fasya, M.Si.

Banjarsari, Banjarejo, Kec. Karanganyar, Kabupaten Pekalongan, Jawa Tengah 51182

Lamp : 4 (Empat) eksemplar
Hal : Naskah Skripsi Sdri. Nur Zuneni

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah

c.q Ketua Prodi Bimbingan Penyuluhan Islam
di-

PEKALONGAN

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

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

Nama : Nur Zuneni

NIM : 3521021

Judul : **BIMBINGAN ROHANI ISLAM MELALUI PEMBACAAN
DZIKIR RATIB AL-ATTAS UNTUK MENGATASI
KECEMASAN MENGHADAPI KEMATIAN DI MAJELIS
TAKLIM NURUL ISLAM SUROBAYAN**

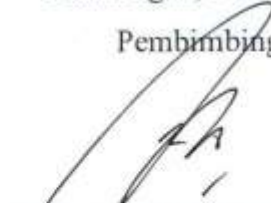
Dengan ini saya mohon agar skripsi saudara/i tersebut dapat segera dimunaqasyahkan.

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

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pekalongan, 3 Juni 2025

Pembimbing,


Adib 'Aunillah Fasya, M.Si.
NIP. 199201212022031001



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**

**K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Jl. Pahlawan KM 5 Rowolaku Kajen Kab. Pekalongan Kode Pos 51161

Website: fuad.uingusdur.ac.id | Email : fuad@uingusdur.ac.id

PENGESAHAN

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan mengesahkan skripsi saudara/i:

Nama : **NUR ZUNENI**

NIM : **3521021**

Judul Skripsi : **BIMBINGAN ROHANI ISLAM MELALUI PEMBAACAAN DZIKIR RATIB AL-ATTAS UNTUK MENGATASI KECEMASAN MENGHADAPI KEMATIAN PADA LANSIA DI MAJELIS TAKLIM NURUL ISLAM SUROBAYAN**

yang telah diujikan pada Hari Senin, 7 Juli 2025 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

Dr. Ani, M.Pd.I.

NIP. 198503072015032007

Penguji II

Cintami Farmawati, M.Psi.

NIP. 198608152019032009

Pekalongan, 15 Juli 2025

Disahkan Oleh

Dekan



Dr. Tri Astutik Harvati, M.Ag.

NIP. 197411182000032001

PEDOMAN TRANSLITERASI

Pedoman transliterasi yang digunakan adalah sistem transliterasi arab-latin berdasarkan SKB Menteri Agama dan Menteri P&K RI No. 158/1987 dan No. 0543 b/U/1987 tertanggal 22 Januari 1988. Transliterasi tersebut digunakan untuk menulis kata-kata Arab yang dipandang belum diserap ke dalam bahasa Indonesia. Kata-kata Arab yang sudah diserap ke dalam bahasa Indonesia sebagaimana terlihat dalam kamus linguistik atau Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). Secara garis besar pedoman transliterasi itu adalah sebagai berikut.

A. Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	Alif	-	tidak dilambangkan
ب	Bā	b	-
ت	Tā	t	-
ث	Śā	s	s (dengan titik di atasnya)
ج	Jīm	j	-
ح	Hā	h	h (dengan titik di bawahnya)
خ	Khā	kh	-
د	Dal	d	-
ذ	Żal	z	z (dengan titik di atasnya)
ر	Rā	r	-
ز	Zai	z	-
س	Sīn	s	-
ش	Syīn	sy	-
ص	Şād	ş	s (dengan titik di bawahnya)

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ض	Dād	d	d (dengan titik di bawahnya)
ط	Ṭā	t	t (dengan titik di bawahnya)
ظ	Zā	z	z (dengan titik di bawahnya)
ع	‘Ain	‘	koma terbalik (di atas)
غ	Gain	g	-
ف	Fā	f	-
ق	Qāf	q	-
ك	Kāf	k	-
ل	Lām	l	-
م	Mīm	m	-
ن	Nūn	n	-
و	Wāwu	w	-
ه	Hā	h	-
ء	Hamzah	‘	apostrof, tetapi lambang ini tidak dipergunakan untuk hamzah di awal kata
ي	Yā	y	-

B. Konsonan Rangkap

Konsonan rangkap, termasuk tanda *syaddah*, ditulis rangkap.

Contoh: أحمدية ditulis *Ahmadiyyah*

C. Tā Marbutah di akhir kata

1. Bila dimatikan ditulis *h*, kecuali untuk kata-kata Arab yang sudah terserap menjadi bahasa Indonesia, seperti *salat*, *zakat*, dan sebagainya.

Contoh: جماعة ditulis *jamā'ah*

2. Bila dihidupkan ditulis *t*

Contoh: كرامة الأولياء ditulis *karāmatul-auliā'*

D. Vokal Pendek

Fathah ditulis *a*, kasrah ditulis *i*, dan dammah ditulis *u*

E. Vokal Panjang

A panjang ditulis *ā*, i panjang ditulis *ī*, dan u panjang ditulis *ū*,

masing-masing dengan tanda hubung (-) di atasnya.

F. Vokal Rangkap

Fathah + yā tanpa dua titik yang dimatikan ditulis *ai*

Fathah + wāwu mati ditulis *au*

G. Vokal-vokal pendek yang berurutan dalam satu kata dipisahkan dengan apostrof (')

Contoh: أنتم ditulis *a'antum*

مؤنث ditulis *mu'annaś*

H. Kata Sandang Alif + Lam

1. Bila diikuti huruf qamariyah ditulis *al-*

Contoh: القرآن ditulis *Al-Qura'ān*

2. Bila diikuti huruf syamsiyyah, huruf 1 diganti dengan huruf syamsiyyah yang mengikutinya.

Contoh: الشيعة ditulis *asy-Syī'ah*

I. Huruf Besar

Penulisan huruf besar disesuaikan dengan EYD

J. Kata dalam rangkaian frasa atau kalimat

1. Ditulis kata per kata, atau
2. Ditulis menurut bunyi atau pengucapannya dalam rangkaian tersebut.

Contoh: شيخ الإسلام ditulis *Syaikh al-Islām* atau *Syakhul-Islām*

MOTTO

"Sesungguhnya urusan-Nya apabila Dia menghendaki sesuatu Dia hanya berkata kepadanya, “ Jadilah!” maka jadilah sesuatu itu."

- Surah Yasin:82 -



PERSEMBAHAN

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat serta salam bagi Nabi Muhammad SAW, keluarga, sahabat, dan para pengikutnya dengan harapan mendapat syafa'at di hari akhir nanti. Sebagai rasa cinta dan kasih, penulis mempersembahkan skripsi ini kepada:

1. Kedua orang tua saya, Almarhum Bapak Fadlil dan Ibu Fatkhuriyah atas segala curahan kasih sayang, cinta dan doa tiada balas dalam mengiringi setiap langkah hidup saya. Semuanya tidak akan terlupa dan tidak mampu terbalas dengan apapun. Semoga Allah meninggikan derajat kita didunia dan di akhirat dengan ilmu yang penulis raih sebagai buah perjuangan dan ketakwaan.
2. Bapak Adib 'Aunillah Fasya, M.Si. selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu, pikiran, perhatian, dan memberikan semangat serta memotivasi guna memberi bimbingan dan pengarahan demi menyelesaikan skripsi ini.
3. Tak terlupakan dan amat berarti bimbingan, arahan dan curahan ilmu dari semua dosen di Fakultas Ushuludin Adab dan Dakwah khususnya Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam. Selama penulis menuntut ilmu di UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan merupakan ilmu yang didapatakan menjadi harta yang tak ternilai harganya dan akan penulis manfaatkan untuk kemaslahatan umat. Semoga Allah Swt, melimpahkan berkah kepada mereka semua dan menjadikannya amal soleh atas kebaikan yang telah mereka berikan kepada penulis.

4. Keluarga saya, Kakak saya Fasikha Efiyanti, Nur Fitria, Fahrur Zabidin, Rizki Suci Amalia, Maulana Syarifudin dan adik saya M. Mizan Aldiansyah yang selalu memberikan doa dan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Terima kasih kepada Lailatul Nurul Fikoyah, Siska Tri Lestari dan Tiara Widya Wanti, yang selalu sabar menjadi teman dari awal perkuliahan hingga berakhirnya proses skripsi.
6. Terima kasih kepada Nur Lulu'atuzzakiyah, Khulatul Jannah, dan Bilqis Amirotul Qudsy, yang selalu menyemangati dan menemani penulis saat menjalani proses skripsi. Tidak pernah lelah memberikan *support*, motivasi dan dukungannya selama ini.
7. Dengan penuh rasa syukur dan kebanggaan, Karya ini aku persembahkan untuk diriku sendiri, yang telah bertahan dalam setiap lelah, yang tak berhenti meski sering ingin menyerah, yang terus belajar meski dalam ragu, dan yang percaya bahwa usaha tidak akan pernah mengkhianati hasil. Terima kasih untuk versi diriku yang tak berhenti berjuang hingga titik ini. Semoga langkah ke depan semakin kuat, bijak, dan penuh keyakinan.

ABSTRAK

Zuneni, Nur. 2025. Bimbingan Rohani Islam Melalui Pembacaan Dzikir *Ratib Al-Attas* untuk Mengatasi Kecemasan Menghadapi Kematian pada Lansia di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan. Skripsi Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah. Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam. Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan. Pembimbing Adib ‘Aunillah Fasya, M.Si.

Kata Kunci: Bimbingan Rohani Islam, Dzikir *Ratib Al-Attas*, Kecemasan Menghadapi Kematian pada Lansia

Pada lanjut usia, akan mengalami banyak perubahan fisik seiring bertambahnya usia, dan beberapa fungsi serta kemampuan mereka juga dapat menurun. Apalagi jika terdapat peristiwa besar di fase lanjut usia yang dianggapnya mencemaskan bagi kebanyakan lansia adalah kematian. Berbagai faktor seperti penurunan kondisi fisik, psikologis, sosial, emosional dan spiritual yaitu penurunan kondisi fisik, kehilangan pasangan hidup, hilangnya peran sosial, penyakit kronis, serta ketidaksiapan spiritual dalam menyambut kematian, ketakutan akan proses sekarat, rasa bersalah terhadap dosa-dosa masa lalu, rasa belum siap meninggalkan keluarga, keadaan seperti gangguan tidur, dan memiliki ketidakpastian terkait apa yang akan terjadi setelah kematian. Salah satu cara yang digunakan untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah bimbingan rohani Islam melalui pembacaan dzikir *Ratib Al-Attas*.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: (1) Bagaimana pelaksanaan bimbingan rohani Islam melalui pembacaan dzikir *Ratib Al-Attas* di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan? (2) Bagaimana kondisi kecemasan menghadapi kematian pada lansia di Majelis Taklim Nuurul Islam Surobayan? Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pelaksanaan bimbingan rohani Islam melalui pembacaan dzikir *Ratib Al-Attas* serta mengetahui kondisi kecemasan menghadapi kematian pada lansia di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini metode kualitatif deskriptif dengan jenis penelitian yaitu penelitian lapangan (field research). Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi. Sedangkan, teknik analisis yang dilakukan dalam penelitian ini melalui reduksi data, penyajian data dan proses penarikan kesimpulan atau verifikasi data.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan bimbingan rohani Islam melalui dzikir *Ratib Al-Attas* secara rutin memberikan dampak positif terhadap kondisi psikologis, sosial, emosional, dan spiritual lansia. Kegiatan yang dilakukan secara berjamaah setiap malam Ahad Pahing yang bertepatan setelah malam Jumat Kliwon tersebut tidak hanya menjadi sarana mendekatkan diri kepada Allah SWT, tetapi juga berfungsi sebagai media terapi spiritual. Lansia yang semula mengalami gangguan tidur, ketakutan berlebihan terhadap kematian, merasa tidak siap meninggal dunia, dan sering mengalami kesepian, mulai menunjukkan perubahan positif setelah mengikuti dzikir. Mereka merasa lebih tenang, menerima kematian sebagai takdir Allah SWT, serta memiliki keyakinan dan harapan untuk mendapatkan husnul khotimah.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SW yang telah melimpahkan rahmat serta hidayahnya. Sholawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW sehingga penyusunan skripsi yang berjudul "Bimbingan Rohani Islam Melalui Pembacaan Dzikir *Ratib Al-Attas* untuk Mengatasi Kecemasan Menghadapi Kematian pada Lansia di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan" dapat terselesaikan. Penelitian ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam meraih gelar Strata Satu (S1) Bimbingan Penyuluhan Islam di Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Dalam penelitian ini menghasilkan suatu penggambaran mengenai Bimbingan Rohani Islam Melalui Pembacaan Dzikir *Ratib Al-Attas* untuk Mengatasi Kecemasan Menghadapi Kematian pada Lansia di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan. Dalam penyelesaian penelitian ini penulis banyak mendapatkan bantuan, bimbingan serta pengarahan dari berbagai pihak baik berupa moril maupun materil. Sehubungan dengan hal tersebut, penulis hanya bisa mengucapkan banyak terima kasih dan dengan iringan doa semoga amal baik yang telah diberikan, mendapatkan balasan pahala dari sisi Allah SWT. Untuk itu penulis ucapkan banyak terima kasih kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. H. Zaenal Mustakim, M.Ag., selaku Rektor Universitas Islam Negeri (UIN) K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan;
2. Prof. Dr. Tri Astuti Haryati, M. Ag., selaku Dekan Fakultas Adab, dan Dakwah;

3. Dr. Muhamad Rifa'i Subhi, M.Pd.I., selaku Ketua Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam;
4. Adib 'Aunillah Fasya, M.Si., selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu, pikiran, perhatian, dan memberikan semangat serta memotivasi guna memberi bimbingan dan pengarahan demi menyelesaikan skripsi ini;
5. Nadhifatuz Zulfa, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing Wali yang telah sabar memberikan bimbingan dan motivasi kepada penulis selama masa studi;
6. Segenap Dosen Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah yang telah memberikan bekal dan ilmu pengetahuan, bimbingan dan pengalaman berharga selama masa skripsi;
7. Almamaterku Universitas Islam Negeri K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan, tempat menimba Ilmu yang saya banggakan;
8. Pengasuh majelis taklim Nurul Islam Surobayan;
9. Semua pihak yang telah membantu, mendukung dan mendo'akan penulis hingga menyelesaikan skripsi. Penulis sadar tanpa dukungan dari berbagai pihak, skripsi ini tidak akan terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, penulis mengharap kritik dan saran yang membangun dari setiap pembaca demi perbaikan skripsi ini dan sebagai pedoman skripsi-skripsi selanjutnya. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Aamiin.

Pekalongan, 14 Juli 2025


Nur Zuneni
NIM. 3521021

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
NOTA PEMBIMBING	iii
PENGESAHAN	iv
PEDOMAN TRANSLITERASI	v
MOTTO	viii
PERSEMBAHAN.....	ix
ABSTRAK	xi
KATA PENGANTAR.....	xii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian.....	8
E. Tinjauan Pustaka	10
1. Analisis Teori.....	10
2. Penelitian yang Relevan.....	17
3. Kerangka Berpikir.....	21
F. Metode Penelitian.....	25
G. Sistematika Penulisan	33
BAB II BIMBINGAN ROHANI ISLAM, DZIKIR <i>RATIB AL-ATTAS</i>,	
KECEMASAN MENGHADAPI KEMATIAN PADA LANSIA ...	35
A. Bimbingan Rohani Islam	35
1. Pengertian Bimbingan Rohani Islam	35
2. Tujuan Bimbingan Rohani Islam	38
3. Fungsi Bimbingan Rohani Islam	39
4. Metode bimbingan Rohani Islam.....	41

5. Tahapan Bimbingan Rohani Islam.....	43
B. Dzikir <i>Ratib Al-Attas</i>	44
1. Pengertian Dzikir Ratib Al-Attas.....	44
2. Keutamaan Dzikir <i>Ratib Al-Attas</i>	47
C. Kecemasan Menghadapi Kematian pada Lansia	49
BAB III PELAKSANAAN BIMBINGAN ROHANI ISLAM MELALUI	
DZIKIR <i>RATIB AL-ATTAS</i> UNTUK MENGATASI KECEMASAN	
MENGHADAPI KEMATIAN PADA LANSIA DI MAJELIS	
TAKLIM NURUL ISLAM SUROBAYAN.....	58
A. Gambaran Umum Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan.....	58
B. Pelaksanaan Bimbingan Rohani Islam Melalui Pembacaan Dzikir	
<i>Ratib Al-Attas</i>	65
C. Kondisi Kecemasan Menghadapi Kematian Lansia di Majelis Taklim	
Nurul Islam Surobayan.....	69
BAB IV BIMBINGAN ROHANI ISLAM MELALUI PEMBACAAN	
DZIKIR <i>RATIB AL-ATTAS</i> UNTUK MENGATASI KECEMASAN	
MENGHADAPI KEMATIAN PADA LANSIA DI MAJELIS	
TAKLIM NURUL ISLAM SUROBAYAN.....	83
A. Analisis Pelaksanaan Bimbingan Rohani Islam melalui Pembacaan Dzikir	
<i>Ratib Al-Attas</i> untuk mengatasi Kecemasan Menghadapi Kematian pada	
Lansia di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan.....	83
B. Analisis kondisi Kecemasan Menghadapi Kematian pada Lansia di	
Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan	95
BAB V PENUTUP.....	105
A. Kesimpulan.....	105
B. Saran	107
DAFTAR PUSTAKA.....	109
LAMPIRAN.....	116

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Penelitian Terdahulu	37
Tabel 3. 1 Daftar Informan	70



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Pedoman Observasi	116
Lampiran 2 Hasil Observasi.....	117
Lampiran 3 Pedoman Dokumentasi	118
Lampiran 4 Dokumentasi	119
Lampiran 5 Pedoman Wawancara	124
Lampiran 6 Transkrip Wawancara.....	125
Lampiran 7 Surat Keterangan Penelitian	136
Lampiran 8 Surat Keterangan <i>Similarity Checking</i>	137
Lampiran 9 Daftar Riwayat Hidup.....	138



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Seseorang yang berumur panjang pasti akan menjadi tua, itu adalah bagian siklus dari kehidupan dan perkembangan manusia, menjadi tua bukanlah sesuatu yang dipilih oleh seseorang¹. Setiap manusia akan menghadapi masa lanjut usia (Lansia), menurut Kementerian Kesehatan (2016), karena hal tersebut merupakan aspek kehidupan yang tidak dapat dihindari. Manusia mengalami banyak perubahan fisik dan mental pada masa ini, dan kapasitas serta fungsi tubuh yang sebelumnya mulai menurun². Menurut Lilis, dkk, istilah “lanjut usia” atau *growing old* mengacu pada seseorang yang mengalami perubahan fisik, perilaku, dan biologis sebagai akibat dari bertambahnya usia. Perubahan ini berdampak pada semua aspek kehidupan, termasuk kesehatan, dan biasanya dimulai sekitar usia 60 tahun³.

Penurunan-penurunan pada fungsi biologis yang terjadi pada lansia akan memunculkan kesadaran bahwa akan datangnya kematian. Tetapi bagi sebagian orang kematian merupakan sesuatu yang sangat menakutkan, sehingga sebagian besar lanjut usia akan mengalami ketakutan, kecemasan,

¹ Nuzul Ahadiyanto, “*Psikologi Perkembangan Dewasa Dan Lanjut Usia*” (Yogyakarta: Sumanto AlQurtuby, 2021), hlm. 73.

² Erni Musmiller, "Aktivitas Spiritual Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia", (*JIK Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4.2 (2020), hlm. 130.

³ Lilis Maghfiroh, Dkk, *Asuhan Lansia: Makna, Identitas, Transisi, dan Manajemen Kesehatan* (Bandung: Kaizen Media Publishing, 2023), hlm. 1.

kebingungan akan datangnya kematian⁴. Menurut Merizka dan Khairani dalam penelitiannya orang yang mengalami kecemasan akan kematian adalah ketakutan abnormal yang sangat besar yang disertai dengan perasaan seperti cemas dan takut akan kematian atau takut akan sesuatu yang akan terjadi di dalam diri individu⁵.

Sikap seseorang terhadap kematian dipengaruhi oleh persepsi yang negatif dan penolakan terhadap kematian, yang berujung pada ketakutan yang mereka alami. Tidak diragukan lagi bahwa para lansia memiliki pendapat yang berbeda tentang kematian, pandangan lansia mengenai kematian tentu beragam. Beberapa orang percaya bahwa kematian berhubungan dengan penderitaan dan kesepian, lansia yang memandang kematian secara negatif akan merasa takut dan tidak bahagia, yang membuat mereka lebih mudah mengalami gejala kecemasan, termasuk kegelisahan dan kekhawatiran yang terus menerus, kesehatan yang memburuk, dan kehilangan semangat hidup⁶.

Namun demikian, tidak semua individu siap dalam menghadapi realitas tersebut, terutama pada masa lanjut usia (lansia). Lansia merupakan fase kehidupan yang ditandai dengan penurunan berbagai fungsi fisik, psikis, emosional, sosial, hingga spiritual. Ketika seseorang memasuki usia senja, mereka akan lebih sering merenungi kehidupan yang telah dijalani dan menaruh perhatian besar terhadap akhir hidupnya. Dalam konteks inilah,

⁴ Uu Sunarya dan Siti Sadiyah, "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Dalam Menghadapi Kematian Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Situ", (*JIKA - Jurnal Ilmu Keperawatan Sebelas Apri*), 4.1 (2022), hlm. 58.

⁵ Liza Merizka dan Maya Khairani, "Religiusitas Dan Kecemasan Kematian Pada Dewasa Madya", (*An – Nafs: Jurnal Fakultas Psikologi*), Vol. 13, No 2, 76-84 Ii, 13.2 (2019), hlm.77.

⁶ Nazira, dkk, "Correlation between Mindfulness and Death Anxiety among the Elderly", (*Psikologia: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*), 15.2 (2021), hlm. 55-56.

kecemasan menghadapi kematian menjadi salah satu masalah psikologis yang sering dialami oleh lansia⁷.

Kecemasan menghadapi kematian pada lansia dapat muncul karena berbagai faktor, seperti penurunan kondisi fisik yang berujung pada rasa tidak berdaya, kehilangan pasangan hidup, hilangnya peran sosial, penyakit kronis, serta ketidaksiapan spiritual dalam menyambut kematian. Ketakutan akan proses sekarat, rasa bersalah terhadap dosa-dosa masa lalu, ketidakpastian tentang kehidupan setelah mati, dan rasa belum siap meninggalkan keluarga, merupakan bentuk-bentuk kecemasan yang sering dijumpai. Keadaan seperti gangguan tidur (insomnia), bahkan munculnya pemikiran negatif terhadap kematian itu sendiri⁸.

Merizka dan Khairani menjelaskan bahwa salah satu faktor yang memengaruhi tingkat kecemasan individu mengenai kematian adalah keyakinan agamanya⁹. Mengenai konsep kematian sendiri membuat manusia merasa tidak nyaman. Kecemasan akan kematian, baik kematian diri sendiri maupun kematian anggota keluarga atau teman sebaya. Lansia tidak akan siap menghadapi kematian jika mereka merasa cemas akan hal itu¹⁰.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan, ditemukan bahwa terdapat tiga lanjut usia yang

⁷ Liza Merizka dan Maya Khairani, "Religiusitas Dan Kecemasan Kematian Pada Dewasa Madya", (*An – Nafs: Jurnal Fakultas Psikologi*), Vol. 13, No 2, 76-84 Ii, 13.2 (2019), hlm. 75.

⁸ Maryam, R.S., Ekasari, M.F., Rosidawati.,Jubaedi., A., & Batubara, I, “*Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*”. (Jakarta: Salemba Medika, 2012), hlm. 44-46.

⁹ Liza Merizka dan Maya Khairani, "Religiusitas Dan Kecemasan Kematian Pada Dewasa Madya", (*An – Nafs: Jurnal Fakultas Psikologi*), Vol. 13, No 2, 76-84 Ii, 13.2 (2019), hlm. 77.

¹⁰ Riyanti Vianica Sibuea, "Hubungan Kebutuhan Spiritual Terhadap Tingkat Kualitas Hidup Lansia", (*Jurnal Penelitian Psikologi*), 4.288 (2020)), hlm. 38.

menunjukkan tanda-tanda kecemasan dalam menghadapi kematian. Gejala tersebut tampak dari berbagai aspek yang teramati secara langsung, antara lain fisik, emosional, sosial, dan psikologis. Secara fisik, ketiga lansia terlihat lemah, mudah lelah, dan mengeluh kesakitan, terutama pada bagian sendi dan punggung, yang menunjukkan kondisi kesehatan mereka tidak optimal. Dari segi emosional, mereka tampak termenung, menghela napas panjang, dan menunjukkan ekspresi wajah yang tegang atau murung. Salah satu dari mereka terlihat memejamkan mata dan mengusap wajahnya berulang kali, seolah sedang diliputi kekhawatiran. Secara sosial, terlihat bahwa salah satu lansia cenderung duduk menyendiri, jarang berinteraksi atau bercengkerama dengan anggota majelis lainnya, meskipun berada dalam satu ruang. Mereka juga tidak tampak terlibat aktif dalam percakapan atau kegiatan kelompok, berbeda dengan jamaah yang tampak akrab satu sama lain. Secara psikologis, meskipun tidak secara verbal mengungkapkan kecemasan, beberapa dari mereka terlihat berulang kali menatap ke arah langit-langit atau lantai tanpa fokus, dan tampak gelisah seperti memikirkan sesuatu secara mendalam. Ada pula momen ketika salah satu dari mereka tampak menghitung jemarinya sambil mengangguk-angguk sendiri, yang kemungkinan merupakan refleksi dari pikirannya yang negatif¹¹.

Penurunan pada lansia menyebabkan khawatir dan takut akan keadaan mereka. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk membantu lansia mengatasi kecemasan adalah bimbingan rohani Islam. Salah satu aspek

¹¹ Penulis, Observasi Langsung, Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan, Pekalongan, 20 September 2024.

penting dalam bimbingan rohani adalah membantu individu untuk menghadapi berbagai tantangan kehidupan, termasuk kecemasan terhadap kematian, melalui praktik-praktik ibadah yang dapat mendekatkan diri kepada Allah. Salah satu praktik ibadah yang memiliki peran penting dalam penelitian ini adalah dzikir, yaitu pengingat terhadap Allah. Dzikir tidak hanya berfungsi sebagai ibadah, tetapi juga diyakini dapat menenangkan hati yang gelisah dan memberikan rasa kedamaian¹².

Menurut Anitasari dan Fitriani dalam penelitiannya, lansia yang memiliki tingkat spiritualitas rendah cenderung mengalami ketidakpuasan terhadap tujuan hidup, merasakan ketidakberhargaan, merasa tidak dicintai, serta merasa takut terhadap kematian. Sebaliknya, lansia yang memiliki tingkat spiritualitas yang baik lebih mampu menerima kehidupan dengan penuh ketenangan dan tidak merasa takut menghadapi kematian¹³.

Dalam konteks lansia, bimbingan rohani dapat memberikan rasa aman dan harapan untuk masa depan yang lebih baik, dengan mengingatkan mereka tentang janji-janji Allah tentang kehidupan setelah kematian. Dzikir sebagai salah satu amalan rohani dalam Islam yang dapat membantu seseorang untuk merasa lebih dekat dengan Allah, serta memberikan ketenangan dan mengurangi rasa takut. Sebagaimana yang dijelaskan oleh Al-Khathib, dzikir dapat meredakan perasaan cemas dan mengalihkan perhatian seseorang dari kekhawatiran duniawi, sehingga memperkuat ketahanan mental dan spiritual

¹² Hartin Suidah, Dkk, "Bimbingan Doa Efektif Terhadap Kecemasan Lansia Dalam Mempersiapkan Kematian", (*Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 9.1 (2021), hlm. 181.

¹³ Bestfy Anitasari dan Fitriani, "Hubungan Pemenuhan Kebutuhan Spiritualitas Dengan Kualitas Hidup Lansia : Literature Review", (*Jurnal Fenomena Kesehatan*, 4.1 (2021), hlm. 465.

lansia dalam menghadapi kematian¹⁴. Dengan demikian, dzikir dapat menjadi sarana penting dalam bimbingan rohani Islam untuk mengatasi kecemasan, terutama dalam konteks menghadapi kematian pada lansia.

Dzikir yang digunakan di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan ini adalah *Ratib Al-Attas* untuk membantu para lansia yang gelisah akan kematian agar tidak terlalu cemas. Al Habib Umar bin Abdurrahman Al Athos adalah pengarang *Ratib Al Attas*, yang di dalamnya berisi sebuah kompilasi bacaan dzikir atau wirid. Doa-doa mustajab dalam *ratib* ini diambil dari As-Sunnah Nabi Muhammad SAW dan Al-Qur'an¹⁵. Bimbingan rohani melalui dzikir *Ratib Al-Attas* ini dilaksanakan rutin setiap malam Ahad Pahing yang bertepatan setelah Jumat Kliwon, yang dibaca setelah sholat isya berjamaah, yang diikuti oleh masyarakat umum, mulai dari remaja, dewasa dan juga lansia yang dipandu oleh pembimbing agama. Ada berbagai keutamaan dari membaca *Ratib Al-Attas* dan juga manfaat asma'ul husna yang ada di dalamnya. Salah satunya adalah membawa ketenangan hati dan pikiran, yang sangat penting untuk menjaga kesehatan mental bagi lansia yang mengalami kecemasan¹⁶.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Yusuf dan Ahmadi, ditemukan bahwa dzikir yang dilakukan secara teratur dapat membantu lansia untuk

¹⁴ M. Al-Khathib, 'Pengaruh Dzikir Terhadap Kesehatan Mental Dan Ketenangan Jiwa Lansia. Jurnal Psikologi Islam', *Jurnal Psikologi Islam*, 7(3) (2019), hlm. 47.

¹⁵ Vera Agustina, "Pengaruh Dzikir Ratib Al-Attas Terhadap Penurunan Kecemasan Menghadapi Ujian Di Pondok Pesantren Salafiyah Kauman Pemalang", *Skripsi Ushuluddin Dan Humaniora*, (Semarang: UIN Walisongo Semarang, 2022), hlm. 19.

¹⁶ Khoerunnisa dan Maesaroh, "pembentukan karakter santri melalui kegiatan muajadah di pondo pesantren an-nahdlah IAINU Kebumen", *Skripsi. Tarbiyah* (Kebumen: IAINU Kebumen, 2024), hlm. 21.

lebih merasa damai dan mengurangi kecemasan yang mereka alami. Pendekatan ini tidak hanya memberikan ketenangan hati, tetapi juga meningkatkan kesadaran diri dan spiritualitas, yang sangat penting dalam menghadapi kenyataan kematian¹⁷. Oleh karena itu, bimbingan rohani Islam melalui dzikir dapat menjadi salah satu metode yang efektif untuk membantu lansia mengatasi kecemasan mereka, dengan memberikan perspektif spiritual yang lebih dalam tentang kehidupan dan kematian.

Dengan demikian, hal yang terjadi di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan khususnya lansia yang mana adanya penurunan kondisi fisik yang berujung pada rasa tidak berdaya, kehilangan pasangan hidup, hilangnya peran sosial, penyakit kronis, serta ketidaksiapan spiritual dalam menyambut kematian. Ketakutan akan proses sekarat, rasa bersalah terhadap dosa-dosa masa lalu, ketidakpastian tentang kehidupan setelah mati, dan rasa belum siap meninggalkan keluarga, keadaan seperti gangguan tidur (insomnia), bahkan munculnya pemikiran negatif terhadap kematian itu sendiri. Hal itu yang menjadikan muncul rasa gelisah, khawatir, dan kecemasan dalam menghadapi kematian. Dalam pembacaan dzikir *Ratib Al-Attas* ini, yang dijadikan cara untuk membantu para lansia terhindar dari rasa cemas. Oleh karena itu, dengan terus menerus mengingat Allah melalui dzikir, perlu dipastikan apakah dengan berzikir akan menghilangkan kekhawatiran seseorang akan kematian, yang bisa saja muncul sewaktu-waktu, agar mendapatkan khusnul khotimah dan sebagai bekal untuk beribadah di kemudian hari. Dengan ini

¹⁷ M. Yusuf, M., & Ahmadi, 'Pengaruh Dzikir Terhadap Kesehatan Mental: Sebuah Kajian Psikospiritual Dalam Islam', *Jurnal Psikologi Islam*, 3(2) (2015), hlm. 80.

peneliti mengambil judul “**Bimbingan Rohani Islam Melalui Pembacaan Dzikir *Ratib Al-Attas* untuk Mengatasi Kecemasan Menghadapi Kematian pada Lansia di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan**”.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana pelaksanaan bimbingan rohani Islam melalui pembacaan dzikir *Ratib Al Attas* untuk mengatasi kecemasan menghadapi kematian pada lansia di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan?
2. Bagaimana kondisi kecemasan menghadapi kematian pada lansia di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui pelaksanaan bimbingan rohani Islam melalui pembacaan dzikir *Ratib Al-Attas* untuk mengatasi kecemasan menghadapi kematian pada lansia di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan.
2. Untuk mengetahui kondisi kecemasan menghadapi kematian pada lansia di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini yang mempunyai manfaat secara teoritis maupun secara praktis.

1. Manfaat Teoritis

Dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan menambah wawasan yang berkaitan dengan bimbingan rohani Islam

melalui dzikir untuk membantu para lansia mengatasi kecemasan dan membantu seseorang merasa lebih tenang.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi anggota kegiatan dzikir *Ratib Al-Attas* Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan, temuan dari penelitian ini dapat digunakan untuk meningkatkan antusias anggota terhadap kegiatan dzikir dan dapat menambah amal untuk bekal nanti.
- b. Bagi pembimbing agama, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pembimbing agama dengan meningkatkan pemahaman terhadap kebutuhan spiritual lansia, baik dalam aspek psikologis, emosional, maupun sosial untuk meningkatkan kemampuan mereka dalam memberikan bimbingan rohani yang efektif dan responsif kepada lansia.
- c. Bagi peneliti selanjutnya, hasil dari penelitian ini dapat menjadi sumber rujukan untuk penelitian-penelitian selanjutnya yang membahas bimbingan rohani Islam, dzikir, dan kecemasan, khususnya dalam konteks lansia. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan dasar bagi penelitian lebih lanjut mengenai penggunaan metode rohani Islam untuk mengatasi kecemasan, baik dalam populasi lansia maupun kelompok usia lainnya, dengan variasi pendekatan rohani yang berbeda.

E. Tinjauan Pustaka

1. Analisis Teori

a. Bimbingan Rohani Islam Dzikir *Ratib Al-Attas*

Bimbingan rohani Islam adalah proses mendekatkan individu kepada Allah melalui kegiatan-kegiatan yang dapat memperkuat iman dan ketakwaan, serta membentuk karakter positif. Dalam Islam, bimbingan rohani memiliki peran yang sangat penting untuk membimbing umat dalam menjalani kehidupan sesuai dengan prinsip-prinsip agama¹⁸. Bimbingan rohani merupakan proses pemberian bantuan spiritual terhadap rohani atau jiwa agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat. Bimbingan rohani Islam merupakan bagian dari bimbingan Islam¹⁹.

Praktik bimbingan rohani Islam sering kali melibatkan berbagai jenis ibadah yang tidak hanya berfokus pada kewajiban agama seperti salat dan puasa, tetapi juga pada dzikir, doa, dan tafakur. Menurut Sulaiman dalam penelitiannya, praktik dzikir dalam bimbingan rohani sangat penting untuk membentuk ketenangan hati dan memperkuat kedekatan dengan Allah. Dzikir yang dilakukan secara rutin dapat menjadi solusi untuk mengatasi kecemasan dan stres, serta memperbaiki kualitas hidup spiritual seseorang. Dengan

¹⁸ A. Syamsudin, 'Bimbingan Rohani Islam Dalam Meningkatkan Ketahanan Mental Remaja', *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 19(3) (2020), pp. 201-215, hlm. 204.

¹⁹ Cholil, *Bimbingan dan Konseling Islam* (Karya Bakti Makmur (KBM) Indonesia, 2024), hlm. 57.

demikian, bimbingan rohani Islam melalui dzikir memiliki peran dalam meningkatkan kualitas mental dan ketenangan batin, yang dapat mempengaruhi perilaku dan tindakan sehari-hari²⁰.

Selain itu, Bimbingan rohani Islam tidak hanya memperhatikan hubungan individu dengan Allah, tetapi juga memperkuat hubungan antar sesama manusia. Menurut penelitian oleh Rahman, dalam bimbingan rohani Islam melalui kegiatan keagamaan kelompok, seperti majelis dzikir dan pengajian, mempererat hubungan sosial, memperkuat rasa kebersamaan, dan meningkatkan solidaritas antar anggota komunitas²¹. Hal ini menunjukkan bahwa bimbingan rohani tidak hanya berfokus pada aspek individu, tetapi juga dapat memperbaiki kualitas hubungan sosial dalam masyarakat.

Al Habib Umar bin Abdurrahman Al Athos adalah pengarang *Ratib Al Attas*, yang didalamnya berisi sebuah kompilasi bacaan dzikir atau wirid. Doa-doa mustajab dalam *ratib* ini diambil dari As-Sunnah Nabi Muhammad SAW dan Al-Qur'an. Bacaan dzikir ini sudah sangat terkenal dan bahkan sering dilakukan oleh masyarakat umum. Ulama asal Yaman, Al Habib Umar bin Abdurrahman Al-

²⁰ A Sulaiman, 'Bimbingan Rohani Islam Untuk Lansia Dalam Menghadapi Kematian', *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 12(1) (2018), hlm, 25.

²¹ A. Rahman, 'Bimbingan Rohani Dalam Memperkuat Solidaritas Sosial Pada Komunitas Muslim', *Journal of Islamic Social Studies*, 14(1) (2019), pp. 42–55, hlm. 49.

Attas, lahir di Hadramaut pada tahun 992 H²². Beliau dianggap khumul, atau tertutup, dan tidak suka menarik perhatian pada dirinya sendiri. Salah satu karya beliau yang masih dikenal dan diwariskan hingga saat ini adalah *Ratib Al-Attas*²³.

Al-Jufri dalam penelitian Aisyatin Kamila mendefinisikan *ratib* sebagai “teratur, teratur, tetap, dan berkelanjutan”. Karena kata “*Ratib*” sering digunakan di Hadramaut, Yaman, untuk merujuk pada dzikir singkat dengan jumlah dzikir yang terbatas, dzikir *Ratib Al-Attas* ini dapat dilakukan pada pagi hari, siang hari, atau malam hari. Al-Habib Umar bin Abdurrahman, pengarang *Ratib*, dinisbatkan dengan menciptakan *Al-Attas*, yang diterjemahkan menjadi “yang bersin”²⁴.

Niat yang tulus harus ada di dalam hati ketika membaca dzikir *Ratib Al-Attas*, ketika membaca dzikir tersebut fokuskan pada tujuan untuk memperdalam keimanan dan menjadi lebih dekat dengan Allah. Meskipun dzikir dapat dilakukan kapan saja, disarankan untuk melakukannya setelah shalat tahajud dan pada saat-

²² Vera Agustina, “Pengaruh Dzikir Ratib Al-Attas Terhadap Penurunan Kecemasan Menghadapi Ujian Di Pondok Pesantren Salafiyah Kauman Pemalang”, *Skripsi Ushuluddin Dan Humaniora*, (Semarang: UIN Walisongo Semarang, 2022), hlm. 19.

²³ Mohsin, Baharudin, M., Napih, O., & Noor, S., Prinsip, Adab Dan Amalan Ratib Al-Attas Dalam Tarekat Alawiyyah: Suatu Sorotan Ringkas. *Sains Humanika*, 5(3), (2015), hlm. 44.

²⁴ Aisyatin Kamila, “Psikoterapi Dzikir Dalam Menangani Kecemasan”, (Yogyakarta: *Happiness, Journal of Psychology and Islamic Science*, 4.1 (2022), hlm. 47.

saat yang baik seperti malam Jumat. Untuk meningkatkan fokus dan kedamaian batin, lokasi untuk berdzikir juga harus rapi dan damai²⁵.

Ratib Al-Attas juga berisi doa-doa yang mencakup berbagai aspek kehidupan, seperti permohonan ampunan yaitu memohon ampunan atas segala dosa dan kesalahan, perlindungan dari godaan setan yaitu membentengi diri dari godaan setan dan bisikan-bisikan nya, penguatan iman yaitu memperkuat iman dan ketakwaan kepada Allah SWT, ketenangan hati yaitu menyejukkan hati dan jiwa yang gelisah, kecerdasan yaitu meminta kepada Allah agar diberikan kecerdasan dan pemahaman yang baik, kesehatan yaitu memohon kesehatan jasmani dan rohani. Keutamaan membaca *Ratib Al-Attas* ini setelah salat Isya. Berkata al-Imam al-Ghazali r.a: “Selepas daripada membaca al-Quran tiada ibadah yang dilakukan oleh lidah terlebih afdhal daripada zikrullah Ta’ala²⁶.

Menurut Nurdin dalam penelitiannya, dzikir memiliki dampak yang signifikan terhadap ketenangan psikologis individu. Penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa dzikir, yang merupakan bentuk komunikasi langsung dengan Allah, dapat menurunkan tingkat kecemasan dan stres, serta meningkatkan rasa syukur dan kedamaian dalam diri seseorang. Dzikir memiliki mekanisme yang mendalam dalam mengubah pola pikir dan

²⁵ Avindhy Novianti Faradhea, “Peran Zikir Ratibul Attas Terhadap Religiositas Jam’iyyah Nurusa’adah Putri Desa Kalisapu, Kecamatan Slawi, Kabupaten Tegal”, *Skripsi Ushuluddin dan Dakwah*, (Surakarta: UIN Raden Mas Said Surakarta, 2022), hlm. 17.

²⁶ Mohd Azman Mohsin, et al, "Ratib Al-Attas Menurut Perspektif Al-Quran Dan Hadis", (*Sains Humanika*, 8.3-2 (2018), hlm. 102.

perasaan, yang berhubungan langsung dengan perbaikan kesehatan mental²⁷.

b. Kecemasan menghadapi kematian pada lansia

Menurut Carpenito-Moyet dalam penelitian Zahirah, dkk²⁸, menjelaskan kecemasan kematian (*death anxiety*) sebagai pandangan individu terhadap ancaman yang dirasakan dan dibayangkan terhadap keberadaan kematian yang menyebabkan orang merasa cemas karena mereka merasakan rasa takut atau ketidaknyamanan yang tidak jelas. Sedangkan menurut Akbar kondisi fisik yang buruk merupakan ciri khas dari kecemasan akan kematian pada lansia. Gejala-gejala kecemasan dapat menyulitkan lansia untuk menjalani kehidupan sehari-hari. Kesejahteraan psikologis yang rendah pada lansia dapat diakibatkan oleh masalah kesehatan dan fungsi fisik yang tidak optimal²⁹.

Ketakutan dan kekhawatiran yang ekstrem, kecemasan yang berlebihan, dan berbagai jenis ketakutan akan kematian adalah istilah yang hampir sama untuk kecemasan akan kematian dan ketakutan akan kematian. Oleh karena itu, kecemasan akan kematian adalah perasaan beragam yang berkaitan dengan kematian yang mencakup

²⁷ M. Nurdin, 'The Role of Spiritual Guidance in Reducing Anxiety Among Muslim Youth', *Journal of Islamic Psychology*, 10(2) (2018), pp. 99–110, hlm. 107.

²⁸ Afina Zahirah, Herlina Herlina, dan Anastasia Wulandari, 'Kecemasan Terhadap Kematian: Peran Perilaku Prosocial Dan Kebersyukuran Pada Lanjut Usia', *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7.2 (2021), hlm. 238.

²⁹ Sukma Noor Akbar, 'Hubungan Psychological Well-Being Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Kematian Pada Lansia Di Panti Werdha Relations Psychological Well-Being With Death Anxiety The Elderly In Panti Sukma Noor Akbar', *Jurnal Ecopsy*, 1.4 (2016), hlm. 2.

ketakutan akan pikiran akan kekosongan dan kesepian, kehilangan barang berharga, keadaan fisik dan psikologis yang memburuk, dan proses kematian itu sendiri³⁰.

Berdasarkan hasil analisis Zariayufa, dkk, menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara kekhawatiran akan kematian dan keyakinan yang baik tentang akhirat. Dengan hal ini bahwa kekhawatiran individu akan kematian berkurang seiring dengan tingkat keyakinan mereka akan hal-hal positif yang akan terjadi dalam kehidupan setelah kematian. Dari penelitian terdahulu menurut flannelly dalam penelitian Zariayufa, dkk, menggambarkan bagaimana orang yang meragukan diri sendiri dan tidak percaya pada keselamatannya sendiri akan terus mengalami ketakutan akan kematian. Orang tersebut tidak akan khawatir tentang apa yang akan terjadi padanya setelah kematian, takut akan penderitaan setelah kematian, atau takut terbakar di neraka jika individu memiliki keyakinan tersebut³¹.

Hidayat dalam penelitian Akbar³², berikut ini adalah beberapa kemungkinan penyebab kecemasan akan kematian: (a) kematian dan apa yang terjadi sesudahnya merupakan suatu misteri (b) adanya

³⁰ Widia Sri Ardias, Putri Intan Purwari Ardias, "Kecemasan pada dewasa tua (lansia) dalam menghadapi kematian". *Majalah Ilmu Pengetahuan dan Pemikiran Keagamaan Tajdid*, 22(1), (2019), hlm. 61.

³¹ Kayisa Zariayufa, Hanggarani Ninin, dan Tiara Ratih Widiastuti, 'Hubungan Belief in Afterlife Dengan Kecemasan Terhadap Kematian (Studi Pada Individu Muslim Usia 18-21 Tahun)', *PsikoIslamedia Jurnal Psikologi*, 4.1 (2019), hlm. 89.

³² Sukma Noor Akbar, 'Hubungan Psychological Well-Being Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Kematian Pada Lansia Di Panti Werdha Relations Psychological Well-Being With Death Anxiety The Elderly In Panti Sukma Noor Akbar', *Jurnal Ecopsy*, 1.4 (2016), hlm. 3.

pemikiran tentang sanak keluarga yang ditinggal (c) boleh jadi juga kecemasan akan kematian muncul karena merasa bahwa tempat yang akan dikunjungi sangat buruk.

Menurut Rattan dalam penelitian Avita³³, kecemasan lansia dalam menghadapi kematian di antaranya adalah terjadinya perubahan yang drastis dari dua kondisi, yaitu:

1) Kondisi fisik

Perubahannya seperti gangguan pencernaan, detak jantung bertambah cepat, berdebar-debar, sering merasa pusing, tidur tidak nyenyak dan nafsu makan berkurang.

2) Kondisi psikologis

Kondisi psikologis lansia ketika mengalami kecemasan dalam menghadapi kematian adalah seperti adanya perasaan khawatir, bingung atau takut terhadap kematian itu sendiri, tidak berdaya, lemas, tidak percaya diri, ingin bunuh diri, tidak tentram dan gelisah.

Menurut Friedman dalam penelitian Ketut Wahyudi, bachrudin dan pierre, Lansia merupakan fase terakhir dari kehidupan, di mana kemampuan tubuh untuk menyesuaikan diri dengan perubahan di sekelilingnya semakin berkurang. Kondisi ini dicirikan oleh ketidakmampuan individu untuk mempertahankan

³³ Avita, D. N. "Pengaruh Kecerdasan Spiritual terhadap Kecemasan Menghadapi Kematian pada Lansia di UPT. Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2010), hlm. 29.

keseimbangan fisiologisnya saat menghadapi stres³⁴. Lansia mengalami banyak penurunan, termasuk perubahan dalam situasi sosial, kondisi psikologis, dan kondisi biologis dan fisik. Mereka tidak dapat menyembuhkan diri sendiri dan mempertahankan struktur dan fungsi normal tubuh, sehingga sulit bagi mereka untuk bertahan hidup dari luka atau *lesion* (infeksi) dan memperbaiki kerusakan yang mereka alami. Penurunan fungsi organ yang disebabkan oleh penuaan dapat dicegah atau diperlambat oleh kondisi fisik lansia³⁵.

2. Penelitian yang Relevan

Dalam melakukan penelitian ini, peneliti mencoba untuk menganalisis temuan-temuan dari penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan topik yang sedang diteliti, yaitu “Bimbingan Rohani Islam melalui Pembacaan Dzikir *Ratib Al-Attas* untuk Mengatasi Kecemasan Menghadapi Kematian pada Lansia di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan”, sebagai berikut:

Tabel 1. 2 Penelitian Terdahulu

No	Judul	Identitas Peneliti	Kesamaan	Perbedaan	Hasil Penelitian
1.	Hubungan antara	Putri Kurniasari	Subjek yang diteliti	Penelitian yang	Terdapat hubungan

³⁴ Ketut Wahyudi, Bachrudin Rohrohmana, dan Pierre S. Kwando, *Monograf Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Lansia Dalam Pengendalian Hipertensi* (PT. Nasya Expanding Managemen, 2023), hlm. 30.

³⁵ Irza Nanda, Yessy Dessy, dan Jonathan, *Bunga Rampai Lansia Dan Permasalahannya* (Media Pustaka Indo, 2024), hlm. 2.

	Pemberian Bimbingan Rohani Islam Melalui Dzikir dengan Peningkatan Kesiapan Lansia dalam Menghadapi Kematian di Panti Sasana Tresna Werdha Yayasan Dharma Bhakti Wonogiri	, tahun 2021 ³⁶ .	adalah sama-sama lansia, model yang diterapkan sama-sama memberikan kegiatan keagamaan dalam program bimbingan rohani Islam salah satunya dengan dzikir.	dilakukan sebelumnya menggunakan metode kuantitatif sedangkan penelitian ini menggunakan metode kualitatif.	yang signifikan antara dzikir dengan kesiapan lansia dalam menghadapi kematian.
2.	Fenomenologi Kecemasan Lansia Menghadapi Kematian dalam Perspektif Kebutuhan Spiritual di Desa Podoroto Kecamatan Kesamben Kabupaten Jombang	Ikhwan Hamid, Devin Priharninuk, Ahmad Zakaria ³⁷ .	Penelitian sebelumnya dan penelitian ini sama-sama menggunakan pendekatan kualitatif dan membahas kecemasan lansia menghadapi kematian.	Penelitian sebelumnya dilakukan di Desa Podoroto, Kecamatan Kesamben, Kabupaten Jombang, dengan fokus pada pemenuhan kebutuhan spiritual umum lansia untuk mengurangi kecemasan. Penelitian ini dilakukan di Majelis Taklim Nurul	Mengidentifikasi empat tema: menyiapkan kematian, merasa dekat dengan Allah SWT, membutuhkan Allah SWT, dan memberikan manfaat, dan Kebutuhan spiritual dianggap sebagai bekal utama dalam menghadapi kematian, memberikan makna hidup,

³⁶ Putri Kurniasari, "Hubungan Antara Pemberian Bimbingan Rohani Islam Melalui Dzikir Dengan Peningkatan Kesiapan Lansia Dalam Menghadapi Kematian Di Panti Sasana Tresna Werdha Yayasan Dharma Bhakti Wonogiri", *Skripsi Ushuluddin Dan Dakwah*, (Surakarta: IAIN Surakarta, 2021).

³⁷ Ikhwan Hamid, Devia Priharninuk, dan Achmad Zakaria, 'Fenomenologi Kecemasan Lansia Menghadapi Kematian Dalam Perspektif Kebutuhan Spiritual Di Desa Podoroto Kecamatan Kesamben Kabupaten Jombang', *EDUNursing*, 3.2 (2019), pp. 101–8.



				Islam Surobayan, dengan fokus spesifik pada pembacaan dzikir <i>Ratib Al-Attas</i> . Penelitian sebelumnya mengidentifikasi empat tema: menyiapkan kematian, merasa dekat dengan Allah SWT, membutuhkan Allah SWT, dan memberikan manfaat. Penelitian ini menekankan pada pelaksanaan dzikir <i>Ratib Al-Attas</i> untuk mengatasi kecemasan lansia.	dan membantu lansia merasa lebih damai dalam menjalani sisa hidupnya.
3.	Murottal Al-Qur'an dan Dzikir sebagai Metode Bimbingan Rohani dalam Mengatasi Kecemasan pada Lansia di Panti Wredha Pacitan	Vika Nur Meilina, tahun 2023 ³⁸ .	Penelitian ini dengan sebelumnya sama-sama menggunakan pendekatan kualitatif-deskriptif, subjeknya sama-sama	Penelitian sebelumnya bimbingan rohani dengan metode Murottal Al-qur'an dan Dzikir sedangkan penelitian ini fokus pada	Pelaksanaan murottal al-qur'an dan dzikir sebagai metode bimbingan rohani dalam mengatasi kecemasan pada lansia. Adapun

³⁸ Vika Nur Meilina, "Murottal Al-Qur'an Dan Dzikir Sebagai Metode Bimbingan Rohani Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Lansia Di Panti Wredha Pacitan", *Skripsi Dakwah Dan Komunikasi*, (Semarang: UIN Walisongo Semarang, 2023).

			lansia.	Dzikir <i>Ratib Al-Attas</i> untuk mengatasi kecemasan	kondisi kecemasan lansia setelah mengikuti bimbingan murotaal al-qur'an dan dzikir perlahan menurun.
4.	Bimbingan Agama dalam Mengatasi Kecemasan Pada Lansia Melalui Dzikir di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung Jakarta Timur	Adelia Pratiwi Dewini, tahun 2020 ³⁹ .	Penelitian terdahulu dengan penelitian ini adalah terletak pada proses pelaksanaan bimbingan agama dalam mengatasi kecemasan pada melalui dzikir dan subjeknya sama-sama lansia. Metode penelitian sama-sama menggunakan metode kualitatif.	Penelitian sebelumnya melalui kegiatan dzikir <i>Ratib Al-Hadad</i> sedangkan pada penelitian ini melalui kegiatan dzikir <i>Ratib Al-Attas</i> , lokasi penelitian sebelumnya di panti sosial.	Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa proses pelaksanaan bimbingan agama memiliki berpengaruh terutama dalam kegiatan dzikir dalam mengatasi kecemasan pada lansia. Adanya ketenangan dan ketentraman jiwa.
5.	Bimbingan Agama Islam untuk Mengurangi	Muhamma d Ridwan, tahun 2023 ⁴⁰ .	Persamaan dengan penelitian ini dalam	Penelitian sebelumnya Implementasi bimbingan	Hasil penelitian menunjukan bahwa

³⁹ Adelia Pratiwi Dewini, "Bimbingan Agama Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Lansia Melalui Dzikir Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung Jakarta Timur", *Skripsi Ilmu Dakwah Dan Ilmu Komunikasi*, (Jakarta: Perpustakaan UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2020).

⁴⁰ Muhammad Ridwan, "Bimbingan Agama Islam Untuk Mengurangi Kecemasan Menghadapi Kematian Pada Lansia Di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bojongbata Pemalang",

Kecemasan Menghadapi Kematian pada Lansia di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bojongbata Pemalang		penggunaan metode deskriptif kualitatif. Subjeknya sama-sama lansia.	agama Islam menggunakan metode bimbingan klasikal lalu disempurnakan lagi dengan menggunakan bimbingan individu. Sedangkan penelitian ini menggunakan dzikir <i>Ratib Al-Attas</i> untuk mengatasi kecemasan pada lansia.	kondisi awal lansia mengalami kecemasan dalam menghadapi kematian, namun setelah di berikan layanan bimbingan agama Islam lansia ini mengalami perubahan yang positif.
---	--	--	---	--

3. Kerangka Berfikir

Lansia yang memandang kematian secara negatif akan merasa takut dan tidak bahagia, yang membuat mereka lebih mudah mengalami gejala kecemasan, termasuk kegelisahan dan kekhawatiran yang terus menerus, kesehatan yang memburuk, dan kehilangan semangat hidup⁴¹.

Menurut Maryam, dkk, perubahan-perubahan baik fisik, sosial, maupun psikologis yang terjadi pada lansia menimbulkan berbagai masalah kesehatan diantaranya adalah kecemasan terhadap kematian⁴². Kecemasan menghadapi kematian pada lansia dapat muncul karena berbagai faktor, seperti penurunan kondisi fisik yang berujung pada rasa

Skripsi Ushuluddin Adab Dan Dakwah, (Pekalongan: Perpustakaan UIN K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan, 2023).

⁴¹ Nazira, dkk, "Correlation between Mindfulness and Death Anxiety among the Elderly", (*Psikologia: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*), 15.2 (2021), hlm. 55-56.

⁴² Maryam, R.S., Ekasari, M.F., Rosidawati., Jubaedi., A., & Batubara, I, "*Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*". (Jakarta: Salemba Medika, 2012), hlm. 44-46.

tidak berdaya, kehilangan pasangan hidup, hilangnya peran sosial, penyakit kronis, serta ketidaksiapan spiritual dalam menyambut kematian. Ketakutan akan proses sekarat, rasa bersalah terhadap dosa-dosa masa lalu, ketidakpastian tentang kehidupan setelah mati, dan rasa belum siap meninggalkan keluarga. Keadaan seperti gangguan tidur (insomnia), bahkan munculnya pemikiran negatif terhadap kematian itu sendiri⁴³.

Dengan itu, pendekatan yang dapat digunakan untuk membantu lansia mengatasi kecemasan adalah bimbingan rohani Islam. Bimbingan rohani Islam menunjukkan bahwa praktik spiritual seperti dzikir dapat memberikan efek menenangkan dan mengurangi tingkat kecemasan. Bimbingan rohani yang dilaksanakan di Majelis Taklim Nurul Islam ini melalui pembacaan dzikir agar para lansia menjadi lebih dekat dengan sang pencipta. Tahapan pada bimbingan rohani Islam menurut Zakiyah Daradjat dalam pelaksanaan bimbingan rohani Islam, terdapat beberapa tahapan diantaranya tahap awal yaitu pembukaan dengan membaca tawassul dan al-Fatihah, tahap Inti yaitu pembacaan dzikir *Ratib Al-Attas* dan Asmaul Husna, dan tahap akhir yaitu tausiah singkat dan ditutup dengan doa, yang dipandu oleh pembimbing agama untuk dapat membantu lansia mengatasi kecemasan mereka melalui dzikir *Ratib Al-Attas* di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan dilaksanakan rutin setiap

⁴³ Maryam, R.S., Ekasari, M.F., Rosidawati.,Jubaedi., A., & Batubara, I, “*Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*”. (Jakarta: Salemba Medika, 2012), hlm. 67-68.

Ahad Pahing yang bertepatan dengan atelah mlam Jumat Kliwon yang dilaksanakan setelah selesai sholat isya' berjamaah.

Menurut Ma'muroh, dkk, menjelang ajal bukan hanya tentang apa yang dilakukan, tetapi juga bagaimana melakukannya. Dengan pendekatan yang lembut, penuh kasih sayang, dan berlandaskan ajaran Islam, proses ini menjadi kesempatan untuk mendekatkan diri kepada Allah Swt, membantu individu menghadapi akhir hayat dengan damai, saat berada di ambang kematian, sering kali mengalami perasaan takut, gelisah, atau sedih. Dengan cara memberikan dukungan spiritual dan emosional dapat membantu merasa lebih tenang dan damai, serta proses ini mengingatkan bahwa kematian adalah bagian dari kehidupan yang harus dihadapi dengan ketakwaan dan keikhlasan⁴⁴. Dengan memahami nilai-nilai spiritual yang terkandung dalam proses ini, diharapkan dapat mendekati kematian dengan sikap tawakal dan ketenangan, sekaligus menjadi sarana untuk memperkuat keimanan dan meningkatkan kualitas hubungan dengan Allah Swt dan meninggal dengan keadaan husnul khotimah⁴⁵.

Dalam penelitian Aisyah dan Ridho, kegiatan rohani Islam digunakan untuk lansia karena dapat memenuhi kebutuhan psikologis dan memberikan ketenangan hati ketika mereka menghadapi rasa takut

⁴⁴ Ma'muroh, dkk. *Akhir yang Indah: Pendampingan Pasien Menjelang Ajal dalam Perspektif Islam*. (Jakarta: Publica Indonesia Utama), hlm. 4-6.

⁴⁵ Ma'muroh, dkk. *Akhir yang Indah: Pendampingan Pasien Menjelang Ajal dalam Perspektif Islam*. (Jakarta: Publica Indonesia Utama), hlm. 9.

akan kematian⁴⁶. Dalam temuan penelitian Asni, dkk, beberapa lansia yang sudah memahami agama tidak menganggap kematian sebagai masalah, terutama karena semua makhluk hidup pada akhirnya akan mati. Para lansia yang rutin mengikuti dzikir mengalami ketenangan dan ketentraman jiwa, serta meningkatnya kesadaran spiritual. Mereka mulai menanamkan keyakinan bahwa kematian adalah bagian dari takdir Allah dan berharap dapat menghadapinya dengan husnul khotimah⁴⁷.

Demikian itu, hasil yang diharapkan memberikan lansia ketenangan, tawakal, merasa dekat dengan Allah SWT dan yakin bahwa kematian adalah takdir Allah dan nantinya meninggal dengan keadaan husnul khotimah. Bagan berikut ini memberikan gambaran singkat dari kerangka berfikir tersebut.



⁴⁶ Lani Nur Aisyah dan Miftahur Ridho, 'Pengaruh Frekuensi Mengikuti Bimbingan Mental Dan Keagamaan Terhadap Kecemasan Menghadapi Kematian Bagi Lansia', *TAUJIHAT: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 1.2 (2020), hlm. 72.

⁴⁷ Adelia Pratiwi Dewini dan M Jufri Halim, 'Bimbingan Agama Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Lansia Melalui Dzikir Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung – Jakarta Timur', *Jurnal Penyuluhan Agama (JPA)*, 8.1 (2022), hlm. 26.

Bagan 1.1 Kerangka Berfikir

F. Metode Penelitian

1. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian dalam skripsi ini akan menggunakan jenis penelitian lapangan *field research* dengan pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif dapat digunakan untuk menganalisis dan mengungkapkan suatu fenomena atau objek dalam konteks aslinya, serta untuk menggali makna atau pemahaman yang mendalam terkait dengan masalah yang dihadapi. Data yang diperoleh dalam penelitian ini umumnya berupa informasi kualitatif, yang bisa berupa gambar, kata-kata, atau peristiwa serta dalam "natural setting"⁴⁸.

Menurut Denzin dan Lincoln dalam Mamik, penelitian kualitatif merupakan jenis penelitian yang dilakukan dalam lingkungan alamiah dengan tujuan untuk menafsirkan kejadian yang terjadi. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan berbagai teknik yang relevan untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam⁴⁹.

Memperoleh pemahaman yang luas tentang realitas sosial dari sudut pandang partisipan adalah tujuan penelitian kualitatif. Pengetahuan ini tidak langsung diperoleh begitu saja, melainkan melalui studi realitas tentang realitas sosial yang diteliti terlebih dahulu. Pemahaman umum

⁴⁸ Muri Yusuf, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan* - Google Books, *Jurnal Intelegensia*, 2017, IV, hlm. 43.

⁴⁹ Mamik, *Metodologi Kualitatif* - Google Books', Zifatama Publishing, 2019, hlm. 4.

yang abstrak tentang realitas akan menjadi hasil dari temuan yang diperoleh dari analisis ini⁵⁰.

Peneliti langsung menuju ke lapangan untuk memperoleh informasi-informasi dengan menggunakan teknik observasi, wawancara dan dokumentasi. Dalam hal ini tujuannya adalah untuk menghimpun data informasi tentang keadaan dan kondisi kecemasan menghadapi kematian pada lansia, serta pelaksanaan bimbingan rohani Islam untuk mengatasi kecemasan dalam menghadapi kematian pada lansia yang ada di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan.

2. Sumber Data

Sumber data dibagi menjadi dua kategori berdasarkan sumbernya, yaitu:

a. Sumber Data Primer

Sumber data primer adalah data atau keterangan yang diperoleh peneliti secara langsung dari sumber datanya⁵¹. Data ini biasanya berupa informasi verbal, seperti kata-kata yang diucapkan, serta tindakan atau gerak tubuh yang dilakukan oleh partisipan penelitian (informan), yang dapat dipercaya dan relevan dengan variabel yang sedang diteliti⁵². Informasi yang dikumpulkan secara langsung dari interaksi di Majelis Taklim Nurul Islam melalui observasi, wawancara dan dokumentasi yang bertujuan untuk

⁵⁰ Johan Setiawan Albi Anggito, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (CV Jejak Publishe, 2018), hlm. 15-16.

⁵¹ Haidar Salim, *Penelitian Pendidikan: Metode, Pendekatan, Dan Jenis* (Prenada Media, 2019), hlm. 104.

⁵² Sandu Siyoto dan Ali Sodik, *‘Dasar Metodologi Penelitian’*, (Literasi Media Publishing, 2015), hlm. 28.

memperoleh informasi secara detail dengan memahami kejadian atau gejala yang terjadi selama penelitian untuk mendapatkan data mengenai lansia dan pembimbing agama dan tiga sampel lansia di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan, melalui wawancara dengan partisipan penelitian, khususnya lansia dan pembimbing keagamaan di Majelis Taklim Nurul Islam tersebut.

b. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder adalah informasi yang dikumpulkan dari sumber-sumber kedua, termasuk individu dan materi tertulis seperti buku, laporan, buletin, dan majalah dengan fokus dokumenter. Data sekunder ini dapat diperoleh dari berbagai jenis dokumen grafis (misalnya tabel, catatan, atau notulen rapat), serta dari foto, film, rekaman, video, atau objek lainnya yang relevan⁵³.

Dalam penelitian ini, peneliti mengumpulkan data secara tidak langsung, biasanya bersumber dari foto, buku dzikir *Ratib Al-Attas* serta dokumen yang diambil dari arsip-arsip maupun informasi yang diambil dari pihak panitia penyelenggara dari responden yang ada di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan.

3. Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik pengumpulan data yang dipakai dalam penelitian ini adalah:

a. Observasi

⁵³ Sandu Siyoto dan Ali Sodik, 'Dasar Metodologi Penelitian', (Literasi Media Publishing, 2015), hlm. 29.

Teknik pengumpulan data melalui pengamatan disebut observasi, dengan melalui observasi langsung, peneliti dapat melihat lebih dekat dan lebih detail pada subjek penelitian mereka, pengamatan dengan cara langsung ataupun tidak langsung⁵⁴. Observasi ini dilakukan oleh penulis untuk menambah dan melengkapi data yang dibutuhkan. Penelitian ini menggunakan observasi partisipan karena dilakukan dengan adanya pengamat yang terlibat secara langsung dan aktif dalam objek yang diteliti⁵⁵. Peneliti melakukan observasi untuk mendapatkan data mengenai pelaksanaan bimbingan rohani Islam melalui pembacaan dzikir *Ratib Al-Attas* untuk mengatasi kecemasan menghadapi kematian pada lansia di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan dan kondisi psikologis dan fisik pada lansia di Majelis Taklim Nurul Islam tersebut, kemudian mencatat hal-hal yang berhubungan dengan rumusan masalah yang diteliti.

b. Wawancara

Wawancara adalah proses pengumpulan data penelitian melalui sesi tanya-jawab di mana pewawancara atau penanya bertemu langsung dengan responden atau penjawab, wawancara dapat dilakukan secara langsung atau melalui telepon⁵⁶. Dengan

⁵⁴ Hendriyadi Suryani, *Metode Riset Penelitian Kuantitatif Penelitian Di Bidang Manajemen, Teknik, Pendidikan Dan Ekserimen* (CV Budi Utama, 2020), hlm. 96.

⁵⁵ Sujarweni, V. Wiratna. *“Metodologi penelitian”* Yogyakarta: Pustaka Baru Perss (2014), hlm. 34.

⁵⁶ Nurdinah, *Memahami Penelitian Tindakan Kelas: Teori dan Aplikasinya* (Media Nusa Creative (MNC Publishing), 2021), hlm. 143.

tujuan untuk memperoleh informasi yang lebih rinci dan mendalam, serta untuk memperluas pemahaman terkait topik penelitian yang sedang dijalankan. Dalam wawancara ini, peneliti menggunakan wawancara semi-terstruktur adalah metode wawancara di mana pewawancara mengikuti kerangka pertanyaan yang telah ditentukan sebelumnya tetapi fleksibel, yang memungkinkan dialog yang lebih bersifat percakapan dan terbuka⁵⁷. Pihak yang diwawancarai adalah pembimbing agama, serta tiga lansia di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan. Wawancara digunakan untuk menggali informasi dan mengetahui secara mendalam mengenai proses pelaksanaan bimbingan rohani Islam melalui pembacaan dzikir *Ratib Al-Attas* untuk mengatasi kecemasan menghadapi kematian pada lansia dan juga kondisi lansia saat mengikuti dzikir *Ratib Al-Attas* di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan.

c. Dokumentasi

Dokumentasi didefinisikan oleh Satori & Komariah dalam Anggito sebagai catatan dari kejadian sebelumnya yang diekspresikan melalui tulisan, lisan, dan karya bentuk kegiatan. Adanya dokumentasi dalam penelitian ini yaitu untuk memperkuat data dengan adanya dokumentasi bentuk nyata ataupun fisik⁵⁸. Dokumentasi yang digunakan penulis yaitu berupa kitab dzikir *Ratib*

⁵⁷ Sujarweni, V. Wiratna. "Metodologi penelitian" Yogyakarta: Pustaka Baru Perss (2014), hlm.35.

⁵⁸ Johan Setiawan Albi Anggito, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (CV Jejak Publishe, 2018), hlm. 145.

Al-Attas, foto saat proses pelaksanaan bimbingan rohani dan pada saat wawancara berlangsung dokumen yang diambil dari arsip-arsip maupun informasi yang diambil, dari pihak panitia penyelenggara dari responden yang ada di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan. Sehingga penelitian yang didasarkan pada observasi dan wawancara dianggap dapat dipercaya.

4. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah proses pengolahan informasi yang diperoleh melalui wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi, yang disusun secara sistematis. Proses ini melibatkan pengorganisasian data ke dalam kategori-kategori tertentu, menguraikan data ke dalam unit-unit analisis, menyusunnya dalam pola yang relevan, serta memilah informasi yang penting untuk dipelajari. Selanjutnya, analisis ini menghasilkan kesimpulan yang dapat dipahami baik oleh peneliti sendiri maupun oleh orang lain⁵⁹. Teknik analisis yang digunakan dengan model Miles dan Huberman, langkah-langkahnya seperti, *data reduction*, *data display* dan *conclusion verification*. Adapun proses analisis data dalam penelitian ini adalah:

a. Reduksi Data (*Data Reduction*)

Reduksi data berarti merangkum, memilih poin-poin penting, karena ada banyak informasi yang dikumpulkan di lapangan, informasi tersebut harus di dokumentasikan secara cermat dan

⁵⁹ Sugiyono, '*Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D*. Bandung: Alfabeta.', (Bandung: Alfabeta., 2016), hlm. 88.

menyeluruh. Untuk itu, dilakukan analisis data melalui reduksi data. Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, serta dicari tema dan polanya. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencarinya apabila diperlukan⁶⁰. Pada tahap ini, peneliti mengumpulkan data lapangan, kemudian menyaring data yang relevan dengan rumusan masalah. Tujuannya yaitu untuk mengetahui kondisi lansia yang mengalami kecemasan menghadapi kematian di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan dan pelaksanaan bimbingan rohani Islam melalui dzikir *Ratib Al-Attas* untuk mengatasi kecemasan menghadapi kematian pada lansia di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan.

b. Penyajian Data (*Data Display*)

Penyajian data berupa kumpulan fakta yang disusun sedemikian rupa sehingga dapat dibentuk suatu kesimpulan, dan tidak mengalihkan perhatian dari inti permasalahan. Dengan adanya penyajian data, lebih mudah untuk memahami apa yang terjadi dan merencanakan kegiatan berikutnya berdasarkan apa yang telah dipahami tersebut⁶¹. Pada tahap ini peneliti diharapkan mampu

⁶⁰ Hengki Wijaya Umrati, *Analisis Data Kualitatif Teori Konsep Dalam Penelitian Pendidikan* (Sekolah Tinggi Theologia Jaffray, 2017), hlm. 88.

⁶¹ Hengki Wijaya Umrati, *Analisis Data Kualitatif Teori Konsep Dalam Penelitian Pendidikan* (Sekolah Tinggi Theologia Jaffray, 2017), hlm. 89.

menyajikan data yang berkaitan dengan kondisi lansia yang mengalami kecemasan menghadapi kematian di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan dan pelaksanaan bimbingan rohani Islam melalui dzikir *Ratib Al-Attas* untuk mengatasi kecemasan menghadapi kematian pada lansia di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan. Pemaparan data penelitian ditampilkan dengan uraian yang berbentuk teks narasi yang menjelaskan berbagai teori terkait judul yang disajikan tidak lepas dari rumusan masalah penelitian yang telah ditentukan dan dijelaskan di awal.

c. Penarikan Kesimpulan (*Conclusion Verification*)

Penarikan kesimpulan atau *conclusion verification* adalah Proses mencari atau memahami arti penting, keteraturan, pola, penjelasan, dan alur sebab-akibat atau pernyataan-pernyataan. Setelah selesai penyajian, penulis melakukan konfirmasi dan penarikan kesimpulan dari temuan-temuan penulisan lapangan yang telah dievaluasi secara teoritis. Dengan demikian, rumusan masalah yang dirumuskan dari awal dapat dijawab di kesimpulan penelitian kualitatif⁶². Pada tahap ini peneliti diharapkan dapat menjawab rumusan masalah dengan jelas berkaitan dengan kondisi lansia yang mengalami kecemasan menghadapi kematian di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan dan pelaksanaan bimbingan rohani Islam melalui dzikir *Ratib Al-Attas* untuk mengatasi kecemasan

⁶² Hengki Wijaya Umrati, *Analisis Data Kualitatif Teori Konsep Dalam Penelitian Pendidikan* (Sekolah Tinggi Theologia Jaffray, 2017), hlm. 90.

menghadapi kematian pada lansia di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan.

G. Sistematika Penulisan

Dalam sebuah penelitian untuk mendapatkan temuan diskusi yang sistematis dan konsisten. Untuk mendapatkan hasil pembahasan yang sistematis dan konsisten, yaitu dengan menyusun penulisan sedemikian rupa. Agar dapat dipahami oleh pembaca, penelitian harus menyajikan keseluruhan yang jelas dan komprehensif. Terdiri dari lima bab untuk sistematika penulisan dalam skripsi ini. Rinciannya adalah sebagai berikut:

Bab I adalah pendahuluan. Bab ini mencakup latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan, manfaat, tinjauan pustaka, metode penelitian dan sistematika penulisan skripsi.

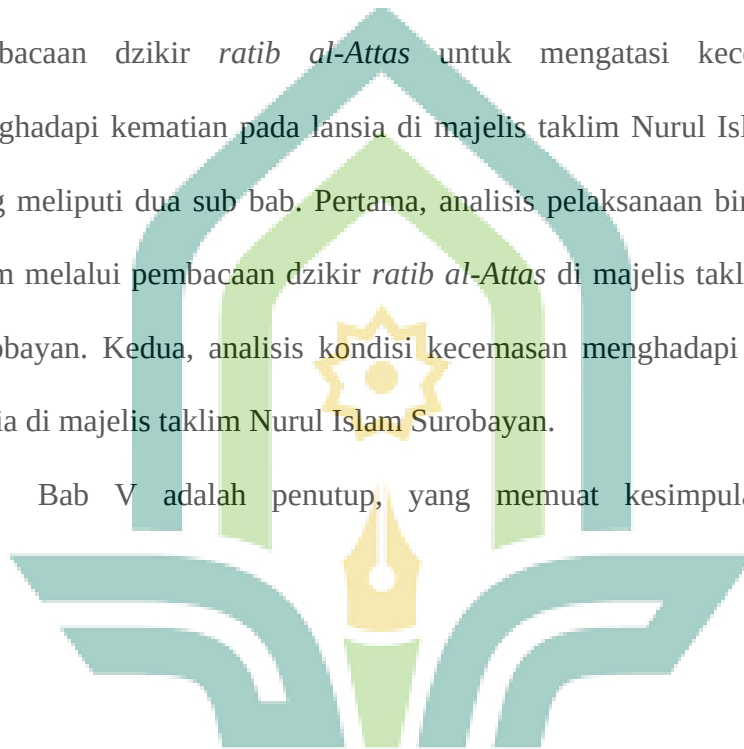
Bab II adalah landasan teori bimbingan rohani Islam, dzikir *ratib al-attas*, dan kecemasan menghadapi kematian pada lansia, yang terdiri dari 3 sub bab. Pertama pengertian bimbingan rohani Islam, tujuan bimbingan rohani Islam, fungsi bimbingan rohani Islam, metode bimbingan rohani Islam, dan tahapan bimbingan rohani Islam. Kedua pengertian dzikir *ratib al-attas*, keutamaan *ratib al-attas*. Ketiga pengertian kecemasan menghadapi kematian, tanda-tanda kecemasan, bentuk kecemasan, pengertian lansia, perubahan yang terjadi pada lansia.

Bab III adalah pelaksanaan bimbingan rohani Islam melalui pembacaan dzikir *ratib al-attas* untuk mengatasi kecemasan pada lansia di majelis taklim Nurul Islam Surobayan, yang memiliki tiga sub bab. Pertama

adalah gambaran umum tentang deskripsi singkat Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan. Kedua pelaksanaan bimbingan rohani Islam melalui dzikir *ratib al-attas* untuk mengatasi kecemasan menghadapi kematian pada lansia. Ketiga kondisi kecemasan menghadapi kematian pada lansia di majelis taklim Nurul Islam Surobayan.

Bab IV adalah analisis pelaksanaan bimbingan rohani Islam melalui pembacaan dzikir *ratib al-Attas* untuk mengatasi kecemasan dalam menghadapi kematian pada lansia di majelis taklim Nurul Islam Surobayan, yang meliputi dua sub bab. Pertama, analisis pelaksanaan bimbingan rohani Islam melalui pembacaan dzikir *ratib al-Attas* di majelis taklim Nurul Islam Surobayan. Kedua, analisis kondisi kecemasan menghadapi kematian pada lansia di majelis taklim Nurul Islam Surobayan.

Bab V adalah penutup, yang memuat kesimpulan dan saran.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, analisis data, serta pembahasan yang telah dikemukakan dalam bab sebelumnya mengenai “Bimbingan Rohani Islam Melalui Pembacaan Dzikir *Ratib Al-Attas* untuk Mengatasi Kecemasan Menghadapi Kematian pada Lansia di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan”, maka peneliti menyimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Pelaksanaan Bimbingan Rohani Islam melalui Pembacaan Dzikir *Ratib Al-Attas*. Pelaksanaan bimbingan rohani Islam melalui dzikir *Ratib Al-Attas* di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan dilaksanakan secara rutin setiap malam Ahad Pahing yang bertepatan dengan setelah Jumat Kliwon, selesai shalat Isya berjamaah. Kegiatan ini dipimpin langsung oleh pembimbing agama dan diikuti oleh berbagai kalangan, terutama lansia. Proses bimbingan dilaksanakan dalam bentuk dzikir bersama, yang merupakan bagian dari pengamalan ajaran Islam untuk meningkatkan spiritualitas dan mendekatkan diri kepada Allah SWT. Dzikir *Ratib Al-Attas* dipilih karena memuat doa-doa yang bersumber dari Al-Qur'an dan Hadis Nabi Muhammad SAW. Kegiatan bimbingan ini tidak hanya bersifat ibadah ritual, tetapi juga merupakan bentuk pendekatan psikospiritual yang memberikan dukungan emosional dan mental bagi para lansia dalam menghadapi kecemasan akan kematian. Dengan demikian, pelaksanaan bimbingan

rohani ini menjadi sarana yang efektif dalam membina kesiapan fisik, psikologis, emosional, social, dan spiritual lansia dalam menghadapi kematian.

2. Kondisi Kecemasan Menghadapi Kematian pada Lansia

Kondisi kecemasan menghadapi kematian yang dialami oleh lansia di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan, beberapa lansia mengalami kecemasan menghadapi kematian pada lansia dapat muncul karena berbagai faktor, seperti penurunan kondisi fisik yang berujung pada rasa tidak berdaya, kehilangan pasangan hidup, hilangnya peran sosial, penyakit kronis, serta ketidaksiapan spiritual dalam menyambut kematian. Ketakutan akan proses sekarat, rasa bersalah terhadap dosa-dosa masa lalu, ketidakpastian tentang kehidupan setelah mati, dan rasa belum siap meninggalkan keluarga, keadaan seperti gangguan tidur (insomnia), merasa tidak siap akan kematian, dan memiliki ketidakpastian terkait apa yang akan terjadi setelah kematian. Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan menghadapi kematian merupakan permasalahan serius yang mempengaruhi kualitas hidup lansia, baik dari sisi mental, emosional, maupun spiritual. Maka, setelah mengikuti kegiatan bimbingan rohani Islam melalui dzikir *Ratib Al-Attas* secara rutin, para lansia mengalami perubahan positif dalam diri mereka. Rasa cemas yang sebelumnya dirasakan sedikit demi sedikit dapat teratasi, digantikan oleh perasaan tenang, damai, dan lebih ikhlas dalam menerima kenyataan akan kematian. Lansia yang semula

takut menghadapi kematian menjadi lebih siap dan memandang kematian sebagai kepastian yang harus diterima dengan tawakal kepada Allah. Mereka juga menunjukkan peningkatan kesadaran spiritual, lebih mendekatkan diri kepada Allah, serta memiliki harapan besar untuk memperoleh akhir kehidupan yang baik (husnul khotimah).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah diuraikan, penulis memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Lansia di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan

Diharapkan para lansia dapat terus mengikuti kegiatan bimbingan rohani, khususnya dzikir *Ratib Al-Attas*, secara konsisten. Kegiatan ini dapat menjadi sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT, sekaligus memperkuat mental dan spiritual dalam menghadapi realitas kehidupan termasuk kematian. Lansia perlu memperkuat keyakinan bahwa kematian adalah bagian dari ketentuan Allah dan dengan persiapan spiritual yang baik, kematian dapat dihadapi dengan penuh keikhlasan dan harapan husnul khotimah.

2. Bagi Pembimbing Agama

Diharapkan para pembimbing agama dan pengelola Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan dapat lebih mengintensifkan kegiatan bimbingan rohani Islam yang bersifat berkelanjutan dan terstruktur. Tidak hanya berhenti pada pelaksanaan dzikir *Ratib Al-Attas* secara

ritual, tetapi juga disertai dengan pembinaan yang mencakup pemahaman mendalam terhadap makna dzikir, makna kematian dalam perspektif Islam, serta pentingnya mempersiapkan diri secara spiritual. Pembimbing agama juga perlu lebih responsif terhadap kondisi psikologis dan emosional para lansia, agar kegiatan ini tidak hanya bersifat formalitas, tetapi benar-benar menjadi proses penyembuhan spiritual dan pendampingan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi awal bagi penelitian lanjutan yang mengkaji peran metode bimbingan rohani Islam lainnya, seperti pembacaan Al-Qur'an, shalat tahajud, atau konseling spiritual dalam mengatasi gangguan psikologis pada lansia. Disarankan untuk menambah jumlah partisipan dan menggunakan metode triangulasi yang lebih luas untuk memperkuat validitas data.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, Vera, (2022). *"Pengaruh Dzikir Ratib Al-Attas Terhadap Penurunan Kecemasan Menghadapi Ujian Di Pondok Pesantren"*. (Semarang: UIN Walisongo Semarang.
- Ahadiyanto, N. (2021). *Psikologi perkembangan dewasa dan lanjut usia*. Sumanto Al Qurtuby.
- Ahmad Saifuddin. (2022). *Psikologi Umum Dasar* Prenada Media. Prenada Media.
- Ainur Rahim Faqih. (2011). *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*. UII Press.
- Aisyah, L. N., & Ridho, M. (2020). Pengaruh Frekuensi Mengikuti Bimbingan Mental dan Keagamaan terhadap Kecemasan Menghadapi Kematian bagi Lansia. *TAUJIHAT: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 1(2), 70–81. <https://doi.org/10.21093/tj.v0i0.4202>
- Aisyatin Kamila. (2022). PSIKOTERAPI DZIKIR DALAM MENANGANI KECEMASAN. *Happiness, Journal of Psychology and Islamic Science*, 4(1). <https://doi.org/10.30762/happiness.v4i1.363>
- Akbar, S. N. (2016). Hubungan Psychological Well-Being Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Kematian Pada Lansia Di Panti Werdha Relations Psychological Well-Being With Death Anxiety The Elderly In Panti Sukma Noor Akbar. *Jurnal Ecopsy*, 1(4).
- Al-Jufri, M. (2021). *Kupas Tuntas Ratib Al-Haddad*. Penerbit Telaga Cinta.
- Al-Khathib, M. (2019). Pengaruh Dzikir terhadap Kesehatan Mental dan Ketenangan Jiwa Lansia. *Jurnal Psikologi Islam. Jurnal Psikologi Islam*, 7(3).
- Albi Anggito, J. S. (2018). *Metodologi penelitian kualitatif*. CV Jejak Publishe.
- Aliah, B., dan P. H. (2006). *"Psikologi Perkembangan Islam."* *Menyingkap Rentang Kehidupan Manusia Dari Prakelahiran Hingga Prakematian*. Raja Grafindo Pers.
- Anitasari, B., & Fitriani. (2021). Hubungan Pemenuhan Kebutuhan Spiritualitas Dengan Kualitas Hidup Lansia: Literature Review. *Jurnal Fenomena Kesehatan*, 4(1).

- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2). <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Avita, D. N. (2010). *Pengaruh Kecerdasan Spiritual terhadap Kecemasan Menghadapi Kematian pada Lansia di UPT. Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Cholil. (2024). *Bimbingan Konseling Islam*. Karya Bakti Makmur (KBM) Indonesia.
- Deni Febriani. (2011). *Bimbingan Konseling*. Teras.
- Dewa Ketut Sukardi. (1982). *Bimbingan dan Penyuluhan Belajar di Sekolah*. Usaha Nasional.
- Dewini, A. P., & Halim, M. J. (2022). Bimbingan Agama Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Lansia Melalui Dzikir di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung – Jakarta Timur. *Jurnal Penyuluhan Agama (JPA)*, 8(1), 19–28. <https://doi.org/10.15408/jpa.v8i1.24369>
- Emmelia Ratnawati. (2017). *Asuhan keperawatan gerontik*. Pustaka Baru.
- Fadli, D. A. P. (2024). *Komunikasi dengan Lansia*. PT Nasya Expanding Management.
- Faradhea, Avindhy Novianti, (2022). *Peran Zikir Ratibul Attas Terhadap Religiositas, and Jam'iyah Nurusa'adah Putri Desa. "Kalisapu" Kecamatan Slawi, Kabupaten Tegal*, (Disertasi UIN Raden Mas Said Surakarta).
- Hadiarni, Rafsel Tas'adi, M. R. A., & Tegurahmat, W. R. P. (2024). *Bimbingan Klasikal Berbasis Moderasi Beragama Untuk Meredukasi Perilaku Toxic Siswa*. Deepublish.
- Hamdah Bakran Adz-Dzaky. (2019). *Konseling dan Psikoterapi Islam*. Al-Manar.
- Hamid, I., Priharninuk, D., & Zakaria, A. (2019). Fenomenologi Kecemasan Lansia Menghadapi Kematian Dalam Perspektif Kebutuhan Spiritual Di Desa Podoroto Kecamatan Kesamben Kabupaten Jombang. *EDUNursing*, 3(2), 101–108. <https://journal.unipdu.ac.id/index.php/edunursing/article/view/1840>
- Hanifah, N. (2014). *Memahami penelitian tindakan kelas: teori dan aplikasinya*. Upi Press.
- Husniati, M. H. (2025). *KONSELING ISLAM TERHADAP ANXIETY DISORDER*.

4(1), 22–28. <https://doi.org/10.35316/attawazun.v4i1.6557>

Indah Puspitasari, Siti Juwariyah, S. M. (2024). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Sonpedia Publishing.

Irwan, F., Reni Zulfitri, & Jumaini, J. (2022). Hubungan Persepsi Lansia Tentang Kematian Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Kematian. *JUKEJ: Jurnal Kesehatan Jompa*, 1(1), 42–49. <https://doi.org/10.55784/jkj.vol1.iss1.130>

Izzan, Ahmad, dan Naan. (2019). *Bimbingan Rohani Islam: Sentuhan Kedamaian dalam Sakit*. Simbiosis Rekatama Media.

Ketut Swarjana. (2022). *Konsep pengetahuan, sikap, perilaku, persepsi, stres, kecemasan, nyeri, dukungan sosial, kepatuhan, motivasi, kepuasan, pandemi covid-19, akses layanan kesehatan—lengkap dengan konsep teori, cara mengukur variabel, dan contoh kuesioner*. Penerbit Andi.

Ketut Wahyudi, Bachrudin Rohrohmana, dan P. S. K. (2023). *Monograf Hubungan Dukungan Keluarga dengan Perilaku Lansia dalam Pengendalian Hipertensi*. PT. Nasya Expanding Managemen.

Khoerunisa, A., & Maesaroh, M. A. (2024). *Pembentukan Karakter Santri Melalui Kegiatan Mujahadah di Pondok Pesantren An-Nahdlah IAINU Kebumen* (Doctoral dissertation, Institut Agama Islam Nahdlatul Ulama (IAINU Kebumen)).

Kurniasari, P. (2021). *Hubungan Antara Pemberian Bimbingan Rohani Islam Melalui Dzikir Dengan Peningkatan Kesiapan Lansia Dalam Menghadapi Kematian Di Panti Sasana Tresna*.

Lilis Maghfuroh, Afrida Yelni, L. M. R. (2023). *Asuhan Lansia: Makna, Identitas, Transisi, dan Manajemen Kesehatan* (Bandung: Kaizen Media Publishing. Kaizen Media Publishing.

Maesaroh, M. (2019). Intensitas Dzikir Ratib Al-Haddad dan Kecerdasan Spiritual Santri. *Irsyad : Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, Dan Psikoterapi Islam*, 7(1), 61–84. <https://doi.org/10.15575/irsyad.v7i1.885>

Maharani, P. S., Tresya, E., & Safitri, A. (2024). Pengaruh Hipnotis Lima Jari terhadap Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Kematian pada Lansia. *Journal of Nursing Education and Practice*, 3(4), 135–140. <https://doi.org/10.53801/jnep.v3i3.212>

Mamik. (2019). *Metodologi Kualitatif* - Google Books. In *Zifatama Publishing*.

- Ma'muroh, Rohanah, Rafika Dora, & Yulia. (2025). *Akhir yang Indah: Pendampingan Pasien Menjelang Ajal dalam Perspektif Islam*. (Jakarta: Publica Indonesia Utama.
- Meilina, Vika Nur, (2023). "*Murottal Al-Qur'an Dan Dzikir Sebagai Metode Bimbingan Rohani Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Lansia Di Panti Wredha Pacitan*", Skripsi Dakwah Dan Komunikasi
- Merizka, L., & Khairani, M. (2019). Religiusitas Dan Kecemasan Kematian Pada Dewasa Madya. *An – Nafs: Jurnal Fakultas Psikologi* 2019, Vol. 13, No 2, 76-84 *Ii*, 13(2), 76–84.
- Moh Muslih dan Aris Priyatno. (2020). *Pendidikan Menghadapi Kematian*. Penerbit NEM.
- Mohsin, M. A., Md Baharudin, M. H. A., Abdullah, N., Md. Sawari, S. S., Napiah, O., Mohd. Noor, S. S., & Jasmi, K. A. (2016). *Ratib al-Attas Menurut Perspektif al-Quran dan Hadis*. *Sains Humanika*, 8(3–2). <https://doi.org/10.11113/sh.v8n3-2.970>
- Musmiller, E. (2020). Aktivitas Spiritual Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia. *Jik Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(2). <https://doi.org/10.33757/Jik.V4i2.299>
- Muzdalipah, M. (2017). *Persepsi Lanjut Usia Muslim Terhadap Kematian Di Panti Tresna Werdha Teratai Palembang* (Doctoral Dissertation, Uin Raden Fatah Palembang).
- Nasrullah, D. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik Edisi 1 Dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan NANDA 2015 - 2017 NIC dan NOC. Buku Ajar Keperawatan*.
- Nazira, Yurliani, R., Yusuf, E. A., & Nazriani, D. (2021). Correlation between mindfulness and death anxiety among the elderly. *Psikologia: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 15(2), 55–61. <https://doi.org/10.32734/psikologia.v15i2.4705>
- Ningrum, T. P., & Nurhayati, S. (2018). *Gambaran Tingkat Kecemasan Tentang Kematian Pada Lansia Di BPSTW Ciparay Kabupaten Bandung*. VI(2).
- NU Online, <https://quran.nu.or.id/al-ahzab/42>, diakses pada tanggal 9 November 2023
- Nurdin, M. (2018). The Role of Spiritual Guidance in Reducing Anxiety Among Muslim Youth. *Journal of Islamic Psychology*, 10(2), 99–110. <https://doi.org/10.1234/jip.2018.0245>

- Okto, S. P. D., Purnawan, I., & Achiriyati, D. (2016). Pengaruh Terapi Murottal Al Qur'an terhadap Kualitas Tidur Lansia di Unit Rehabilitasi Sosial Dewanata Cilacap. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 11(3), 168–173. <http://jks.fikes.unsoed.ac.id/index.php/jks/article/view/710/397>
- Prawitasari, J. E. (1994). Aspek Sosio-Psikologis Lansia di Indonesia. *Buletin Psikologi*, 2(1).
- Prayitno dan Erman Amti. (2008). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. PT Rineka Cipta.
- Putri, U. N. H., Nur'aini, Sari, A., & Mawaadah, S. (2022). Modul Kesehatan Mental. In *Cv Azka Pustaka*.
- Rahman, A. (2019). Bimbingan Rohani dalam Memperkuat Solidaritas Sosial pada Komunitas Muslim. *Journal of Islamic Social Studies*, 14(1), 42–55. <https://doi.org/https://doi.org/10.2345/ijiss.2019.015>
- Ridwan, M. (2023). *Bimbingan agama islam untuk mengurangi kecemasan menghadapi kematian pada lansia di panti pelayanan sosial lanjut usia Bojongbata Pemalang* (Doctoral dissertation, UIN KH Abdurrahman Wahid Pekalongan).
- Salim, H. (2019). *Penelitian Pendidikan: Metode, Pendekatan, dan Jenis*. Prenada Media.
- Samsul Munir Amin. (2016). *Bimbingan dan Konseling Islam*. AMZAH.
- Samsul Munir Amin, H. A.-F. (2024). *Energi Dzikir: Menenteramkan Jiwa Membangkitkan Optimisme*. Amzah.
- Sandu Siyoto dan Ali Sodik. (2015). Dasar Metodologi Penelitian. *Literasi Media Publishing*.
- Shihab, M. Q. (2018). *Kematian Adalah Nikmat (Edisi Baru): Sekelumit pandangan filosof, agamawan, ilmuwan, dan Al-Qur'an*. Lentera Hati.
- Sibuea, R. V. (2020). Hubungan Kebutuhan Spiritual Terhadap Tingkat Kualitas Hidup Lansia. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 4(288).
- Sinarsi Meliala, Laksana, T., Dwi, N., & Lumbanraja, K. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Pgsd Tingkat Akhir Universitas Sari Mutiara Indonesia. *Jurnal Psychomutiara*, 4(2), 92–114. <https://doi.org/10.51544/psikologi.v4i2.3327>
- Siti Maryam. (2008). *Menengenal usia lanjut dan perawatannya*. Penerbit

Salemba Medika.

- Siti Muthoharoh, F. A. (2014). Hubungan antara Religiuitas dengan Kecemasan Kematian pada Dewasa Tengah. *Jurnal Psikologi Kepribadian Dan Sosial*, Vol. 03 No.
- Sodirin, A. (2018). Praktik Pembacaan Ratib Al-Hadad Di Jam'iyah Eling Nurul Huda Pondok Pesantren Darul Hikam Desa Gandasuli Kec. Brebes (Studi Living Hadis). *Universitas Islam Negeri Walisongo*.
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D. Bandung: Alfabeta. Bandung: Alfabeta.
- Suidah, H., Murtiyani, N., Suwanti, I., & Aprilin, H. (2021). Bimbingan Doa Efektif Terhadap Kecemasan Lansia Dalam Mempersiapkan Kematian. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 9(1).
- Sujarweni, V. W. (2014). Metodologi penelitian. Yogyakarta: Pustaka Baru Perss, 74.
- Sulaiman, A. (2018). Bimbingan Rohani Islam untuk Lansia dalam Menghadapi Kematian. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 12(1).
- Sunarya, U., & Sadiyah, S. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Dalam Menghadapi Kematian Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Situ. *JIKSA - Jurnal Ilmu Keperawatan* Sebelas April, 4(1), 57–63. <https://ejournal.unsap.ac.id/index.php/jiksa>
- Suryani, H. (2020). *Metode Riset Penelitian Kuantitatif Penelitian Di Bidang Manajemen, Teknik, Pendidikan Dan Ekserimen*. CV Budi Utama.
- Syamsudin, A. (2020). Bimbingan Rohani Islam dalam Meningkatkan Ketahanan Mental Remaja. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 19(3), 201-215. <https://doi.org/https://doi.org/10.5678/jpai.2020.034>
- Syamsul Arifin. (2012). *Bimbingan Rohani dalam Pendidikan Islam*. PT Raja Grafindo Persada.
- Tarina, C. (2024). *Terapi Zikir Dalam Menangani Kecemasan Lansia Menghadapi Kematian (Studi di Gampong Monjereujak Kecamatan Gandapura Kabupaten Bireun)* (Doctoral dissertation, UIN Ar-raniry).
- Tarsono, & Komarudin, M. A. (2021). Pengaruh Pembacaan Ratib al-Attas terhadap Pembelajaran Peserta Didik di Masa Pandemi Covid-19. *Khazanah Pendidikan Islam*, 3(3), 142–147. <https://doi.org/10.15575/kp.v3i2>.

- Udin, M. (2021). Konsep Dzikir dalam Al-Quran dan implikasinya terhadap kesehatan. In *Jurnal Penelitian Pendidikan Guru Sekolah Dasar* (Vol. 6, Issue juli).
- Umrati, & Wijaya, H. (2020). Analisis Data Kualitatif Teori Konsep dalam Penelitian Pendidikan. In *Sekolah Tinggi Teologia Jaffray* (Issue August).
- Widia Sri Ardias, P. I. P. (2019). Kecemasan Pada Dewasa Tua (Lansia) Dalam Menghadapi Kematian. *TAJDID: Majalah Ilmu Pengetahuan Dan Pemikiran Keagamaan*, 22(1), 1–37. [https://doi.org/https://doi.org/10.15548/tajdid.v22i1.281](https://doi.org/10.15548/tajdid.v22i1.281)
- Wulandari, I. (2023). *Hubungan pemenuhan kebutuhan spiritual dengan tingkat kecemasan lansia di panti werdha* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung Semarang).
- Yessy Dessy Arna, Jonathan Kelabora, I. N. R. (2024). *Bunga Rampai Lansia dan Permasalahannya*. Media Pustaka Indo.
- Yulinda Silvy Idhartono. (2024). Persepsi pada kematian dengan kecemasan menghadapi kematian pada dewasa madya di sekolah. *Jurnal Tambora*, 8(3), 1–7.
- Yusuf, M., & Ahmadi, M. (2015). Pengaruh Dzikir terhadap Kesehatan Mental: Sebuah Kajian Psikospiritual dalam Islam. *Jurnal Psikologi Islam*, 3(2).
- Yusuf, M. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan - Google Books. In *Jurnal Intelegensia* (Vol. 4, Issue 1).
- Zahirah, A., Herlina, H., & Wulandari, A. (2021). Kecemasan terhadap Kematian: Peran Perilaku Prososial dan Kebersyukuran pada Lanjut Usia. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(2), 237–248. <https://doi.org/10.15575/psy.v7i2.5671>
- Zahro, F., & Muhid, A. (2022). Efektivitas Relaksasi Dzikir untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa: Literature Review. *TARLIM: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 5(2), 159-173.
- Zakiah Daradjat. (2014). Ilmu Pendidikan Islam. In *Ilmu Pendidikan Islam*.
- Zariayufa, K., Ninin, H., & Widiastuti, T. R. (2019). Hubungan belief in afterlife dengan kecemasan terhadap kematian (Studi pada individu muslim usia 18-21 tahun). *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, 4(1), 84–104.



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
UNIT PERPUSTAKAAN

Jl. Pahlawan KM 5 Rowolaku Kajen Pekalongan, Telp. (0285) 412575 Faks. (0285) 423418
Website : perpustakaan.uingusdur.ac.id Email : perpustakaan@uingusdur.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademika UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : NUR ZUNENI
NIM : 3521021
Program Studi : BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
E-mail address : nurzuneni@mhs.uingusdur.ac.id
No. Hp : 085798343911

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☐ Tugas Akhir ☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)

Yang berjudul : Bimbingan Rohani Islam Melalui Pembacaan Dzikir *Ratib Al-Attas* Untuk Mengatasi Kecemasan Menghadapi Kematian Pada Lansia Di Majelis Taklim Nurul Islam Surobayan

Beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN K.H. Abdurrahman Wahid 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 UIN K.H. Abdurrahman Wahid 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, 16 Juli 2025



Nur Zuneni
NIM. 3521021