

Jurnal Konseling Religi

ISSN : 1907-7238

E-ISSN : 2477-2100

DOI : <http://dx.doi.org/10.21043/kr.v9i1.3245>

Vol. 9 No. 1, 2018

<http://journal.stainkudus.ac.id/index.php/konseling>



## **Bimbingan dan Konseling Keagamaan Bagi Manusia Usia Lanjut Dalam Islam**

**Nadhirin**

*Institut Islam Negeri Kudus, Kudus, Indonesia*

*Nadhirin072@gmail.com*

### **Abstrak**

Penelitian ini untuk mengetahui dan menganalisis (1) bimbingan dan konseling keagamaan dalam Islam (2) kehidupan psikologis usia lanjut dan (3) bimbingan dan konseling keagamaan bagi usia lanjut dalam Islam. Metode penelitian penelitian ini menggunakan content analysis. Data penelitian diperoleh dari bahan-bahan yang terdokumentasi dalam bentuk buku, artikel penelitian, dan bentuk dokumen lainnya. Data dianalisis dengan teknik (1) metode berfikir deduktif, (2) metode berfikir induktif, (3) metode berfikir komparatif. Hasil penelitian menyatakan bahwa bimbingan dan konseling keagamaan dalam Islam adalah upaya yang sistematis dan terencana yang dilakukan untuk memberikan pendampingan, pembimbingan dan diskusi yang komunikatif dengan klien tentang berbagai persoalan psikologis untuk menuju kehidupan pribadi yang seimbang dan bahagia dalam tuntutan Islam yang berlandaskan kepada Al-Quran dan Sunnah Nabi Muhammad SAW. Manusia di usia lanjut secara fisik mengalami kemunduran kualitas kesehatannya. Pendengaran yang sudah tidak sensitif, penglihatan yang kabur dan sensitif dengan cahaya, berkurangnya cairan tubuh dan kekuatan fisik yang semakin melemah. Secara psikologis, orang usia lanjut mengalami tanda-tanda kejiwaan secara umum seperti perasaan asing dengan kehidupan sosial, meningkat kesadaran keagamaannya dan takut dengan kematian. Bimbingan dan konseling keagamaan bagi usia lanjut dalam Islam adalah kegiatan yang sistematis dan terencana yang memberikan pembimbingan dan konsultasi keagamaan yang lebih mendalam kepada proses pemantapan, pertaubatan dan penyempurnaan amalan agama yang dilandasi oleh kesadaran akan kehidupan setelah kematian, yakni kehidupan alam barzakh dan alam

akhirat. Cara yang digunakan dalam bimbingan dan konseling dengan teori Al-hikmah, Al-Mauidhoh Hasanah, dan Al-Mujadalah.

**Kata kunci:** Bimbingan konseling, konseling keagamaan, usia lanjut.

### ***Abstract***

*RELIGIOUS GUIDANCE AND COUNSELING FOR ELDERLY HUMANS IN ISLAM. This research is to know and analyze (1) religious guidance and counseling in Islam (2) old age psychological life and (3) religious guidance and counseling for elderly in Islam. This research method using content analysis. Research data were obtained from documented materials in book form, research article, and other document form. Data were analyzed by technique (1) deductive thinking method, (2) inductive thinking method, (3) comparative thinking method. The results stated that religious guidance and counseling in Islam is a systematic and planned effort undertaken to provide mentoring, guidance and communicative discussion with clients about various psychological problems to a balanced and happy personal life in the demands of Islam based on the Qur'an and sunnah of Prophet Muhammad SAW. Humans in the elderly physically experience a deterioration of health quality. Hearing that is not sensitive, vision is blurred and sensitive to light, decreased body fluids and physical strength is getting weakened. Psychologically, the elderly experience psychic signs in general such as feelings of alienation with social life, increased awareness of religion and fear of death. Religious guidance and counseling for the elderly in Islam is a systematic and planned activity that provides deeper counseling and consultation to the process of consolidation, repentance and the perfection of religious practices based on an awareness of life after death, the life of nature and the afterlife. The methods used in guidance and counseling with the theory of Al-hikmah, Al-Mauidhoh Hasanah, and Al-Mujadalah.*

**Keywords:** *Counseling guidance, religious counseling, old age.*

## **Pendahuluan**

Tahap terakhir dari perkembangan manusia adalah mencapai usia lanjut, perubahan-perubahan psikologis yang berkaitan dengan usia lanjut merupakan bagian yang tidak dapat dihindari dari proses biologis. Usia lanjut memiliki pengertian yang relatif sulit jika dilihat dari jumlah usia berapa atau dengan tanda-tanda secara mental dan kehidupan sosial tertentu. Hal ini dikarenakan pertumbuhan manusia dari remaja menjadi dewasa, maka sulit untuk mengatakan kapan orang dikatakan sudah usia lanjut bila dihubungkan dengan kapan dimulai awal usia lanjut, mungkin saja usia dilanjut bisa dilihat dari urutan perubahan-perubahan fisik serta mental yang berbeda dari satu orang ke orang yang lain. Ciri yang paling menonjol dari proses menua adalah kehidupan

keagamaan individualnya, menurunnya energi fisik disertai dengan semakin berkurangnya penglihatan, pendengaran, perubahan dalam mengendalikan otak, mengurangi mobilitas, kecepatan serta kegesitan gerak tubuh (Andrew Me Ghie:1966).

Adanya kecenderungan menurunnya kemampuan dalam mempelajari prinsip-prinsip baru, yang mengakibatkan para lanjut usiasemakin tergantung pada prinsip-prinsip dan ide-ide hidupnya di masa lalu. Orang usia lanjut cenderung kaku dalam cara berfikir, kurang mampu untuk segera menyesuaikan diri dengan ide-ide dan pengalaman baru, tampak adanya penurunan dalam kemampuan memahami informasi dan membutuhkan waktu yang lebih lama untuk menangkap informasi dan semakin sedikit yang dapat diingat setiap ada informasi yang diterima. Perubahan-perubahan sosial pada usia lanjut mencerminkan peran yang diberikan masyarakat kepadausia lanjut, status sosial orang yang sudah lanjut usia telah banyak berubah di luar dunia kerja, bila dulu orang tua memberi nasehat serta bimbingan kepada orang lain, sekarang orang usia lanjut justru dirawat oleh orang lain (Andrew Me Ghie:1966).

Setiap manusia akan mengalami fase kehidupan yang sama, dari ketika lahir, bayi, anak-anak, remaja, pemuda, dewasa dan tua kemudian meninggal.Sesuai dengan firman Allah SWT yang artinya :*“Setelah itu Kami keluarkan kamu sebagai bayi, kemudian kamu menjadi dewasa kemudian kamu menjadi tua. Di antara kamu ada yang diwafatkan sebelum itu, supaya kamu sampai kepada waktu yang telah ditentukan, mudah-mudahan kamu mengerti”*, (QS. Al Mu'min:67)

Dalam tahapan umur manusia sebagaimana ayat tersebut tampak bahwa manusia semakin tua akan semakin lemah, baik secara fisik maupun psikis. Kekuatan manusia yang telah berusia lanjutmulai menurun sedikit demi sedikit dari puncaknya ketika masih muda, lalu menjadi semakin lemah ketika masa tua tiba. Tahapan umurusia lanjut ini dinamakan masa pergulatan dengan maut, yaitu masa-masa umur 60-70 tahun (Allamah Sayyid Abdullah Haddad (1996). Manusia pada usia di atas 65 tahun akan menghadapi sejumlah permasalahan, seperti penurunan kesehatan, sering mengalami gangguan kejiwaan, kehilangan rasa percaya diri yang menyebabkan hilangnya semangat hidup dan perasaan kurang dihargai (Neogarten: 1971). Pada usia lanjut ini, manusia menghabiskan

masa tuanya dalam kesendirian dan lebih mendekatkan kepada kegiatan sosial dan kegiatan keagamaan (Jalaludin; 1997). Kehidupan keagamaan pada usia lanjut mengalami peningkatan. Penelitian yang dilakukan Cafan yang mempelajari sejumlah 1200 orang usia lanjut antara 60-100 tahun, hasil penelitian menunjukkan secara jelas bahwa orang usia lanjut cenderung mendekatkan kepada sosial keagamaan yang rata-rata pada usia ini meningkat, Sedangkan pengakuan kepada kehidupan akhirat baru akan muncul setelah usia 90 tahun.

Kecenderungan kehidupan keagamaan pada usia lanjut ditandai dengan hal-hal sebagai berikut (1) kehidupan keagamaan pada usia lanjut sudah mencapai tingkat kemantapan (2) meningkatkan kecenderungan untuk menerima pendapat keagamaan (3) mulai muncul pengakuan tentang realitas kehidupan akhirat secara sungguh-sungguh (4) sikap keagamaan cenderung mengarah kepada kebutuhan saling cinta antar sesama manusia, serta sifat-sifat luhur (5) timbul rasa takut kepada kematian yang meningkat sejalan dengan pertambahan usia lanjutnya (6) perasaan takut kematian ini berdampak pada peningkatan pembentukan sikap keagamaan dan kepercayaan terhadap adanya kehidupan abadi (Jalaludin 1997). Oleh karena itu, peran bimbingan dan konseling keagamaan sangat penting agar manusia usia lanjut selalu mengingat dengan mendekatkan diri kepada Allah SWT, agar kehidupan para lansia ini menjadi lebih tenang dan bahagia sebelum kematian tiba. Dari latar belakang dapat memunculkan beberapa pertanyaan, yaitu (1) bagaimana bimbingan dan konseling keagamaan dalam Islam? (2) bagaimana kehidupan psikologis manusia usia lanjut?

Metode penelitian ini adalah penelitian dengan *content analysis* yaitu teknik penelitian yang ditujukan untuk membuat kesimpulan dengan cara mengidentifikasi karakteristik tertentu pada pesan-pesan secara sistematis dan objektif (Holsti dalam Ibrahim, 2009: 97). Data penelitian diperoleh dari bahan-bahan yang terdokumentasi dalam bentuk buku, artikel-artikel penelitian, dan bentuk dokumen lainnya. Data dianalisis dengan teknik (1) metode berfikir deduktif, yang prinsipnya apa saja yang dipandang benar pada semua peristiwa dalam suatu kelas atau jenis, berlaku juga sebagai hal yang benar pada semua peristiwa yang termasuk dalam kelas atau jenis ini dan (2) metode berfikir induktif, metode berfikir yang berangkat dari pengetahuan yang bersifat khusus kepada pengetahuan yang bersifat lebih luas dan umum (3) metode berfikir

komparatif, cara yang dipergunakan untuk mengetahui pemikiran dari berbagai referensi (Sutrisno Hadi; 1997)

## **Pembahasan**

### *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*

Bimbingan berasal dari kata *guidance* yang berarti pimpinan, arahan, pedoman, dan petunjuk. Definisi Bimbingan secara luas ialah suatu proses pemberian bantuan secara terus menerus dan sistematis kepada individu dalam memecahkan masalah yang dihadapinya, agar tercapai kemampuan untuk memahami dirinya, menerima dirinya, merealisasikan dirinya sesuai dengan potensi dan kemampuannya dalam mencapai penyesuaian diri dengan lingkungan, baik keluarga, sekolah, maupun masyarakat. Konseling secara etimologi adalah nasehat, anjuran dan ajaran. Dengan demikian konseling dapat diartikan sebagai pemberian nasehat, pemberian anjuran dan pembicaraan dengan bertukar pikiran (Hamdani Bakran: 2002). Secara terminologi konseling diartikan sebagai sebuah proses yang melibatkan hubungan antar pribadi antara seorang terapis dengan satu klien atau lebih, dimana terapis menggunakan metode-metode psikologis atas dasar pengetahuan sistematik tentang kepribadian manusia dalam upaya meningkatkan kesehatan mental klien (C. Patterson 1959). Edwin C. Elwis (1970) mengemukakan bahwa konseling adalah suatu proses dimana orang yang bermasalah dibantu secara pribadi untuk merasa dan berperilaku yang lebih memuaskan melalui interaksi dengan seseorang yang tidak terlibat (konselor) yang menyediakan informasi dan reaksi yang merangsang klien untuk mengembangkan perilaku yang memungkinkannya berhubungan secara efektif dengan dirinya dan lingkungannya.

Berdasarkan beberapa definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa konseling adalah suatu aktifitas pemberian nasihat dengan atau berupa anjuran-anjuran dan saran-saran dalam bentuk pembicaraan yang komunikatif antara konselor dan klien dengan menggunakan metode-metode psikologis atas dasar pengetahuan sistematik tentang kepribadian manusia dalam upaya meningkatkan kesehatan mental klien. Bimbingan dan konseling saling berkaitan satu sama lain. Hal ini dikarenakan bimbingan dan konseling merupakan suatu kegiatan yang

integral. Konseling merupakan salah satu teknik dan alat dalam pelayanan bimbingan. Pendapat lain yang mengatakan bahwa bimbingan memusatkan diri pada pencegahan munculnya masalah, sedangkan konseling memusatkan diri pada pencegahan masalah individu atau dapat dikatakan bahwa bimbingan bersifat *preventif* sedangkan konseling bersifat *kuratif* (Aunur Rohim Faqih: 2001).

### *Tujuan dan Fungsi Bimbingan Konseling dalam Islam*

Secara garis besar tujuan bimbingan konseling Islam dapat dirumuskan untuk membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat. Tujuan dari bimbingan dan konseling dalam Islam adalah sebagai berikut:

- a. menghasilkan suatu perbuatan, perbaikan, kesehatan, dan kebersihan jiwa dan mental. Jiwa menjadi tenang dan damai, bersikap lapang dada dan mendapatkan pencerahan taufik dan hidayah Tuhannya.
- b. menghasilkan suatu perubahan, perbaikan dan kesopanan tingkah laku yang dapat memberikan manfaat baik pada diri sendiri, lingkungan keluarga, lingkungan kerja maupun lingkungan sosial dan alam sekitarnya.
- c. menghasilkan kecerdasan rasa (emosi) pada individu sehingga muncul dan berkembang rasa toleransi, kesetiakawanan, tolong-menolong dan rasa kasih sayang.
- d. menghasilkan kecerdasan spiritual pada diri individu sehingga muncul dan berkembang rasa keinginan untuk berbuat taat kepada Tuhannya, ketulusan mematuhi segala perintahNya serta ketabahan menerima ujianNya.
- e. menghasilkan potensi Ilahiyah, sehingga dengan potensi itu individu dapat melakukan tugasnya sebagai khalifah dengan baik dan benar; ia dapat dengan baik menanggulangi berbagai persoalan hidup; dan dapat memberikan kemanfaatan dan keselamatan bagi lingkungannya pada berbagai aspek kehidupan.
- f. mengembalikan pola pikir dan kebiasaan konseli yang sesuai dengan petunjuk ajaran islam (bersumber pada Al-Quran dan paradigma kenabian).

### *Fungsi Bimbingan Konseling dalam Islam*

Fungsi bimbingan dan konseling dapat digolongkan menjadi tiga fungsi yaitu (1) *remedial* atau *rehabilitative*, yaitu bimbingan dan konseling yang berfokus pada masalah penyesuaian diri, menyembuhkan masalah psikologis yang dihadapi, mengembalikan kesehatan mental dan mengatasi gangguan emosional (2) fungsi edukatif atau pengembangan, yaitu fungsi untuk membantu meningkatkan keterampilan dalam kehidupan, mengidentifikasi dan memecahkan masalah hidup, membantu meningkatkan kemampuan menghadapi transisi dalam kehidupan, dan untuk keperluan jangka pendek, konseling membantu individu menjelaskan nilai-nilai menjadi lebih tegas, mengendalikan kecemasan, meningkatkan keterampilan komunikasi antar pribadi, memutuskan arah hidup, menghadapi kesepian dan semacamnya (3) fungsi *preventif dan kuratif* (pencegahan dan penyembuhan), yaitu membantu individu agar dapat berupaya aktif untuk melakukan pencegahan sebelum mengalami masalah-masalah kejiwaan karena kurangnya perhatian, dan melakukan penyembuhan bila terjadi sakit kejiwaannya. Upaya preventif dan kuratif meliputi pengembangan strategi dan program yang dapat digunakan untuk mencoba mengatasi resiko-resiko hidup yang tidak perlu terjadi.

Fungsi utama bimbingan dan konseling dalam Islam yang hubungannya dengan kejiwaan tidak dapat terpisahkan dengan masalah spiritual (keyakinan). Islam memberikan bimbingan kepada manusia agar mengembalikan masalah hidup kepada Allah sebagaimana yang telah diajarkan Al-Qur'an dan As-Sunnah. Bimbingan dan konseling berfungsi memberikan bimbingan kepada penyembuhan terhadap gangguan mental berupa sikap dan cara berpikir yang salah dalam menghadapi problem individu setelah individu dapat kembali dalam kondisi yang bersih dan dapat membedakan mana yang baik dan buruk, mana yang bermanfaat dan tidak bermanfaat, mana yang baik bagi dirinya dan orang lain atau sebaliknya baru dikembangkan ke arah pengembangan dan pendidikan bagi mereka. Fokus bimbingan dan konseling Islam selain memberikan perbaikan dan penyembuhan pada tahap mental, spiritual atau kejiwaan, dan emosional, kemudian melanjutkan materi bimbingan dan konseling kepada pendidikan dan pengembangan dengan menanamkan nilai-nilai dan wahyu sebagai pedoman hidup.

### *Metode Bimbingan Konseling dalam Islam*

Pengertian metode konseling dalam Islam adalah landasan yang benar dalam melaksanakan proses bimbingan dan konseling agar dapat berlangsung dengan baik dan menghasilkan perubahan-perubahan positif bagi klien mengenai cara dan paradigma berfikir, cara menggunakan potensi nurani, cara berperasaan, cara berkeyakinan dan cara bertingkah laku berdasarkan Al-Quran dan As-Sunnah. Teori- metode bimbingan dan konseling dalam islam di antaranya adalah (1) Metode *al-hikmah* sebuah pedoman, penuntun dan pembimbing untuk memberi bantuan kepada individu yang sangat membutuhkan pertolongan dalam mendidik dan mengembangkan eksistensi dirinya hingga ia dapat menemukan jati diri dan citra dirinya serta dapat menyelesaikan atau mengatasi berbagai permasalahan hidup secara mandiri (2) Metode *mauidhoh hasanah*, yakni teori bimbingan atau konseling dengan cara mengambil pelajaran-pelajaran dari perjalanan kehidupan para Nabi dan Rasul. Bagaimana Allah membimbing dan mengarahkan cara berfikir, cara berperasaan, cara berperilaku serta menanggulangi berbagai problem kehidupan (3) Metode *mujadalah*, yaitu teori *mujadalah* ialah teori konseling yang terjadi dimana seorang klien sedang dalam kebimbangan. Teori ini biasa digunakan ketika seorang klien ingin mencari suatu kebenaran yang dapat menyakinkan dirinya (Hamdani Bakran :2002).

### *Psikologi Usia Lanjut*

Ciri-ciri yang berkaitan dengan penyesuaian pribadi dan sosial: (1) ada perubahan individu yang menonjol sebagai akibat dari usia lanjut yaitu ketuaan yang bersifat fisik mendahului ketuaan psikologis yang merupakan kejadian yang bersifat umum (2) ada beberapa masalah dari penyesuaian diri dan sosial yang khas bagi orang usia lanjut misalnya meningkatnya ketergantungan fisik dan ekonomi kepada orang lain, membentuk kontak sosial baru, mengembangkan keinginan dan minat baru dan keinginan untuk memanfaatkan waktu luang yang jumlahnya meningkat. (3) perubahan yang umum terjadi pada usia lanjut adalah perubahan yang menyangkut kemampuan motorik perubahan kekuatan fisik, perubahan dalam fungsi psikologis pada sistem syaraf, perubahan penampilan, dan kemampuan seksual, serta kecenderungan sikap yang canggung dan kikuk (4)



keterkaitan terhadap agama bertambah dan sering dipusatkan pada masalah tentang kematian pada usia tersebut yang bersifat pribadi dan abstrak seperti masa-masa sebelumnya (5) hambatan yang bersifat jasmani, kurang gizi, gigi banyak yang tanggal dan hilangnya kemampuan seksual (6) munculnya bahaya yang bersifat psikologis meliputi kepercayaan terhadap pendapat klise tentang usia lanjut, perasaan tidak enak akibat perubahan fisik, perubahan perilaku hidup, perasaan bersalah karena menganggur (Alisuf Sabri:1993).

Sebenarnya lanjut usia adalah merupakan suatu proses alamiah yang telah ditentukan oleh Allah SWT. Umur manusia sebagai makhluk hidup terbatas oleh hukum alam. Umur manusia maksimal sekitar 6 kali masa bayi sampai (6 x 20 tahun= 120 tahun). Semua orang akan mengalami proses menjadi tua dan masa tua merupakan masa hidup manusia yang terakhir, di mana pada masa ini seseorang mengalami kemunduran fisik, mental dan sedikit demi sedikit sampai tidak dapat melaksanakan tugasnya sehari-hari lagi. Sehingga bagi kebanyakan orang, masa tua itu merupakan masa yang kurang menyenangkan.

Sehubungan dengan hal tersebut Birrew and Jenner (1977) mengusulkan untuk membedakan antara: usia biologis, usia psikologis dan usia sosial. (1) usia biologis, yang menunjuk pada waktu seseorang sejak lahirnya berada dalam keadaan hidup tidak mati (2) Usia psikologis, yang menunjuk kepada kemampuan seseorang untuk mengadakan penyesuaian-penyessuaian kepada situasi yang dihadapinya dan (3) usia sosial, yang menunjuk pada peran-peran yang diharapkan atau diberikan masyarakat pada seseorang sehubungan dengan usianya. Ketiga jenis usia tersebut di atas saling mempengaruhi dan proses-prosesnya saling berkaitan. Oleh Karena itu secara umum tidak akan terdapat perbedaan yang terlalu menyolok antara kelangsungan ketiga jenis usia tersebut dalam batas-batas tertentu seseorang bisa saja sudah tua dilihat dari keadaan fisiknya tetapi memiliki semangat muda.

### *Perubahan-Perubahan yang terjadi pada Usia Lanjut*

Ada banyak perubahan secara fisik dari manusia usia lanjut. Cairan dalam tubuh dan saluran *intracellular* sudah banyak yang berkurang. Menurunnya fungsi syaraf dan lambat dalam respon dan waktu untuk bereaksi khususnya dengan stress. Bertambahnya usia, fungsi panca indra mulai mengalami

penurunan fungsi. Pendengaran yang melemah, penglihatan mulai rabun, indra penciuman kurang sensitif dan tubuh usia lanjut sangat rentan dengan perubahan suhu, terutama pada suhu dingin. Secara spesifik terjadi disfungsi pendengaran yang ditandai dengan (1) *prebiakusis*, yaitu hilangnya kemampuan (daya) pendengaran pada telinga dalam, terutama pada bunyi suara atau nada-nada yang tinggi (2) *membrana tuimpani* menjadi *atropi* menyebabkan *otosklerosis* (3) terjadinya penggumpalan *cerumen*, dapat mengeras karena dapat meningkatkan *karatin*.

Melemahnya fungsi penglihatan orang yang sudah lanjut usia adalah (1) *stinger pupil trimsul sclerosis* dan hilangnya respon terhadap sinar (2) kornea lebih berbentuk *steris* (bola) (3) lensa lebih suram (4) meningkatnya ambang pengamatan sinar dan daya adaptasi terhadap kegelapan lebih lambat, susah melihat dalam keadaan gelap (5) hilangnya daya akomodasi (6) menurunnya luas pandangan dan (7) menurunnya daya membedakan warna biru atau hijau pada skala. Orang usia sudah udzur usia, juga mengalami perubahan-perubahan pada jaringan kulit, yaitu (1) kulit mengkerut atau keriput akibat kehilangan jaringan lemak (2) kulit kepala dan rambut menipis berwarna kelabu (3) rambut dalam hidung dan telinga menebal (4) berkurangnya elastisitas akibat dari menurunnya cairan dan *vaskularisasi* (5) kuku jari menjadi keras dan rapuh (6) kuku jari secara berlebihan dan seperti tanduk dan (7) kelenjar keringat berkurang jumlahnya dan fungsinya.

### *Perubahan-perubahan Mental dan Psikologis*

Faktor-Faktor yang mempengaruhi mental (1) pertama-tama perubahan fisik, khususnya organ perasa (2) Kesehatan umum (3) tingkat pendidikan (4) keturunan dan (5) lingkungan. Perubahan kepribadian manusia usia lanjut terjadi secara drastis, meskipun keadaan ini jarang terjadi. Perasaan cemas dan ketakutan terjadi karena faktor lain seperti penyakit-penyakit kenangan (*memory*). Kenangan-kenangan lama manula tidak mengalami perubahan, yaitu (1) kenangan jangka panjang, berjam-jam sampai berhari-hari (2) kenangan jangka pendek atau seketika 0-10 menit. IQ (*Intelgentia Quation*) orang lanjut usia memiliki kecenderungan (1) tidak berubah dengan informasi matematika dan perkataan awal (2) berkurangnya penampilan, persepsi dan ketrampilan

psikomotor terjadi perubahan pada daya membayangkan, karena tekanan-tekanan dari faktor waktu.

Secara psikologis, orang lanjut usia ditandai dengan (1) kehidupan purna tugas, pensiun. Masa pensiun ini berpengaruh terhadap sikap mental dan kehidupan sosial manula, karena nilai seseorang sering diukur oleh produktifitas, identitas dikaitkan dengan peranan dan pekerjaan (2) merasakan atau sadar akan kematian (3) perubahan dalam cara hidup yaitu memasuki rumah perawatan dengan ruang gerak lebih sempit (4) perubahan menurunnya pendapatan, akibat pemberhentian dari jabatan dan meningkatnya biaya hidup pada penghasilan yang sulit, serta bertambahnya biaya pengobatan (6) penyakit dan ketidakmampuan (7) kesiapan akibat pengasingan dari lingkungan sosial (8) gangguan syaraf pada indera sehingga timbul kebutaan dan ketulian (9) makanan dan minuman yang kurang terjaga (10) yaitu kehilangan hubungan dengan teman-teman dan keluarga dan (11) hilangnya kekuatan dan ketegapan fisik, perubahan terhadap gambaran diri, perubahan terhadap konsep diri (Alisuf Sabri:1993).

Menurut Susanto Wibisono (1982) perubahan kejiwaan pada usia lanjut dengan berbagai kelanjutan dari situasi pada masa dewasa. Sedangkan terjadinya gesekan-gesekan kejiwaan pada usia muda dengan lingkungan sosial banyak ditentukan oleh corak kehidupan pada masa ketika anak-anak. Misalnya seorang anak yang menghendaki apapun dari orang tuanya selalu terpenuhi, pada usia lanjut dapat pula terjadi keruntuhan dari kejiwaan yang telah dicapai pada usia dewasa. Ada beberapa corak kepribadian yang cenderung berbeda antara pria dan wanita pada usia lanjut. Pria usia lanjut cenderung untuk berteman dan ikut dalam kelompok atau group pengajian, sedangkan pada wanita usia lanjut cenderung lebih individualistik, egoistik dan agresif. Masa pertambahan usia, orang akan bersikap lebih berhati-hati dan lebih konsekuen. Dengan bertambahnya usia maka bertambah pula pengalaman sehingga akan lebih bijaksana dalam mengambil keputusan. Orang usia lanjut dalam menjalani kehidupan di lingkungan sosial ditandai dengan lebih menghormati orang lain (Tabrani:1995). Beberapa penelitian tentang perilaku dan psikologi usia lanjut menemukan tentang tanda-tanda penuaan, tangan gemetar, langkah kaki sempoyongan dan badan membungkuk, kurang aktif dan munculnya penyakit fisik (Wijayakusuma: 2000).

Hanna Djumhana Bastaman (1993) memberikan contoh bahwa pandangan islami mengenai manusia usia lanjut sangat banyak sumbernya (dalam Al-Qur'an) antara lain dapat disimpulkan dari riwayat Nabi Adam AS, yaitu: (1) manusia mempunyai derajat yang sangat tinggi sebagai khalifah Allah (2) manusia tidak menanggung dosa turunan (3) manusia merupakan kesatuan dari dimensi: fisik biologis, mental-psikis, sosial kultural dan spiritual. (4) dimensi spiritualitas memungkinkan manusia mengadakan hubungan dan mengenal Tuhan melalui cara-cara yang diajarkannya (5) manusia memiliki kebebasan berkehendak (*freedom of will*) yang memungkinkan manusia untuk secara sadar mengarahkan dirinya ke arah keutuhan atau ke arah kehancuran (6) manusia memiliki akal sebagai kemampuan khusus dan dengan akalnya itu dapat mengembangkan ilmu dan teknologi serta peradaban (7) manusia tidak dibiarkan hidup tanpa bimbingan dan petunjuk-Nya (Jamaluddin Ancok: 1994).

Manusia adalah makhluk yang mempunyai bentuk fisik yang paling indah, baik secara fitrah, mempunyai ruh, mempunyai kebebasan berkehendak dan mempunyai akal. Tetapi ketika sudah tua, kekuatan ragawi, kecerdasan berfikir telah menurun dan semakin berkurang dan kehidupan kejiwaannya lebih cenderung hanya tertuju kepada ingatan sang Pencipta, yang merubah dirinya menjadi tua renta maka pembenahan diri terhadap perbuatan masa lalu menjadikan orang usia lanjut lebih giat mendekati diri kepada-Nya.

Sejalan dengan adanya penurunan perkembangan pada usia lanjut maka secara psikis terjadi perubahan pula, perubahan-perubahan gejala secara psikis ini ikut mempengaruhi berbagai aspek kejiwaan yang terlihat dari pola tingkah laku yang diperlihatkan. Usia tua membawa regresi-regresi (kemunduran-kemunduran) tertentu, baik yang bersifat secara fisik maupun psikis. Perubahan-perubahan pada usia tua ini antara lain berupa gejala-gejala, suasana hati yang depresif, kecemasan yang kronis, pelupa, cenderung menjadi kurang bersih, tamak, mudah lupa dan lain-lain (Kartini Kartono: 1981). Gejala penyakit fungsional usia lanjut mungkin saja sudah bermula pada usia yang lebih awal, tapi ia cenderung timbul dengan pola-pola yang sama, karena dipicu emosional yang lazim terjadi pada kalangan orang-orang usia tua adalah masalah ketidakpastian (pada hal keuangan, kesehatan dan masa depan), kekhawatiran, kekecewaan dan keputusan (John A. Schindler: 1995).

Kemunduran-kemunduran memiliki dampak terhadap tingkah laku dan terhadap orang yang akan memasuki lanjut usia. Membahas tentang usia lanjut, maka kemunduranlah yang banyak dikemukakan tetapi di samping berbagai macam kemunduran ada sesuatu yang justru dapat dikatakan meningkat dalam proses menua yaitu sensitivitas emosional seseorang yang akhirnya menjadi sumber masalah pada masa menua. Mengenai beberapa dampak dari kemunduran-kemunduran tersebut dari sifat semakin perasanya orang memasuki lanjut usia misalnya kemunduran fisik yang berpengaruh terhadap penampilan seseorang. Pada mulanya usia muda seseorang dianggap tampil paling cakap, tampan atau paling cantik. Kemunduran fisik yang terjadi pada dirinya membawa yang bersangkutan kepada kesimpulan, bahwa kecantikan dan ketampanan yang dimiliki orang usia lanjut mulai menghilang. Ini baginya berarti kehilangan daya tarik dirinya, wanita biasanya lebih risau dan merasa tertekan oleh karena keadaan yang semakin tua dan menghilangnya kecantikan dan keindahan fisiknya. Tetapi tidak berarti bahwa pria pada masa ini tidak mengalami atau merasakan hal yang serupa. Pada pria yang sedang mengalami proses menua tetap menginginkan diri tetap menarik bagi lawan jenisnya.

Pria dan wanita pada akhir masa dewasa memasuki apa yang dinamakan *klimakterium*, yaitu perubahan-perubahan dalam keseimbangan hormonal yang menyebabkan berkurangnya dorongan seks. Pada pria proses tersebut biasanya terjadi secara lambat laun dan tidak disertai gejala-gejala psikologis yang luar biasa kecuali sedikit kemurungan dan rasa lesu serta berkurangnya kemampuan seksualitasnya. Orang lanjut usia dalam *literature* lama dari sastra Jawa kuno, yaitu *Serat Wedatama* karya Mangkunegoro IV yang menyebutkan *Wong Sepuh*, orang tua yang sepi hawa nafsu, menguasai ilmu *dwi Tunggal* yakni mampu membedakan yang buruk dan yang baik, antara yang sejati dan yang palsu, antara Gusti (Tuhan) dan kawulonya.

Dalam sumber sastra Jawa lama, *Serat Kalatida*, karya Ronggowarsito menuturkan bahwa ada dua kategori orang tua yaitu (1) orang yang berbudi sentosa, orang tua yang meskipun diridhoi Tuhan dengan rezeki, namun tetap berusaha terus disertai dengan ingat dan waspada. (2) orang yang lemah, orang tua yang putus asa, lemah dan hanya menjauhkan diri dari keduniawian, supaya mendapat kasih sayang Tuhan (John A. Schindler: 1995).

Maka searah dengan perkembangannya zaman usia lanjut banyak yang mempunyai tipe-tipe yang menonjol disebabkan banyaknya pengalaman, faktor pendidikan serta lingkungan, tipe ini juga macam-macam antara lain, tipe angkuh dan egois, tipe arif bijaksana. Tipe yang arif dan bijaksana ini melihat semua permasalahan dengan penuh kebijaksanaan, kaya dengan pengalaman, menyesuaikan diri dengan perubahan zaman, terbuka, mempunyai kesibukan, bersikap ramah, rendah hati, sederhana, dermawan, memenuhi undangan dan menjadi panutan.

### *Manusia Usia Lanjut Dan Agama*

Pada tahap kedewasaan awal terlihat krisis psikologi yang dialami oleh orang usia lanjut karena adanya pertentangan antara kecenderungan untuk mengeratkan hubungan di satu sisi dan dengan kecenderungan untuk mengisolasi diri di sisi lain. Terlihat kecenderungan untuk berbagi perasaan dan bertukar pikiran serta memecahkan berbagai problema kehidupan dengan orang lain ( Rit Atkinson,1983 : 97). Orang usia lanjut ketika menginjak usia ini (sekitar 25-40 Th) memiliki kecenderungan besar untuk berumah tangga, kehidupan sosial yang lebih luas serta memikirkan masalah-masalah agama yang sejalan dengan latar belakang kehidupannya. Selanjutnya pada tingkat kedewasaan menengah (40-65 th) manusia mencapai puncak periode usia yang paling produktif. Akan tetapi dalam hubungannya dengan kejiwaan, pada usia ini terjadi krisis akibat pertentangan batin antara keinginan untuk bangkit dengan kemunduran diri. Karena itu umumnya pemikiran orang usia lanjut tertuju pada upaya untuk kepentingan keluarga, masyarakat dan generasi mendatang.

Adapun di usia selanjutnya yaitu setelah usia di atas 65 tahun manusia akan menghadapi sejumlah permasalahan. Permasalahan pertama adalah penurunan kemampuan fisik hingga kekuatan fisik berkurang, aktifitas menurun, sering mengalami gangguan kesehatan yang menyebabkan orang usia lanjut kehilangan semangat. Adapun sikap keberagamaan pada usia lanjut justru mengalami peningkatan dan untuk proses seksual justru mengalami penurunan .

Berbagai latar belakang yang menjadi penyebab kecenderungan sikap keagamaan pada manusia usia lanjut, secara garis besar ciri-ciri keberagamaan di usia lanjut adalah (1) kehidupan keagamaan sudah mencapai tingkat kemantapan

(2) meningkatnya kecenderungan untuk menerima pendapat keagamaan (3) mulai muncul pengakuan terhadap realitas tentang kehidupan akhirat secara lebih sungguh-sungguh (4) sikap keagamaan cenderung mengarah kepada kebutuhan saling cinta antar sesama manusi, serta sifat-sifat luhur (5) timbul rasa takut kepada kematian yang meningkat sejalan dengan usia yang bertambah lanjut

### *Karakteristik Keberagamaan Masa Usia Lanjut*

Manusia ketika sudah memasuki usia lanjut mempunyai perkembangan dalam sikap keberagamaannya yang ditandai dengan meningkatnya intensitas ketaqwaan dan jalan khusus baginya adalah jalan menuju Allah. Dalam tingkah laku beragama usia lanjut dapat dibagi ke dalam tiga bagian karena disebabkan adanya gejala kondisi dan tingkat ketaqwaan masing-masing individu, yaitu (1) tingkah laku keberagamaan usia lanjut yang sadar terhadap agamanya setelah menginjak usia lanjut (2) tingkah laku keberagamaan usia lanjut yang disebabkan oleh perbuatan masa lalu dengan menghabiskan waktu untuk maksiat, sadar ketika jatuh sakit dan ajal akan menjemputnya dan (3) tingkah laku keberagamaan usia lanjut yang sudah tekun dan ingat kepada Allah sejak kecil hingga mereka dewasa tetap sadar dan ingat kepada Allah sepanjang masa.

Kewajiban bagi yang sehat adalah memberikan bimbingan, seperti shalat. Karena amal yang pertama manusia yang akan dihisab adalah shalat. Dengan jalan mengingatkan ini, maka para lansia akan semakin mengingat Allah SWT. Kemampuan bagi yang sehat mengarahkan ingatannya dan keimanannya sebagai berikut: (1) kalau Mereka tidak mampu berdiri melaksanakan sholat maka dengan duduk (2) kalau tidak mampu dengan duduk maka dengan berbaring (3) kalau tidak mampu dengan berbaring hanya dengan isyarat dalam hati. Disinilah keagungan Allah memberikan keringanan bagi hambaNya yang sakit untuk melaksanakan sholat. Usia lanjut secara fisik sudah lemah dan mudah sekali kena penyakit maka sebelum sakit hendaknya selalu menjaga diri dengan berolah raga dan rajin ibadah, karena Allah mencintai orang-orang yang lemah tetapi menjalankan perintahNya dari pada orang yang kuat tetapi melalaikan perintah Allah.

Bimbingan keagamaan bagi orang usia lanjut adalah (1) memberi motivasi untuk lebih meningkatkan jiwa ketaqwaannya (2) membimbing dan membina

ketakwaannya untuk mempertahankan keimanannya (3) memberikan bimbingan lewat pengajian, serta kegiatan-kegiatan positif keagamaan yang berhubungan dengan keagamaan. maka dari ketiga bimbingan tersebut dapat dijadikan pelajaran bagi kita untuk meningkatkan jiwa keagamaan kita masing-masing. Allah swt berfirman:

*“Diantara kamu ada yang dikembalikan kepada umur yang paling hina (tua renta), sehingga ia tidak lagi mengetahui sesuatu yang dahulu pernah diketahuinya” (Qs.An Nahl 16:70).*

Nabi Muhammad SAW bersabda yang artinya: *“Dan aku berlindung kepada-Mu dari usia yang paling hina (masa umur pikun)”*. Semua orang akan mengalami tua dan apabila seseorang diperpanjang umurnya oleh Allah SWT, maka kesempatan untuk beramal serta melanjutkan hidup dengan menuntut ilmu, karena kesempatan hidup manusia hanya satu kali sebaiknya digunakan untuk berlomba-lomba mencari amalan dan kebaikan sedini mungkin untuk persiapan menuju hari tua yang tenang, tentram dan bahagia (Allamah Sayyid Abdullah Haddad:1998).

Nabi Muhammad SAW bersabda yang artinya: *“Sebaik-baik kamu orang yang panjang umurnya dan baik pula amalannya”*. Adapun umur yang paling baik adalah diberi taufiq untuk mengerjakan amalan serta kebajikan-kebajikan, baik yang menyangkut agama maupun sosial. Adakalanya Allah SWT, memberikan keberkahan pada umur yang pendek bagi sebagian hambannya yang terpilih sehingga amalan yang lebih terasa manfaatnya dari pada orang yang diperpanjang umurnya tapi jelek amalannya. Maka sangat tidak diperintahkan terlalu bersemangat untuk mencari kemewahan dunia saja sedangkan bekal kehidupan akhiratnya dilalaikan. Dalam salah satu firman-Nya Allah SWT mengecam perilaku orang-orang kafir yang menyalakan umur, berlomba-lomba dalam kekafiran, padahal mereka memiliki banyak kesempatan dan Allah telah memberi mereka waktu yang luang dan umur yang panjang (Abdullah Fatah Abu Ghuddah:1996). Allah berfirman, Artinya : *“Dan Bukankah Kami telah memanjangkan umurmu dalam masa yang panjang yang mana cukup untuk berfikir bagi orang yang mau berfikir, dan Apakah tidak datang kepada kaum pemberi peringatan? Maka rasakanlah adzab Kami dan tidak ada lagi orang-orang dhalim seorang penolongpun”*, (Al-Fathir:37).



## *Bimbingan dan Konseling Keagamaan Bagi Manusia Usia Lnjut Dalam Islam*

Manusia usia lanjut dalam penilaian banyak orang adalah manusia yang tidak produktif lagi. Kondisi fisik rata-rata sudah menurun, sehingga dalam kondisi yang sudah uzur dan berbagai penyakitpun sudah mulai menggerogoti. Makin meningkatnya jumlah manula dalam masyarakat telah melahirkan sejumlah penelitian psikologis tentang kemampuan orang lanjut usia. Penelitian-penelitian ini telah mengukuhkan pengamatan bahwa orang lanjut usia cenderung lebih lamban dalam pemahaman mental, dan kurang mampu melakukan tugas-tugas yang menuntut cara- cara yang baru. Secara fisik, Orang usia lanjut kurang mampu mengikuti aktifitas yang melibatkan usaha makin menurunnya kualitas organ indera yang mengakibatkan keluhan, penglihatan yang makin kabur, selanjutnya membuat orang lanjut usia merasa terputus dari hubungan dengan orang lain.

Dalam pembinaan orang tua seharusnya diperlakukan seperti masyarakat pada umumnya, hanya ada sedikit perbedaan yaitu orang tua atau lanjut usia dalam kerjanya sudah tidak maksimal atau sekeras waktu muda karena pengaruh usia yang sudah senja. Usia lanjut bisa dikatakan sebagai orang yang paripurna karena orang usia lanjut sudah tidak bekerja, hanya menunggu pensiunan, perlakuan terbaik yang menjadi harapan bagi manusia lanjut usia yaitu segi bimbingan dan diajak konseling tentang kehidupan kerohanian dan diajak mengerjakan kegiatan-kegiatan yang bersifat sosial (membantu orang yang membutuhkan dukungan) dan orang lanjut usia dibimbing agar lebih giat lagi untuk memperbaiki nilai hidup ini dengan banyak beribadah.

Sebagai makhluk hidup, kedewasaan di usia lanjut pada dasarnya mengandung arti dan makna yang sama dengan kedewasaan pada setiap jenjang usia, seperti dia dapat menikmati segala sesuatu yang pantas dan tersedia untuk dinikmati, pergaulan, keluarga, pekerjaan, waktu luang dan untuk mendekatkan diri kepada Allah serta kehidupan keduniawiannya (Mal Coln Hardy Steve Heyes:1988). Jika orang usia lanjut cukup beruntung dan bijaksana,

mempersiapkan diri untuk masa depan pensiun dengan menciptakan bagi dirinya sendiri berbagai bidang minat untuk memanfaatkan waktunya, masa pensiunnya akan memberikannya kesempatan untuk menikmati sisa hidupnya. Perubahan mendasar dalam kehidupan rutin barang tentu membuat orang usia lanjut merasa tidak aman dan merasa kurang melakukan kegiatan yang berguna. Tunjangan pensiun dan bentuk bantuan lainnya yang disediakan pemerintah sangat membantu dalam mengatasi masalah finansial akibat pensiun meskipun sebenarnya masih banyak lagi yang dibutuhkan. Manusia paripurna memiliki kebutuhan secara ekonomi yang lebih tinggi, seperti membutuhkan biaya kuliah anaknya atau membutuhkan biaya untuk pernikahan anaknya. Ini secara psikologis membuat orang usia lanjut merasakan kebingungan, sedangkan orang usia lanjut sudah tidak bekerja kecuali hanya mengadakan pensiunan atau pemberian anak-anaknya yang sudah mandiri. Orang usia lanjut yang sudah mampu menabung di waktu mudanya, mungkin tidak menemui kebingungan ketika ada kebutuhan-kebutuhan secara ekonomi pada masa tuanya. Pengalaman yang sangat memprihatinkan yaitu khususnya bagi usia lanjut adalah jika tidak memiliki sanak keluarga atau mungkin jauh dari tempat tinggal anak-anaknya yang sudah berkeluarga ataupun yang memang sudah lama tidak di dampingi oleh sanak keluarga, maka bagi usia lanjut semacam ini diperlukan perhatian sosial dengan memberikan sedekah, zakat fitrah atau bantuan logistik atau bahkan tempat tinggal demi meneruskan kelangsungan hidupnya.

Manusia usia lanjut lebih memilih untuk mengisi masa akhir kehidupannya dengan masuk menjadi anggota jamiyah pengajian majelis taklim dan jamiyah keagamaan lainnya. Bersama dengan teman sebaya mereka mengikuti kegiatan keagamaan, membuat kehidupan psikologis manusia usia lanjut merasa lebih tenang. Dengan sikap pasrah dan rela itu, manusia usia lanjut merasa jiwa raganya milik Allah dan kehendak-Nya untuk menjemput nyawa adalah haknya. Sikap penuh kepasrahan ini memberikan penguatan bahwa hakikat hidup dan mati hanya Allah yang memiliki, sedangkan manusia hanya berbuat dan Allah swt yang menentukan segalanya. Meningkatkan kualitas ketaqwaan pada usia lanjut merupakan hal yang penting untuk memperbaiki diri menuju hidup yang bahagiadan meninggal dalam golongan orang-orang yang beriman dan dalam keadaan Islam (husnul khotimah). Nabi Muhammad SAW

bersabda yang artinya: “Talqinkanlah orang-orang yang nanti di antara kamu dengan *laa ilaahailallah*, niscaya ia akan masuk syurga”.

Bagi Orang usia lanjut yang di akhir hayatnya menyebut asma Allah maka niscaya Allah akan memberikan kemurahan dengan mengampuni dosa dan memasukkannya ke dalam golongan hambanya yang masuk syurga. Sikap yang dianjurkan untuk dikerjakan oleh orang yang paling purna adalah (1) meningkatkan kualitas ibadah kepada Allah SWT (2) lebih mendekatkan pada kegiatan-kegiatan sosial, banyak bersedekah untuk pembangunan masjid, menyantuni anak yatim (bagi usia lanjut yang banyak harta Sedangkan bagi orang usia lanjut yang tidak mampu yaitu membantu kegiatan-kegiatan sosial di masyarakat (3) mengisi waktu purnanya memperbanyak membaca buku-buku atau majalah yang bernuansa islami (4) mengikuti kegiatan masjid.

### *Konseling dan pembimbingan manusia usia lanjut dalam Islam*

Dalam kehidupan manusia, terjadi perkembangan psikologis karena perubahan fase pertumbuhan fisik, seperti masa anak-anak, masa remaja hingga lanjut usia. Masing-masing individu mempunyai cara yang tidak sama dalam mencapai tujuan hidupnya. Perbedaan cara dalam menjalani dan meraih tujuan hidup disebabkan oleh perbedaan latar belakang kehidupan masing-masing. Untuk mencapai kesempurnaan yang sejati manusia harus menjalani hidup sebagaimana dinyatakan oleh Imam Ghazali yaitu dengan selalu melakukan amal yang baik dan selalu merasa hidupnya dalam pengawasan Allah dan tidak melakukan amal-amal yang hanya mengikuti nafsu kebinatangan seperti mengembangkan tingkah lakunya yang kurang baik dengan mengumbar syahwat dan ghodhab, sehingga ia turun derajatnya bagaikan binatang-binatang itu (Muhammad Yasir Nasution:1996).

Sebelum menginjak usia lanjut manusia diwajibkan untuk mengembangkan diri melalui bimbingan agar di usia yang senja tidak menyesal dikemudian hari. Dalam tatanan hidup ini yang sangat prinsip dalam kehidupan manusia adalah pendidikan, terutama pendidikan agama yang menjadi kecenderungan manusia untuk selalu dekat dengan-Nya. Sesuai dengan ilmu kejiwaan usia lanjut merupakan masa-masa yang menakutkan karena sudah dekat dengan kematian. Berdasarkan teori Robert H Thoules disebutkan bahwa dengan

penurunan kondisi tubuh, seperti berbagai kelemahan fungsi-fungsi biologis, termasuk kemampuan akal. Seiring dengan proses ini, maka muncul trauma historis manusia sebagai makhluk yang lemah. Trauma historis ini mempengaruhi sikap dan rasa ketidakberdayaan pada manusia usia lanjut. Kondisi uzur di usia tua menyebabkan manusia usia lanjut senantiasa dibayang-bayangi oleh perasaan tidak berdaya dalam menghadapi kematian dan rasa takut akan kematian ini semakin meningkat pada masa usia tua (Jalaluddin:1997). Untuk menghilangkan kecemasan batin ini maka bimbingan dan penyuluhan sangat dibutuhkan oleh manusia yang berada pada usia lanjut, maka prinsip dasar untuk membimbing usia lanjut adalah pendidikan. Secara psikologis usia lanjut senang kalau diberi pendidikan agama karena dengan pendidikan agama orang berusia lanjut lebih merasa tenang dibandingkan sebelumnya.

Kecenderungan untuk mendekati diri kepada Tuhan lebih mendalam jika dibandingkan dengan usia muda. Karena ada rasa ingin merubah diri untuk bertaubat dan menyesali perbuatannya di masa lalu dan menjadikan trauma historis sebagai bahan muhasabah dan evaluasi diri melalui peningkatan dalam beribadah. Dengan bimbingan keagamaan yang intens dan berkelanjutan, orang usia lanjut akan lebih siap ketika tiba-tiba Allah memanggilnya. Untuk memenuhi kebutuhan psikologis orang usia lanjut, diberikan pendidikan dan bimbingan agar ia merasa lebih tenang dalam menghadapi kematian yang datang dengan tiba-tiba. Rasa takut akan mati pada usia lanjut didalam al-Qur'an telah dijelaskan bahwa kehidupan dunia ini akan hancur, kelezatannya akan sirna, sedangkan kehidupan akhirat merupakan kehidupan yang hakiki dan kenikmatan di sana adalah abadi. Kematian tidak lain hanyalah perpindahan dari kehidupan yang fana kepada kehidupan yang abadi. Oleh karena itu seorang mukmin yang benar-benar mendalam keimanannya seharusnya ditanamkan rasa tidak takut kepada kematian (M. Utsman Najati: 1985). Orang usia lanjut dituntut untuk lebih banyak dan lebih mendalami pemahaman dan pengamalan agama. Orang usia lanjut yang benar-benar mukmin akan tahu bahwa kematian akan mengantarkan kepada nikmat kehidupan abadi. Allah berfirman: yang artinya :*“Dan tiadalah kehidupan dunia ini melainkan senda gurau dan main-main belaka. Dan sesungguhnya akhirat itulah kehidupan sebenarnya, kalau Mereka mengetahui”*. (QS. Al-Ankabut 29:64).

Ketakutan terhadap mati yang sebenarnya adalah sesuatu yang tidak wajar. Ketakutan terhadap mati ada dua hal, yaitu (1) karena kurang atau tidak ada pengetahuan tentang mati, keadaan mati dan keadaan sesudah mati adalah gelap bagi kita, berarti mati adalah menempuh tempat yang gelap gulita (2) karena dosa dan kesalahan yang sudah menumpuk yang dilakukan oleh seseorang karena merasa enak dan bergembira merasakan dosa dan kesalahan, ketakutan jika perbuatan dosanya di masa lalu akan dimintai pertanggungjawaban dan akan memperoleh siksaan dari Allah (Bey Arifin:1994). Maka dengan adanya penjelasan tersebut, usia lanjut seharusnya diberikan semangat untuk beribadah dan bertaubat agar kesehatan mental mereka tidak terganggu karena perbuatan masa lalu. Jalan terbaik untuk menghadapi mati adalah bertaubat, bahwa dengan bertaubat Allah akan menerima segala perbuatan salahnya dan mengampuni dosa-dosanya. Allah SWT berfirman: Artinya :*“Katakanlah, “Hai hamba-hambaku yang melampaui batas terhadap diri mereka sendiri, janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah, sesungguhnya Allah mengampuni dosa-dosa semuanya, sesungguhnya Dia Maha Pengampun lag Maha Penyayang”*.

Berdasarkan ayat al-Qur’an tersebut di atas sudah jelas bahwa taubat seseorang dengan sebenar-benarnya taubat (*taubatan nasuha*) maka Allah akan mengampuni dosa-dosa hambaNya selagi nyawanya belum keluar dari leher (mati). Usia lanjut sebaiknya diberi semangat untuk menghabiskan hidupnya dengan bertaubat hanya untuk mengharapkan ridho Allah. Maka prinsip yang terpenting adalah pembimbingan dan konseling keagamaan dengan intens memberikan pembinaan dan penyempurnaan terhadap kesehatan mentalnya melalui bimbingan dan konseling islam (A Mudjab Mahali: 1987).

## **Simpulan**

Hasil penelitian ini adalah bimbingan dan konseling keagamaan dalam islam sebagai upaya sistematis dan terencana yang dilakukan untuk memberikan pendampingan, pembimbingan dan diskusi yang komunikatif dengan klien tentang berbagai persoalan psikologis untuk menuju kehidupan pribadi yang seimbang dan bahagia dalam tuntutan islam yang berlandaskan kepada al-quran dan sunnah nabi Muhammad SAW.

Manusia dengan usia yang telah uzur secara fisik mengalami kemunduran kualitas kesehatan. Pendengaran yang sudah tidak sensitif, penglihatan yang kabur dan sensitif dengan cahaya, berkurangnya cairan tubuh dan kekuatan fisik yang semakin melemah. Secara psikologis, orang usia lanjut mengalami tanda-tanda kejiwaan secara umum seperti perasaan asing dengan kehidupan sosial, meningkat kesadaran keagamaannya dan takut dengan kematian.

Bimbingan dan konseling keagamaan bagi usia lanjut dalam Islam adalah kegiatan yang sistematis dan terencana yang memberikan pembimbingan dan konsultasi keagamaan yang lebih mendalam kepada proses pemantapan, pertaubatan dan penyempurnaan amalan agama yang dilandasi oleh kesadaran akan kehidupan setelah kematian, yakni kehidupan alam barzah dan alam akhirat. Cara yang digunakan dalam bimbingan dan konseling dengan teori *Al-hikmah*, *Al-Mauidhoh Hasanah*, dan *Al-Mujadalah*.

### **Daftar Pustaka**

- Ancok, Jamaluddin dan Suroso, Fuad Nashoni. (1994) *Psikologi Islami, Solusi Islam Atas Problem-Problem Psikologis*. Yogyakarta: Pustaka pelajar.
- Arifin, Bey. (1994). *Hidup Sesudah Mati*. Jakarta: Kinta.
- Bakran, Hamdani. (2002). *Konseling dan Psikoterapi Islam*. Yogyakarta: Fajar Pustaka.
- Baqi, Muhammad Fuad Abdul dan Marjan, A-Lu'lu' Wal. (1996). *Himpunan Hadits Shahih Yang disepakati oleh Bukhari Dan Muslim*, IISurabaya: Bina Ilmu.
- Daradjat, Zakiah. (1985). *Kesehatan Mental XII*. Jakarta: Sapta Dadi.
- .(1970).*Ilmu Jiwa Agama*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Faqih, Aunur Rohim. (2001).*Bimbingan dan Konseling Dalam Islam*.Yogyakarta: Fajar Pustaka.
- Hariyanto, Farid. (2007). *Makalah dalam Seminar Bimbingan dan Konseling Agama*. Jakarta.

- Ghie, Andrew Me. (1996). *Penerapan Psikologi Dan Perawatan*. Yogyakarta: Yogyakarta Press.
- Ghuddah, Abdul Fatah Abu. (1996). *Nilai Waktu Menurut Ulama*. Jakarta: Pustaka Amani.
- Haddad, Allamah Sayyid Abdullah. (1988). *Renungan tentang Umur Manusia*. Bandung: Al-Mizan.
- Hadi, Sutrisno. (1997). *Metodologi research*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Haditono, Siti Rahayu. (1994). *Psikologi Perkembangan Pengantar Dalam berbagai Bagian*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Hamid, Abdul Jalil. (1966). *Tasawuf Petunjuk ke Jalan kebenaran*. Surabaya: Apollo.
- Heyes, Malcolm Hardy Steve. (1988). *Pengantar Psikologi*. Jakarta: Erlangga.
- Jalaluddin. (1977). *Psikologi Agama*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Kartono, Kartini. (1981). *Psikologi Wanita: Sebagai Ibu Dan Nenek*. Bandung: Alumni.
- Kusuma, Widjaja. (2000). *Rahasia Untuk Melawan Proses Penuaan*. Batam: Interraksa.
- Mahali, A. Mudjab. (1987). *Konsepsi Manusia Paripurna, Kajian tentang Iman Islam Secara Qur'an hadits*. Jakarta.
- Mubarok, Ahmad dan Nafsy, Al-Irsyad. (2002). *Konseling Agama Teori dan Kasus*. Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru.
- Najati, M. Utsman. (1985). *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa*. Bandung: Pustaka.
- Nasution, Muhammad Yasir. (1996). *Manusia Menurut Ghazali*. Jakarta: Sri Gunting.
- Nugroho, Wahjudi. (1995). *Perawatan Usia Lanjut*. Jakarta: Buku Kedokteran.
- Putera, S. Among. (1983). *Renungan Hidup, MLPTs*. Yogyakarta: Majalah Pusara.
- RAB, H. Tabrani. (1999). *Masa Tua Yang Berguna, Bahagia dan Sejahtera*. Jakarta: Arcan.

Sabri, M. Alisuf. (1993). *Pengantar Psikologi Umum dan Perkembangan*. Jakarta: jaya.

Schindler, John A. (1995). *Bagaimana Menikmati Hidup 365 Hari Dalam Setahun*. Jakarta: Bumi Aksara.