



**PENERAPAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM DALAM  
MENGATASI KESEPIAN PADA LANSIA BERSTATUS JANDA DI  
DESA PADANG MATINGGI KECAMATAN BATANG ONANG  
KABUPATEN PADANG LAWAS UTARA**

**SKRIPSI**

*Diajukan untuk Melengkapi Tugas dan Syarat  
Mencapai Gelar Sarjana Sosial (S.Sos.)  
dalam Bidang ilmu Bimbingan Konseling Islam*

**OLEH**  
**EKA WILIDIA HARAHAHAP**  
**NIM. 18 302 00081**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM**

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**

**SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY**

**PADANGSIDIMPUAN**

**2023**



**PENERAPAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM DALAM  
MENGATASI KESEPIAN PADA LANSIA BERSTATUS JANDA DI  
DESA PADANG MATINGGI KECAMATAN BATANG ONANG  
KABUPATEN PADANG LAWAS UTARA**

**SKRIPSI**

*Diajukan untuk Melengkapi Tugas dan Syarat  
Mencapai Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)  
dalam Bidang Ilmu Bimbingan Konseling Islam*

**OLEH  
EKA WILIDIA HARAHAP  
NIM. 18 302 00081**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM**

**PEMBIMBING I**

**Dr. H. Arnyyn Hasibuan, M.Ag  
NIP. 196209241994031005**

**PEMBIMBING II**

**Risdawati Siregar, S.Ag., M.Pd  
NIP. 197603022003122001**

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY  
PADANGSIDIMPUAN**

**2023**



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**  
**SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY PADANGSIDIMPUAN**  
**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Jl. H. Tengku Rizal Nurdin Km 4,5SihitangPadangsidimpuan 22733  
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022 Website: uinsyahada. ac. id

Hal : Skripsi  
an. **Eka Wilidia Harahap**  
lampiran : 6 (enam) Exemplar

Padangsidimpuan, April 2023  
Kepada Yth :  
Ibu Dekan FDIK  
UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary  
Padangsidimpuan  
Di  
Padangsidimpuan

Assalamu alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, menelaah dan memberikan saran-saran perbaikan seperlunya terhadap skripsi a.n Sri Wahyuni yang berjudul : **“Penerapan Bimbingan Konseling Islam Dalam Mengatasi Kesenjangan Pada Lansia Berstatus Janda di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara”** maka kami berpendapat bahwa skripsi ini telah dapat diterima untuk melengkapi tugas dan syarat-syarat mencapai gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam bidang Bimbingan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan.

Seiring dengan hal di atas, maka saudara tersebut sudah dapat menjalani sidang munaqasyah untuk mempertanggung jawabkan skripsinya ini.

Dengan demikian kami sampaikan, semoga dapat dimaklumi dan atas perhatiannya, diucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

PEMBIMBING I

**Dr. H. Arnyun Hasibuan, M.Ag**  
NIP. 196209241994031005

PEMBIMBING II

**Risdawati Siregar, S.Ag., M.Pd**  
NIP. 197603022003122001

## SURAT PERNYATAAN MENYUSUN SKRIPSI SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **EKA WILIDIA HARAHAAP**  
Nim : **1830200081**  
Fak/Prodi : **Dakwah dan Ilmu Komunikasi/BKI**  
Judul Skripsi : **Penerapan Bimbingan Konseling Islam Dalam Mengatasi Kesepian Pada Lansia Berstatus Janda di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara**

Dengan ini menyatakan menyusun skripsi sendiri tanpa menerima bantuan tidak sah pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing dan tidak melakukan plagiasi sesuai dengan kode etik mahasiswa UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan pasal 14 ayat 2.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi sebagaimana tercantum pada kode etik Mahasiswa UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan pasal 19 ayat ke 4. Pencabutan gelar akademik dengan tidak hormat dan sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padangsidempuan, 14 April 2023

Pembuat Pernyataan



**EKA WILIDIA HARAHAAP**

**NIM 1830200081**

## **HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK**

Sebagai civitas akademik UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan, saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : **EKA WILIDIA HARAHAAP**  
Nim : **18 302 00081**  
Prodi : **Bimbingan Dan Konseling Islam**  
Fakultas : **Dakwah dan Ilmu Komunikasi**  
Jenis Karya : **Skripsi**

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan. Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Exclusive) Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul **Penerapan Bimbingan Konseling Islam Dalam Mengatasi Kesepian Pada Lansia Berstatus Janda di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara** beserta perangkat yang ada (jika diperlukan), dengan Hak Bebas Royalti noneksklusif ini UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Padangsidempuan  
Pada Tanggal : April 2023  
Yang menyatakan,



**EKA WILIDIA HARAHAAP**  
**NIM 18 302 00081**



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**  
**SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY PADANGSIDIMPUAN**  
**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**  
Jl. T. Rizal Nurdin Km. 4,5 Sihitang Padang Sidempuan 22733  
Telp. (0634) 22080 Faximile. (0634) 24022

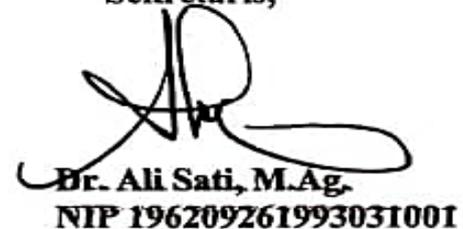
**DEWAN PENGUJI**  
**SIDANG MUNAQASYAH SKRIPSI**

**NAMA** : Eka Wilidia Harahap  
**NIM** : 1830200081  
**FAKULTAS/PRODI** : Dakwah dan Ilmu Komunikasi/Bimbingan Konseling Islam  
**JUDUL SKRIPSI** : Penerapan Bimbingan Konseling Islam Dalam Mengatasi  
Kesepian Pada Lansia Berstatus Janda di Desa Padang  
Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang  
Lawas Utara

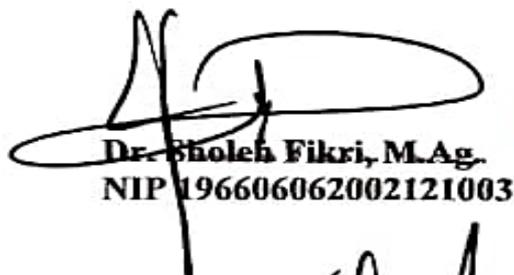
**Ketua,**

  
**Dr. Sholeh Fikri, M.Ag.**  
NIP 196606062002121003

**Sekretaris,**

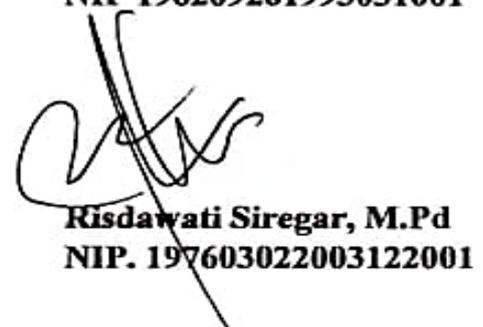
  
**Dr. Ali Sati, M.Ag.**  
NIP 196209261993031001

**Anggota**

  
**Dr. Sholeh Fikri, M.Ag.**  
NIP 196606062002121003

  
**Dr. Ali Sati, M.Ag.**  
NIP 196209261993031001

  
**Dr. H. Armyan Masibuan, M.Ag.**  
NIP. 196209241994031005

  
**Risdawati Siregar, M.Pd**  
NIP. 197603022003122001

**Pelaksanaan Sidang Munaqasyah**

**Di** : Padangsidempuan  
**Hari/Tanggal** : Jumat, 14 April 2023  
**Pukul** : 08.30 WIB s/d Selesai  
**Hasil/Nilai** : Lulus / 77 (B)  
**Indeks Prestasi Kumulatif** :  
**Predikat** :



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**  
**SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY PADANGSIDIMPUAN**  
**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**  
Jl. H.Tengku Rizal Nurdin Km. 4,5 Sihitang Padang Sidempuan 22733  
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

---

## **PENGESAHAN**

**Nomor: 364/Un.28/F.6a/PP.00.9/05/2023**

**Skripsi Berjudul : PENERAPAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM DALAM  
MENGATASI KESEPIAN PADA LANSIA BERSTATUS JANDA  
DI DESA PADANG MATINGGI KECAMATAN BATANG  
ONANG KABUPATEN PADANG LAWAS UTARA**

**Ditulis Oleh : EKA WILIDIA HARAHAP HARAHAP**  
**NIM : 1830200081**

**Program Studi : Bimbingan Konseling Islam**

**Telah Dapat Diterima untuk Memenuhi Salah Satu Tugas  
dan Syarat-Syarat dalam Memperoleh Gelar  
Sarjana Sosial (S.Sos)**

**Padangsidempuan, 03 Mei 2023**  
**Dekan,**

  
**Dr. Magdalena, M.Ag.**  
**NIP.197403192000032001**

## ABSTRAK

**NAMA : EKA WILIDIA HARAHAHAP**  
**NIM : 1830200081**  
**JUDUL SKRIPSI : Penerapan Bimbingan Konseling Islam Dalam Mengatasi Kesepian Pada Lansia Berstatus Janda di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang.**

Latar belakang masalah dalam penelitian ini adalah rasa sepi yang dirasakan oleh lansia berstatus janda yang menyebabkannya merasa sunyi akibat ditinggal mati suaminya, merindukan anak-anaknya yang merantau dan yang sudah menikah, merasa tidak dihargai karena dianggap tidak mampu melakukan apapun tanpa sosok laki-laki disampingnya, dan mengasingkan diri akibat tidak mempercayai ucapan tetangganya, serta rasa cemas yang berlebihan akan kematian dan anaknya yang belum menikah. Rumusan Masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana kondisi kesepian yang dirasakan oleh lansia berstatus janda, bagaimana penerapan bimbingan konseling Islam terhadap lansia berstatus janda, dan bagaimana perubahan kesepian yang dirasakan oleh lansia berstatus janda.

Kajian teori yang dibahas adalah penerapan bimbingan konseling Islam terhadap lansia berstatus janda agar mampu mengatasi kesepian yang dirasakan serta menjadi muslim yang bahagia dunia dan akhirat. Lansia yang dimaksud dalam penelitian ini ialah janda yang sudah berusia 60 tahun keatas yang mengalami penurunan kemampuan bersosialisasi, dan penurunan fisik serta penyakit yang mengakitkannya lemah dan membatasi kegiatannya sehingga lansia tersebut terlihat tidak berdaya.

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan menggunakan metode deskriptif dengan bentuk studi lapangan yaitu bertujuan menggambarkan secara sistematis dan akurat mengenai peristiwa yang terjadi. Penelitian tindakan lapangan dibagi ke dalam dua siklus, siklus I yaitu: perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Siklus ke II kembali mengulang siklus I. Sumber data dalam penelitian ini adalah sumber data primer terdiri dari 7 orang lansia berstatus janda, dan sumber data sekunder berupa tetangga terdekat, kepala desa, dan keluarga lansia berstatus janda.

Hasil penerapan bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kesepian pada lansia berstatus janda diketahui ada perubahan yang cukup signifikan. Hal ini dilihat dari rasa sunyi pada lansia berstatus janda sebelum diterapkan bimbingan konseling Islam berjumlah 7 orang, dan berubah setelah diterapkan bimbingan konseling Islam menjadi 3 orang, merasa tidak dihargai sebelum penerapan konseling sebanyak 7 orang setelah penerapan bimbingan konseling Islam berubah menjadi 2 orang, dan lansia yang mengasingkan diri sebelum dilakukan penerapan sebanyak 5 orang setelah diterapkan bimbingan konseling Islam menjadi 1 orang, serta lansia yang merasa cemas sebanyak 4 orang dan berubah menjadi 1 orang setelah dilakukan penerapan bimbingan konseling islam.

**Kata Kunci: Bimbingan Konseling Islam, Janda Lansia**

## KATA PENGANTAR



*Assalaamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Syukur Alhamdulillah peneliti ucapkan ke hadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat, nikmat dan hidayah-Nya yang tiada henti, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul **“Penerapan Bimbingan Konseling Islam Dalam Mengatasi Kesepian Pada Lansia Berstatus Janda di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang”**. Kemudian, shalawat dan salam senantiasa dicurahkan kepada Nabi Besar Muhammad SAW, seorang pemimpin umat yang patut dicontoh dan diteladani kepribadiaannya dan yang senantiasa dinantikan syafaatnya di hari akhir. Ucapan terima kasih saya ucapkan kepada:

1. Rektor Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan, Bapak Dr. H. Muhammad Darwis Dasopang, M.Ag.; Wakil Rektor Bidang Akademik dan Pengembangan Lembaga, Bapak Dr.Erawadi, M.Ag., Wakil Rektor Bidang Administrasi Umum, Perencanaan dan Keuangan, Dr. Anhar M.A., Wakil Rektor Bidang Kemahasiswaan, Alumni dan Kerjasama Bapak Dr. Ikhwanuddin Harahap, M.Ag
2. Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan, Ibu Dr. Magdalena, M.Ag.; Wakil Dekan Bidang Akademik dan Pengembangan Lembaga, Bapak Dr. Anas Habibi Ritonga, M.A., Wakil Dekan Bidang Administrasi Umum, Perencanaan

dan Keuangan Bapak Drs. H. Agus Salim Lubis, M.Ag., dan Wakil Dekan Bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama Bapak Dr. Sholeh Fikri, M.Ag.

3. Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling, Ibu Fithri Chorunnisa, M.Psi., yang telah banyak memberikan ilmu pengetahuan dan bimbingan dalam proses perkuliahan di Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan.
4. Pembimbing I Bapak Dr. H. Armyn Hasibuan, M.Ag., dan Pembimbing II Ibu Risdawati Siregar, S.Ag., M.Pd., yang telah menyediakan waktunya untuk memberikan pengarahan, bimbingan dan ilmu yang sangat berharga bagi peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak serta Ibu Dosen Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan yang dengan ikhlas telah memberikan ilmu pengetahuan dan dorongan yang sangat bermanfaat bagi peneliti dalam proses perkuliahan di Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan..
6. Teristimewa kepada Alm. Ayahanda Hombar Harahap dan Ibu Mas Delina Siregar yang tanpa pamrih memberikan kasih sayang dukungan moral dan material serta doa-doa mulia yang selalu di panjatkan tiada hentinya semenjak dilahirkan sampai sekarang, serta kepada abanganda Hamdan Harahap dan Ripai Harahap serta kakak saya Erlina Harahap dan Roida Riska Harahap yang telah membiayai kebutuhan saya, dan juga senantiasa mendukung dan memberikan dorongan sehingga bisa sampai pada tahap ini, dan kepada teman-

teman satu angkatan nim 18 yang selalu mendukung dalam menjalani perkuliahan ini.

7. Kepada semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu peneliti dalam menyelesaikan studi dan melakukan penelitian sejak awal hingga selesainya skripsi ini.

Akhirnya peneliti mengucapkan rasa syukur kepada Allah SWT, karena atas karunia-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Peneliti menyadari sepenuhnya akan keterbatasan kemampuan dan pengalaman yang ada pada diri peneliti sehingga tidak menutupi kemungkinan bila skripsi ini masih banyak kekurangan akhir kata, dengan segala kerendahan hati peneliti mempersembahkan karya ini, harapan penelitian semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca dan peneliti. Peneliti menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna, untuk itu peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun demi kesempurnaan skripsi ini.

Padangsidempuan, April 2023

**EKA WILIDIA HARAHAHAP**  
**NIM. 18 3020 0081**

## DAFTAR ISI

**SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI**

<b>ABSTRAK</b> .....	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>v</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Fokus Masalah .....	9
C. Batasan Istilah .....	9
D. Rumusan Masalah .....	12
E. Tujuan Penelitian .....	12
F. Manfaat Penelitian .....	13
G. Sistematika Pembahasan .....	14
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>15</b>
<b>A. Kajian Teori</b> .....	<b>15</b>
1. Penerapan .....	15
2. Bimbingan dan Konseling Islam .....	16
a. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam .....	16
b. Fungsi dan Tujuan Bimbingan dan Konseling .....	17
c. Landasan Bimbingan Konseling Islam .....	19
3. Lanjut Usia .....	20
a. Pengertian Lanjut Usia .....	20
b. Ciri-ciri Lanjut Usia .....	21
c. Tugas Perkembangan Lansia .....	23
d. Perlakuan Terhadap Lanjut Usia dalam Pandangan Islam .....	23
4. Kesepian .....	25
a. Tipe-tipe Kesepian .....	27
b. Faktor-faktor Kesepian .....	27
c. Standar Indikator Kesepian .....	28
d. Dampak dari Kesepian .....	29
e. Usaha-usaha Mengatasi Kesepian pada Lansia .....	30
5. Janda .....	31
a. Pengertian Janda .....	31
b. Permasalahan yang Terjadi Pada Janda .....	31
c. Masalah Psikologis Janda .....	32
d. Aspek Psikologis Janda .....	33
<b>B. Penelitian Terdahulu</b> .....	<b>25</b>
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b> .....	<b>40</b>
A. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	40

B. Jenis Penelitian .....	40
C. Informan Penelitian .....	41
D. Sumber Data .....	42
E. Teknik Pengumpulan Data .....	43
F. Langkah-langkah/ Prosedur Penelitian .....	46
G. Materi Bimbingan Konseling Islam pada Lansia Berstatus Janda .....	50
H. Teknik Analisis Data.....	56
I. Teknik Uji Keabsahan Data.....	58
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>63</b>
<b>A. Temuan Umum .....</b>	<b>63</b>
1. Letak Geografis Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara .....	63
2. Struktur Organisasi Desa Padang Matingg.....	63
3. Jumlah Penduduk Desa Padang Matinggi.....	64
4. Keadaan Penduduk Berdasarkan Hasil Mata Pencaharian .....	64
<b>B. Temuan khusus .....</b>	<b>65</b>
1. <b>Kondisi Kesepian yang Dirasakan Oleh Lansia Berstatus Janda         di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang.....</b>	<b>65</b>
a. Merasa Sunyi .....	66
b. Merasa Tidak Dihargai .....	68
c. Mengasingkan Diri .....	69
d. Cemas .....	71
2. <b>Penerapan Bimbingan Konseling Islam yang Diberikan Pada         Lansia Berstatus Janda di Desa Padang Matinggi Kecamatan         Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara .....</b>	<b>73</b>
a. Siklus I Pertemuan ke I.....	74
b. Siklus I Pertemuan ke II .....	78
c. Siklus II Pertemuan ke I .....	82
d. Siklus II Pertemuan ke II.....	86
3. <b>Perubahan Kondisi Kesepian Lansia Berstatus Janda Setelah         Dilakukan Bimbingan Konseling Islam di Desa Padang Matinggi         Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara.....</b>	<b>89</b>
4. <b>Analisa Hasil Penelitian .....</b>	<b>92</b>
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>95</b>
A. Kesimpulan .....	95
B. Saran-saran .....	95

## DAFTAR PUSTAKA

## LAMPIRAN

- A. Lampiran I: Pedoman Observasi
- B. Lampiran II: Pedoman Wawancara

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 : Materi Penerapan Bimbingan Konseling Islam Dalam Mengatasi Kesepian Pada Lansia Bersaus Janda.....	52
Tabel 2: Jumlah Penduduk Desa Padang Matinggi.....	63
Tabel 3 : Jumlah Lansia Berstatus Janda.....	63
Tabel 4: Pekerjaan Penduduk Desa Padang Matinggi.....	64
Tabel 5: Kondisi Kesepian Pada Lansia Berstatus Janda Sebelum Diterapkan Bimbingan Konseling Islam.....	72
Tabel 6: Kondisi Kesepian Pada Lansia Berstatus Janda Setelah Diterapkan Bimbingan Konseling Islam Pada Siklus I Pertemuan ke I.....	76
Tabel 7: Kondisi Kesepian Pada Lansia Berstatus Janda Setelah Diterapkan Bimbingan Konseling Islam Pada Siklus I Pertemuan ke II.....	79
Tabel 8: Kondisi Kesepian Pada Lansia Berstatus Janda Setelah Diterapkan Bimbingan Konseling Islam Pada Siklus II Pertemuan ke I.....	83
Tabel 9: Kondisi Kesepian Pada Lansia Berstatus Janda Setelah Diterapkan Bimbingan Konseling Islam Pada Siklus II Pertemuan ke II.....	86
Tabel 10: Rekapitulasi Perubahan Kesepian Pada Lansia Dalam Penerapan Bimbingan Konseling Islam.....	88

## BAB I

### A. Latar Belakang Masalah

Seiring dengan bertambahnya usia, lansia akan mengalami proses kesehatan yang memburuk dari waktu ke waktu, baik dari segi fisik maupun segi mental. Lansia adalah masa perkembangan terakhir dalam kehidupan manusia. Perkembangan yang dimaksud disini bukan berpengaruh pada perkembangan fisik yang dialami remaja, melainkan adalah perkembangan psikologis dan sosial lansia.<sup>1</sup>

Sebagaimana firman Allah SWT dalam surah Yasin ayat 68, yaitu:

وَمَنْ نُعَمِّرْهُ نُنَكِّسْهُ فِي الْخَلْقِ أَفَلَا يَعْقِلُونَ ﴿٦٨﴾

Artinya: “Dan barangsiapa Kami panjangkan umurnya niscaya Kami kembalikan dia kepada awal kejadian(nya). Maka mengapa mereka tidak mengerti?” (QS. Yasin: 68).

Adapun tafsirannya yaitu, tidakkah mereka menggunakan akal pikirannya untuk merenungkan permulaan kejadian mereka, kemudian perjalanan hidup mereka yang berakhir di usia tua, lalu pikun, agar mereka mengetahui bahwa diri mereka itu diciptakan bukan untuk menetap di negeri yang fana ini, melainkan untuk negeri akhirat yang abadi.<sup>2</sup>

Masalah kesehatan yang terkait dengan lansia adalah ditandai dengan fungsi fisik dan rentan terhadap beberapa penyakit yang disebabkan

---

<sup>1</sup> Johana E. Prawitasari, “Aspek Sosio-Psikologis Lansia di Indonesia, Jurnal: Buletin Psikologi Edisi No. 1-1994”, (Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada, 1994), hlm. 28. <http://jurnal.ugm.ac.id/buletinpsikologi/article/view/13240>, diakses 30 Maret 2020 pukul 05.35 WIB.

<sup>2</sup> Imam Al-Hafiz, dkk., *Tafsir Ibnu Katsir Surah Yasin*, (Jakarta: Shahih! Referensi Terpercaya, 2015), hlm, 152.

menurunnya fungsi organ tubuh. Masalah psikologis yang dihadapi lansia pada umumnya meliputi: kesepian, terasing dari lingkungan, ketidakberdayaan, perasaan tidak berguna, kurang percaya diri, ketergantungan dan masalah lainnya. Masalah yang paling sering dialami lansia ialah masalah psikologis yakni kesepian. Rasa kesepian adalah perasaan terasing, tersisihkan, terpencil dari orang lain.<sup>3</sup>

Hurlock, diambil dari jurnal Bonar Hutapea berpendapat bahwa ciri-ciri lanjut usia cenderung menuju dan membawa penyesuaian diri yang buruk daripada yang baik dan kepada kesengsaraan daripada kepada kebahagiaan. Perasaan tidak berguna dan tidak dihargai membuat banyak lansia mengembangkan perasaan rendah diri dan marah. Perasaan ini tentu saja tidak membantu untuk penyesuaian sosial dan pribadi yang baik. Selain itu, masalah psikologis yang umum terjadi pada lansia adalah kesepian.<sup>4</sup>

Banyak ahli yang menjelaskan arti kesepian, salah satunya Bruno, dalam skripsi Bintang Mara Setiawan. Ia menyatakan bahwa kesepian adalah suatu keadaan mental dan emosional terutama dicirikan oleh adanya perasaan-perasaan terasing dan kurangnya hubungan yang bermakna dengan orang lain.<sup>5</sup> Munculnya masalah kesepian tersebut berpotensi memberikan dampak negatif yang dapat mempengaruhi lansia. Akan tetapi, kesepian merupakan hal yang bersifat pribadi dan dianggap berbeda oleh orang lain. Sebagian

---

<sup>3</sup> Suadirman S. *Psikologi Usia Lanjut*, (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2011), hlm. 23.

<sup>4</sup> Bonar Hutapea, "Emotional Intelligence dan Psychological Well-being pada Manusia Lanjut Usia Anggota Organisasi Berbasis Keagamaan di Jakarta," dimuat dalam jurnal INSAN, Vol. 13, No. 02, Agustus 2011, hlm. 65. Diunduh dari [www.journal.unair.ac.id](http://www.journal.unair.ac.id), diakses 30 Maret 2022 pukul 06.24 WIB.

<sup>5</sup> Tri Dayaksini, *Psikologi Sosial*, (Malang: UMM Press, 2003), hlm. 188.

orang kesepian dapat diterima secara normal, namun bagi sebagian orang lain bisa menjadi sebuah kesedihan yang mendalam. Oleh karena itu, setiap individu akan memiliki interpretasi sendiri tentang perasaan kesepian yang dialami, dan akan ditemukan berbeda dari setiap orang.<sup>6</sup>

Menurut Dayaksini dalam jurnal Imam Munandar, ketika orang kesepian dikategorikan karena dia tidak menikah, bercerai, dan janda. Hasilnya menunjukkan bahwa orang yang tidak menikah mengalami tingkat kesepian yang lebih rendah, tetapi kesepian yang dialami orang yang telah menikah lebih tinggi dikarenakan sebagai reaksi terhadap hilangnya hubungan perkawinan daripada ketidak hadirannya dari pasangan suami atau istri pada seseorang, dan diantara orang-orang yang belum menikah, ditinggal pasangannya karena bercerai dan juga karena ditinggal mati, maka yang paling kesepian adalah seseorang yang ditinggal mati oleh pasangannya.<sup>7</sup>

Pendapat Irman dalam jurnalnya yang berjudul “Perilaku Lanjut Usia yang Mengalami Kesepian dan Implikasinya Pada Konseling Islam”, salah satu ahli yang dapat membantu lansia untuk mengatasi kesepiannya adalah praktisi di bidang konseling atau konselor. Beliau mengungkapkan bahwa tingkat kepuasan lansia terhadap konseling Islam tinggi, baik pada aspek proses layanan maupun pada aspek hasil konseling. Konseling Islam ini bisa digunakan untuk mengatasi berbagai problem pada lansia, melalui konseling

---

<sup>6</sup> Bintang Mara Setiawan, “Kesepian Pada Lansia di Panti Werdha Sultan Fatah Demak, Skripsi”, (Semarang: Universitas Negeri Semarang), hlm. 6, <http://lib.unnes.ac.id/18572/1/1550408086.pdf>, diakses pada 31 Maret 2022 pukul 10.02 WIB.

<sup>7</sup> Imam Munandar, Dkk., “Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kesepian pada Lansia yang Ditinggal Pasangan di Desa Mensere” *jurnal Nursing News*, Vol. 2, No. 2, 2017, hlm. 450. Diunduh dari <https://publikasi.uinitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/491>, di akses pada 1 April 2022 pukul 09.21 WIB.

diharapkan lansia dapat hidup mandiri dan mampu keluar dari permasalahan yang sedang dihadapi. Konseling pada lansia ini lebih tepat melalui pendekatan Islam, agar mereka dapat menerima kehidupan tanpa penyesalan.<sup>8</sup>

Dari penjelasan di atas, penulis ingin memecahkan masalah kesepian pada lansia berstatus janda menggunakan bimbingan konseling Islam, yang dimana bimbingan Islam adalah proses pemberian bantuan kepada klien agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk dari Allah SWT, sehingga klien dapat mencapai kehidupan yang bahagia di dunia dan akhirat. Sedangkan konseling Islami adalah proses bantuan yang berbentuk kontak pribadi antara individu atau kelompok yang mendapatkan kesulitan dalam suatu masalah dengan seorang yang profesional dalam hal pemecahan masalah, pengenalan diri, penyesuaian diri, dan pengarahan diri untuk mencapai realisasi diri secara optimal sesuai ajaran Islam.<sup>9</sup>

Maka dari itu, penulis menarik kesimpulan bahwa Bimbingan dan Konseling Islam adalah segala bentuk usaha pemberian bantuan kepada individu atau kelompok, baik yang bermasalah maupun tidak bermasalah, dengan tujuan agar mereka dapat memfungsikan seoptimal mungkin keimanannya. Sehubungan dengan masalah yang ia hadapi, terlepas dari masalahnya sehingga mendapatkan kebahagiaan dan kesejahteraan dalam kehidupannya di dunia dan akhirat.

---

<sup>8</sup> Irman, "Perilaku Lanjut Usia yang Mengalami Kesepian dan Implikasinya Pada Konseling Islam", *Jurnal: Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman* Vol. 5, No. 2, 2019, hlm. 71. Diunduh dari <http://ojs.uniska.ac.id/index.php/BKA> e-ISSN 2477-6300.

<sup>9</sup> Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islami (Teori dan Praktek)* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014), hlm. 21.

Bimbingan Konseling Islam berlangsung dalam suasana komunikasi atau tatap muka secara langsung antara konselor dengan klien. Pembahasan masalah dalam Bimbingan Konseling Islam bersifat mendalam serta menyentuh hal-hal yang penting tentang klien (sangat mungkin menyentuh rasa pribadi klien), tetapi juga bersifat spesifik menuju kearah pemecahan masalah. Melalui Bimbingan Konseling Islam klien akan memahami dirinya sendiri, lingkungannya, permasalahan yang dialami, kekuatan dan kelemahan dirinya, serta kemungkinan upaya untuk mengatasi masalah.<sup>10</sup>

Dalam hal ini, konselor berperan aktif dalam mengarahkan klien sesuai dengan masalahnya. Selain itu konselor juga memberikan saran, anjuran dan nasehat kepada klien. Berdasarkan penjelasan di atas, dimana penulis yang berperan sebagai konselor atau yang menerapkan Bimbingan Konseling Islam harus lebih aktif daripada lansia berstatus janda yang berada di Desa Padang Matinggi, agar tercapainya dan terselesaikannya masalah secara efektif dan efisien.

Adapun observasi awal yang penulis lakukan di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara bahwa lansia yang berada di Desa Padang Matinggi berjumlah 15 orang, dari 15 lansia ini yang berstatus janda sebanyak 8 orang, akan tetapi ada satu lansia yang bepergian ke Kota Medan selama beberapa tahun ini, jadi lansia berstatus janda yang menetap di desa Padang Matinggi ini sebanyak 7 orang.<sup>11</sup>

---

<sup>10</sup> *Ibid*, hlm. 24.

<sup>11</sup> Doli Harahap, Kepala Desa Padang Matinggi, *Observasi dan Wawancara awal* di beberapa tempat tinggal dari iforman penelitian di Desa Padang Matinggi tanggal 10 Agustus 2022.

Setelah melakukan observasi awal di desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang, peneliti juga mewawancarai lansia berstatus janda yang tinggal di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang yaitu Ibu Deliana, mengatakan bahwa:

“Beberapa bulan setelah suami saya meninggal, saya terkena penyakit stroke, yang membuat saya sulit untuk bergerak, saya mempunyai 6 anak laki-laki dan 2 anak perempuan, dari 8 anak saya ini yang sudah berkeluarga 2 orang laki-laki dan satu orang perempuan. Saya tinggal dengan 2 anak laki-laki saya, akan tetapi mereka sangat jarang tinggal di rumah karena bekerja di siang hari dan main ke kedai kopi di malam hari. Sedangkan anak perempuan saya yang belum menikah pergi merantau ke Medan dan hanya pulang saat lebaran itupun hanya 3 hari. Anak saya yang sudah berkeluarga dan merantau juga jarang mengunjungi saya, ada yang setelah merantau tidak pernah pulang kira-kira sudah 10 tahun, saya sangat merindukan mereka.”<sup>12</sup>

Berdasarkan hasil wawancara awal peneliti, bahwa kesepian yang dialami oleh janda lansia yang berada di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara dapat merusak kemampuan untuk mengembangkan dan memelihara hubungan interpersonal atau interaksi dengan yang lain. Adapun masalah yang dialami janda lansia sehingga mereka merasa kesepian dan tinggal sendiri di rumah merupakan pilihan sendiri karena merasa tidak mungkin untuk tinggal bersama anak-anaknya yang sudah berkeluarga yang membuatnya merasa takut membebani anak-anaknya. Adapula yang tinggal sendiri karena anak-anaknya merantau dan hanya pulang sekali setahun. Serta ada yang merasa kesepian karena hanya tinggal bersama 2 anak laki-laki yang sibuk bekerja dan tidak memiliki waktu

---

<sup>12</sup> Deliana, wawancara dengan salah seorang Janda Lansia di Desa Padang Matinggi tanggal 10 Agustus 2022.

bersama dengannya, sehingga tidak ada tempat untuk mengadu atau berbagi cerita.

Lebih lanjut lagi dalam observasi yang dilakukan, peneliti melihat ada seorang lansia yang berstatus janda memiliki sifat yang pada dasarnya tidak dilakukan pada lansia lain seperti mengalami gejala stress fisik berupa mudah merasa letih yang membuatnya tidak nafsu makan dikarenakan malas makan sendirian. Sebagian dari lansia itu merasakan lemas dan kehilangan tenaga akibat kelelahan saat mengangkut air dari sungai ke rumah dengan jarak kurang lebih 1 km, adapun kegiatan ini berdampak dari kehilangan suami dan tidak ada anak yang tinggal bersamanya.<sup>13</sup>

Rasa kesepian ini tentunya tidak terlepas dari tingkah laku seperti melamun, inilah yang dirasakan beberapa lansia berstatus janda di Desa Padang Matinggi, salah satunya lansia bernama Inun yang sering melamun bahkan dikeramaian sekalipun. Beberapa dari tetangganya berusaha menyadarkan dari lamuannya, tetapi yang terjadi lansia berstatus janda tersebut menangis karena merindukan anaknya yang tak kunjung pulang setelah bertahun-tahun dari perantauan dan mengatakan bahwa ia ingin mati saja karena anaknya sudah tidak membutuhkannya lagi. Inilah yang membuat lansia tersebut nampak menyedihkan seperti tidak ada semangat hidup.<sup>14</sup>

Dari observasi awal ini juga menunjukkan ada lansia yang mengalami gejala stress psikologis seperti mudah tersinggung, yaitu saat kumpul dengan para tetangga dan berbicara mengenai sifat seseorang itu dilihat dari

---

<sup>13</sup> Doarni, *Wawancara*, Janda Lansia di Desa Padang Matinggi tanggal 11 Agustus 2022.

<sup>14</sup> Inun, *Wawancara*, Janda Lansia di Desa Padang Matinggi tanggal 12 Agustus 2022.

marganya yang didasari dengan bercanda. Satu persatu marga telah dibahas bersama mulai dari marga Hasibuan yang dikatakan sifatnya pelit, kemudian mengatakan bahwa yang bermarga Siregar itu orangnya pemaarah. Tidak terima dengan pendapat para tetangga yang mengatakan siregar itu pemaarah akhirnya lansia tersebut mengamuk dan berkata lantang pada tetangganya yang menyebabkan keduanya adu mulut yang cukup lama. Dari kejadian ini, tidak sedikit yang mengabaikan lansia tersebut karena takut salah bicara dan membuat hati lansia tersebut tersinggung sehingga ia merasa terasingkan.<sup>15</sup>

Berbeda dengan lansia berstatus janda bernama Irlan dan Dermaun, untuk menghilangkan rasa sepi mereka sering bergabung dengan tetangga sambil mengobrol di halaman rumah tetangganya sampai tengah malam bahkan sampai ketiduran. Hal ini tentu membuat pemilik rumah merasa terganggu karena seharusnya malam hari itu adalah waktunya istirahat tetapi ia tidak mampu menegur lansia tersebut dikarenakan tidak mau berdebat dengan tetangganya. Akan tetapi kegiatan ini masih sering dilakukan lansia berstatus janda tersebut.<sup>16</sup>

Berdasarkan kondisi yang diteliti, bentuk kesepian yang dirasakan oleh janda lansia di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang ialah merasa sunyi, merasa tidak dihargai, dan mengasingkan diri. Akibat dari kesepian ini sendiri yaitu lansia mudah terserang penyakit karena tidak mempedulikan pola makannya seperti yang terjadi pada lansia berinisial Delina yang malas memasak karena tidak ada teman makan, yang kadang lauknya hanya garam,

---

<sup>15</sup>, *Observasi*, di Desa Padang Matinggi tanggal 06 Agustus 2022.

<sup>16</sup> Desi, Ibu Rumah Tangga, *observasi dan wawancara*, di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara pada tanggal 17 Agustus 2022.

ikan rebus, bahkan hanya dengan cabai giling sehingga pola makannya tidak sehat.<sup>17</sup>

Dari penjelasan di atas, penulis tertarik untuk meneliti lebih dalam terkait masalah psikologis kesepian yang dialami lansia berstatus janda di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara, termasuk didalamnya berupa bentuk dan upaya janda lansia dalam menangani kesepiannya. Oleh karena itu, penulis bermaksud mengangkat penelitian ini, dengan judul “ **Penerapan Bimbingan Konseling Islam Dalam Mengatasi Kesepian Pada Lansia Berstatus Janda di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara**”.

## **B. Fokus Masalah**

Adapun fokus masalah dalam penelitian yang dilakukan kali ini memfokuskan kepada penerapan Bimbingan Konseling Islam dalam mengatasi kesepian pada lansia berstatus janda di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara.

## **C. Batasan Istilah**

Untuk menghindari kesalahpahaman dalam memahami konsep-konsep dalam judul penelitian ini, maka perlu diberikan batasan istilah sebagai berikut:

### **1. Penerapan**

Penerapan adalah suatu proses, cara, perbuatan, menerapkan, pemasangan, memanfaatkan, dan mempraktikkan.<sup>18</sup> Sedangkan penerapan yang dimaksud

---

<sup>17</sup> Delina, *wawancara* Lansia berstatus janda di rumah warga Desa Padang Matinggi tanggal 17 Agustus 2022.

penulis disini ialah proses maupun cara yang dilakukan peneliti dalam mengatasi kesepian pada lansia berstatus janda yaitu dengan memberikan bimbingan konseling Islam di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang dengan cara menemui lansia secara langsung.

## 2. Bimbingan Konseling Islam

Bimbingan Konseling Islam merupakan proses pemberian bantuan terarah dan sistematis kepada setiap individu agar ia dapat mengembangkan potensi beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung di dalam Al-Qur'an dan Hadits Rasulullah ke dalam dirinya, sehingga ia dapat hidup sesuai dengan tuntunan Al-Qur'an dan Hadits, serta mendapatkan kebahagiaan dunia dan akhirat.<sup>19</sup>

Sedangkan dalam penelitian ini yang dimaksud dengan bimbingan konseling Islam adalah cara mengatasi kesepian yang dirasakan oleh lansia berstatus janda dengan tujuan agar mereka dapat menangani kesepian yang ia rasakan dan bahagia serta sejahtera dikehidupan dunia dan akhirat.

## 3. Kesepian

Kesepian merupakan keadaan emosional yang berkaitan dengan hubungan yang tidak terpenuhi untuk keintiman atau hubungan akrab dengan orang lain akibat dari kesendirian secara fisik, tetapi juga mencakup perasaan isolasi emosional atau kurangnya koneksi dengan orang lain.<sup>20</sup>

---

<sup>18</sup> Tim Penyusunan Kamus Pusat Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2013), hlm. 1180.

<sup>19</sup> Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2013), hlm. 23.

<sup>20</sup> Tri Dayakisni, *Op. Cit.*, hlm. 185.

Sedangkan dalam penelitian ini yang dimaksud dengan kesepian adalah masalah kesepian yang dirasakan lansia yang berstatus janda di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara, akibat tidak adanya pasangan hidup, tinggal sendirian di rumah, dan kurangnya perhatian dari keluarga.

#### 4. Lansia

Usia lanjut merupakan usia yang mendekati akhir siklus kehidupan manusia di dunia. Usia tahap ini dimulai dengan usia 60 tahunan sampai dengan akhir kehidupan.<sup>21</sup> Sedangkan dalam penelitian ini, yang dimaksud lansia adalah seorang wanita yang sudah mencapai 60 tahun ke atas dan berstatus janda di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara.

#### 5. Janda

Menurut Sukanto dan Usman dalam skripsi Nur Fadilah yang menyatakan bahwa individu dikatakan berstatus janda apabila ia ditinggal pasangan hidupnya karena perpisahan perceraian atau ditinggal mati.<sup>22</sup> Dalam penelitian ini yang dimaksud dengan janda adalah seseorang yang sudah tidak bersuami karena ditinggal mati, yaitu janda lansia yang bertempat tinggal di

---

<sup>21</sup> Purwakania Hasan Aliah, *Psikologi Perkembangan Islam "Menyingkap Rentang Kehidupan Manusia dari Pra Kelahiran Hingga Pasca Kematian."* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2008), hlm. 117, <http://repository.iainpurwokerto.ac.id/143/2/Cover-Bab%20I-Bab%20V-Daftar%20Pustaka.pdf>, diakses 02 Mei 2022 pukul 05.36 WIB.

<sup>22</sup> Nur Fadilah, "*Konsep Diri Janda Akibat Perceraian (Studi Kasus di Desa Karangpakis Kecamatan Nusawungu)*", *Skripsi*, (Purwokerto: Institut Agama Islam Negeri Purwokerto, 2016), hlm. 8. <http://etheses.uinmataram.ac.id/306/1/1/Safri%20160402027.pdf>, diakses 02 Mei 2022 pukul 06.29 WIB.

Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara.

#### **D. Rumusan Masalah**

Adapun rumusan masalah yang dapat diuraikan berdasarkan latar belakang yaitu:

1. Bagaimana kondisi kesepian yang dirasakan lansia berstatus janda di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara?
2. Bagaimana penerapan Bimbingan Konseling Islam terhadap lansia berstatus janda di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang?
3. Bagaimana perubahan kesepian yang dirasakan oleh lansia berstatus janda setelah diterapkannya Bimbingan Konseling Islam di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian yang diharapkan dapat sejalan dengan rumusan masalah yang telah dipaparkan sebelumnya yaitu:

1. Untuk mengetahui kondisi kesepian yang dirasakan lansia berstatus janda di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara.
2. Untuk mengetahui Penerapan Bimbingan Konseling Islam terhadap lansia berstatus janda di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara.

3. Untuk mengetahui perubahan kesepian yang dirasakan lansia berstatus janda setelah diterapkannya Bimbingan Konseling Islam di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Setelah penelitian ini dilakukan, maka penelitian ini diharapkan berguna:

1. Secara Teoritis
  - a. Penelitian ini akan menambah wawasan Bimbingan Konseling Islam terkait mengenai mengatasi kesepian pada lansia berstatus janda dengan penerapan bimbingan konseling islam.
  - b. Penelitian ini dapat dijadikan bahan rujukan bagi peneliti selanjutnya pada kajian yang sama tetapi pada ruang lingkup yang luas dan mendalam dibidang lanjut usia.
2. Secara Praktis
  - a. Sebagai bahan perbandingan kepada peneliti lain yang memiliki keinginan membahas pokok masalah yang sama namun pandangan yang berbeda.
  - b. Melengkapi tugas untuk memenuhi syarat-syarat dalam meraih Gelar Sarjana Sosial (S. Sos) dalam prodi Bimbingan Konseling Islam.
  - c. Bagi lembaga, dapat dijadikan sebagai acuan atau pedoman untuk memberikan masukan terhadap pengembangan lembaga yang berkaitan dengan mengatasi kesepian pada lansia berstatus janda.

## **G. Sistematika Pembahasan**

Untuk memudahkan penyusunan skripsi ini peneliti membuat sistematika pembahasan agar lebih jelas dan mudah, yaitu:

BAB I, pendahuluan dengan menjelaskan latar belakang masalah, fokus masalah, batasan istilah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika pembahasan.

BAB II, landasan teori berupa uraian-uraian objek penelitian diantaranya penerapan, bimbingan konseling islam, lanjut usia berstatus janda, kesepian dan kajian terdahulu.

BAB III, metododologi penelitian yang mencakup lokasi dan waktu penelitian, pendekatan dan jenis penelitian, informan penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, teknik tindakan penelitian lapangan, teknik analisa data, dan teknik uji keabsahan data.

BAB IV, hasil penelitian yang diperoleh dari lapangan, berupa temuan umum dan temuan khusus. Temuan umum yaitu kondisi penelitian dan keadaan subjek penelitian. Sedangkan temuan khusus yaitu penerapan layanan bimbingan konseling islam dalam mengatasi kesepian pada lansia berstatus janda di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara..

BAB V, penutup, kesimpulan dan saran yang dianggap penting.

## **BAB II**

### **Tinjauan Pustaka**

#### **A. Kajian Teoritis**

##### **1. Penerapan**

Penerapan adalah suatu perbuatan mempraktekkan suatu teori, metode dan hal lain yang mencapai tujuan tertentu untuk suatu kepentingan yang diinginkan oleh kelompok atau golongan yang telah terencana dan tersusun sebelumnya.<sup>23</sup> Sedangkan penerapan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah proses, pemanfaatan, dan mempraktikan setiap usaha yang mana hanya dapat berjalan secara efektif dan efisien bilamana sebelumnya sudah dipersiapkan dan direncanakan terlebih dahulu dengan matang.<sup>24</sup>

Adapun unsur-unsur penerapan menurut Wahab terdiri atas:

- a. Adanya program yang dilaksanakan.
- b. Adanya kelompok target, yaitu masyarakat yang menjadi sasaran dan diharapkan akan menerima manfaat dari program tersebut.
- c. Adanya pelaksanaan, baik organisasi maupun perorangan yang bertanggung jawab dalam pengelolaan, pelaksanaan serta pengawasan dari proses penerapan tersebut.<sup>25</sup>

---

<sup>23</sup> Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2000), hlm. 1180.

<sup>24</sup> Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2000), hlm. 1044.

<sup>25</sup> Wahab, *Manajemen Personalia*, (Bandung: Sinar Harapan, 1990), hlm. 45.

Penerapan adalah menggunakan segala teori yang ada untuk memperjelas suatu pengertian atau untuk memperlihatkan cara melakukan sesuatu baik secara lisan maupun praktik.

## **2. Bimbingan Konseling Islam**

### **a. Pengertian Bimbingan Konseling Islam**

Secara etimologi, Bimbingan berasal dari kata *guidance* dan Konseling berasal dari kata *counseling*. Secara umum pengertian Bimbingan adalah bantuan atau pertolongan yang diberikan seseorang atau sekelompok orang dalam menghindari atau mengatasi masalah-masalah yang dihadapinya, agar seseorang atau sekumpulan orang tersebut dapat mensejahterakan kehidupannya.<sup>26</sup> Sedangkan *counseling* diartikan dengan kata nasihat, anjuran, dan pembicaraan. Secara umum pengertian Konseling adalah proses pertemuan tatap muka antara seorang konselor dan konseli yang berusaha untuk memecahkan sebuah masalah.<sup>27</sup>

Bimbingan Islam adalah pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah SWT, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat. Sedangkan Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan yang berlandaskan al-Qur'an dan al-Hadist, untuk menjadi penerang bagi seluruh umat

---

<sup>26</sup> Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah: Berbasis Integrasi*, (Jakarta:Raja Grafindo, 2014), hlm. 15-16

<sup>27</sup> *Ibid.*, hlm. 21-22.

manusia. Mengantarkan manusia kepada kebahagiaan lahir batin dunia dan akhirat.<sup>28</sup>

Menurut penulis Bimbingan dan Konseling Islam adalah usaha pemberian bantuan berupa nasehat kepada individu secara terarah dan sistematis untuk mengembangkan potensi (keagamaan), sehingga menyadari perannya sebagai khalifah di muka bumi, mengabdikan kepada Allah SWT sehingga tercipta kembali hubungan baik antara Allah SWT dengan manusia dan dengan alam sesuai ajaran al-Qur'an dan al-Hadist.

#### **b. Fungsi dan Tujuan Bimbingan Konseling Islam**

Ada lima fungsi Bimbingan dan Konseling Islam, yaitu:

##### 1) Fungsi Pemahaman

Ada beberapa hal yang harus dipahami tentang manusia, yaitu:

- a) Memahami manusia dalam suatu rentang kehidupan yang amat panjang di dunia dan akhirat.
- b) Memahami manusia dalam bentuk kebaikan dan keburukan.
- c) Memahami kecenderungan alami manusia kepada kebaikan dan kebenaran hakiki (Allah SWT).
- d) Memahami kebebasan manusia dalam bertindak sehingga memunculkan kreativitas.
- e) Memahami manusia dari segi tingkah laku aktualnya. Bimbingan berfungsi sebagai preventif atau pencegahan, yaitu membantu dan memecahkan timbulnya masalah bagi individu.

---

<sup>28</sup> Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2013), hlm. 49.

- 2) Fungsi Pencegahan, berfungsi mencegah atau menghindari klien dari berbagai permasalahan yang mungkin timbul dan mendatangkan kesulitan dalam kehidupan atau dalam proses perkembangannya.
- 3) Fungsi Pengentasan, untuk menghasilkan terentaskannya atau teratasinya permasalahan individu atau kelompok dalam kehidupan perkembangannya.
- 4) Fungsi Pemeliharaan dan Pengembangan, untuk menghasilkan terpelihara dan berkembangnya potensi positif individu atau sekelompok dalam rangka pengembangan diri secara mantap dan berkelanjutan.
- 5) Fungsi Advokasi, untuk menghasilkan kondisi pembelaan terhadap pengingkaran atas hak-hak atau kepentingan pendidikan/perkembangan yang dialami klien.<sup>29</sup>

Menurut Erhamwilda dalam jurnal Said Alwi yang menjelaskan tujuan umum jangka panjang konseling Islam ialah agar individu menjadi muslim yang bahagia dunia dan akhirat, sedangkan tujuan jangka pendek konseling adalah membantu klien yang melanggar tuntunan Islam menjadi sikap dan perilaku hidup yang sesuai dengan tuntunan Islam.<sup>30</sup>

---

<sup>29</sup> Ayumi Kholifah, "Pemahaman Fungsi dan Prinsip Bimbingan dan Konseling Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung Tahun 2020/2021," *Skripsi* (Lampung: uin Raden Intan Lampung), hlm. 33-38.

<sup>30</sup> Said Alwi, "Pendekatan dan Metode Konseling Islami", *Jurnal ITQAN*, Vol. 9, No. 2, Juli-Desember 2018, hlm. 149.

Adapun tujuan Bimbingan dan Konseling Islam ialah sebagai berikut:

1) Tujuan Umum

Yaitu untuk membantu individu mewujudkan dirinya menjadi manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.

2) Tujuan Khusus

Untuk menghasilkan suatu perbuatan, perbaikan, kesehatan, dan kebersihan jiwa dan mental. Untuk 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. Serta untuk mengembalikan pola pikir dan kebiasaan konseli yang sesuai dengan petunjuk ajaran islam (bersumber pada Al-Qur'an dan hadist).

**c. Landasan Bimbingan Konseling Islam**

Adapun landasan Bimbingan Konseling Islam terbagi menjadi dua, yaitu sebagai berikut:

1) Landasan Utama

Landasan utama Bimbingan Konseling Islam adalah Al-Qur'an dan Sunnah Rasul, karena keduanya merupakan sumber segala sumber pedoman hidup manusia.

## 2) Landasan Operasional

Landasan operasional meliputi;

- a) Landasan filosofis, agar konselor bekerja secara cermat, tepat dan bijaksana terutama pemikiran filosofis tentang hakekat manusia, tugas dan tujuan hidup manusia.
- b) Landasan religius, untuk memuliakan manusia sebagaimana yang ditunjukkan dalam kaidah-kaidah agama.
- c) Landasan psikologis, pemahaman terhadap tingkah laku individu yang menjadi sasaran layanan.
- d) Landasan sosial budaya, untuk mengembangkan dimensi sikap, pengetahuan, dan keterampilan yang sesuai dengan klien antar budaya yang akan dilayani.
- e) Landasan Ilmiah dan Teknologi, yaitu didasarkan pada teori-teori dan pendekatan-pendekatan yang sesuai dengan kaidah-kaidah keilmuan. Serta teknologi yang berkembang saat ini langsung dimanfaatkan dalam pelayanan Bimbingan dan konseling.<sup>31</sup>

## 3. Lanjut Usia

### a. Pengertian Lanjut Usia

Lanjut usia merupakan istilah tahap akhir dari proses penuaan.

Dalam kamus umum Bahasa Indonesia, orang jompo adalah orang yang sudah tua. Masa tua adalah terjadinya perubahan yang mudah dilihat yakni

---

<sup>31</sup> Muhammad Husni, "Landasan Bimbingan dan Konseling Dalam Persepektif Islam", *Jurnal: Pendidikan dan Keilmuan Islam* Vol. 6, No. 1, 2021. Hlm. 120-121.

perubahan fisik, kemampuan indra-indra menurun, waktu reaksi dan stamina menurun.<sup>32</sup>

Menurut Papalia dalam jurnal Sintya Risfi dan Hasnelui mengatakan, lanjut usia dapat dibagi menjadi tiga kelompok yaitu: pertama, lanjut usia muda yaitu merujuk kepada orangtua berusia 65-74 tahun yang biasanya masih aktif, sehat dan masih kuat. Kedua, lanjut usia tua yaitu berusia antara 75-84 tahun. Ketiga, lanjut usia tertua yaitu berusia 85 tahun keatas, lebih rapuh dan mengalami kesulitan untuk mengatur kehidupan sehari-hari.<sup>33</sup>

#### **b. Ciri-ciri Lanjut Usia**

Ciri-ciri lanjut usia cenderung menuju dan membawa penyesuaian diri yang buruk daripada yang baik dan kepada kesangsaraan daripada kebahagiaan. Adapun ciri-ciri yang dimaksud seperti yang disebutkan oleh Elizabeth B. Hurlock , sebagaimana dikutip Diane E. Poerwardaminta yang terdiri dari:

- a. Lanjut usia merupakan periode kemunduran fisik dan mental, terjadi secara perlahan dan bertahap pada masa proses menjadi tua.
- b. Perbedaan individual pada efek lansia. Orang menjadi tua secara berbeda karena mereka mempunyai sifat bawaan yang berbeda, sisi ekonomi dan latar belakang yang berbeda, seta pola hidup yang berbeda.

---

<sup>32</sup> W. J. S. Poerwardaminta, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1971), hlm. 655.

<sup>33</sup> Sintya Risfi dan Hasneli, “Kemandirian Pada Usia Lanjut”, *Jurnal Psikologi Islam Al-Qalb*, ISSN 2085-8647 Jilid 10, No. 2, oktober 2019, hlm. 152.

- c. Usia tua dinilai dengan kriteria yang berbeda. Orang cenderung menilai tua itu dalam hal penampilan dan kegiatan fisik. Bagi usia tua, anak-anak lebih kecil dibandingkan dengan orang dewasa dan harus dirawat, sedangkan orang dewasa sudah besar dan dapat merawat diri sendiri, orangtua mempunyai rambut putih dan tidak lama lagi akan berhenti dari pekerjaan sehari-hari.
- d. Berbagai stereo tipe orang lanjut usia. Sebagian orang berpendapat bahwa orang berusia lanjut bersikap baik dan pengertian, sebagian lagi berpendapat bahwa lansia khususnya wanita itu orang yang rewel dan jahat.
- e. Sikap sosial terhadap usia lanjut. Sikap sosial terhadap lansia yang tidak menyenangkan mempengaruhi cara mereka memperlakukan lansia.
- f. Lansia mempunyai status kelompok minoritas. Kelompok minoritas yaitu status yang dalam beberapa hal mengecualikan mereka untuk tidak berintegrasi dengan kelompok lainnya, dan memberikannya sedikit kekuasaan atau bahkan tidak memperoleh kekuasaan apapun.
- g. Lansia membutuhkan peran. Lansia diharapkan untuk mengurangi peran aktif dalam urusan masyarakat dan sosial.
- h. Penyesuaian buruk merupakan ciri-ciri usia lanjut. Mereka yang masa lalunya sulit dalam menyesuaikan diri cenderung untuk semakin jahat ketimbang mereka yang masa lalunya mudah dan menyenangkan.
- i. Keinginan menjadi muda kembali sangat kuat pada masa lansia.<sup>34</sup>

---

<sup>34</sup> *Ibid.*, hlm. 380-385.

Berdasarkan ciri-ciri lansia di atas, maka diketahui pada saat seseorang memasuki usia lanjut banyak menimbulkan masalah baru dalam kehidupannya meskipun masih banyak waktu luang yang dapat dinikmati. Namun dikarenakan penurunan fisik dan penyakit yang melemah telah membatasi kegiatan dan membuat orang merasa tak berdaya.

#### **c. Tugas Perkembangan Lansia**

Masalah khusus yang timbul pada lanjut usia adalah tidak mampu menyelesaikan tugas perkembangannya dengan baik. Secara garis besar menurut Havighurst diambil dari jurnal Afrizal, tugas-tugas perkembangan lanjut usia adalah sebagai berikut:

1. Menyesuaikan diri dengan menurunnya kekuatan fisik dan kesehatan.
2. Menyesuaikan diri dengan masa pensiun dan berkurangnya *incom* (penghasilan) keluarga.
3. Menyesuaikan diri dengan kematian pasangan hidup.
4. Membentuk hubungan dengan orang-orang yang seusia.
5. Membentuk pengaturan fisik yang memuaskan.
6. Menyesuaikan diri dengan peran sosial yang luas.<sup>35</sup>

#### **d. Perlakuan Terhadap Lanjut Usia dalam Pandangan Islam**

Di lingkungan peradaban Barat, upaya perlakuan seseorang kepada lansia dilakukan dengan menempatkan mereka ke panti jompo. Di panti jompo ini lansia akan mendapatkan perawatan yang intensif. Sebaliknya, di lingkungan keluarga umumnya karena kesibukan, tidak jarang anak-

---

<sup>35</sup> Afrizal, "Permasalahan yang Dialami Lansia Dalam Menyesuaikan Diri Terhadap Penguasaan Tugas-Tugas Perkembangannya", *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* Vol. 2, No. 2, 2018, P issn 2580-3638:e ISSN 2580-3646, hlm. 93.

anak serta keluarga tidak berkesempatan untuk memberikan perawatan yang sesuai dengan kebutuhan para lansia tersebut.<sup>36</sup>

Jika perlakuan terhadap lansia di Barat yaitu dengan menemukannya di panti jompo, maka berbeda dengan perlakuan Islam. Perlakuan terhadap lansia menurut ajaran Islam dibebankan kepada anak-anak mereka dan berawal dari rumah tangga bukan kepada panti jompo. Allah SWT menyebutkan pemeliharaan secara khusus lansia dengan memerintahkan kepada anak-anak mereka untuk memperlakukan kedua orangtua mereka dengan kasih sayang.<sup>37</sup>

Dalam memberikan perlakuan terhadap orangtua, Allah SWT menjelaskan dalam firman-Nya:

Artinya: Dan rendakanlah dirimu terhadap keduanya dengan penuh kasih sayang dan ucapkanlah, “Wahai Tuhanku! Sayangilah keduanya sebagaimana mereka berdua telah mendidik aku pada waktu kecil.” (QS. Al-Isra:24).<sup>38</sup>

Ayat di atas memerintahkan kepada anak agar merendahkan dirinya terhadap ibu bapaknya serta memberi perlakuan khusus kepada orangtua dengan penuh kasih sayang, dan ucapkanlah serta berdoalah untuk keduanya dengan tulus wahai Tuhanku yang memelihara dan mendidik aku . kasihilah mereka keduanya dikarenakan mereka berdua telah melimpahkan kasih kepadaku dengan mendidikku, menjagaku,

---

<sup>36</sup> Sri Rosita, “Perasaan Kesepian Pada Lansia di Panti Tresna Werdha Provinsi Bengkulu”, *Skripsi*, (Bengkulu: Institut Agama Islam Negeri Bengkulu), hlm. 35.

<sup>37</sup> *Ibid*, hlm. 36.

<sup>38</sup> Al-Qur'an dan terjemahnya (Bandung: J-ART, 2005), hlm. 284.

merawatku diwaktu kecil. Dalam ayat ini juga seorang anak diminta untuk merendahkan diri kepada kedua orangtuanya dengan penghormatan dan rasa takut melakukan hal-hal yang tidak sesuai dengan kedudukan ibu bapaknya serta rendah hati. Didalam ayat ini bagian dari rasa tanggung jawab dalam bakti kepada orang tua.<sup>39</sup>

Dari keterangan di atas menunjukkan bahwa perlakuan lansia menurut islam merupakan kewajiban agama, maka sangat tercela apabila anak menempatkan orangtuanya di panti jompo.

#### 4. Kesepian

Menurut Santrock yang dimuat dari jurnal Adonai bahwa ia mengatakan kesepian pada lansia ialah dimana lansia merasa sendiri, merasa terisolasi, merasa tidak memiliki seorangpun untuk dijadikan pelarian saat dibutuhkan serta kurangnya waktu untuk berhubungan dengan lingkungannya (lingkungan sosial) baik dalam keluarga maupun disekitar tempat tinggal mereka.<sup>40</sup>

Baron mengutip beberapa pendapat dalam jurnal psikologi, menurut Archibald, dkk kesepian adalah suatu reaksi emosional dan kognitif terhadap dimilikinya hubungan yang lebih sedikit dan lebih tidak memuaskan dari pada yang diinginkan oleh orang tersebut. Berbeda dengan pendapat Peplau dan Perlman bahwa kesepian adalah perasaan yang tidak menyenangkan

---

<sup>39</sup> Rofi'atul Afifah, dkk., "Studi Penafsiran Surat Al-Isra Ayat 23-24 Tentang Pendidikan Birru al-Walidain", *Jurnal: Ilmu Al-Qur'an, Tafsir dan Pemikiran Islam* Vol. 1, No. 2, September 2020, hlm. 28

<sup>40</sup> Adonai Filisia Arumdina, "Pengaruh Kesepian Terhadap Pemilihan Pasangan Hidup Pada Dewasa Awal yang Masih Lajang", *jurnal: Psikologi Pendidikan dan Perkembangan* Vol. 2 No. 3 Desember 2013, hlm. 162-163.

dengan merangsang kecemasan subjektif, sehingga pengalaman yang dirasakan adalah hasil dari hubungan sosial yang tidak memadai. Kesepian juga berarti adalah keadaan mental dan emosional yang terutama dicirikan oleh adanya perasaan terasing dan kurangnya hubungan social yang ada.<sup>41</sup>

Lansia yang mengalami kesepian seringkali merasa jenuh dan bosan dengan hidupnya, sehingga dirinya berharap agar kematian segera datang menjemputnya. Hal ini dikarenakan dirinya tidak ingin menyusahkan keluarga dan orang-orang disekitarnya. Seseorang yang menyatakan dirinya kesepian cenderung menilai dirinya sebagai individu yang tidak berharga, tidak diperhatikan dan tidak dicintai. Rasa kesepian akan semakin dirasakan oleh lansia yang sebelumnya adalah seorang yang aktif dalam berbagai kegiatan yang menghadirkan atau berhubungan dengan orang banyak.<sup>42</sup>

Kesepian pada lansia merupakan masalah psikologis yang dapat dilihat dari: berkurangnya kegiatan dalam mengasuh anak-anak, berkurangnya teman atau relasi akibat kurangnya aktifitas di luar rumah, kurangnya aktifitas sehingga waktu luang bertambah banyak, meninggalnya pasangan hidup, ditinggalkan anak-anak karena menempuh pendidikan yang lebih tinggi atau meninggalkan rumah untuk bekerja, anak-anak telah dewasa dan membentuk keluarga sendiri.<sup>43</sup>

---

<sup>41</sup> Baron R. A & Byrne D, *Psikologi Sosial (10th ed)*, (Jakarta: Erlangga, 2005), hlm 53.

<sup>42</sup> Ulfi Bini' Matillah, dkk., "Hubungan Spritualitas dengan Kesepian pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSWT)", *e-Jurnal Pustaka Kesehatan*, V. 6, No. 3, September 2018, hlm. 439.

<sup>43</sup> *Ibid*, hlm 440.

### **a. Tipe-Tipe Kesepian**

Menurut Sears yang diambil dari skripsi Raissa, ada dua tipe membedakan kesepian berdasarkan hilangnya ketetapan sosial tertentu yang dialami oleh seseorang, yaitu:

#### 1) Kesepian emosional

Disebabkan karena kehilangan sosok terdekat yang selalu memberikan rasa cinta dan kasih sayang terhadap individu, contohnya kehilangan pasangan hidup.

#### 2) Kesepian Sosial

Disebabkan karena kurangnya integrasi dalam suatu komunikasi dan kedekatan sosial. Contohnya kesepian ini dialami oleh individu yang harus mengalami relokasi atau berpindah ke tempat baru atau tempat lain yang asing baginya.<sup>44</sup>

### **b. Faktor-Faktor Kesepian**

Menurut Middlebrook dikutip oleh Dwi Sona penyebab umum terjadinya kesepian ada beberapa faktor, antara lain:

1) Faktor Psikologis, yaitu harga diri rendah pada lansia disertai dengan munculnya perasaan-perasaan negatif seperti perasaan takut, cemas dan berpusat pada diri sendiri.

2) Faktor kebudayaan dan situasional, yaitu terjadinya perubahan dalam tata cara hidup dan kultur budaya dimana keluarga yang seharusnya

---

<sup>44</sup> Raissa Pramitha, "Hubungan Kesejahteraan Psikologis dengan Kesepian Pada Mahasiswa yang Merantau di Yogyakarta", *Skripsi*, (Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia, 2018), hlm. 17.

merawat para lansia kini banyak yang lebih memilih untuk menitipkan lansia ke panti dengan alasan sibuk dan tidak mampu merawat lansia.

- 3) Faktor spiritual, yaitu kekosongan spiritual pada lansia, terutama lansia yang sudah tidak banyak beraktifitas, seringkali berakibat kesepian.
- 4) Faktor interaksi sosial, yaitu kesepian timbul karena hilangnya kontak atau komunikasi dengan orang lain terutama dengan orang yang dicintai, juga tidak terpenuhinya kebutuhan untuk berkomunikasi dengan orang lain karena berbagai alasan.<sup>45</sup>

### c. Standar Indikator Kesepian

Menurut Neti Juniarti dan kawan-kawan ada tiga kategori dalam tingkatan kesepian, yaitu sebagai berikut:

- 1) Kesepian ringan, yaitu kesepian yang pada umumnya bukan masalah yang harus ditangani secara khusus, dikarenakan masalah tersebut masih bisa diatasi individu tersebut. kesepian ringan ini biasanya bersifat subjektif dan tidak memiliki indikator tertentu untuk dikategorikan sebagai kesepian. Hal ini dikarenakan penyebab dan gejalanya bisa berbeda di setiap orang.
- 2) Kesepian sedang, yaitu kesepian yang masalahnya masih bisa diatasinya tersendiri namun perlu dibantu oleh seseorang agar permasalahannya bisa diatasi dengan cepat.

---

<sup>45</sup> Dwi, Sona. "Mengidentifikasi Kesepian pada Anak Pondok Pesantren dengan Menggunakan *Children Loneliness*" (Seminar Psikologi Kemanusiaan, 2015), hlm. 85.

- 3) Kesepian berat, yaitu kesepian yang mengarah pada depresi yang membutuhkan penanganan segera agar tidak mengarah pada kondisi yang lebih parah. Kesepian ini biasanya lebih rumit karena tak hanya merasa sendiri, kesepian ini biasanya disertai dengan gejala depresi seperti cemas, merasa tidak berharga, mengasingkan diri, dan lainnya.<sup>46</sup>

#### **d. Dampak dari Kesepian**

Adapun dampak dari kesepian menurut Robinson dalam skripsi Dwi Sona yaitu:

- 4) Lansia akan mengalami rendah diri
- 5) Tiak ingin terlibat pada kegiatan sosial
- 6) Mengalami kesulitan dalam pengambilan keputusan
- 7) Takut bertemu dengan orang lain dan menghindari situasi baru
- 8) Mempunyai persepsi negatif tentang diri sendiri
- 9) Merasakan keterasingan, kesendirian, dan perasaan tidak bahagia terhadap lingkungan sekitar.<sup>47</sup>

Seseorang yang merasakan kesepian biasanya merasakan perasaan seperti merasa tersisihkan, cemas, terpencil dari orang lain karena merasa berbeda dari orang lain, serta merasa tidak diperhatikan oleh orang-orang disekitarnya. Tidak hanya itu, seseorang yang mengalami kesepian juga

---

<sup>46</sup> Neti Juniarti, dkk., "Gambaran Jenis dan Tingkatan Kesepian pada Lansia di Balai Panti Sosial Tresna Werdha Pakutandang Ciparay Bandung", *Skripsi*, (Bandung: Universitas Padjadjaran, 2008) hlm. 11-15.

<sup>47</sup> *Ibid*, hlm. 86.

dapat merasa terisolasi dari lingkungan dan merasa tidak ada seseorang yang bisa menjadi tempat berbagi rasa dan pengalaman.<sup>48</sup>

**e. Usaha-usaha mengatasi kesepian pada lansia**

Pertama, menjalin kontak sosial dengan teman atau tetangga. Misalnya aktif dalam berbagai kegiatan sosial, senam, menyalurkan hobi, dan kegiatan keagamaan. Setidaknya usia lanjut memiliki waktu kapan saja bertemu dengan teman-teman untuk bersendau gurau dan bertukar informasi.

Kedua, kontak fisik yang tidak dapat dilakukan lansia dapat menggunakan media yang mampu membantunya untuk melakukan kontak sosial, misalnya melalui telepon.

Ketiga, melakukan aktivitas seperti: membaca, menonton TV, berjalan-jalan, berbelanja, memberi makan hewan, menyanyi, serta kegiatan lainnya. Kegiatan tersebut dapat menimbulkan rasa senang dan sibuk, sehingga dapat menghalau kesepian. Keempat, keluarganya meliputi anak, cucu serta anggota keluarga lainnya melakukan kunjungan secara periodik, melibatkan dalam diskusi, dan tidak melakukan kegiatan yang diinterpretasikan oleh lansia sebagai mengasingkannya. Semuanya itu, selain mengurangi rasa kesepian lansia juga memiliki keuntungan lain yang memonitor kondisi kesehatan lansia.<sup>49</sup>

---

<sup>48</sup> Hardika, dkk., "Hubungan Self-Esteem dan Kesepian dengan Kecenderungan Gangguan Kepribadian Narsistik pada Remaja Pengguna Sosial Media Instagram". *Psikosains: Jurnal Penelitian dan Pemikiran Psikologi* vol. 14, No. 1, Juli 2019, hlm. 6. <http://journal.umg.ac.id/index.php/psikosains/article/view/928/767>.

<sup>49</sup> *Ibid.*, hlm. 22-27.

## 5. Janda

### a. Pengertian janda

Janda berarti perempuan yang tidak bersuami lagi, baik karena cerai maupun karena ditinggal mati oleh pasangannya.<sup>50</sup> Status janda bukanlah posisi yang menguntungkan bagi perempuan secara psikologis, maupun sosiologis. Kaum janda kadang ditempatkan sebagai perempuan yang tidak berdaya, lemah dan perlu dikasihani. Sehingga dalam kondisi sosial budaya yang *patriarkhi* seringkali terjadi ketidakadilan terhadap kaum perempuan, khususnya kaum janda.<sup>51</sup>

### b. Permasalahan yang Terjadi Pada Janda

Seseorang yang berstatus janda akan mengalami permasalahan seperti masalah ekonomi, sosial, praktis, seksual dan tempat tinggal yang menjadi masalah secara umum adalah yang digambarkan oleh Hurluck sebagai berikut:

#### 1) Masalah Ekonomi

Beberapa janda mempunyai pengecualian karena di luar kenyataan umum tetapi itu adalah situasi keuangan yang lebih baik dari waktu masih berkeluarga. Namun ada beberapa janda yang mendapatkan dalam lingkungan ekonomi yang kurang tinggi, terkecuali suaminya telah meninggalkan kehidupan yang baik dan telah mengasuransikan berbagai aspek kehidupannya dalam lingkungan ekonomi yang kurang.

---

<sup>50</sup> Departemen Pendidikan Naional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2003), hlm. 457.

<sup>51</sup> Ahmad Munir, *Kebangkitan Kaum Janda: Akar Teologis-Spiritual Kaum Papa* (STAIN Ponorogo: Pustaka Pelajar, 2009), hlm. 144.

## 2) Masalah Sosial

Ketika suaminya meninggal, seorang janda akan menemukan bahwa apabila berada diantara pasangan yang menikah, tidak ada tempatnya. Seorang janda tidak dapat berpartisipasi di masyarakat dalam berbagai kegiatan sosial karena kemampuan ekonomi yang rendah.

## 3) Masalah Praktis

Mencoba memperbaiki peralatan yang ada di rumah tangga karena setelah terbiasa diperbaiki dan dibantu oleh suami, akan membentuk ketegangan seiring dengan menurunnya pendapatan, karena ia harus mengupah atau memberikan gaji kepada orang lain.

## 4) Masalah Seksual

Beberapa janda mengatasi masalah kebutuhan seksual dengan cara melakukan hubungan gelap dengan laki-laki bujangan atau sudah menikah dan hidup bersama tanpa status pernikahan.

## 5) Masalah Tempat Tinggal

Hal ini tergantung dari dua kondisi, yang pertama adalah jika masalah ekonomi tidak mendukung, maka seorang janda yang akan pindah ke rumah yang lebih kecil atau sederhana. Kondisi kedua adalah janda tidak memiliki seseorang yang bisa untuk diajak tinggal bersama.<sup>52</sup>

### c. Masalah Psikologis Janda

Kehilangan pasangan bagi wanita merupakan tekanan psikologis yang cukup tinggi. Tidak heran jika kehilangan pasangan karena

---

<sup>52</sup> Hurlock, E. B. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, (Jakarta: Erlangga, 2009), hlm. 129.

meninggal sering dikaitkan dengan perasaan depresi, meningkatnya konsultasi medis, kasus rawat inap di rumah sakit, meningkatnya perilaku yang merusak kesehatan seperti merokok dan minum-minum. Pada janda, terdapat guncangan emosi yang mendalam serta perasaan kehilangan, dan yang pasti ada perasaan kesepian dan suatu keharusan untuk mengatur kembali kehidupan sosial yang baru.<sup>53</sup>

Seorang janda akan lebih merasa kesepian lagi ketika ia bereaksi seperti merasa tidak berdaya tanpa suami, selalu larut dalam kesedihannya, merasa bahwa setelah suaminya meninggal dia tidak akan dapat lagi menjalani hidupnya, selalu membutuhkan suami untuk berbagai pekerjaan, merasa takut dan tidak mampu untuk membangun hubungan pertemanan yang baru, serta menghindari interaksi sosial setelah suaminya meninggal dunia.<sup>54</sup>

#### **d. Aspek Psikologis Janda**

Aspek psikologis janda terkait aspek kognisi para subjek umumnya mengalami perubahan pola pikir, diantara perubahan yang terjadi adalah awalnya hanya mengikuti pola pemikiran suami yang bergeser menjadi pola pikir sendiri dalam menghadapi masalah atau lebih dewasa dalam berpikir dan mengambil keputusn. Di dalam teori kognitif lebih menekankan bagaimana proses rasional serta berpikir meliputi gagasan

---

<sup>53</sup> Anita Widayani, "Gambaran Psychological Well-Being Pada Janda Lanjut Usia yang Memilih Tinggal Sendiri", *Skripsi*, (Surabaya: Universitas Airlangga, 2011). Hlm. 2.

<sup>54</sup> *Ibid*, hlm. 3.

mendapatkan ide-ide baru, membuat teori, memperdebatkan sesuatu, membuat keputusan dan memecahkan masalah.<sup>55</sup>

Adapun pada aspek emosi, umumnya para subjek merasakan lebih bahagia, tenang, lebih semangat, bahkan marah. Emosi adalah suatu perasaan dan pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak terhadap rangsangan dari luar dan dalam diri mencakup perubahan-perubahan yang disadari, yang mendalam sifatnya dan perubahan perilaku pada umumnya disertai ekspresi kejasmanian.<sup>56</sup>

Sedangkan pada aspek perilaku, mengungkapkan bahwa dengan status baru sebagai janda cerai yakni orang tua tunggal yang sekaligus menjadi seorang ayah dan ibu di dalam rumah tangga serta yang terjadi pada aspek kognisi dan emosi, maka terjadilah dampak pada aspek perilaku misalnya ada yang lebih bersikap keibuan. Tingkah laku dalam pengertian luas mencakup segala sesuatu yang dilakukan atau dialami seseorang, yang meliputi ide-ide, reaksi-reaksi, kalenjar, berpikir, berpendapat, merasa dan sebagainya.<sup>57</sup>

Hal tersebut biasa terjadi karena seorang yang telah menjanda sangat banyak pertimbangan, dalam bertindak perlu kehati-hatian kalau salah bertindak dan mengambil keputusan maka akan terjadi permasalahan bagi dirinya.

---

<sup>55</sup> Maat Jarvis, *Teor-teori Psikologi*, (Bandung: Nusa Media, 2000), hlm. 108.

<sup>56</sup> Emosi, Repository.usu.ac.id/bitstream/chapture Pdf. Di akses 25 Maret 2023.

<sup>57</sup> Ramayulis, *Psikologi Agama*, (Jakarta: Kalam Mulia, 2011), hlm. 116-117.

## B. Penelitian Terdahulu

Untuk memperkuat keaslian penelitian ini, maka peneliti akan menyampaikan beberapa hasil penelitian sebelumnya yang relevan dengan penelitian ini, antara lain:

1. Bintang Mara Setiawan dari Universitas Negeri Semarang dengan judul “Kesepian Lansia di Panti Werdha Sultan Fatah Demak”. Penelitian ini pada tahun 2013. Adapun hasil penelitiannya yaitu bahwa kesepian dari kedua narasumber primer relatif sangat besar. Dengan kondisi yang dialami oleh subjek penelitian dan lingkungan yang kurang mendukung menambah rasa kesepian oleh kedua subjek semakin besar. Akan tetapi terdapat perbedaan sikap dalam menunjukkan kesepian yang dialami oleh kedua subjek. Lansia laki-laki yang mengalami kesepian masih dapat mengontrol emosi emosionalnya akan perasaan kesepian, sehingga ketika merasakan hal tersebut lansia laki-laki tidak terlihat dengan jelas bahwa subjek benar-benar mengalaminya, sebaliknya lansia perempuan cenderung mudah mengutarakan ekspresi emosional ketika mengalami kesepian.<sup>58</sup>

Terdapat tiga hal yang berbeda antara penelitian di atas dengan yang peneliti lakukan, yaitu sebagai berikut:

2. Ditinjau dari segi lokasi studi, yang dimana tentu saja memiliki karakteristik yang berbeda dengan penelitian sebelumnya, dan tingkat urgensinya pun berbeda. Penelitian di atas terletak di sebuah panti jompo, sedangkan penelitian yang diteliti terletak pada pedesaan.

---

<sup>58</sup> Bintang Mara Setiawan, *Kesepian Pada Lansia di Panti Werdha Sultan Fatah Demak* (Skripsi Universitas Negeri Semarang, 2013), hlm. 101.

3. Dilihat dari subjek penelitian, yang dimana pada penelitian sebelumnya ada dua orang narasumber primer yaitu lansia laki-laki dan lansia perempuan. Sedangkan subjek penelitian ini berfokus pada lansia yang berstatus janda.
4. Dilihat dari permasalahannya, dimana pada penelitian di atas menunjukkan bahwa kesepian dari kedua narasumber primer relatif sangat besar. Kondisi fisik kedua subjek relatif cukup baik, mereka memiliki kekuatan untuk melakukan kegiatan sehari-hari akan tetapi terkadang merasa cepat lelah. Sifat yang dimiliki lansia perempuan yaitu suka murung, pendiam, dan sering sedih membuat beliau tidak dapat menghilangkan rasa kesepian yang dirasakannya, dan lansia laki-laki mempunyai sifat suka mencari perhatian kepada orang lain yang menunjukkan bahwa beliau mengalami kesepian yang mendalam lantaran kurangnya perhatian dan kasih sayang yang diterimanya. Sedangkan kondisi kesepian yang peneliti teliti menunjukkan bahwa lansia berstatus janda memilih mengasingkan diri, merasa cemas, merasa sunyi, dan merasa tidak dihargai.

Persamaan penelitian tersebut dengan yang peneliti lakukan yaitu sama-sama mengkaji tentang kesepian pada lansia, dengan melakukan penelitian kualitatif yang bermaksud memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian, seperti perilaku, persepsi, motivasi, tindakan, dan lain sebagainya.

5. Sari Hayati, Universitas Sumatera Utara, dengan judul penelitian “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesepian Pada Lansia di Perkumpulan Lansia

Habibi dan Habibah”.<sup>59</sup> Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Sedangkan hasil penelitiannya, memaparkan tentang adanya pengaruh yang signifikan dukungan sosial terhadap kesepian pada lansia. Artinya semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh lansia, maka kesepiannya akan semakin rendah, begitu juga sebaliknya.<sup>60</sup>

Perbedaan penelitian di atas dengan yang penulis lakukan yaitu sebagai berikut:

- a) terletak pada apa yang dikaji. Dalam penelitian tersebut, subjek yang diteliti berfokus pada lansia laki-laki dan perempuan, dan tingkat kesepiannya tergolong sedang dan tidak ada subjek penelitian yang tergolong tinggi, sedangkan subjek penelitian yang dilakukan peneliti berfokus pada lansia berstatus janda dan memiliki tingkat kesepian yang tinggi.
- b) Penelitian di atas mengkaji tentang pengaruh dukungan sosial terhadap kesepian pada lansia, sedangkan penelitian yang penulis lakukan, mengkaji tentang bentuk kesepian dan upaya lansia janda dalam menangani kesepian dengan menerapkan Bimbingan Konseling Islam.
- c) Kesepian dalam penelitian di atas di ungkap dengan menggunakan alat ukur berupa skala yang disusun berdasarkan perasaan-perasaan kesepian yaitu *desperation* (keputusaan), *impatient-boredom* (tidak sabar dan bosan), *self-deprecation* (merendahkan diri), dan *depression* (depresi). Sedangkan dalam penelitian ini, kesepian yang dirasakan lansia berstatus janda yaitu merasa sunyi, mengasingkan diri, cemas, dan merasa tidak dihargai.

---

<sup>59</sup> Sari Hayati, *Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesepian Pada Lansia* (Skripsi Universitas Sumatera Utara, 2010), hlm 72.  
6060

Persamaannya yaitu sama-sama mengkaji tentang kesepian pada lansia yang terletak di pedesaan.

6. Penelitian yang dilakukan oleh Sulis Setyowati, Universitas Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, dengan judul penelitian “Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Kesepian pada Lansia Panti Kasepuhan Wahyu Asror” pada tahun 2016.<sup>61</sup> Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa penelitian ini bersifat deskriptif kualitatif, sedangkan teknik pengumpulan data menggunakan wawancara, observasi, dan dokumentasi. Hasil dari penelitian ini mengungkapkan bahwa jenis layanan yang diberikan oleh pendamping Panti Wahyu Ansor kepada lansia adalah layanan informasi, konseling individu, dan layanan Bimbingan kelompok. Sedangkan usaha yang dilakukan untuk mengatasi kesepian tersebut adalah dengan menjalin kontak sosial, melakukan aktivitas, dan dukungan sosial.

Perbedaan penelitian tersebut dengan yang penulis lakukan yaitu seagai berikut:

- a) pada subjek penelitiannya, yang dimana penelitian tersebut mengkaji tentang Bimbingan konseling dalam mengatasi kesepian pada lansia dengan usaha menjalin kontak sosial, melakukan aktivitas dan dukungan sosial, sedangkan penulis mengkaji tentang Bimbingan Konseling Islam dalam mengatasi kesepian pada lansia berstatus janda yang cara penanganinya tidak hanya dengan melakukan kontak sosial serta melakukan aktivitas dan dukungan

---

<sup>61</sup> Sulis Setyowati, “Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Kesepian pada Lansia Panti Kesepuhan Wahyu Ansor”, *Skripsi*, (Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2010), hlm. 8, <http://digilib.uin-suka.ac.id/22900/1/12220009-BAB-IV-atau-V-DAFTAR-PUSTAKA.pdf>, diakses 29 Mei 2022 pukul 11.01 WIB.

sosial saja, melainkan dengan pemberian bantuan berupa nasehat kepada individu secara terarah dan sistematis untuk mengembangkan potensi keagamaan, mengabdikan kepada Allah SWT sehingga tercipta kembali hubungan baik antara Allah SWT dengan manusia sesuai ajaran Al-Qur'an dan hadits.

- b) Perbedaan yang lainnya yaitu pada lokasi penelitiannya, yang dimana penelitian tersebut meneliti di Panti Jompo sedangkan penulis meneliti di pedesaan.

Sedangkan persamaannya yaitu terletak pada objek penelitiannya yaitu sama-sama mengkaji tentang kesepian yang dirasakan oleh lansia, yang dimana salah satu kondisi kesepiannya diakibatkan karena merindukan anak dan keluarganya.

## **BAB III**

### **MEODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Lokasi dan Waktu Penelitian**

##### **1. Lokasi Penelitian**

Untuk mendapatkan informasi yang dibutuhkan dalam penelitian ini, maka penelitian ini dilaksanakan di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara. Adapun alasan peneliti memilih lokasi ini karena peneliti merasa banyak orang yang sudah tidak peduli dengan kesepian yang dirasakan lansia sehingga menganggap kesepian itu hal biasa saja, dan sedikitnya minat dari peneliti lain untuk meneliti tentang lansia tersebut, serta peneliti ingin lansia berstatus janda yang ada di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang mampu mengatasi masalah kesepian yang dialaminya.

##### **2. Waktu Penelitian**

Waktu yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian tentang Penerapan Bimbingan Konseling Islam dalam Mengatasi Kesepian Pada Lansia Berstatus Janda di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara direncanakan mulai dari bulan September 2022 sampai Februari 2023.

#### **B. Jenis penelitian**

Jenis penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif yang menggunakan metode deskriptif dengan bentuk studi lapangan.

Jenis penelitian kualitatif ialah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian seperti perilaku, persepsi, motivasi dan tindakan.<sup>62</sup> Penelitian kualitatif atau juga sering disebut dengan penelitian langsung turun ke lapangan untuk mengamati suatu permasalahan langsung serta menafsirkan beberapa fenomena yang ada di lapangan dengan menggunakan beberapa metode yang ada. Penelitian deskriptif kualitatif menjadikan gejala sosial, politik, agama, budaya, dan gejala alam lainnya. Kemudian didukung oleh penelitian kepustakaan, yaitu membaca sejumlah literature yang berhubungan dengan penelitian ini.<sup>63</sup>

Penggunaan pendekatan penelitian kualitatif oleh peneliti bertujuan untuk mendeskripsikan fenomena yang dialami oleh subjek penelitian mengenai penerapan Bimbingan Konseling Islam dalam Mengatasi Kesepian pada Lansia Berstatus Janda di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara.

### **C. Informan Penelitian**

Informan adalah orang yang akan diwawancara dan diminta informasi tentang situasi dan kondisi latar penelitian. Adapun informan utama dalam penelitian ini adalah lansia berstatus janda yang berada di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara yang berjumlah 7

---

<sup>62</sup> Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: Remaja Rosdakarya, Offset, 2016), hlm. 6.

<sup>63</sup> Ichwansyah Tampubolon, *Metodologi Studi Keislaman* (Yogyakarta: UAD Press, 2018), hlm. 220-221,

orang dari 8 orang lansia berstatus janda dikarenakan satu diantara lansia tersebut berpergian ke Kota Medan.

#### **D. Sumber Data**

Sumber data dalam penelitian merupakan subjek darimana data dapat diperoleh. Sumber data utama dalam penelitian kualitatif ialah berupa kata-kata, tindakan dan selebihnya adalah data tambahan seperti dokumen dan lain sebagainya. Untuk memudahkan peneliti dalam melakukan penelitian ini, maka peneliti mencantumkan sumber data yang sesuai dengan fokus permasalahan yang akan diteliti. Adapun sumber data yang digunakan dalam penelitian ini ada 2, yaitu:

1. Sumber data primer ialah data yang langsung dikumpulkan oleh peneliti dari sumber pertamanya.<sup>64</sup> Sumber data primer diambil berdasarkan interaksi langsung di lapangan bersama informan baik berupa wawancara maupun observasi langsung. Adapun sumber data primernya yaitu lansia berstatus janda di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara yang berjumlah 7 orang janda lansia yang berusia 60 tahun ke atas.
2. Sumber data sekunder merupakan sumber yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpulan data, misal orang lain atau lewat dokumen. Sumber data sekunder juga merupakan sumber data yang berfungsi sebagai

---

<sup>64</sup> Sumadi Suryabrata, *Metode Penelitian* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2013), hlm. 39.

pendukung yang bisa berupa variabel lain dari objek penelitian.<sup>65</sup> Data sekunder pada penelitian ini diperoleh dari tetangga terdekat, kepala desa, keluarga lansia yang ada di di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara.

## E. Teknik Pengumpulan Data

Dalam melakukan pengumpulan data, peneliti menggunakan metode-metode sebagai berikut:

### 1. Wawancara

Wawancara merupakan pengumpulan data atau informasi dengan cara bertanya langsung kepada responden. Bisa juga dikatakan wawancara adalah pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui Tanya Jawab, dimana dua orang atau lebih bertatap muka mendengarkan secara langsung informasi-informasi atau keterangan sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam topik tertentu.<sup>66</sup> Adapun bentuk-bentuk wawancara adalah sebagai berikut:

- a) Wawancara terstruktur ialah pedoman wawancara yang disusun secara terperinci dan sistematis. Wawancara terstruktur digunakan sebagai tekniok pengumpulan data. Apabila peneliti atau pengumpul data telah mengetahui dengan pasti tentang informasi yang akan diperoleh.<sup>67</sup>
- b) Wawancara tidak terstruktur yaitu wawancara yang bebas dimana peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun sistematis

---

<sup>65</sup> Muh. Fitrah dan Luthfiyah, *Metodologi Penelitian (Penelitian Kualitatif, Tindakan Kelas & Studi Kasus)* (Sukabumi: CV. Jejak, 2017), hlm. 162.

<sup>66</sup> *Ibid.*, hlm. 65-66.

<sup>67</sup> Mardawani, *Praktis Penelitian Kualitatif* (Yogyakarta: Deepublish, 2020), hlm. 50.

dan lengkap untuk mengumpulkan datanya. Pedoman wawancara yang hanya memuat garis besar yang akan ditanyakan.<sup>68</sup> Hasil wawancara ini lebih banyak tergantung dari pewawancara, pewawancara adalah sebagai pengemudi jawaban responden.<sup>69</sup>

- c) Wawancara semi-terstruktur merupakan bentuk wawancara yang sudah dipersiapkan, akan tetapi memberikan keleluasaan kepada responden untuk menerangkan agak panjang. Tidak langsung ke fokus bahasan/pertanyaan atau mengajukan topik bahasan sendiri selama wawancara berlangsung.<sup>70</sup>

Adapun wawancara yang dilakukan dalam penelitian ini adalah wawancara tidak terstruktur dalam bentuk wawancara mendalam, yaitu dengan menggunakan pedoman wawancara namun bebas sesuai dengan point-point yang dibutuhkan dalam mendapatkan data atau informasi pada masalah penelitian.

## 2. Observasi

Observasi adalah pengamatan dan pencatatan yang sistematis terhadap gejala-gejala yang diteliti. Observasi ini terdiri dari observasi partisipan (*participant observation*) yaitu peneliti tidak hanya mengamati subjek dari jauh tetapi peneliti ikut terlibat, sedangkan observasi non partisipan (*non participant observation*) yaitu peneliti tidak hanya mengamati subjek dari jauh tetapi tidak ikut terlibat.<sup>71</sup>

---

<sup>68</sup> *Ibid.*, hlm. 51.

<sup>69</sup> Sandu Siyoto, *Dasar Metodologi Penelitian* (Jakarta: Literasi Media Publishing, 2015), hlm. 77.

<sup>70</sup> Mamik, *Metodologi Kualitatif* (Jawa Timur: Zifatama Publisher, 2015), hlm. 115.

<sup>71</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*, cetakan ke-17 (Bandung: Alfabeta, 2012), hlm. 226.

Adapun dalam penelitian Penerapan Bimbingan Konseling Islam dalam Mengatasi Kesepian pada Lansia Berstatus Janda, peneliti menggunakan observasi partisipan. Metode observasi ini digunakan untuk mengetahui secara langsung tentang Penerapan Bimbingan Konseling Islam dalam Mengatasi Kesepian pada Lansia Berstatus Janda di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara.

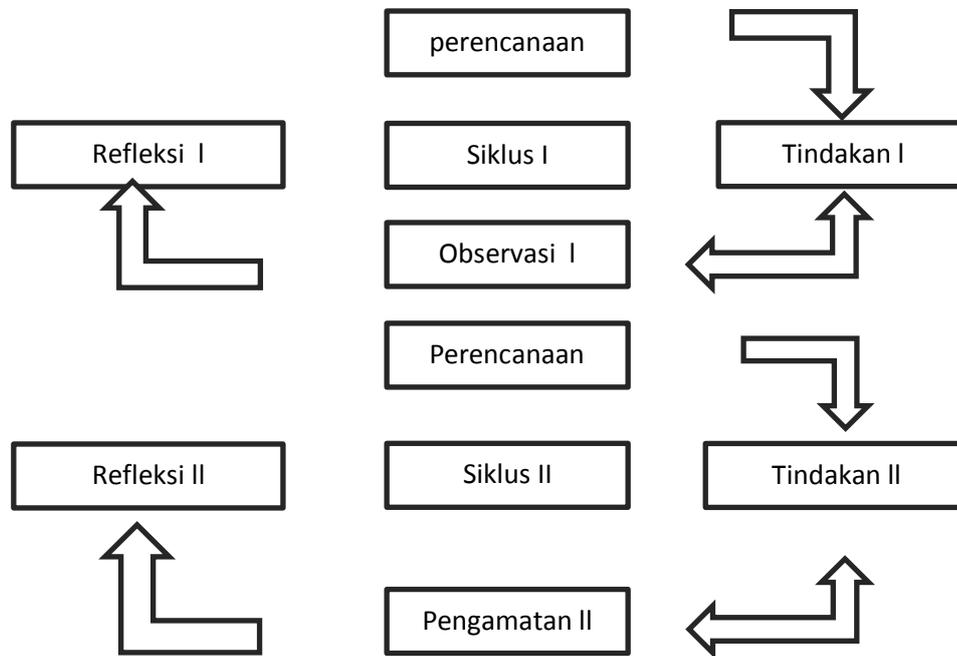
### 3. Studi Dokumentasi

Dokumentasi adalah catatan secara tertulis tentang tindakan, pengalaman dan kepercayaan yang didapat dari lapangan penelitian.<sup>72</sup>Dokumentasi juga merupakan cara untuk menyediakan dokumen-dokumen atau pencarian, menyediakan dan pengumpulan dokumen dengan menggunakan bukti yang akurat dari pencatatan sumber-sumber informasi. Dokumentasi digunakan untuk melengkapi data dari hasil wawancara dan pengamatan. Dokumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah berupa fotografi, data-data dalam Penerapan Bimbingan Konseling Islam dalam Mengatasi Kesepian pada Lansia Berstatus Janda di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara.

---

<sup>72</sup> Lexy J Maleong, *Op. Cit.*, hlm. 217.

## F. Langkah-langkah/ Prosedur Penelitian



Secara umum, prosedur atau langkah-langkah penelitian tindakan lapangan yang akan dilakukan ialah menggunakan dua siklus, yaitu pada siklus I dilakukan dua kali pertemuan dan siklus II dilakukan dua kali pertemuan juga. Berikut tindakannya:

### 1. Prosedur Siklus I

#### a. Perencanaan/konsep

Perencanaan/konsep adalah penyusunan atau tindakan yang akan dilakukan untuk memperbaiki, meningkatkan, atau mengubah perilaku dan sikap yang diinginkan sebagai solusi dari permasalahan-permasalahan. Perencanaan ini bersifat fleksibel yang berarti dapat berubah sesuai dengan kondisi yang ada.

Pada tahap perencanaan kegiatan yang akan dilaksanakan adalah sebagai berikut:

- 1) Memberikan surat izin ke lokasi penelitian.
- 2) Melakukan observasi awal ke lokasi penelitian.
- 3) Menentukan tempat pelaksanaan bimbingan konseling Islam.
- 4) Menetapkan jadwal dan materi bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kesepian pada lansia berstatus janda.

b. Tindakan

Tindakan adalah menyangkut hal yang dilakukan oleh peneliti sebagai upaya perbaikan, peningkatan atau perubahan yang dilaksanakan berpedoman pada rencana tindakan dan didasarkan pada teori dan empiris.

Setelah perencanaan disusun maka langkah selanjutnya adalah melaksanakan perencanaan tersebut kedalam bentuk tindakan-tindakan nyata, tindakan tersebut ialah sebagai berikut:

- 1) Peneliti memperkenalkan diri dan melakukan pendekatan dengan informan
- 2) Mengatakan maksud dan tujuan.
- 3) Melakukan pendekatan dengan klien
- 4) Menjelaskan pengertian dan tujuan bimbingan konseling Islam
- 5) Peneliti memberikan kesempatan pada informan untuk menceritakan masalahnya.
- 6) Peneliti menjelaskan materi yang akan disampaikan pada informan.

7) Peneliti memberikan kesempatan pada informan untuk memahami materi.

c. Observasi

Observasi merupakan pengamatan yang dilakukan peneliti, yang kegiatannya dilakukan saat melakukan kegiatan tindakan. Dalam hal ini, peneliti mengkaji, melihat, dan mempertimbangkan hasil atau dampak dari tindakan yang telah ditetapkan dalam penelitian ini, maka hasil tersebut dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk melakukan refleksi, sehingga dapat memperbaiki proses pelaksanaan penerapan bimbingan konseling islam pada siklus berikutnya.

d. Refleksi

Refleksi merupakan analisis terhadap informasi yang diperoleh saat melakukan kegiatan tindakan. Dalam hal ini peneliti mengkaji, melihat dan mempertimbangkan hasil-hasil atau dampak dari tindakan yang telah ditetapkan pada penelitian ini, maka hasil tersebut dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk melakukan refleksi, sehingga dapat memperbaiki proses pelaksanaan penerapan bimbingan konseling Islam pada siklus berikutnya.

2. Prosedur Pelaksanaan Siklus II

Pada dasarnya, siklus II dilaksanakan seperti tahap-tahap pada siklus I, yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Hanya saja ada perbaikan tindakan yang perlu ditingkatkan lagi sesuai hasil dan refleksi sebelumnya. Adapun tahapan siklus II yaitu dua kali pertemuan.

a. Perencanaan

Perencanaan pertama yang dilakukan dalam memberi nasehat terhadap lansia berstatus janda sebagai berikut:

- 1) Melakukan observasi dari hasil siklus pertama
- 2) Menentukan tempat pelaksanaan bimbingan konseling Islam
- 3) Peneliti menyampaikan maksud dan tujuan pada lansia berstatus janda.
- 4) Menjelaskan materi yang akan disampaikan kepada lansia berstatus janda dalam mengatasi kesepian.
- 5) Menyiapkan lembar observasi. Perencanaan kedua yaitu:

b. Tindakan Siklus II

Setelah perencanaan tersusun, maka langkah berikutnya ialah melakukan perencanaan tersebut kedalam bentuk tindakan-tindakan nyata, tindakan yang akan dilakukan ialah sebagai berikut:

- 1) Peneliti lebih mendekatkan diri pada janda lansia dengan membawakan cemilan, agar janda lansia merasa santai saat dilaksanakannya bimbingan konseling Islam
  - 2) Peneliti memberikan perhatian penuh terhadap lansia berstatus janda ketika mengikuti pelaksanaan penerapan bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kesepian.
- 1) Peneliti melihat kembali perubahan kesepian lansia setelah dilaksanakannya penerapan bimbingan konseling islam.

3) Peneliti memberikan pujian terhadap lansia berstatus janda setelah selesai melakukan tindakan (perubahan yang baik dalam mengatasi kesepian pada lansia berstatus janda)

c. Observasi

Kegiatan observasi dilakukan bersamaan dengan rangkaian tindakan yang dihadapkan pada lansia berstatus janda dengan langkah-langkah observasi yang bertujuan untuk melihat keadaan lansia berstatus janda dalam mengikuti kegiatan penerapan bimbingan konseling islam.

d. Refleksi

Setelah diadakannya tindakan dan observasi, maka akan didapatkan hasil dari bimbingan konseling islam tersebut. Jika ternyata masih ditemukan hambatan, kekurangan, dan belum mencapai indikator tindakan yang telah ditetapkan pada penelitian ini, maka hasil tersebut dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk melakukan refleksi, sehingga dapat memperbaiki proses pelaksanaan penerapan bimbingan konseling islam.<sup>73</sup>

## **G. Materi Bimbingan Konseling Islam pada Lansia Berstatus Janda**

Adapun terapi yang dilakukan dalam konseling Islam sebagai berikut:

1. Terapi Shalat

Shalat adalah salah satu cara dalam membersihkan jiwa dan raga manusia.

Shalat adalah ibadah yang menuntut gerakan fisik. Di dalamnya terdapat tiga tindakan yaitu pikiran, perkataan dan tindakan. Jadi hikmah yang didapat dari

---

<sup>73</sup> Ahmad Nizar Rangkuti, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, PTK dan Penelitian Pengembangan*. (Bandung: Cita Pusaka Media. 2016), hlm. 121-123

gerakan shalat itu ialah untuk kesehatan jasmani dan membawa efek kesehatan rohani atau kesehatan mental.<sup>74</sup>

Selain shalat wajib, terdapat juga shalat sunnah yang biasanya dilakukan pada waktu tertentu, seperti “duhaa” yang dilaksanakan untuk memohon ampunan dan kekuatan, “istikharah” saat meminta petunjuk dalam menentukan pilihan, dan masih banyak lagi. Sholat mampu membantu muslim untuk melawan stres dan rasa takut. Seperti penelitian McCullough yang menemukan bahwa saat seorang muslim mengalami stress maka dengan sholat ia akan mampu melihat situasi yang membuatnya stress dari arah positif sehingga mampu menenangkannya secara fisik maupun psikologis.<sup>75</sup>

Adapun niat sholat Dhuha ialah sebagai berikut:

أصلي سنة الضحى ركعتين لله تعالى الله أكبر

Artinya: Aku niat mengerjakan sholat sunah Dhuha dua rakaat karena

Allah Ta’ala. Allah Maha Besar.<sup>76</sup>

Adapun doanya sebagai berikut:

اللَّهُمَّ إِنَّ الضُّحَاءَ ضُجَاءُكَ وَالْبَهَاءَ بَهَاءُكَ وَالْجَمَالَ جَمَالُكَ وَالْقُوَّةَ قُوَّتُكَ وَالْقُدْرَةَ قُدْرَتُكَ وَالْعِصْمَةَ عِصْمَتُكَ اللَّهُمَّ إِنْ كَانَ رِزْقِي فِي السَّمَاءِ فَأَنْزِلْهُ وَإِنْ كَانَ فِي الْأَرْضِ فَأَخْرِجْهُ وَإِنْ كَانَ مُعْسِرًا فَيَسِّرْهُ وَإِنْ كَانَ حَرَامًا فَطَهِّرْهُ وَإِنْ كَانَ بَعِيدًا فَقَرِّبْهُ بِحَقِّ ضُجَاءِكَ وَبَهَاءِكَ وَجَمَالِكَ وَقُوَّتِكَ وَقُدْرَتِكَ آتِنِي مَا آتَيْتَ عِبَادَكَ الصَّالِحِينَ

Artinya: Wahai Tuhanku, sesungguhnya waktu Dhuha adalah waktu Dhuha-Mu, keagungan adalah keagungan-Mu, keindahan adalah keindahan-Mu, kekuatan adalah kekuatan-Mu, dan kekuasaan adalah kekuasaan-Mu serta penjagaan adalah penjagaan-Mu. Ya

<sup>74</sup> Istarani dan Muhammad Siddik, *Jiwa dan Kepribadian Muslim*, (Medan: Larispa, 2015), hlm. 11.

<sup>75</sup> Safiruddin Al Baqi dan Abdah Munfaridatus Sholihah, “Manfaat Shalat untuk Kesehatan Mental: Sebuah Pendekatan Psikoreligi Terhadap Pasien Muslim”, *Qalamuna-Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Agama*, Vol. 11 No. 1, Januari-Juni 2019, hlm. 88-89.

<sup>76</sup> H. Sayuti, *Tuntunan Shalat Dhuha*, (Sangkala com), hlm. 15. [www.tedisobandi.blogspot.com](http://www.tedisobandi.blogspot.com), diakses 29 Mei 2022.

Allah, jika rizkiku masih di atas langit, dan jika ada di dalam bumi, keluarkanlah. Jika sukar mudahkanlah, jika haram sucikanlah, jika masih jauh dekatkanlah, berkat waktu Dhuha, keagungan, keindahan, kekuatan dan kekuasaan-Mu, limpahkanlah kepada kami segala yang telah Engkau limpahkan kepada hambah-hambah-Mu yang saleh.”<sup>77</sup>

## 2. Terapi Dzikir

Secara harfiah dzikir berarti ingat, yaitu mengingat Allah SWT. Ada bentuk amalam dzikir, salah satunya adalah membaca al-Qur’an. Dalam berdzikir dibutuhkan suatu upaya menjaga kondisi hati dan pikiran agar tetap fokus kepada Allah SWT. Bagi seseorang yang sedang sakit, dzikir dapat menjadi media untuk memfokuskan pikiran, hati dan emosi dalam menjalin komunikasi yang intensif antara dirinya dan Tuhan, maka dengan berdzikir hati bisa menjadi tenang dan terhindar dari kecemasan.

Salah satu dzikir untuk menghilangkan kecemasan pada lansia yaitu dzikir khafi, ialah dzikir dengan mengkonsentrasikan diri pada suatu makna (di dalam hati) yang tidak tersusun dari rangkaian huruf dan suara. Seorang yang melakukan dzikir ini tidak akan terganggu oleh apapun juga, jenis dzikir ini adalah cara berdzikir yang paling utama.<sup>78</sup>

Berikut zikir penenang hati dan artinya:

- 1) سُبْحَانَ اللَّهِ :Maha Suci Allah
- 2) الْحَمْدُ لِلَّهِ : Segala Puji bagi Allah
- 3) لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ :Tiada tuhan yang berhak disembah kecuali Allah
- 4) اللَّهُ أَكْبَرُ : Allah Maha Besar

<sup>77</sup> *Ibid*, hlm, 24-25.

<sup>78</sup> Mujib Hannan, “Dzikir Khafi Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Lansia,” *Jurnal Kesehatan “Wiraja Medika”*, hlm. 48.

### 3. Terapi Do'a

Do'a adalah bentuk pengharapan manusia kepada realitas diluar dirinya (Allah) sebagai ungkapan ketidak berdayaan dalam menghadapi sesuatu. Do'a juga merupakan hal mendasar bagi penyembuhan suatu penyakit. Terdapat banyak do'a dalam al-Qur'an maupun hadist. Sejatinya dalam do'a itu ada kelapangan hati dan penawar bagi segala keraguan, keresahan, dan bencana. Secara psikologis, kekuatan do'a yang dipanjatkan secara sungguh-sungguh akan menguatkan jiwa, sebab saat berdo'a seseorang secara sadar memposisikan dirinya di bawah, memasrakan diri pada Allah SWT. Jika seseorang yakin dengan Allah SWT, maka akan mendapatkan ketenangan bahkan dapat menyembuhkan stress, cemas, trauma dan penyakit jiwa lainnya.

Adapun doanya ialah sebagai beriku:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الهمِّ وَالْحَزَنِ وَالْعَجْزِ وَالْكَسَلِ وَالْبُخْلِ وَالْجُبْنِ وَضَلَعِ الدَّيْنِ وَغَلَبَةِ  
الرَّجَالِ

Artinya: “ya Tuhanku, aku berlindung kepadaMu dari rasa sedih serta duka cita ataupun kecemasan, dari rasa lemah serta kelemahan, dari kebakhilan serta pengecut, dan beban utang serta tekanan orang-orang jahat”.<sup>79</sup>

رَبِّ اشْرَحْ لِي صَدْرِي وَيَسِّرْ لِي أَمْرِي وَاحْلُلْ عُقْدَةً مِنْ لِسَانِي يَفْقَهُوا قَوْلِي

---

<sup>79</sup> Al-Qur'an dan Terjemahnya (

Artinya: “Wahai Tuhanku, lapangkanlah bagiku dadaku, dan mudahkanlah bagiku urusanku, dan lancarkanlah lidahku supaya merek faham ucapanku”.

#### 4. Membaca al-Qur’an

Al-Qur’an adalah kitab petunjuk bagi manusia, penjelas atas petunjuk tersebut dan sebagai pembeda, sebagai obat dan rahmat serta menjadi *mauidzah*. Al-Qur’an memberikan kebebasan kepada manusia untuk menjalankan fungsinya sebagai hamba Allah dan *Khalifatullah* di muka bumi. Ketika manusia mengalami kesulitan dalam menjalankan fungsinya, maka al-Qur’an dapat dijadikan pilihan manusia dalam mengatasi kesulitan tersebut. Banyak hal yang mungkin dalam hidup sehari-hari kita belum menemukan gagasan atau ide-ide yang dapat memperbaiki hidup, maka al-Qur’an dapat dijadikan sebagai sumber inspirasi kita dalam mengembangkan kehidupan.<sup>80</sup>

Ayat Al-Qur’an yang bisa dibaca saat seseorang merasakan sakit baik rohani maupun jasmani ialah sebagai berikut”

- a. Membaca Surah Al-Fatihah sebanyak tujuh kali
- b. Membaca Ayat Kursi atau Al-Baqarah ayat 255
- c. Dua ayat terakhir surah Al-Baqarah
- d. Surah Al-Ikhlâs
- e. Surah Al-Falaq dan An-Naas.

---

<sup>80</sup> Abdul Basit, *Konseling Islam*, (Depok: Kencana, 2017), hlm. 189-190.

Proses menua yang dialami oleh lansia menyebabkan mereka mengalami berbagai macam perasaan seperti sedih, cemas, dan mudah tersinggung serta lainnya. Berikut penjelasannya serta cara mengatasinya:

**Tabel. 1**  
**Materi Penerapan Bimbingan Konseling Islam Dalam Mengatasi Kesepian Pada Lansia Berstatus Janda**

No	Masalah	Indikator	Materi
1	Melamun	Duduk termenung dengan pandangan hampa, wajah yang muram dan adanya linangan air mata.	Melakukan kegiatan seperti sholat, membaca Al-Qur'an, berzikir, mendengarkan nasehat ustadz atau teman, mengikuti pengajian, memberi makan peliharaan, berjalan-jalan, menyiram tanaman, dan lainnya.
2	Menyendiri	Tidak memiliki kelompok yang akrab atau dukungan keluarga. Merasa bosan, tidak nyaman, was-was, kecewa dan tidak ada harapan	Semasa sehat agar menjalin kontak sosial dengan orang lain/ tetangga, silaturahmi dengan kerabat dekat/jauh, kumpul bersama orang-orang yang mengobrol. ketika harus berada di lingkungan baru, maka perbanyaklah kesempatan berkenalan dengan banyak orang dan masuk ke dalam lingkungan pergaulan yang baru.
		Merasa tidak dihargai	Selalu berpikiran positif dan memandang bahwa hidup ini ada hikmahnya, mudah memaafkan antar sesama, menerima dengan ikhlas atas apa yang dikehendaki Allah SWT. Cobalah menghargai diri sendiri, tetap percaya diri, dan ubah pola pikir bahwa setiap orang berbeda sifat, serta tetap hargai orang lain.
3	Kesepian	Merasa sunyi	Jangan menghakimi diri sendiri karena merasa kesepian, cobalah berterus terang kepada anak-anak bahwa anda merindukannya. Tetaplah aktif di rumah dengan melakukan kegiatan yang anda sukai, seperti menjahit. Banyak beristirahat apabila kondisi tubuh dan pikiran terlalu penat dan lelah. Dan tetaplah berdoa karena Tuhan bisa membolak-balikkan hati,

			<p> mungkin sekarang anda merasa kesepian nantinya tidak lagi merasa sepi karena kita tahu bahwa Allah yang selalu dekat dengan kita.</p> <p>Bertukar pikiran dengan seseorang.</p> <p>Dan tetaplah berdoa karena Tuhan bisa membolak-balikkan hati, mungkin sekarang anda merasa kesepian nantinya tidak lagi merasa sepi karena kita tahu bahwa Allah yang selalu dekat dengan kita.</p>
4	Kecemasan	kekhawatiran yang berlebihan tentang masalah keuangan dan kesehatan, mondar-mandir atau gelisah.tidak tenang, ragu, dan bimbang., sering mengeluh.	Tarik nafas lalu pikirkan hal positif, syukuri apa yang ada dan jangan ragu untuk berbuat kebaikan.
5	Demensia/ kemunduran sifat, perilaku, pemikiran, dan ingatan.	Kebingungan, Mudah tersinggung dan mudah marah	Saat sesuatu yang anda dapatkan tidak sesuai dengan harapan, cobalah diam, tenangkan diri, cobalah untuk tersenyum, lalu ucapkan istighfar. Setelah emosi meredah ceritakanlah masalah tersebut pada orang lain secara baik. Jika kesalahan itu muncul akibat tindakan anda, maka intropeksi dirilah. Jika kesalahan itu dari orang lain, maka maafkanlah.
		Sulit tidur	Tidak mengkonsumsi kafein sebelum tidur, kurangi aktivitas menonton pada malam hari. mengkonsumsi sayuran dan ikan, kurangi asupan gula, minum air putih sebelum tidur, kurangi merokok, dan buat dan patuhi jadwal tidur yang teratur.

## H. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan proses mereview dan memeriksa data, menginterpretasikan data yang terkumpul, sehingga dapat menggambarkan dan menerangkan data yang terkumpul, sehingga dapat menggambarkan fenomena

atau situasi sosial yang diteliti. Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis dan yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lainnya. Sehingga, mudah dipahami dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain.<sup>81</sup>

Jadi analisis data kualitatif dalam penelitian ini adalah proses menyusun, mencari dan mengatur urutan data yang diperoleh dari hasil wawancara, observasi, dokumentasi, dengan mengelompokkan ke dalam kategori, menjabarkan ke unit-unit, menyusun kedalam pola, memilih mana yang penting dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami. Adapun langkah-langkah yang akan dilaksanakan ialah sebagai berikut:

1. Menelaah seluruh data yang dikumpulkan dari sumber data

Langkah utama yang dilaksanakan dengan cara pencarian data yang diperlukan terhadap berbagai jenis data dan bentuk data yang ada dilapangan kemudian melaksanakan pencatatan lapangan.

2. Reduksi Data (*Reduction Data*)

Setelah data pertama terkumpul, maka selanjutnya ialah reduksi data. Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting. Reduksi data merupakan upaya peneliti dalam memilih, memfokuskan, dan menstransfortasi data yang berserakan dari catatan lapangan. Peneliti terus –menerus melakukan reduksi data selama penelitian berlangsung.

---

<sup>81</sup> Muri Yusuf, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan* (Jakarta: Prenada Media Group, 2016), hlm. 400.

### 3. Penyajian Data (*Display Data*)

Setelah data direduksi, langkah selanjutnya yaitu penyajian data, penyajian data merupakan upaya peneliti untuk menyajikan data sebagai suatu informasi yang memungkinkan untuk mengambil kesimpulan. Disini peneliti berupaya untuk membangun teks naratif yang didukung data sebagai suatu informasi yang terseleksi dan sederhana dalam kesatuan bentuk yang kuat. Penyajian data masing-masing didasarkan pada fokus penelitian yang mengarah pada pengambilan kesimpulan sementara yang kemudian menjadi temuan penelitian.

### 4. Kesimpulan (*Conslusion*)

Langkah terakhir yaitu penarikan kesimpulan dan verifikasi. Dalam penelitian ini kesimpulan awal dikemukakan masih bersifat sementara dan akan berubah bila tidak dikemukakan bukti-bukti kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang akan dikemukakan pada tahap awal didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel.<sup>82</sup>

## I. Teknik Uji Keabsahan Data

Keabsahan data merupakan konsep penting yang diperbarui dari konsep keabsahan kesahihan (validitas) dan keandalan (reabilitas). Penelitian kualitatif memerlukan jaminan keabsahan data sehingga penelitian dapat dipertanggungjawabkan hasilnya dari berbagai aspek dalam penelitian. Teknik

---

<sup>82</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)* (Bandung: Alfabeta, 2015), hlm. 405-408.

yang digunakan berupa ketekunan, pengamatan dan kecukupan referensi. Adapun teknik keabsahan data pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

### 1. Perpanjangan Keikutsertaan

Keikutsertaan peneliti sangat menentukan dalam proses pengumpulan data, keikutsertaan tersebut tidak hanya dilakukan dalam waktu singkat, tetapi memerlukan perpanjangan keikutsertaan peneliti pada latar penelitian. Perpanjangan keikutsertaan berarti peneliti juga menuntut penelitian agar terjun langsung ke lokasi dan dalam waktu cukup panjang guna mendeteksi dan memperhitungkan distorsi juga dimaksud untuk membangun para subjek terhadap peneliti dan juga kepercayaan diri penelitian.<sup>83</sup> Keikutsertaan yang penulis lakukan selama penelitian ini adalah dengan ikut langsung dalam pelaksanaan Penerapan Bimbingan Konseling Islam dalam Mengatasi Kesepian pada Lansia Berstatus Janda selama proses penelitian untuk mendapatkan informasi serta data-data.

### 2. Ketekunan Pengamatan

Untuk memperoleh derajat keabsahan data yang tinggi, maka jalan penting lainnya adalah dengan meningkatkan ketekunan dalam pengamatan di lapangan. Peneliti harus jeli dalam menelaah data-data yang sudah ada, dan dipahami secara mendalam sehingga tidak ada data yang diragukan lagi.

### 3. Trianggulasi

Trianggulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data itu sendiri untuk keperluan

---

<sup>83</sup> Lexy J. Moleong, *Op. Cit.*, hlm. 175-176.

pengecekan atau sebagai perbandingan terhadap data tersebut. Salah satu cara yang paling penting dan mudah dalam uji keabsahan hasil penelitian adalah dengan melakukan triangulasi sumber data, triangulasi metode dan triangulasi teori.

- a) Triangulasi Sumber Data, merupakan triangulasi yang mengharuskan peneliti mencari lebih dari satu sumber untuk memahami data atau informasi.<sup>84</sup> Yaitu menggali kebenaran informasi tertentu melalui berbagai metode dan sumber perolehan data. Misalnya, selain melalui wawancara dan observasi, penulis bisa menggunakan observasi terlibat (*participant observation*), dokumen tertulis, arsip, dokumen sejarah, catatan resmi, catatan atau tulisan pribadi dan gambar selanjutnya akan memberikan pandangan (*insights*) yang berbeda pula mengenai fenomena yang diteliti. Berbagai pandangan itu akan melahirkan keluasan pengetahuan untuk memperoleh kebenaran handal.
- b) Triangulasi Metode, menggunakan lebih dari satu metode untuk melakukan cek dan ricek. Jika pada awalnya peneliti menggunakan wawancara selanjutnya melakukan pengamatan terhadap sumber. Yaitu dilakukan dengan cara membandingkan informasi atau data dengan cara yang berbeda. Sebagaimana dikenal, dalam penelitian kualitatif deskriptif digunakan metode wawancara, observasi, dan survei. Untuk memperoleh kebenaran informasi yang handal dan gambaran yang utuh mengenai informasi tertentu, peneliti bisa menggunakan metode wawancara bebas dan terstruktur. Selain itu,

---

<sup>84</sup> Jogyanto, *Metode Pengumpulan dan Teknik Analisis Data*, (Yogyakarta: ANDI Anggota IKAPI, 2018), HLM. 49.

peneliti juga bisa menggunakan informan yang berbeda untuk mengecek kebenaran informasi tersebut. Melalui perspektif atau pandangan diharapkan diperoleh hasil yang mendekati kebenaran. Karena itu, triangulasi tahap ini dilakukan jika data atau informasi yang diperoleh dari subjek atau informan penelitian diragukan kebenarannya. Apabila data itu sudah jelas, seperti teks atau naskah/ transkrip film, novel dan sejenisnya, triangulasi tidak perlu dilakukan, akan tetapi triangulasi lainnya tetap dilakukan.

- c) Triangulasi Teori, yaitu hasil akhir penelitian kualitatif berupa sebuah rumusan informasi atau *thesis statement*. Informasi tersebut selanjutnya dibandingkan dengan perspektif teori yang relevan untuk menghindari bias individual peneliti atas temuan atau kesimpulan yang dihasilkan. Selain itu, triangulasi teori dapat meningkatkan kedalaman pemahaman asalkan peneliti mampu menggali pengetahuan teoritik secara mendalam atas hasil analisis data yang telah diperoleh. Diakui tahap ini paling sulit sebab peneliti dituntut memiliki *expert judgement* ketika membandingkan hasil temuannya dengan perspektif tertentu, lebih-lebih jika perbandingannya menunjukkan hasil yang berbeda.<sup>85</sup>

Dalam penelitian ini, peneliti memakai ketiganya karena ketiganya sangat bersangkutan yang dimana kehadiran peneliti sangatlah penting dalam penelitian agar peneliti mudah memahami semua data yang dihimpun dalam penelitian. Adapun hal yang dilakukan peneliti dalam triangulasi adalah menyesuaikan data yang diperoleh baik dia data dari hasil wawancara dan

---

<sup>85</sup> Halaluddin, Hengki Wijaya, *Analisis Data Kualitatif Sebuah Tinjauan Teori dan Praktik*, (Sekolah Tinggi Theologia Jaffaray, 2019), hlm. 22.

observasi, menyesuaikan hasil wawancara yang diperoleh dari sumber data primer dan sekunder, dan menyesuaikan hasil penelitian dengan konsep dan teori-teori yang telah dikemukakan.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN**

#### **A. Temuan Umum**

##### **1. Letak Geografis Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara**

Desa Padang Matinggi adalah salah satu Desa yang terletak di Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara. Desa Padang Matinggi adalah salah satu Desa yang terletak di Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara. Desa Padang Matinggi memiliki luas wilayah 8,16 KM. Berjarak 0,5 KM dari Ibukota Kecamatan ke kantor Kepala Desa Padang Matinggi. Adapun letak geografis Desa Padang Matinggi adalah sebagai berikut:

- a. Sebelah Utara berbatasan dengan Desa Pasir Ampolu Hopong.
- b. Sebelah Selatan berbatasan dengan Desa Pasar Matanggor.
- c. Sebelah Timur berbatasan dengan Desa Gunung Tua Julu.
- d. Sebelah Barat berbatasan dengan Desa Pintu Padang.

##### **2. Struktur Organisasi Desa Padang Matinggi**

Struktur organisasi merupakan suatu susunan atau penempatan orang dalam suatu kelompok agar tujuan bersama dapat dicapai. Struktur organisasi dibutuhkan untuk memudahkan koordinasi semua tuntunan hak dan kewajiban, kelancaran berbagai program pembinaan secara koordinasi jaringan interaksi sosial antara pegawai begitu juga interaksi antara pegawai dan juga masyarakat.

Adapun struktur organisasi Desa Padang Matinggi terdiri dari Kepala Desa, Sekretaris Desa dan dibagi menjadi beberapa kepala bagian yaitu : kepala urusan keuangan, kepala urusan perencanaan, kepala seksi pemerintahan, kepala seksi pelayanan.

### 3. Jumlah Penduduk Desa Padang Matinggi

Jumlah penduduk Desa Padang Matinggi ialah 180 jiwa dan berdasarkan jenis kelamin yaitu 83 jiwa laki-laki dan 84 jiwa perempuan yang terdiri dari 48 rumah tangga. Untuk lebih jelasnya berikut tabel jumlah penduduk Desa Padang Matinggi :

**Tabel. 2**

**Jumlah Penduduk Desa Padang Matinggi**

No	Jumlah Penduduk Desa Padang Matinggi	Jenis Kelamin		Jumlah Rumah Tangga
		Laki-laki	Perempuan	
1	200 orang	97 orang	103 orang	57 KK

Sumber: Data Laporan Kependudukan Desa Padang Matinggi 2021-2022

**Tabel. 3**

**Jumlah Lansia Berstatus Janda**

No	Nama	Umur
1	Doria	65 tahun
2	Deliana	62 tahun
3	Inun	65 tahun
4	Delina	60 tahun
5	Irlan	66 tahun
6	Dermaun	60 tahun
7	Dina	73 tahun

Sumber: Observasi dan wawancara di Desa Padang Matinggi

### 4. Keadaan Penduduk Berdasarkan Mata Pencaharian

Pekerjaan merupakan salah satu hal yang penting dalam kehidupan manusia, karena tanpa adanya pekerjaan yang tetap maka sangat sulit untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari. Berdasarkan data yang diperoleh, bahwa

masyarakat di Desa Padang Matinggi adalah masyarakat yang mayoritas berprofesi sebagai petani.

Kehidupan sehari-hari penduduk Desa Padang Matinggi adalah Petani, supir dan pedagang. Adajuga dari beberapa masyarakat berprofesi sebagai tenaga pengajar yaitu guru SD dan SMP serta menjadi beberapa staf dibagian pemerintahan.

**Tabel. 4**

**Pekerjaan Penduduk Desa Padang Matinggi**

No	Pegawai Negeri Sipil	Pedagang	Sopir	Honor	Petani
1	9 KK	11 KK	2 KK	3 KK	32 KK

Sumber: Data administrasi Padang Matinggi

Data di atas menunjukkan bahwa sebagian besar penduduk Desa Padang Matinggi memiliki mata pencaharian sebagai petani sebanyak 32 KK, pegawai Negeri 9 KK, supir 2 KK, dan honor sebanyak 3 KK. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa mayoritas penduduk Desa Padang Matinggi adalah petani.

**B. Temuan Khusus**

**1. Kondisi Kesepian yang Dirasakan oleh Lansia Berstatus Janda di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang**

Kesepian merupakan salah satu permasalahan yang dialami lansia berstatus janda. Kesepian ini terjadi karena beberapa faktor terkait dengan kondisi lansia saat ini, hidup terpisah dengan anggota keluarga menyebabkan munculnya perasaan bahwa lansia merasa tersisihkan dari keluarganya.

Berdasarkan hasil yang diteliti di Desa Padang Matinggi diperoleh bentuk kesepian yang dirasakan oleh lansia berstatus janda sebagaimana berikut:

**a. Merasa Sunyi**

Dari observasi yang peneliti lakukan, lansia berstatus janda yang merasakan sunyi berjumlah 7 orang. Lansia yang mengalami kesunyian, berdasarkan pengamatan menunjukkan perilaku mengasingkan diri, duduk termenung dengan pandangan hampa. Terkadang ada juga lansia yang duduk dengan wajah muram dan berlinang air mata.<sup>86</sup>

Ibu Doria merupakan lansia berstatus janda yang berusia 65 tahun, beliau mempunyai 1 anak dan 1 cucu. Adapun ketika peneliti bertanya bagaimana perasaan beliau setelah suaminya meninggal dunia, dan apa alasannya memilih tinggal sendiri di rumahnya. Ibu Doria mengatakan bahwa:

Saya merasa kesunyian, apalagi saya hanya tinggal sendiri di rumah ini. Saya tidak mau tinggal dengan putri saya yang sudah menikah, takut mereka merasa terbebani apalagi saya masih sehat dan kuat untuk melakukan kegiatan rumah. Tapi kadang-kadang saya juga sangat merindukan putri dan cucu saya, karena mereka jarang sekali datang kesini. Saat merasa sendiri saya biasanya pergi ke rumah tetangga yang di depan, kadang berkumpul dengan orang lain, bahkan sering duduk sendirian di teras tetangga hanya untuk melihat-lihat orang berlewatan di jalan raya.<sup>87</sup>

Hal ini juga terjadi pada ibu Deliana, setelah suaminya meninggal, beliau mengalami stroke yang tak bisa membuatnya duduk bahkan tak mampu mengucapkan sepatah kata pun. Hingga beliau mulai di bawa berobat sehingga kondisinya membaik, meskipun untuk berjalan masih

---

<sup>86</sup> *Observasi*, Desa Padang Matinggi, Rabu 19 Oktober 2022.

<sup>87</sup> Doria, Lansia Berstatus Janda, Desa Padang Matinggi, *Wawancara*, Rabu 19 Oktober 2022

menggunakan tongkat. Beliau mempunyai 6 anak laki-laki dan 2 anak perempuan. 3 anak laki-laki sudah berkeluarga dan tinggal jauh darinya, sedangkan 1 anak laki-laki pergi merantau dan setelah 10 tahun merantau baru pulang sekali. Anak perempuannya yang bungsu pun pergi merantau ke Medan dan hanya pulang sekali setahun dan paling lama hanya 3 hari di rumahnya. Jadi beliau tinggal bersama 2 anak laki-laki dan 1 anak perempuannya. Namun tak lama putrinya kawin lari dan memilih tinggal bersama suaminya.<sup>88</sup>

Ketika peneliti mengajukan pertanyaan mengenai apa permasalahan yang dialami setelah suaminya meninggal, tangis dari ibu

Deliana pecah dan mengatakan:

Akhir-akhir ini banyak sekali masalah yang saya hadapi, banyak sekali kerabat dan teman-teman yang menjahui saya karena keterbatasan saya yang punya penyakit struk ini. saya sering pergi ke teras rumah keluarga agar bisa berbincang-bincang, tetapi tak ada yang mau menemani saya duduk hingga saya hanya sendirian sambil melihat orang yang lewat. Sakit sekali rasanya saat orang-orang menjahui saya, saya ingin sekali ada teman berbagi cerita apalagi sama anak saya, tapi sayang mereka jauh dan jarang sekali pulang, dan anak saya yang tinggal disini jarang di rumah karena bekerja dan menghabiskan waktu dengan teman mereka. Mungkin mereka sudah capek mengurus saya yang penyakitan ini.<sup>89</sup>

Merasa sunyi juga dirasakan oleh ibu Dermaun, yang memiliki 3 anak laki-laki yang merantau dan satu anak perempuan yang sudah menikah yang tinggal bersama suaminya. Saat peneliti menanyakan penyebab ibu Dermaun sering terlihat muram, beliau mengatakan:

Waktu serasa lambat berputar, mungkin karena saya tidak ada kegiatan dan tidak ada yang menemani saya di rumah. Hanya setiap lebaran anak-

---

<sup>88</sup> *Observasi*, Desa Padang Matinggi, Rabu 19 Oktober 2022.

<sup>89</sup> Deliana, Lansia Berstatus Janda, Desa Padang Matinggi, *Wawancara*, Rabu 19 Oktober 2022.

anak pulang dari perantauan, itupun hanya beberapa minggu disini. Sesekali untuk menghilangkan rasa sunyi, saya mengunjungi rumah tetangga, tetapi tak setiap saat mereka bisa diajak berbicara karena ada kesibukan. Itulah yang membuat saya merasa sunyi.<sup>90</sup>

Berdasarkan hasil observasi dari wawancara di atas, peneliti menyimpulkan bahwa yang menyebabkan rasa sunyi pada lansia berstatus janda karena merindukan anak dan cucunya yang tidak tinggal bersamanya, serta kurangnya perhatian dan dukungan dari kerabat maupun tetangganya sehingga lansia tersebut merasa kesepian dan merasa tidak dihargai.<sup>91</sup>

#### **b. Merasa Tidak Dihargai**

Merasa tidak dihargai juga dirasakan ke-7 lansia berstatus janda di Desa Padang Matinggi. Hal ini terjadi karena lansia menganggap orang-orang akan berbuat seenaknya karena suaminya telah meninggal dunia, sehingga orang akan meremehkannya. Hal ini terbukti saat peneliti melakukan wawancara dengan ibu Dina, beliau mengatakan:

“Makin tua, saya merasa diremehkan orang-orang yang kata mereka saya tidak bisa berbuat apa-apa lagi dan lebih baik diam saja. Setiap perkataan saya juga sering dianggap remeh. Jelasnya setelah suami saya meninggal orang-orang merendahkan saya”.<sup>92</sup>

Hal ini dibenarkan oleh tetangganya yang mengatakan:

“Saya sering melihat ibu Dina merajuk karena anaknya tidak mau mendengarkannya, beliau akan pergi ke rumah bu Irlan untuk sembunyi dari anak-anaknya. Tapi sayangnya anak-anaknya tidak mencarinya dan tidak mencemaskannya”.<sup>93</sup>

<sup>90</sup> Dermaun, Lansia Berstatus Janda, Desa Padang Matinggi, *Wawancara* Rabu 19 Oktober 2022.

<sup>91</sup> *Observasi*, Desa Padang Matinggi, Rabu 19 Oktober 2022.

<sup>92</sup> Dina, Lansia Berstatus Janda, Desa Padang Matinggi, *Wawancara*, Rabu 19 Oktober 2022.

<sup>93</sup> Mena, Ibu Rumah Tangga, Desa Padang Matinggi, *Wawancara*, Rabu 19 Oktober 2022.

Merasa tidak dihargai juga dirasakan oleh ibu Inun, beliau mengatakan:

“Saya merasa orang-orang sangat meremehkan saya, apalagi putri saya bekerja jadi biduan dan baru saja bercerai dengan suaminya. Itu membuat orang terus bergosip tentang kami.”<sup>94</sup>

Dari hasil Observasi yang peneliti ambil berdasarkan wawancara di atas yaitu lansia yang ditinggal mati oleh suaminya akan merasa tidak dihargai karena dianggap perempuan tidak akan bisa berbuat apa-apa tanpa laki-laki disampingnya. Apalagi dengan kondisi tubuh yang semakin tua dan semakin melemah, akan dianggap remeh oleh orang-orang. Maka dari itu kebanyakan lansia hanya duduk termenung di balkon rumahnya.<sup>95</sup>

### c. Mengasingkan Diri

Mengasingkan diri dilakukan 5 lansia berstatus janda di desa Padang Matinggi, dikarenakan tidak begitu tertarik untuk bercerita dengan orang lain, ketika ditanya alasan mereka melakukannya, ibu Delina mengatakan:

“Saya tidak begitu tertarik untuk bergaul, berkumpul dan curhat dengan tetangga saya, takutnya nanti setelah saya bercerita mereka malah membeberkan cerita saya ke semua orang, lebih baik saya cerita ke anak atau tidak menceritakannya sama siapa pun.”

Beliau melanjutkan perkataannya yang mengatakan:

Ketika saya merasa kesepian, saya biasanya pergi ke ladang untuk mencari kesibukan, saya jarang sekali berkumpul dengan tetangga karena jika sudah berkumpul selalu menggosip, untuk itu saya malas sekali kumpul,

---

<sup>94</sup> Inun, Lansia Berstatus Janda, *Wawancara*, Kamis 20 Oktober 2022.

<sup>95</sup> *Observasi*, Desa Padang Matinggi, Kamis 20 Oktober 2022.

buat apa kumpul jika nambah-nambah dosa. Untuk itu saya lebih sering di ladang daripada di rumah, palingan rumah hanya untuk tempat tidur saja bagi saya.<sup>96</sup>

Hal ini dibenarkan oleh ibu Rika, yaitu tetangga bu Delina yang menyatakan:

Saya jarang sekali bertemu dengan bu Delina pada siang hari, karena seharian ibu delina di kebun. Jika ada acara di desa ini, pasti bu delina hanya sebentar ikut serta, kalau ke tetangga sebelah ada acara bu delina jarang sekali ikut serta. Kalau ditanya mengapa gak ikut pasti alasannya ke kebun takut datang monyet ke kebunnya.<sup>97</sup>

Lain halnya dengan ibu Inun, yang sering mengurung diri di rumahnya, yang ketika peneliti menanyakan penyebab beliau jarang berkumpul dengan tetangganya, beliau mengatakan:

Saya lebih sering mengurung diri di rumah, dibandingkan bergaul dan berkumpul dengan tetangga, dikarenakan saya sangat mudah tersinggung dengan perkataan mereka yang kadang bikin sakit hati, maka dari itu saya tidak memiliki teman untuk berbagi cerita dan memilih memendamnya sendiri. Karena saya takut nantinya saya diabaikan dan mereka tidak mau mendengarkan cerita saya.<sup>98</sup>

Mengurung diri di rumah juga dilakukan ibu Dina, bukan karena tidak percaya dengan omongan tetangganya, akan tetapi beliau jarang diajak berbicara oleh tetangganya. Saat ditanya alasannya memilih berdiam diri di rumah, beliau mengatakan:

Saya tidak berniat untuk mengasingkan diri di rumah, tapi itu adalah pilihan karena saya harus menjaga warung dan saya sudah tidak sanggup jalan-jalan. Anak saya sibuk bekerja, cucu saya sibuk main dengan teman-temannya makanya saya sangat merasa sunyi. Tidak ada teman untuk bercerita, ya saya akan merasa senang jika ada orang yang mengajak saya berbicara seperti yang dilakukan anda. Tapi tetangga saya hanya lewat

---

<sup>96</sup> Delina, Lansia Berstatus Janda, *Wawancara*, Rabu 19 Oktober 2022.

<sup>97</sup> Rika, Tetangga Lansia Berstatus Janda, *Wawancara*, Rabu 19 Oktober 2022.

<sup>98</sup> Inun, Lansia Berstatus Janda, Desa Padang Matinggi, *Wawancara*, Rabu 19 Oktober 2022.

tanpa menyapa saya jika bertemu dengan saya, makanya saya memilih diam di rumah.<sup>99</sup>

Hasil observasi yang peneliti lakukan, menyimpulkan bahwa ibu Inun dan bu Delina memilih mengasingkan diri dari tetangganya karena tidak mempercayai tetangganya sebagai teman curhat, dan memilih memendam perasaannya sendiri. Hal ini disebabkan karena mereka mudah sakit hati dan tersinggung serta merasa tidak dihargai dari tetangganya. Sedangkan bu Dina memilih mengasingkan diri karena tidak ada tetangga yang mau bercerita dengannya.<sup>100</sup>

#### **d. Cemas**

Rasa cemas dialami oleh 4 dari 7 lansia terhadap anaknya yang belum menikah serta kondisi kesehatannya yang memburuk. Salah satunya ialah ibu Irlan yang memilih mengurung diri dirumah, tetapi bukan tidak mau bergaul dengan tetangga, melainkan menyibukkan diri untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT. Beliau sudah berumur 70 tahun dan memiliki penyakit sesak nafas, sehingga rasa cemasnya sangat tinggi pada anak semata wayangnya yang belum juga menikah di umurnya yang hampir 40 tahun.<sup>101</sup> Beliau mengatakan:

Saya sangat sedih, setelah suami saya meninggal, saya hanya tinggal bersama anak semata wayang yang umurnya yang hampir 40 tahun. Di umur saya yang sudah tua ini, saya ingin sekali menimang cucu dan melihat anak saya bahagia dengan keluarganya. Itulah yang membuat saya cemas, bagaimana jika saya sudah tiada dan anak saya belum juga menikah, siapa nanti yang akan mengurusnya.<sup>102</sup> Ujar beliau sambil menangis.

---

<sup>99</sup> Dina, Lansia Berstatus Janda, Desa Padang Matinggi, *Wawancara*, Kamis 20 Oktober 2022.

<sup>100</sup> *Hasil Observasi*, Desa Padang Matinggi, Kamis 20 Oktober 2022.

<sup>101</sup> *Observasi*, Desa Padang Matinggi, Rabu 19 Oktober 2022

<sup>102</sup> Irlan, Lansia Berstatus Janda, Desa Padang Matinggi, *Wawancara*, Rabu 19 Oktober 2022.

Hal ini dibenarkan oleh anaknya yang mengatakan:

Saya juga tau bahwa ibu saya mencemaskan saya yang belum menikah sampai sekarang, bukan saya tidak mau menikah, hanya saja belum ada yang cocok. Saya sudah sering meyakinkan ibu saya agar jangan terlalu mencemaskan saya, tetapi ibu selalu nanya kapan nikah pada saya, yaa namanya juga orang tua ya.<sup>103</sup>

Merasa cemas juga dirasakan oleh ibu Delina, beliau mengatakan:

Orang tua pasti sangat mencemaskan anaknya, apalagi saya sudah tua tetapi dua putri saya belum menikah. Kalau saya tiada nanti, siapa yang akan bertanggung jawab pada mereka. Memang mereka masih punya kakak dan abang tapi mereka sudah berkeluarga. Saya akan merasa tenang jika putri saya keduanya menikah agar ada yang menjaga dan bertanggung jawab atas mereka.<sup>104</sup>

Ibu Deliana juga merasakan cemas terhadap anaknya, beliau berkata:

Tentu saya teramat cemas pada anak-anak saya, 2 anak cowok saya selalu batal nikah karena tidak ada biaya, dan saya tidak bisa membantu mereka dalam hal biaya karena kondisi tubuh saya yang tidak memungkinkan untuk bekerja (Struk). Putri bungsu saya juga sudah berusia 20 an, saya takut tidak bisa melihat dia menikah, itulah yang selalu mengganggu pikiran saya.<sup>105</sup>

Hasil observasi berdasarkan wawancara di atas, peneliti menyimpulkan bahawa ibu Irlan merasa kesepian dan ingin sekali menimang cucu, serta rasa cemas yang tinggi pada anaknya yang belum juga menikah sampai sekarang. Begitu juga dengan ibu Delina dan bu Deliana yang mengakibatkan timbulnya rasa cemas akibat anak-anak mereka belum juga menikah.<sup>106</sup>

---

<sup>103</sup> Anwar, Anak Dari Ibu Irlan Lansia Berstatus Janda, Desa Padang Matinggi, *Wawancara*, Kamis 20 Oktober 2022.

<sup>104</sup> Delina, Lansia Berstatus Janda, Desa Padang Matinggi, *Wawancara*, Kamis 20 Oktober 2022.

<sup>105</sup> Deliana, Lansia Berstatus Janda, Desa Padang M,atinggi, *Wawancara*, 19 Oktober 2022.

<sup>106</sup> *Observasi*, Desa Padang Matinggi, 20 Oktober 2022.

## 2. Penerapan Bimbingan Konseling Islam yang Diberikan Pada Lansia Berstatus Janda di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara

Setelah peneliti melakukan observasi dan wawancara dengan lansia berstatus janda di Desa Padang Matinggi kemudian peneliti berusaha menerapkan bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kesepian pada lansia berstatus janda.

**Tabel. 5**

### **Kondisi Kesepian Pada Lansia Berstatus Janda Sebelum Diterapkannya Bimbingan Konseling Islam**

No	Nama	Kondisi Kesepian Pada Lansia			
		Merasa Sunyi	Merasa Tidak Dihargai	Mengasingkan Diri	Cemas
1	Doria	✓	✓		
2	Deliana	✓	✓	✓	✓
3	Inun	✓	✓	✓	
4	Delina	✓	✓	✓	✓
5	Irlan	✓	✓	✓	✓
6	Dermaun	✓	✓		✓
7	Dina	✓	✓	✓	
Jumlah		7 orang	7 orang	5 orang	4 orang

Sumber: Observasi di Desa Padang Matinggi

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Desa Padang Matinggi, peneliti terlebih dahulu melakukan observasi dan wawancara awal untuk mengetahui keadaan lansia berstatus janda di desa Padang Matinggi. Lalu dilanjutkan dengan menerapkan bimbingan konseling Islam kepada lansia berstatus janda dengan melalui dua siklus. Siklus pertama yaitu dengan dua kali pertemuan yaitu adanya perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi begitu juga

dengan siklus kedua, hanya saja dalam siklus dua ada perbaikan tindakan yang perlu ditingkatkan lagi.

a. **Siklus I Pertemuan Ke-I**

Sebelum peneliti melakukan penelitian, peneliti terlebih dahulu memperkenalkan diri, menjelaskan maksud dan tujuan peneliti, kemudian menjelaskan bimbingan dan konseling Islam kepada lansia berstatus janda.

1) Perencanaan/konsep

Perencanaan/konsep yang dilakukan peneliti pada siklus I pertemuan I sebagai berikut:

- a) Melakukan observasi awal ke tempat penelitian di desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang.
- b) Peneliti menyampaikan maksud dan tujuannya kepada lansia berstatus janda di desa Padang Matinggi.
- c) Melakukan analisis yang meliputi pengumpulan data lansia berstatus janda.
- d) Menjelaskan materi yang akan disampaikan kepada lansia berstatus janda yaitu menjelaskan pengertian dan tujuan bimbingan konseling Islam.
- e) Mempersiapkan jadwal pelaksanaan tentang penerapan bimbingan konseling Islam pada lansia berstatus janda di desa Padang Matinggi.
- f) Menyiapkan perencanaan observasi kepada lansia berstatus janda tentang bagaimana cara melaksanakan bimbingan konseling Islam.

## 2) Tindakan

Setelah perencanaan disusun, maka langkah selanjutnya adalah melaksanakan perencanaan tersebut kedalam bentuk tindakan-tindakan nyata. Pada siklus I pertemuan ke-I dilaksanakan pada tanggal 20-21 Oktober 2022 dengan mengunjungi rumah lansia berstatus janda. Materi disampaikan melalui kegiatan diskusi dan wawancara tidak terstruktur. Adapun tindakan yang dilakukan yaitu:

Peneliti meaksanakan bimbingan dengan cara memberikan materi yang telah dirancang oleh peneliti. Sebelum masuk ke inti pembicaraan, peneliti sebelumnya berbincang dengan lansia berstatus janda dengan menanyakan kabarnya dan meminta meluangkan waktunya sebentar. Kemudian peneliti mulai menanyakan apa bentuk kesepian yang dirasakan lansia berstatus janda dan apa yang membuat lansia berstatus janda merasa sepi, setelah itu masuk ke materi.

Dimana materi yang akan diberikan peneliti terhadap lansia berstatus janda yaitu

- a. peneliti memberikan arahan dan bantuan bagaimana cara mengatasi kesepian yang dirasakan lansia berstatus janda yaitu banyak melibatkan diri dalam pertemuan dengan tetangga baik itu dalam kegiatan sosial maupun pengajian.
- b. Membiasakan berterus terang tentang perasaannya pada anak dan kerabat dekatnya.
- c. Melakukan kegiatan positif seperti membaca Al-Qur'an, berzikir, mendengarkan nasehat ustadz atau teman, mengikuti pengajian, memberi

makan peliharaan, berjalan-jalan di kampung, atau bahkan dengan menyiram tanaman.

#### 1) Observasi

Observasi ini bertujuan untuk melihat perilaku lansia terutama tentang kesepian yang dialami lansia berstatus janda di desa Padang Matinggi. Pada tahapan ini, peneliti melihat lansia berstatus janda masih bingung dengan maksud bimbingan konseling, sehingga ada satu lansia yang sempat menolak melakukan bimbingan dan konseling karena takut nama dan foto serta masalahnya di publikasikan.<sup>107</sup>

#### 2) Refleksi

Setelah terlaksanakannya tindakan dan observasi, maka akan didapatkan hasil dari penerapan bimbingan konseling Islam. Tetapi dari penerapan pertama ini yang berubah hanya satu, yaitu ibu Dermaun yang sudah tidak merasa sunyi karena saat merasa sunyi, beliau pergi ke rumah tetangganya yang dianggap dekat dengannya. Jika masih ditemukan hambatan, kekurangan, dan belum mencapai indikator tindakan yang telah ditetapkan pada penelitian ini maka hasil tersebut dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk melakukan refleksi, sehingga dapat memperbaiki proses pelaksanaan bimbingan konseling Islam pada siklus berikutnya.

Untuk mencari persentasi dalam perubahan kesepian pada lansia berstatus janda melalui Bimbingan Konseling Islam dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

---

<sup>107</sup> *Observasi*, Desa Padang Matinggi, 21 Oktober 2022

$$\text{Persentase} = \frac{\text{hasil}}{\text{Jumlah informan}} \times 100\%$$

Adapun hasil observasi pada siklus I pertemuan ke-I dilihat setelah satu minggu dilakukannya tindakan Bimbingan Konseling Islam terhadap lansia berstatus janda sebagai berikut:

**Tabel. 6**

**Kondisi Kesenian Pada Lansia Berstatus Janda Sesudah Dilakukan Bimbingan Konseling Islam Pada Siklus I Pertemuan Ke-I**

No	Nama	Kondisi Kesenian Pada Lansia Berstatus Janda			
		Merasa Sunyi	Merasa Tidak Dihargai	Mengasingkan Diri	Cemas
1	Doria	✓	✓		
2	Deliana	✓	✓	✓	✓
3	Inun		✓	✓	
4	Delina	✓	✓	✓	✓
5	Irlan	✓	✓	✓	✓
6	Dermaun	✓	✓		✓
7	Dina	✓	✓	✓	
Jumlah		6 orang	7 orang	5 orang	4 orang

Dari hasil penerapan bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kesenian pada lansia berstatus janda pada siklus I pertemuan ke-I yang peneliti lakukan, lansia yang merasa sunyi pada awalnya sebanyak 7 orang menjadi 6 orang, , lansia yang merasa tidak dihargai belum ada perubahan masih tetap 7 orang, lansia yang mengasingkan diri belum ada perubahan masih tetap 5 orang , dan lansia yang merasa cemas tidak ada perubahan masih tetap 4 orang juga.

Tabel tersebut dapat dilihat bahwa lansia masih mengalami kesulitan dalam menerapkan bimbingan konseling islam dalam mengatasi kesenian yang mereka alami, dikarenakan masih kurang paham maksud dari bimbingan

konseling Islam sehingga hanya sedikit yang mengalami perubahan dalam mengatasi kesepiannya. Sedangkan ibu Inun rasa sunyinya tidak terlalu tinggi, dikarenakan lansia tersebut menyibukkan diri bermain dengan cucunya yang sering ditiptikan anaknya padanya untuk bekerja.<sup>108</sup>

#### **b. Siklus I Pertemuan Ke-II**

Siklus I pertemuan ke-II ini merupakan lanjutan dari siklus I pertemuan ke-I. Dalam hal ini peneliti melanjutkan penelitian pada pertemuan kedua sebagai akhir dari siklus pertama, dengan membuat perencanaan pertemuan ke-II sebagai berikut:

##### 1) Perencanaan/konsep

Pada tahap ini, perencanaan/konsep yang dilakukan peneliti sebagai berikut:

- a) Menumbuhkan sikap peduli dan saling percaya satu sama lain
- b) Membantu klien memahami materi yang diberikan, dan membantu menghafalkan doa sholat dhuha.

##### 2) Tindakan

Pada siklus I pertemuan ke-II dilaksanakan pada tanggal 29 dan 30 Oktober 2022 dengan mengunjungi rumah lansia berstatus janda, materi disampaikan dengan diskusi dan wawancara tidak terstruktur. Adapun tindakan yang dilakukan pada pertemuan kedua sebagai berikut:

---

<sup>108</sup> Hasil analisis setelah dilakukan siklus I pertemuan pertama, Desa Padang Matinggi, 21 Oktober 202.

- a) Peneliti menanyakan kembali kabar lansia berstatus janda dan meminta waktunya sebentar
- b) Lalu mengingatkan lagi materi pada pertemuan pertama
- c) Menjelaskan materi selanjutnya tentang jangan menghakimi diri sendiri karena merasa tidak dihargai. Apabila hati merasa sakit atas perilaku dan ucapan orang, tenangkanlah hati dan pikiran dengan melakukan sholat baik wajib maupun sunnah. Salah satu sholat wajib yang sebaiknya dilakukan yaitu sholat Dhuha.
- d) Peneliti dan lansia berstatus janda sama-sama membaca dan menghafalkan niat dan do'a sholat dhuha.

Adapun niat sholat Dhuha yaitu sebagai berikut:

أصلي سنة الضحى ركعتين لله تعالى

Artinya: “Aku niat mengerjakan sholat sunnah Dhuha dua rakaat kerana Allah Ta’ala. Allah Maha Besar.”<sup>109</sup>

Adapun doanya sebagai berikut:

اللَّهُمَّ إِنَّ الضُّحَاءَ ضُحَاءَكَ وَالْبَهَاءَ بَهَاءَكَ وَالْجَمَالَ جَمَالَكَ وَالْقُوَّةَ قُوَّتَكَ وَالْقُدْرَةَ قُدْرَتَكَ وَالْعِصْمَةَ عِصْمَتَكَ اللَّهُمَّ إِنْ كَانَ رِزْقِي فِي السَّمَاءِ فَأَنْزِلْهُ وَإِنْ كَانَ فِي الْأَرْضِ فَأَخْرِجْهُ وَإِنْ كَانَ مُعْسِرًا فَيَسِّرْهُ وَإِنْ كَانَ حَرَامًا فَطَهِّرْهُ وَإِنْ كَانَ بَعِيدًا فَقَرِّبْهُ بِحَقِّ ضُحَاءِكَ وَبَهَاءِكَ وَجَمَالَكَ وَقُوَّتِكَ وَقُدْرَتِكَ آتِنِي مَا آتَيْتَ عِبَادَكَ الصَّالِحِينَ

Artinya: “Wahai Tuhanku, sesungguhnya waktu Dhuha adalah waktu Dhuha-Mu, keagungan adalah keagungan-Mu, keindahan adalah keindahan-Mu, kekuatan adalah kekuatan-Mu, dan kekuasaan adalah kekuasaan-Mu serta penjagaan adalah penjagaan-Mu. Ya Allah, jika rizkiku masih di atas langit, turunkanlah dan jika ada didalam bumi, keluarkanlah. Jika sukar mudahkanlah, jika haram sucikanlah, jika masih jauh dekatkanlah, berkat waktu Dhuha, keagungan, keindahan,

<sup>109</sup> H. Sayuti, *Tuntunan Shalat Dhuha*, (Sangkala com), hlm. 15. [www.tedisobandi.blogspot.com](http://www.tedisobandi.blogspot.com), diakses 29 Mei 2022.

kekuatan dan kekuasaan-Mu, limpahkanlah kepada kami segala yang telah Engkau limpahkan kepada hamba-hamba-Mu yang saleh.”<sup>110</sup>

### 3) Observasi

Observasi ini bertujuan untuk melihat sejauh mana kegiatan untuk mengikuti bimbingan konseling Islam tersebut dan melihat perubahan kesepian yang dialami lansia berstatus janda. Berdasarkan tindakan yang dilakukan peneneliti pada siklus I pertemuan ke-II, hasil observasi menunjukkan bahwa kemampuan lansia dalam menerapkan bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kesepian dengan materi yang disampaikan bahwa mulai ada perubahan dari pertemuan sebelumnya. Sudah mulai terlihat bahwa lansia mulai merasa tenang dan senang dalam mengikuti proses penerapan bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kesepian pada lansia berstatus janda. Dan dari 7 lansia berstatus janda yang tidak hafal doa sholat dhuha sebanyak 3 orang.<sup>111</sup>

### 4) Refleksi

Dari penerapan bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kesepian pada lansia berstatus janda tersebut, yang ingin direfleksi peneliti adalah jangan menghakimi diri sendiri karena merasa tidak dihargai dan menggunakan terapi sholat untuk menenangkan hati serta pikiran. Sehingga kesepian yang dirasakan lansia berstatus janda

---

<sup>110</sup> *Ibid*, hlm. 24-25.

<sup>111</sup> *Observasi*, Desa Padang Matinggi, 30 Oktober 2022

mulai berkurang setelah dilakukan tindakan. Adapun hasil dari observasi pada siklus I pertemuan ke-II adalah sebagai berikut:

**Tabel. 7**

**Kondisi Kesenian Pada Lansia Setelah Dilakukan Bimbingan Konseling Islam Pada Siklus I Pertemuan Ke-II**

No	Nama	Kondisi Kesenian Pada Lansia Berstatus Janda			
		Merasa Sunyi	Merasa Tidak Dihargai	Mengasingkan Diri	Cemas
1	Doria	✓			
2	Deliana	✓	✓		✓
3	Inun		✓	✓	
4	Delina	✓	✓	✓	✓
5	Irlan	✓		✓	✓
6	Dermaun		✓		✓
7	Dina	✓	✓	✓	
Jumlah		5 orang	5 orang	4 orang	4 orang

Dari hasil penerapan bimbingan konseling Islam pada siklus I pertemuan ke-II yang peneliti lakukan, lansia berstatus janda yang merasa sunyi mulai ada perubahan yang pada awalnya 6 orang berubah menjadi 5 orang, lansia berstatus janda yang merasa tidak dihargai pada awalnya sebanyak 7 orang berubah menjadi 5 orang, dan lansia berstatus janda yang mengasingkan diri dari yang awalnya 5 orang berubah menjadi 4 orang, namun lansia yang merasa cemas tidak ada perubahan masih tetap 4 orang.

Dalam tabel dapat dilihat bahwa adanya perubahan kesepian yang dirasakan lansia berstatus janda dari siklus I pertemuan ke-I sampai pertemuan ke-II ini, yaitu sudah terlihat karena lansia mulai merasa tenang dan nyaman dalam mengikuti kegiatan bimbingan

konseling Islam serta mulai bisa mengatasi kesepian yang dirasakannya.<sup>112</sup>

**c. Siklus II Pertemuan ke-I**

Pada siklus II ini dilaksanakan sama dengan tahap-tahap pada siklus I, yaitu perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi. Hanya saja ada perbaikan tindakan yang perlu ditingkatkan lagi sesuai hasil dari refleksi sebelumnya. Pada tahapan ini, peneliti lebih berusaha untuk meningkatkan hal-hal yang belum tercapai pada siklus I. Disini juga peneliti mencoba meyakinkan lansia berstatus janda agar lebih percaya diri untuk bergaul dengan orang lain. Adapun tahap siklus II sebagai berikut:

1) Perencanaan/konsep

Perencanaan/konsep yang dilakukan dalam memberikan bimbingan konseling Islam terhadap lansia berstatus janda adalah sebagai berikut:

- a) Peneliti melakukan observasi hasil dari pertemuan pertama dan kedua.
- b) Peneliti mempersiapkan kembali materi yang akan disampaikan.

2) Tindakan

Pada siklus II pertemuan pertama dilaksanakan pada tanggal 05-06 November 2022 dengan mengunjungi rumah lansia berstatus janda

---

<sup>112</sup> Hasil analisis setelah dilakukan siklus I pertemuan pertama, Desa Padang Matinggi, 30 Oktober 2022.

di Desa Padang Matinggi melalui diskusi dan wawancara tidak terstruktur. Adapun tindakan yang dilakukan yaitu:

- a) Penelitian mengulas kembali materi yang telah lewat dan menggali lebih dalam penyebab lansia berstatus janda merasa kesepian.
- b) Setelah itu peneliti mendengarkan keluhan kesah dari setiap lansia berstatus janda selama proses penerapan bimbingan konseling Islam.
- c) Lalu peneliti memberikan materi tentang bertukar pikiran dengan seseorang yang bisa dipercayainya serta berdoa dan berzikir kepada Allah.
- d) Kemudian peneliti memberikan beberapa doa dan zikir untuk diamalkan jika hati mulai gelisah.

Berikut zikir penenang hati dan artinya:

- سُبْحَانَ اللَّهِ :Maha Suci Allah
- الْحَمْدُ لِلَّهِ : Segala Puji bagi Allah
- لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ :Tiada tuhan yang berhak disembah kecuali Allah
- اللَّهُ أَكْبَرُ : Allah Maha Besar
- Baca zikir ini 3 kali pagi dan petang;

Adapun doanya ialah sebagai beriku:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحَزَنِ وَالْعَجْزِ وَالْكَسَلِ وَالْبُخْلِ وَالْجُبْنِ وَضَلَعِ  
الدَّيْنِ وَعَلْبَةِ الرَّجَالِ

Artinya: “ya Tuhanku, aku berlindung kepadaMu dari rasa sedih serta duka cita ataupun kecemasan, dari rasa lemah serta kelemahan, dari kebakhilan serta pengecut, dan beban utang serta tekanan orang-orang jahat”.

رَبِّ اشْرَحْ لِي صَدْرِي وَيَسِّرْ لِي أَمْرِي وَاحْلُلْ عُقْدَةً مِنْ لِسَانِي يَفْقَهُوا قَوْلِي  
 Artinya: “Wahai Tuhanku, lapangkanlah bagiku dadaku, dan mudahkanlah bagiku urusanku, dan lancarkanlah lidahku supaya merek faham ucapanku”.

Dari hasil wawancara peneliti dengan lansia berstatus janda yang mengikuti proses bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kesepian pada siklus II pertemuan ke-I ini, peneliti menyimpulkan bahwa kesepian pada lansia berstatus janda sudah mulai berubah, mereka sudah mulai bergaul dengan orang lain dan tidak mengasingkan diri lagi.

### 3) Observasi

Pelaksanaan tindakan pada pertemuan ke-I dari siklus II adalah dilaksanakan sesuai dengan penelitian yang dibuat dengan melihat bagaimana perbandingan saat pertemuan pertama dan kedua, apakah ada perubahan yang lebih baik. Hasil observasi di atas menunjukkan bahwa kesepian pada lansia berstatus janda sudah mulai berubah dari sebelumnya. Dimana lansia sudah mulai menerima arahan dan nasehat yang diberikan oleh peneliti sehingga mampu mengatasi masalah kesepian yang dihadapinya.<sup>113</sup>

### 4) Refleksi

Setelah terlaksanakannya perencanaan, tindakan dan observasi, maka didapatkan hasil dari penerapan bimbingan konseling Islam dengan adanya perubahan yang diharapkan. Refleksi merupakan kegiatan yang berkenaan dengan proses dan dampak dari berhasilnya

---

<sup>113</sup> *Observasi*, Desa Padang Matinggi, 6 November 2022

tindakan penerapan bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kesepian pada lansia berstatus janda yang dilakukan peneliti. Adapun hasil dari penerapan bimbingan konseling Islam pada siklus II pertemuan pertama sebagai berikut:

**Tabel. 8**

**Kondisi Kesepian Pada Lansia Berstatus Janda Sesudah Dilakukan Bimbingan Konseling Islam Pada Siklus II Pertemuan Ke-I**

No	Nama	Kondisi Kesepian Pada Lansia			
		Merasa Sunyi	Merasa Tidak Dihargai	Mengasingkan Diri	Cemas
1	Doria	✓			
2	Deliana	✓	✓	✓	
3	Inun		✓		
4	Delina		✓	✓	✓
5	Irlan	✓			✓
6	Dermaun				
7	Dina	✓	✓	✓	
Jumlah		4 orang	4 orang	3 orang	2 orang

Dari hasil penerapan bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kesepian pada lansia berstatus janda pada siklus II pertemuan ke-I yang peneliti lakukan, lansia yang merasa sunyi perubahannya semakin terlihat dari yang semula 5 orang menjadi 4 orang, lansia yang merasa tidak dihargai yang pada awalnya tinggal 5 orang kini berubah menjadi 4 orang, lansia yang mengasingkan diri berubah dari 4 orang menjadi 3 orang, dan lansia yang merasa cemas sudah ada perubahan dari yang sebelumnya 4 orang kini hanya 2 orang lagi.

Dari tabel di atas, dapat dilihat bahwa banyak perubahan kesepian pada lansia berstatus janda dari siklus II pertemuan ke-I ini yaitu, lansia berstatus janda mulai antusias dalam mengikuti bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kesepian pada lansia berstatus janda dan menerima arahan dari peneliti.<sup>114</sup>

#### **d. Siklus II Pertemuan Ke-II**

Siklus II pertemuan ke-II merupakan pertemuan terakhir yang dilaksanakan. Pada pertemuan ini peneliti mengadakan tanya jawab terkait dengan materi yang telah disampaikan oleh peneliti tentang mensyukuri apa yang ada dan jangan ragu atas kehendak Allah, serta perbanyak membaca Al-Qur'an untuk mengatasi kesulitan yang dihadapi. Dalam siklus II pertemuan ke-II peneliti melaksanakannya sesuai dengan siklus yang sebelumnya yaitu sebagai berikut:

##### 1) Perencanaan/konsep

Perencanaan/konsep yang dilakukan terhadap bimbingan konseling Islam pada lansia berstatus janda ialah sebagai berikut:

- a) Peneliti menjelelaskan materi yang akan disampaikan
- b) Peneliti memberikan saran dan solusi kepada lansia berstatus janda yang memiliki hambatan dalam melaksanakan bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kesepiannya.

---

<sup>114</sup> Hasil analisis setelah dilakukan siklus I pertemuan pertama, Desa Padang Matinggi, 6 November 2022.

- c) Peneliti menanyakan perubahan apa yang sudah dirasakan lansia berstatus janda setelah menerapkan bimbingan dan konseling Islam.

## 2) Tindakan

Pada siklus II pertemuan kedua ini dilaksanakan pada tanggal 12-13 November 2022, melalui kegiatan diskusi dan wawancara tidak terstruktur. Lalu peneliti melanjutkan materi sesuai dengan perencanaan yang telah dibuat dan tidak jauh berbeda dengan siklus I. Berdasarkan perencanaan yang telah dibuat maka tindakan yang akan dilakukan ialah sebagai berikut:

- a) Peneliti berbincang ringan dengan lansia berstatus janda sambil membawakan makanan agar perbincangan terasa santai.
- b) Lalu peneliti melanjutkan materi yang terakhir tentang mensyukuri apa yang ada dan jangan ragu atas kehendak Allah, serta perbanyak membaca Al-Qur'an untuk mengatasi kesulitan yang dihadapi.
- c) Kemudian peneliti memuji lansia berstatus janda atas perubahan kesepian yang dirasakannya.
- d) Ayat Al-Qur'an yang bisa dibaca saat seseorang merasakan sakit baik rohani maupun jasmani ialah sebagai berikut"
  - Membaca Surah Al-Fatihah sebanyak tujuh kali
  - Membaca Ayat Kursi atau Al-Baqarah ayat 255
  - Dua ayat terakhir surah Al-Baqarah

- Surah Al-Ikhlâs
- Surah Al-Falaq dan An-Naas.

### 3) Observasi

Dari hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti, peneliti melihat perubahan kesepian pada lansia setelah dilaksanakannya proses penerapan bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kesepian pada lansia berstatus janda. Lansia berstatus lebih semangat dan mampu mengatasi kesepiannya.<sup>115</sup>

### 4) Refleksi

Setelah tindakan dan observasi terlaksanakan, maka langkah selanjutnya ialah refleksi. Yaitu menilai kembali perubahan yang telah dilakukan lansia berstatus janda di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara. Adapun hasil refleksi pada siklus II pertemuan ke-II adalah sebagai berikut:

**Tabel. 9**

**Kondisi Kesepian Pada Lansia Berstatus Janda Sesudah Dilaksanakan Bimbingan Konseling Islam Pada Siklus II Pertemuan Ke-II**

No	Nama	Kondisi Kesepian Pada Lansia Berstatus Janda			
		Merasa Sunyi	Merasa Tidak Dihargai	Mengasingkan Diri	Cemas
1	Doria	✓			
2	Deliana	✓	✓		
3	Inun				
4	Delina		✓	✓	
5	Irlan				✓
6	Dermaun				
7	Dina	✓			
Jumlah		3 orang	2 orang	1 orang	1 orang

<sup>115</sup> *Observasi*, Desa Padang Matinggi, 13 November 2022

Dari hasil penerapan bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kesepian pada lansia berstatus janda pada siklus II pertemuan ke-II yang dilakukan peneliti, lansia yang merasa sunyi dari yang sebelumnya sebanyak 4 orang kini hanya tinggal 3 orang saja, lansia yang merasa tidak dihargai berkurang dari yang sebelumnya 4 orang menjadi 2 orang, dan lansia yang mengasingkan diri juga ada perubahan dari yang sebelumnya 3 orang menjadi 1 orang saja, serta lansia yang merasa cemas mengalami perubahan dari yang sebelumnya sebanyak 2 orang berubah menjadi 1 orang.

Dari hasil tabel di atas, dapat dilihat bahwa adanya perubahan kesepian pada lansia berstatus janda dari siklus II pertemuan ke-II ini yaitu, kesepian pada lansia sebagian besar sudah berubah meskipun belum seluruhnya. Hal ini dapat dilihat bahwa lansia berstatus janda sudah mampu mengatasi kesepiannya.<sup>116</sup>

### **3. Perubahan Kondisi Kesepian Lansia Berstatus Janda Setelah Dilakukan Bimbingan Konseling Islam di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara**

Dari hasil siklus I dan siklus II melalui penerapan bimbingan Konseling Islam dalam mengatasi kesepian pada lansia berstatus janda dapat dilihat bahwa lansia yang merasa sunyi orang, lansia yang merasa tidak

---

<sup>116</sup> Hasil analisis setelah dilakukan siklus I pertemuan pertama, Desa Padang Matinggi, 13 November 2022.

dihargai sebanyak orang, lansia yang mengasingkan diri orang, dan lansia yang merasa cemas orang.

Dari siklus I dan II dapat dilihat adanya perubahan dalam kesepian pada lansia. Perubahan kesepian pada lansia berstatus janda dari pertemuan siklus I dan siklus II dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel. 10**

**Rekapitulasi Perubahan Kesepian Pada Lansia Dalam Penerapan Bimbingan Konseling Islam**

No	Kondisi kesepian lansia berstatus janda	Kondisi kesepian pada lansia berstatus janda setelah dilaksanakan penerapan bimbingan konseling Islam								
		Siklus I					Siklus II			
		Pra sik	Sik I Pert I	%	Sik I Pert II	%	Sik II Pert I	%	Sik II Pert II	%
1	Merasa Sunyi	7	1	14,28%	2	28,57%	3	42,85%	4	57,14%
2	Merasa tidak dihargai	7	0	0%	2	28,57%	3	42,85%	5	71,42%
3	Mengasingkan diri	5	0	0%	1	20%	2	60%	4	80%
4	Cemas	4	0	0%	0	0%	2	50%	3	75%

Dari hasil tabel di atas dapat dilihat bahwa perubahan kondisi kesepian lansia berstatus janda sudah menjadi lebih baik. Hal ini dapat dilihat dari kondisi kesepian yang dirasakan lansia bertatus janda sebelum penerapan bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kesepian pada lansia berstatus janda berjumlah 7 orang.

Lansia yang mampu mengatasi rasa sunyinya pada siklus I pertemuan ke-I yang sebelumnya tidak ada (0%) kini berubah menjadi 1 orang (14,28 %).

Sementara pada siklus I pertemuan ke-II mulai ada perubahan sebanyak 2 orang (28,57%). Pada siklus II pertemuan ke I lansia yang mampu menghilangkan rasa sunyinya berubah menjadi menjadi 3 orang (42,85%), dan di siklus II pertemuan ke-II kebanyakan lansia yang berstatus janda sudah bisa mengatasi rasa sunyinya yaitu sebanyak 4 orang (57,14%).

Lansia yang sudah merasa dihargai pada siklus I pertemuan ke-I tidak ada perubahan (0%). Pada siklus I pertemuan ke-II bertambah menjadi 2 orang (28,57%). Setelah dilakukan di siklus II pertemuan ke-I perubahan bertambah menjadi 3 orang, (42,85%). Dan pada siklus II pertemuan ke-II terlihat banyak perubahan menjadi 5 orang (71,42%).

Lansia berstatus janda yang tidak lagi mengasingkan diri pada siklus I pertemuan ke-I tidak ada perubahan (0%), pada siklus I pertemuan ke-II mulai ada perubahan sebanyak 1 orang (20%). Setelah di lakukan pada siklus II pertemuan ke-I semakin banyak perubahan menjadi 2 orang (60%), lalu pada siklus II pertemuan ke-II lansia yang tidak lagi mengasingkan diri sebanyak 4 orang (80%).

Sedangkan perubahan rasa cemas yang dialami lansia berstatus janda pada siklus I pertemuan ke-I yang tidak merasa cemas belum ada perubahan (0%), dan pada siklus I pertemuan ke-II tetap tidak ada perubahan (0%). Sementara pada siklus II pertemuan ke-I berubah menjadi 2 orang (50%), pada siklus II pertemuan ke-II mulai banyak yang mampu mengatasi rasa cemasnya yaitu sebanyak 3 orang (75%).

Sebelum dilakukannya penerapan bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kesepian pada lansia berstatus janda peneliti melihat bahwa lansia berstatus janda kurang memahami sehingga tidak mampu mengatasi kesepian yang dirasakannya, dan memilih memendam sendiri perasaannya karena kurang percaya pada orang lain, dan tingkat kecemasannya tinggi pada suatu hal yang bahkan belum terjadi. Namun setelah dilakukannya penerapan bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kesepian pada lansia berstatus janda, peneliti melihat lansia berstatus janda mulai banyak perubahan meskipun tidak keseluruhan.

### **C. Analisa Hasil Penelitian**

Dari hasil penelitian ini, kesepian yang dialami lansia berstatus janda di desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara ialah lansia berstatus janda merasakan sunyi meskipun berada di keramaian yang disebabkan karena faktor usia dan kerinduannya pada anak dan cucunya. Merasa tidak dihargai disebabkan banyak tetangga yang mengabaikannya karena kurangnya komunikasi dengan tetangganya. Penyebab lansia berstatus janda mengasingkan diri karena mudah merasa tersinggung dengan ucapan tetangganya, maka dari itu lansia berstatus janda memilih sendiri dan memendam perasaannya sendiri. Dan alasan lansia berstatus janda merasa cemas karena takut anaknya nanti akan kesulitan ketika dirinya nanti meninggal dunia.

Dari bentuk-bentuk kesepian yang dialami lansia berstatus janda tersebut peneliti melakukan penerapan bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kesepian pada lansia berstatus janda. Dalam penelitian ini peneliti melakukan tindakan-tindakan

dengan dua siklus dengan empat kali pertemuan. Dimana pada siklus I dilakukan dua kali pertemuan, begitu juga pada siklus II.

Hasil akhir penelitian ini ialah ibu Doria yang sebelum menerapkan bimbingan konseling Islam merasakan sunyi dan merasa tidak dihargai, mampu menghilangkan rasa sunyi dan mengubah pola pikirnya terhadap orang lain sehingga beliau bisa menghilangkan opininya bahwa orang tidak menghargainya.

Lain halnya dengan bu Deliana yang sebelumnya merasa sunyi, tidak dihargai, mengasingkan diri, dan cemas. Kini sudah mulai bergaul dengan tetangganya dan tidak terlalu memikirkan hal-hal buruk kedepannya yang masih belum diketahui kejadiannya. Akan tetapi ibu Deliana tidak mampu menghilangkan rasa sunyi dan tetap merasa tidak dihargai, karena beliau menganggap orang-orang masih meremehkannya karena efek dari penyakit stroke yang dialaminya masih membuat badannya lemah. Serta beliau masih merindukan anaknya yang belum pulang dari perantauan setelah bertahun-tahun.

Ibu inun yang merasa sunyi, tidak dihargai dan mengasingkan diri. Berhasil mengatasi itu semua karena menyibukkan diri dengan cucunya dan ikhlas atas kehendak yang diberikan Allah kepadanya. Begitu juga dengan ibu Dermaun yang sebelumnya merasakan sunyi dan merasa tidak dihargai kini sudah mampu mengatasi masalahnya tersebut, dan mereka juga mampu mengatasi semua bentuk kesepian yang dirasakannya setelah menerapkan bimbingan konseling Islam.

Tetapi ibu Delina yang hanya mampu mengatasi rasa sunyi dan mampu menghilangkan rasa cemasnya tidak bisa membuatnya mengubah pola pikirnya yang masih memilih mengasingkan diri dan masih merasa tidak dihargai. Beliau

masih menganggap berkumpul dengan tetangganya tidak ada gunanya dan hanya buang-buang waktu saja. Sedangkan ibu Irlan juga hanya mampu mengatasi bentuk kesepian lainnya kecuali rasa cemas. Karena penyakit sesak nafasnya yang sering kambuh serta khawatir anaknya tidak ada dapat mengurus hidupnya sendiri apabila beliau nantinya meninggal dunia.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Bentuk kesepian pada lansia berstatus janda di desa Padang Matinggi ialah sebagai berikut:

Merasa sunyi yang diakibatkan rasa rindu pada anak serta cucu yang tinggal jauh dari lansia berstatus janda, serta kurangnya pergaulan dengan tetangga terdekatnya. Merasa tidak dihargai karena dianggap tidak mampu melakukan sesuatu tanpa bantuan laki-laki akibat fisik yang melemah serta penyakit yang dideritanya. Mengasingkan diri akibat tidak mempercayai perkataan orang lain dan mudah tersinggung oleh perkataan orang lain. Serta rasa cemas dikarenakan takut tidak ada yang mengurus anak-anaknya jikalau dirinya meninggal dunia.

2. Penerapan bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kesepian pada lansia berstatus janda di desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara yaitu dengan menggunakan dua siklus. Siklus I meliputi perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi, begitu juga pada siklus II. Setiap siklus dilakukan 2 kali pertemuan. Materi yang diberikan adalah pengenalan bimbingan konseling Islam, mengatasi kesepian dengan menggunakan terapi shalat, dzikir, do'a, dan membaca Al-Qur'an.

3. Perubahan kesepian pada lansia berstatus janda setelah diterapkan bimbingan konseling Islam yaitu, yang mampu mengatasi rasa sunyi pada lansia berstatus janda sebelum diterapkan bimbingan konseling Islam berjumlah 0 dari 7 orang (0%), dan berubah setelah diterapkan bimbingan konseling Islam menjadi 4 orang (57,14%), yang merasa dihargai sebelum penerapan sebanyak 0 dari 7 orang (0%) setelah penerapan berubah menjadi 5 orang (71,42%), dan lansia yang tidak lagi mengasingkan diri sebelum dilakukan penerapan sebanyak 0 dari 5 orang (0%) setelah diterapkan menjadi 4 orang (80%), serta lansia yang tidak lagi merasa cemas sebanyak 0 dari 4 orang (0%) dan berubah menjadi 3 orang (75%) setelah dilakukan penerapan bimbingan konseling islam.

## **B. Saran-Saran**

Berdasarkan hasil kesimpulan penelitian, peneliti mengajukan saran-saran sebagai berikut:

1. Kepada lansia berstatus janda agar jangan terlalu sering merasa sedih dan jangan memendam perasaannya, cobalah terbuka dan berbicara pada anak atau kerabat lainnya jika ada masalah yang tidak bisa diatasi sendiri. Teruslah berpikiran positif tentang hidup ini dan lebih mendekatkan diri pada Allah SWT.
2. Kepada anak dan keluarga lansia berstatus janda agar lebih meluangkan waktu dengan orangtuanya, lebih memperhatikan orangtuanya, dan memberikan semangat kepada orangtuanya agar mereka tidak merasa kesepian dan merasa dihargai dan disayangi oleh orang-orang disekitarnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aliah Purwakania Hasan, Psikologi Perkembangan Islam “Menyingkap Rentang Kehidupan Manusia dari Pra Kelahiran Hingga Pasca Kematian,” Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2008.
- Al-Hafiz Imam, dkk., *Tafsir Ibnu Katsir Surah Yasin*, Jakarta: Shahih Referensi Terpercaya, 2015.
- Amin Samsul Munir, *Bimbingan dan Konseling Islam*, Jakarta: Amzah, 2013.
- Arumdina Adonai Filisia, “Pengaruh Kesepian Terhadap Pemilihan Pasangan Hidup Pada Dewasa Awal yang Masih Lajang”, jurnal: Psikologi Pendidikan dan Perkembangan Vol. 2 No. 3 Desember 2013.
- Baron R. A & Byrne D, *Psikologi Sosial (10th ed)*, Jakarta: Erlangga, 2005.
- Basit Abdul, *Konseling Islam*, Depok: Kencana, 2017.
- Dayaksini Tri, *Psikologi Sosial*, Malang: UMM Press, 2003.
- Departemen Pendidikan Naional, Kamus Besar Bahasa Indonesia, Jakarta: Balai Pustaka, 2003.
- D Gunarsa Singgih, *Psikologi Perkembangan*, Jakarta: Gunung Mulia, 2004.
- Diane E. Papalia dkk., *Human Develoment Perkembangan Manusi*, Penerjemah: Brian Marswendy, Jakarta: Salemba Humanika, 2009.
- Erhamwilda, *Konseling Islami*, Yogyakarta: Graha Ilmu, 2009.
- Fadilah Nur, “*Konsep Diri Janda Akibat Perceraian (Studi Kasus di Desa Karangpakis Kecamatan Nusawungu)*”, *Skripsi*, Purwokerto: Institus Agama Islam Negeri Purwokerto, 2016.
- Fitrah Muh. dan Luthfiyah, *Metodologi Penelitian (Penelitan Kualitaif, Tindakan Kelas & Studi Kasus)*, Sukabumi: CV. Jejak, 2017.
- Hayati Sari, *Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesepian Pada Lansia* Skripsi Universitas Sumatera Utara, 2010.
- Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, Jakarta: Erlangga, 2000.

- Hutapea Bonar, "*Emotional Intelligence dan Psychological Well-being pada Manusia Lanjut Usia Anggota Organisasi Berbasis Keagamaan di Jakarta,*" dimuat dalam jurnal INSAN, Vol. 13, No. 02, Agustus 2011.
- Istarani dan Muhammad Siddik, *Jiwa dan Kepribadian Muslim*, Medan: Larispa, 2015.
- Jogiyanto, *Metode Pengumpulan dan Teknik Analisis Data*, Yogyakarta: ANDI Anggota IKAPI, 2018.
- Lubis Lahmuddin, *Konseling Islam*, Jakarta: Hijri Pustaka Utama, 2007.
- Mamik, *Metodologi Kualitatif*, Jawa Timur: Zifatama Publisher, 2015.
- Moleong Lexy J., *Metodologi Penelitian Kualitatif Bandung*: Remaja Rosdakarya, Offset, 2016.
- Mardawani, *Praktis Penelitian Kualitatif Yogyakarta*: Deepublish, 2020.
- Mujib Hannan, "Dzikir Khafi Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Lansia," *Jurnal Kesehatan "Wiraja Medika"*.
- Munandar Imam, Dkk., "Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kesenian pada Lansia yang Ditinggal Pasangan di Desa Mensere" *jurnal Nursing News*, Vol. 2, No. 2, 2017.
- Munir Ahmad, *Kebangkitan Kaum Janda: Akar Teologis-Spiritual Kaum Papa STAIN Ponorogo*: Pustaka Pelajar, 2009.
- Poerwardaminta W. J. S., *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka, 1971.
- Prawitasari Jobans E. "Aspek Sosio-Psikologis Lansia di Indonesia", *Jurnal: Buletin Psikologi Edisi No. 1-1994*", Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada, 1994.
- Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka, 2000.
- Rangkuti Ahmad Nizar, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, PTK dan Penelitian Pengembangan*. Bandung: Cita Pusaka Media. 2016.

- Safiruddin Al Baqi dan Abdah Munfaridatus Sholihah, "Manfaat Shalat untuk Kesehatan Mental: Sebuah Pendekatan Psikoreligi Terhadap Pasien Muslim", *Qalamuna-Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Agama*, Vol. 11 No. 1, Januari-Juni 2019.
- Setiawan Bintang Mara, "Kesepian Pada Lansia di Panti Werdha Sultan Fatah Demak, Skripsi", Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Soleh Mahir M, dkk., *Buku Saku Dirasat Islamiyah*, Bengkulu: CV. Sinar Jaya Berseri, 2022.
- Sutoyo Imam, *Bimbingan dan Konseling Isl*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014.
- Suryabrata Sumadi, *Metode Penelitian* Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2013.
- Setyowati Sulis, "Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Kesepian pada Lansia Panti Kesepuhan Wahyu Ansor", *Skripsi*, Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2010.
- Siyoto Sandu, *Dasar Metodologi Penelitian* Jakarta: Literasi Media Publishing, 2015.
- Suadirman S. *Psikologi Usai Usia Lanjut*, Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2011.
- Sugiyono, *Metode Penelitian kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*, cetakan ke-17 Bandung: Alfabeta, 2012.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*, Bandung: Alfabeta, 2015.
- Wahab, *Manajemen Personalialia*, Bandung: Sinar Harapan, 1990.
- Tampubolon Ichwansyah, *Metodologi Studi Keislaman* Yogyakarta: UAD Press, 2018.
- Tim Penyusunan Kamus Pusat Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka, 2013.
- Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah: Berbasis Integrasi*, Jakarta:RajaGrafindo, 2014.

Wijaya Halaluddin, Hengki, *Analisis Data Kualitatif Sebuah Tinjauan Teori dan Praktik*, Sekolah Tinggi Theologia Jaffaray, 2019.

Yoga Abi, dkk., “Tingkat Sipiritualitas Berhubungan dengan Tingkat Depresi Pada Lansia”, *Jurnal Ilmiah Kesehatan Jiwa* vol. 2, No. 2, Agustus 2020.

Yusuf Muri, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan* Jakarta: Prenada Media Group, 2016.

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### A. Identitas Pribadi

Nama : EKA WILIDIA HARAHAAP  
Nim : 18 302 000 81  
Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi (FDIK)  
E-mail/No. HP : [wilidiaeka@gmail.com](mailto:wilidiaeka@gmail.com)/ 0822-7673-0793  
Jurusan : Bimbingan Konseling Islam  
Tempat Tanggal Lahir : Kota Pinang, 11 Januari 2000  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Alamat : Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang  
Kabupaten Padang Lawas Utara

### B. Identitas Orangtua

Nama Ayah : Alm. Hombar Harahap  
Nama Ibu : Mas Delina Siregar  
Pekerjaan : Petani  
Alamat : Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang  
Kabupaten Padang Lawas Utara

### C. Pendidikan Formal

a. TK/PAUD : PAUD Al-Ikhlas Pasar Matanggor  
b. SD : SD Negeri 100070 Sayurmasinggi  
c. SMP : SMP Negeri 1 Batang Onang  
d. SMA : SMA Negeri 1 Batang Onang  
e. Perguruan Tinggi : S-1 Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi  
Jurusan BKI Universitas Islam Negeri Syekh Ali  
Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan

Padangsidempuan, April 2023

**Eka Wilidia Harahap**  
NIM. 18 302 00081

## **Lampiran I**

### **PEDOMAN OBSERVASI**

Dalam rangka mengumpulkan data-data yang dibutuhkan dalam penelitian yang berjudul “Penerapan Layanan Konseling Individu dalam Mengatasi Kesenjangan Pada Lansia di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara.” maka peneliti membuat pedoman observasi sebagai berikut:

1. Mengobservasi lokasi penelitian.
2. Mengamati bagaimana bentuk-bentuk kesenjangan pada lansia di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara.
3. Mengamati keadaan peran anak, keluarga, dan tetangga dalam pemberian perhatian pada lansia berstatus janda di Desa Padang Mattinggi.
4. Memantau keadaan lansia berstatus janda sebelum dan setelah diterapkan bimbingan konseling Islam.
5. Memantau tahapan yang sudah dilakukan lansia berstatus janda dalam mengatasi kesenjangan.

## **Lampiran II**

### **PEDOMAN WAWANCARA**

#### **A. Wawancara dengan Lansia**

1. Bagaimana perasaan ibu setelah meninggalnya suami ibu?
2. Apa alasan ibu memilih tinggal sendiri?
3. Setelah suami ibu meninggal, apakah ibu menghentikan kegiatan di luar rumah yang ibu lakukan sebelumnya bersama suami ibu. Jika iya, kegiatan apa saja itu?
4. Apa permasalahan yang ibu alami setelah suami ibu meninggal?
5. Apa penyebab ibu terlihat sedih?
6. Bagaimana bentuk kesepian yang ibu rasakan?
7. Saat ibu merasa sepi, kegiatan apa yang biasa ibu lakukan untuk menghilangkan rasa sepi tersebut?
8. Apa yang menyebabkan ibu memilih tidak bergaul dengan tetangga atau orang lain?
9. Apa yang menyebabkan ibu merasa cemas?

#### **B. Wawancara dengan Tetangga**

1. Apakah beliau sering berkunjung atau menyapa ibu?
2. Bagaimanakah kedekatan ibu dengan beliau?
3. Bagaimana tanggapan ibu tentang beliau dalam kesehariannya?

#### **C. Wawancara dengan Kepala Desa**

1. Berapa jumlah lansia berstatus janda di Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang ini pak?

2. Adakah permasalahan yang lansia berstatus janda keluhkan pada bapak?

D. Wawancara dengan Keluarga/ anak Lansia

1. Seberapa dekat anda dengan ibu anda?

2. Apakah ibu anda sering mengeluh karena merasa kesepian?

## DOKUMENTASI

- a. Foto Bersama Kasi Pelayanan Desa Padang Matinggi Desa Padang Matinggi Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara.



Foto bersama Ibu Helena Ade Siregar

- b. Penerapan Bimbingan Konseling Islam Siklus I Pertemuan ke I







