

# PSIKOLOGI LANSIA DALAM AL-QURAN



## SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana Sosial (S.Sos) Dalam Ilmu Bimbingan Dan Konseling Islam

OLEH:

WEZTIKA RANTI

NIM: 1611320050

**PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
JURUSAN DAKWAH  
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)  
BENGKULU  
TAHUN 2021**

## HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING


Skripsi atas nama: Weztika Ranti yang judul “ *Psikologi Lansia Dalam Al-Quran*” Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Jurusan Dakwah Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bengkulu.


Skripsi ini telah diperiksa dan diperbaiki sesuai saran Pembimbing I dan Pembimbing II. Oleh karena itu, sudah layak untuk diujikan sidang munaqasyah Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Bengkulu.

Bengkulu, Februari 2021

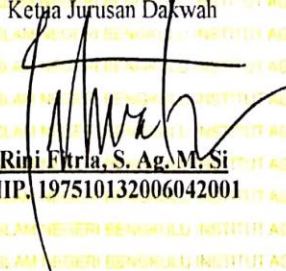
Pembimbing I

Pembimbing II

  
Dra. Agustih, M. Ag  
Nip. 196808171994032005

  
Trivani Pujiastuti, MA. Si  
Nip. 198202102005012003

Mengetahui  
a.n Dekan FUAD  
Ketua Jurusan Dakwah

  
Rini Fitria, S. Ag. M. Si  
NIP. 197510132006042001



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) BENGKULU  
JURUSAN DAKWAH, FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH  
Jalan Raden Fatah Pagar Dewa Telp (0736)51776 fax (0736) 51171-51172 Bengkulu

**HALAMAN PENGESAHAN**

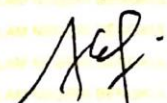
Skripsi yang berjudul "Psikologi Lansia Dalam Al-Quran", yang disusun oleh:  
Nama : Weztika Ranti  
Nim : 1611320050  
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Telah diuji dan dipertahankan di depan Tim Sidang Munaqasyah Jurusan Dakwah  
Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bengkulu pada:  
Hari : Rabu  
Tanggal: 17 Februari 2021  
Dinyatakan LULUS, dapat diterima dan disahkan sebagai syarat guna memperoleh  
gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam Jurusan Dakwah Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Islam.


Bengkulu, Februari 2021



Ketua


Sekretaris


  
Dra. Agustini, M. Ag  
NIP. 196808171994032005

  
Trivani Pujiastuti, MA. Si  
NIP. 198202102005012003

Penguji I

Penguji II

  
Drs. Salim B Pili, M. Ag  
NIP. 195705101992031001

  
Hermi Pasmawati, M. Pd. Kons  
NIP. 198705312015032005

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan:

1. Skripsi dengan judul "Psikologi Lansia Dalam Al-Quran" adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik di IAIN Bengkulu maupun di Perguruan Tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, pemikiran dan rumusan saya sendiri tanpa bantuan yang tidak sah dari pihak lain kecuali arahan dari tim pembimbing.
3. Di dalam skripsi ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah di tulis atau di publikasikan orang lain, kecuali kutipan secara tertulis dengan jelas dan di cantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan di cantumkan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar sarjana, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan yang berlaku.

Bengkulu, Februari 2021

Mahasiswa yang menyatakan



Weztika Ranti  
NIM. 1611320050

## MOTTO

وَمَنْ تُعَمِّرْهُ نُنَكِّسْهُ فِي الْخَلْقِ أَفَلَا يَعْقِلُونَ ﴿٦٨﴾

**Artinya: “Dan barangsiapa yang Kami panjangkan umurnya niscaya Kami kembalikan dia kepada kejadian(nya). Maka apakah mereka tidak memikirkan” (Yasin [36]: 68**

## **PERSEMBAHAN**

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Allah SWT atas limpahan rahmat-Nyalah sehingga skripsi ini bisa terselesaikan.
2. Rasulullah Muhammad. SAW yang telah membawa manusia dari zaman kejahilan hingga zaman serba modern ini.
3. Mak (Zelton Hairi) dan bapak (Windri Sirhan) tercinta yang telah memberikan dukungan dan doanya kepada saya dalam menggapai cita-cita.
4. Adik-adik saya tersayang (Wiki Dapila dan Wika Wizela) yang telah memberikan warna untuk hari-hariku, meskipun kita tidak selalu bersama.
5. Dodo (Fetri Marti) yang telah membantu dari awal masuk kuliah hingga tersematnya gelar sarjana di belakang nama saya.
6. Paman (Maspen April) yang tiada henti memberikan dukungan dan nasehatnya untuk terus berjuang.
7. Seluruh keluarga baik dari pihak bapak maupun pihak mak yang telah mendukung, membantu serta memberikan motivasi dan semangat. Sepupu-sepupu dan ponakan-ponakan.
8. Teman-teman dan sahabat-sahabat SD (Tary ,Rina, Monic), SMA (Umi Suci, Bucik Bepi dan Mbak Yonita), Kuliah (Cici, ayuk Rinta, Erdela, Aldo, Husen dan Derri), KKN (Uda Benny, anak pertama Yeni, anak kedua Maya, pak ketua Olid dan anak ketiga Nyunyun), Ce' Melsa dan teman seperjuangan yang telah menemani, memberikan dukungan dan motivasi.
9. Bapak dan ibu guru serta dosen-dosen yang telah memberikan ilmunya.
10. Almamater yang telah menempahku dan Kampus Hijau IAIN Bengkulu tempatku menempuh perkuliahan.

## ABSTRAK

**Weztika Ranti, NIM. 1611320050, 2021. Program Studi Bimbingan Dan Konseling Islam Jurusan Dakwah Fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bengkulu Skripsi ini berjudul Psikologi Lansia Dalam Al-Quran.**

Permasalahan yang dikaji dalam penelitian ini adalah bagaimana psikologi lansia dalam Al-Quran. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis konsep-konsep psikologi lansia dalam Al-Quran. Penelitian ini adalah penelitian kepustakaan dengan metode analisis isi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: A. Makna lansia dalam surat Hud ayat 72 dan Al-Hijr ayat 54 berkaitan dengan umur. Dalam surat Al-Hajj ayat 5 berkaitan dengan lansia adalah masa yang merupakan fase akhir dari kehidupan, dimana terjadinya penurunan fisik dan psikis yaitu dikembalikan kepada kondisi yang paling rendah. B. Perubahan fisik terdapat pada surat Yasin ayat 68. Pada penampilan umum lansia dalam surat Ar-Rum ayat 54 berkaitan dengan berubah dan gigi mulai gugur. Dalam surat ini juga berkaitan dengan perubahan fungsi umum indrawi dan fungsi motorik, yaitu mata mulai kabur dan kekuatan dikurangi sedikit demi sedikit. Perubahan fisik dalam surat An-Nahl ayat 70 berkaitan dengan kekuatan yang berkurang dan indra-indranya rusak. Berkaitan dengan *andropause* dan *menopause*, terdapat pada surat Hud ayat 72 dan surat Al-Hijr ayat 54. Berkaitan dengan masalah kesehatan lansia yaitu *inkontinensia* urin dan *inkontinensia fekal* atau *alvi* terdapat pada surat Al-Isra' ayat 23. C. Perubahan psikis lansia berkaitan dengan pikun terdapat pada surat An-Nahl ayat 70 dan Al-Hajj ayat 5. D. perubahan spiritual lansia terdapat pada surat Yasin ayat 68, berkaitan dengan ada sebagian lansia yang ketaatannya bertambah dan ada juga ketaatannya yang tidak bertambah serta amal ibadah lansia tergantung dengan masa mudanya. E. Teknik konseling dalam menghadapi dinamika psikologi lansia yang peneliti ambil adalah teknik psikologi individual oleh Alfred Adler. Dimana konselor membantu klien lansia memahami dinamika perasaan *inferior* atau perasaan rendah diri yang berlebihan, meskipun pada masa ini memang sudah menjadi fitrahnya secara fisik mengalami penurunan.

**Kata Kunci: Psikologi Lansia, Al-Quran**

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur saya ucapkan atas kehadiran Allah SWT, karena dengan rahmat dan karunia-Nyalah saya masih di beri kesempatan untuk menyelesaikan Skripsi ini dengan sebaik-baiknya dan sholawat serta salam saya panjatkan kepada junjungan umat manusia Rasulullah Muhammad. SAW yang telah membawa manusia dari zaman kejahilan hingga zaman serba modern ini. Skripsi ini berjudul “Psikologi Lansia Dalam Al-Quran”. Skripsi ini bertujuan untu memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Sosial (S. Sos) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) Jurusan Dakwah Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bengkulu, dalam proses penyusunan Skripsi ini, penulis mendapat bantuan dari berbagai pihak. Dengan demikian penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Sirajuddin M, M. Ag, M. H, selaku Rektor IAIN Bengkulu.
2. Dr. Suhirman, M. Pd, selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Bengkulu.
3. Rini Fitria, S. Ag, M. Si, selaku Ketua Jurusan Dakwah IAIN Bengkulu.
4. Asniti Karni, M. Pd, Kons, selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI).
5. Dra.Agustini, M. Ag, selaku Pembimbing I Skripsi yang telah memberikan kritik dan saran serta motivasi yang sangat baik.



6. Triyani Pujiastuti, MA. Si, selaku Pembimbing II Skripsi yang telah memberikan bimbingan, arahan dengan penuh kesabaran, keikhlasan dan ketulusan.
7. Dr. Japarudin, M. Si , selaku Pembimbing Akademik yang telah memberikan arahan dan bimbingan pada penulis selama menempuh studi di Prodi Bimbingan Konseling Islam (BKI) Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bengkulu.
8. Bapak dan ibu Dosen Jurusan Dakwah IAIN Bengkulu yang telah mengajar dan membimbing serta memberikan berbagai ilmunya dengan penuh keikhlasan.
9. Kedua orangtua saya yang telah memberikan dukungan dari segi apapun.

Penulis menyadari di dalam pembuatan Skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan dan kesalahan baik dari segi materi maupun penulisan. Oleh karenanya penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun untuk memperbaiki dan menyempurnakan Skripsi ini. Semoga Skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis maupun pembaca.

Bengkulu, Februari 2021

Weztika Ranti  
NIM: 1611320050

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>I</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>II</b>
<b>SURAT PERNYATAAN .....</b>	<b>III</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>IV</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>V</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>VI</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>VII</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>VIII</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>IX</b>

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang Penelitian.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Batasan Masalah Penelitian .....	4
D. Tujuan Penelitian .....	4
E. Kegunaan Penelitian .....	5
F. Kajian Terhadap Penelitian Terdahulu .....	5
G. Sistematika Penulisan .....	7

### **BAB II KERANGKA TEORI**

A. Psikologi Perkembangan Dalam Al-Quran .....	9
1. <i>Marhalatul Hamli</i> (Fase Kandungan).....	9
2. <i>Marhalatur Radha,ah</i> (Fase Penyusuan).....	14
3. <i>Marhalatut Thufulah</i> (Fase Kanak-Kanak) .....	16
4. <i>Marhalatul qablal hilmi</i> (Fase Belum Baligh/Anak) .....	18
5. <i>Marhalatul hilmi</i> (Fase Baligh) .....	20
6. <i>Marhalatus Syaddah</i> (Fase Dewasa) .....	21
7. <i>Marhalatul Kuhulah</i> (Fase Tua).....	24
B. Psikologi Lansia .....	25
1. Pengertian Lansia.....	25
2. Batasan-Batasan Lansia .....	26
3. Ciri-Ciri Lansia .....	27
4. Tugas Perkembangan Lansia .....	31
5. Perubahan-Perubahan Pada Lansia .....	32
6. Teknik Konseling Dalam Menghadapi Dinamika Psikologi Lansia	38

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian .....	42
B. Penjelasan Judul Penelitian .....	43
C. Sumber Data .....	44
D. Teknik Pengumpulan Data .....	45
E. Teknik Analisis Data .....	46
F. Teknik Keabsahan Data.....	50

### **BAB IV DESKRIPSI, TEMUAN DAN PEMBAHASA**

A. Deskripsi Obyek Penelitian .....	51
1. Makna Lansia Dalam Al-Quran.....	51
B. Temuan Penelitian .....	56
1. Perubahan Fisik Lansia Dalam Al-Quran.....	56
2. Perubahan Psikis Lansia Dalam Al-Quran .....	73
3. Perubahan Spiritual Lansia Dalam Al-Quran .....	80
C. Pembahasan .....	86
1. Teknik Konseling Dalam Menghadapi Dinamika Psikologi Lansia	86

### **BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan.....	93
B. Saran .....	94

### **DAFTAR PUSTAKA**

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1.	Dokumentasi
Lampiran 2.	Surat Berita Acara Bimbingan Skripsi
Lampiran 3.	Surat Pengajuan Judul
Lampiran 4.	Surat Pengesahan Proposal
Lampiran 5.	Surat Penunjukan Pembimbing
Lampiran 6.	Surat Perubahan Judul Skripsi
Lampiran 7.	Surat Kehadiran Seminar Proposal
Lampiran 8.	Surat Kehadiran Ujian Skripsi
Lampiran 9.	Jadwal Sidang Skripsi

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Usia lanjut (lansia) merupakan usia mendekati akhir siklus kehidupan manusia di dunia. Usia tahap ini dimulai 60-an sampai akhir kehidupan.<sup>1</sup> Menjadi tua memang bukan pilihan melainkan sesuatu yang pasti dialami. Setiap orang tanpa kecuali, jika berumur panjang akan menjadi tua. Hal ini sesuai dengan siklus kehidupan dan perkembangan yang dialami manusia dengan ciri yang sangat jelas, seperti yang dinyatakan oleh Hurlock, yakni terjadinya perubahan fisik dan psikologis tertentu.<sup>2</sup>

Fase usia lanjut dalam perkembangan manusia adalah fase penurunan dari puncak keperkasaan manusia. Dari bayi berkembang menuju puncak kedewasaan dengan kekuatan fisik yang prima, lalu menurun sebagai kakek atau nenek (lansia). Hal ini dapat dipahami dari perjalanan hidup manusia sebagaimana digambarkan Surah Ghafir [40]: 67 sebagai berikut:

هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ تُرَابٍ ثُمَّ مِنْ نُطْفَةٍ ثُمَّ مِنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ يُخْرِجُكُمْ  
طِفْلًا ثُمَّ لِيَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ ثُمَّ لِتَكُونُوا شُيُوخًا وَمِنْكُمْ مَّنْ يُتَوَفَّى مِنْ قَبْلُ  
وَلِيَبْلُغُوا أَجَلًا مُّسَمًّى وَلَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ ﴿٦٧﴾

---

<sup>1</sup> Aliah B. Purwakanian Hasan, *Psikologi Perkembangan Islami Menyingkap Rentang Kehidupan Manusia Dari Prakelahiran Hingga Pasca Kematian*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2008), hal. 117.

<sup>2</sup> Bonar Hutapea, *Emotional Intelligence dan Psychological Well-being pada Manusia Lanjut Usia Anggota Organisasi berbasis Keagamaan di Jakarta*, *Jurnal Insan* Vol. 13 No. 02, 2011, hal. 64.

Artinya: “Dia-lah yang menciptakan kamu dari tanah kemudian dari setetes mani, sesudah itu dari segumpal darah, kemudian dilahirkannya kamu sebagai seorang anak, kemudian (kamu dibiarkan hidup) supaya kamu sampai kepada masa (dewasa), kemudian (dibiarkan kamu hidup lagi) sampai tua, diantara kamu ada yang diwafatkan sebelum itu. (kami perbuat demikian) supaya kamu sampai kepada ajal yang ditentukan dan supaya kamu memahami(nya)”.<sup>3</sup>

Usia lanjut atau lansia merupakan periode yang unik dan sulit dalam hidup. Lansia adalah suatu tahap peralihan dalam arti bahwa baik pria maupun wanita harus menyesuaikan diri pada semakin berkurangnya tenaga mental dan fisik, mereka juga harus belajar menerima peranan yang pasif dan mau bergantung pada orang lain sebagai pengganti dari peranan-peranan kepemimpinan aktif seperti masa lalu, dalam kalangan keluarga maupun di tempat kerja.<sup>4</sup> Menua bukan status penyakit tetapi merupakan proses berkurangnya daya tahan tubuh dalam menghadapi rangsangan dari dalam maupun dari luar tubuh.

Lansia adalah bagian individu yang terintegratif dalam suatu siklus perkembangan dan rentan dengan beragam masalah yang berkaitan dengan sakit fisik, psikologis dan spiritual. Tetapi kita harus ingat, bahwa perkembangan setiap individu pada usia lanjut tidaklah sama (*heterogen*) meskipun usia mereka sama. Perbedaan tersebut bisa dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain adalah faktor ekonomi, kesehatan, pendidikan, dan pola hidup dimasa mudanya. Di usia ini, individu akan menghadapi berbagai permasalahan. Permasalahn tersebut antara lain adalah memasuki usia lanjut

---

<sup>3</sup> Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Quran Kementrian Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2010), hal. 475.

<sup>4</sup> William Gladstone, *Apakah Mental Anda Sehat*, ter. Jeanette M.Lesmana dkk., (Jakarta: PT. Migas Surya Grafindo, 1994), hal. 134.

kekuatan fisik seseorang pasti menurun<sup>5</sup>, menurunnya aktivitas, sering mengalami gangguan kesehatan, menurunnya kemampuan psikis, sering pula diikuti oleh penurunan daya ingat. Usia tua adalah periode penutup dalam rentang hidup seseorang yaitu suatu periode dimana seseorang telah “beranjak jauh” dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan atau beranjak dari waktu yang penuh manfaat.<sup>6</sup> Maksudnya adalah masa dimana seseorang memiliki fisik yang kuat dan kemampuan psikis yang belum menurun. Al-Quranpun telah menjelaskan mengenai lansia ini dalam beberapa surat.

Menjadikan Al-Quran sebagai petunjuk dalam menganalisis psikologi lansia adalah sesuatu yang beralasan, karena terdapat beberapa ayat yang memiliki kandungan mengenai lansia. Diantaranya yaitu: *pertama* surat Maryam [19]: 8, dimana Nabi Zakaria AS. yang sudah tua, lemah tulang-tulangnya dan kurus, tidak tersisa lagi air cinta dan keinginan *jima`nya*. Hal ini menjadi salah satu perubahan yang terjadi pada lansia yaitu lemah fisik dan menurunnya hasrat seksual.

Selain ayat di atas masih terdapat beberapa ayat Al-Quran yang membahas mengenai psikologi lansia hal itulah yang mendasari peneliti untuk melakukan penelitian ini. Dengan adanya penelitian ini peneliti berharap kita semua bisa mengerti sekaligus dapat mengambil hikmahnya, karena kita semua pasti akan mengalami masa lansia (kecuali yang sudah ditakdirkan untuk berpulang sebelum memasuki fase lansia) dan untuk yang memiliki

---

<sup>5</sup> Komaruddin Hidayat, *Psikologi Kematian Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, (Jakarta Selatan: Noura Books, 2015), hal.141.

<sup>6</sup> Yudrik Jahja, *Psikoogi Perkembangan*, Edisi Pertama, (Jakarta: Prenadamedia Group, 2011), hal. 253.

keluarga yang sudah memasuki fase lansia peneliti berharap dengan adanya penelitian ini mereka dapat memahami para lansia tersebut.

Dengan demikian menjadi sesuatu yang menarik untuk dijadikan sebuah penelitian lebih lanjut mengenai bagaimana psikologi lansia dalam Al-Quran.

### **B. Rumusan Masalah**

Dari latar belakang di atas rumusan masalah penelitian ini yaitu: bagaimana konsep-konsep psikologi lansia dalam Al-Quran?

### **C. Batasan Masalah**

Agar tidak terjadi kerancuan pada penelitian ini, maka peneliti membatasi masalah yang akan dibahas yaitu:

1. Ayat Al-Quran yang akan diteliti dalam penelitian ini antara lain: Hud [11]: 72, Al-Hijr [15]: 54, An-Nahl [16]: 70, Al-Isra` [17]: 23, Al-Hajj [22]: 5, Ar-Rum [30]: 54 Yasin [36]: 68.
2. Konsep-konsep psikologi lansia yang akan diteliti antara lain: makna lansia dalam Al-Quran, perubahan fisik lansia dalam Al-Quran, perubahan psikis lansia dalam Al-Quran, perubahan spiritual lansia dalam Al-Quran dan teknik konseling dalam menghadapi dinamika psikologi lansia.

### **D. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dari penelitian ini yaitu: untuk menganalisis konsep-konsep psikologi lansia dalam Al-Quran.



## **E. Kegunaan Penelitian**

### 1. Dari segi keilmuan

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sumber informasi tentang psikologi lansia dalam Al-Quran, serta memberikan kontribusi mengenai psikologi lansia khususnya yang berhubungan dengan ilmu Bimbingan dan Konseling Islam.

### 2. Dari segi praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi mahasiswa, dosen-dosen, konselor, calon konselor dan masyarakat umum agar dapat menjadikan Al-Quran sebagai sumber informasi khususnya mengenai psikologi lansia dalam Al-Quran.

## **F. Kajian Terhadap Penelitian Terdahulu**

Adapun kajian terhadap penelitian terdahulu dari penelitian ini antara lain:

### 1. Skripsi dengan judul “*Konsep Umur Milenial Menurut Para Mufassir*”.

Dalam penelitian ini, yang menjadi permasalahan adalah bagaimana penafsiran umur menurut mufassir dan bagaimana analisis konsep umur di era milenial menurut mufassir. Jenis penelitian ini adalah penelitian kepustakaan. Hasil dari penelitian ini adalah bahwa dalam penafsiran ayat tentang umur mufassir berpendapat bahwa umur itu sebagai peringatan, terutama kepada orang dewasa, sebagai modal kehidupan. Persamaan penelitian ini dengan penelitian peneliti adalah sama-sama menggunakan

umur, namun penelitian ini membahas seluruh umur manusia sedangkan penelitian peneliti hanya umur lansia.

2. Skripsi dengan judul “*Lansia Dalam Al-Quran Kajian Term (Asy Syaikh, AlKibar, Al-Ajuz, Ardzal Al-Umur)*”. Pokok permasalahan dalam penelitian ini adalah bagaimana kata lansia di dalam Al-Quran dengan kajian term Asy-Syaikh, Al-Kibar, Al-Ajuz, Ardzal Al-Umur dan implikasinya dalam kehidupan sosial. Adapun jenis penelitiannya adalah penelitian pustaka. Hasil penelitian ini adalah: *Term Al-Kibar* itu berarti orang tua. *Term Asy-Syaikh* berarti orang yang usianya lanjut dan orang tua terkemuka dalam masyarakatnya. *Term Al-Ajuz* berarti khusus seorang wanita tua yang sudah *menopause*. *Term Arzal Al-Umur* berarti masa usia yang kembali seperti bayi tak berdaya fisik dan psikis. Kemudian solusi al-Quran untuk mengatasi permasalahan para usia lanjut terdapat dalam Q.S. Al-Hijr [15] ayat 54. Adapun anjuran untuk memperhatikan para lansia terdapat dalam Q.S. Isra` ayat 23. Persamaan sama-sama membahas lansia dan terdapat beberapa ayat yang sama, namun penelitian peneliti membahas psikologi lansia berupa perubahan pada lansia.
3. Skripsi dengan judul “*Peningkatan Religiusitas Pada Lansia (Studi pada Lansia di Komplek Eks. Kowilhan II Kelurahan Baciro Kecamatan Gondokusuman Yogyakarta)*”. Permasalahan dalam penelitian ini adalah bagaimana upaya meningkatkan sikap religiusitas pada lansia di Kompleks Eks. Kowilhan II Baciro Kecamatan Gondokusuman Yogyakarta. Jenis penelitian kualitatif. Hasil penelitian ini adalah dalam meningkatkan sikap

religiusitas tergambar dalam bertambahnya ketaatan dan keimanan kepada Allah, aktif mengikuti pengajian, rajin shalat berjamaah dan shalat sunnah, tadarus Al-Quran dan berdzikir, membangun hubungan yang baik dengan orang lain, menambah pengetahuan dan merasakan pengalaman religius di kehidupannya. Persamaan penelitian ini dengan penelitian peneliti sama-sama membahas lansia, namun penelitian peneliti membahas psikologi lansia dalam Al-Quran.

## **G. Sistematika Penulisan**

### **BAB I: PENDAHULUAN**

Pada bab awal ini peneliti akan memberi gambaran awal yang menjadi latar belakang penelitian mengenai psikologi pada lansia dalam Al-Quran, selanjutnya peneliti merumuskan masalah dan menentukan batasan masalah, serta menentukan tujuan penelitian dan kegunaan penelitian, pada bab ini juga peneliti menjelaskan kajian terhadap penelitian terdahulu yang menjadi landasan awal yang membedakan dengan penelitian sebelumnya, di akhir peneliti membuat sistematika penulisan penelitian agar lebih terarah.

### **BAB II: KAJIAN TEORI**

Pada BAB II ini membahas tentang kajian teori berupa psikologi perkembangan dalam Al-Quran, pengertian lansia, batasan-batasan lansia, ciri-ciri lansia, tugas perkembangan lansia, perubahan-perubahan pada lansia dan teknik konseling dalam menghadapi dinamika psikologi konseling.

### BAB III: METODELOGI PENELITIAN

Selanjutnya pada BAB III membahas tentang metode penelitian terdiri dari pendekatan dan jenis penelitian, sumber data penelitian, teknik pengumpulan data, analisis data, dan keabsahan data.

### BAB IV: DESKRIPSI, TEMUAN DAN PEMBAHASAN

Bab ini berisi pembahasan mengenai penelitian yaitu konsep-konsep psikologi lansia dalam Al-Quran berupa: makna lansia Al-Quran, perubahan fisik lansia dalam Al-Quran, perubahan psikis lansia dalam Al-Quran, perubahan spiritual lansia dalam Al-Quran dan teknik konseling dalam menghadapi dinamika psikologi lansia.

### BAB V: PENUTUP

Kesimpulan dan saran.

## BAB II

### KERANGKA TEORI

#### A. Psikologi Perkembangan Dalam Al-Quran

Menurut Al-Quran, pertumbuhan dan perkembangan manusia memiliki pola umum yang dapat diterapkan pada manusia, meskipun terdapat perbedaan individual. Pola yang terjadi adalah bahwa setiap individu tumbuh dari keadaan yang lemah menuju keadaan yang kuat dan kemudian kembali melemah. Dengan kata lain, pertumbuhan dan perkembangan, sesuai dengan hukum alam, ada kenaikan dan penurunan.<sup>1</sup>

Perkembangan manusia dimulai sejak dari kandungan, yaitu sejak terjadi *zigot*, menjadi janin, kemudian janin sempurna sebagai makhluk hingga ia matang untuk lahir ke dunia. Ketika seorang bayi dilahirkan, ia dalam keadaan lemah dan membutuhkan bantuan orang lain untuk menjaga dan merawatnya sehingga ia tumbuh berkembang dan dewasa. Pada hari-hari pertama kehidupannya, perkembangan anak langsung cepat.

Adapun fase (*marhalah*) perkembangan manusia antara lain:

1. *Marhalatul Hamli* (Fase Kandungan)

*Marhalatul Hamli* atau fase kandungan dimulai sejak terjadi *zigot* hingga janin lahir.<sup>2</sup> Fase ini tergambar dalam beberapa ayat Al-Quran antara lain:

---

<sup>1</sup> Aliah B. Purwakania Hasan, *Psikologi Perkembangan Islami Menyingkap Rentang Kehidupan Manusia Dari Prakelahiran Hingga Pasca Kematian*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2008), hal. 27.

<sup>2</sup> Dedih Surana, *Telaah Edukatif Terhadap Fase-Fase Perkembangan Manusia Perspektif Ajaran Islam*, Ta`bib Volume 1 Nomor 1, 2001, hal. 49.

يَأْتِيهَا النَّاسُ إِنْ كُنْتُمْ فِي رَيْبٍ مِّنَ الْبَعْثِ فَإِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِّن تُّرَابٍ  
ثُمَّ مِّن نُّطْفَةٍ ثُمَّ مِّن عُلُقَةٍ ثُمَّ مِّن مُّضْغَةٍ مُّخَلَّقَةٍ وَغَيْرِ مُخَلَّقَةٍ لِّنُبَيِّنَ  
لَكُمْ وَنُقَرِّ فِي الْأَرْحَامِ مَا نَشَاءُ إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى ثُمَّ نُخْرِجُكُمْ طِفْلًا  
ثُمَّ لِنَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ وَمِنكُم مَّن يُتَوَفَّىٰ وَمِنكُم مَّن يُرَدُّ إِلَىٰ أَرْذَلِ  
الْعُمُرِ لِكَيْلَا يَعْلَمَ مِن بَعْدِ عِلْمٍ شَيْئًا وَتَرَىٰ الْأَرْضَ هَامِدَةً فَإِذَا أَنزَلْنَا  
عَلَيْهَا الْمَاءَ أَهْتَرَّتْ وَرَبَّتْ وَأُنبِتتْ مِن كُلِّ زَوْجٍ بَهِيجٍ ﴿٥﴾

Artinya: Hai manusia, jika kamu dalam keraguan tentang kebangkitan (dari kubur), maka (ketahuilah) sesungguhnya Kami telah menjadikan kamu dari tanah, kemudian dari setetes mani, kemudian dari segumpal darah, kemudian dari segumpal daging yang sempurna kejadiannya dan yang tidak sempurna, agar Kami jelaskan kepada kamu dan Kami tetapkan dalam rahim, apa yang Kami kehendaki sampai waktu yang sudah ditentukan, kemudian Kami keluarkan kamu sebagai bayi, kemudian (dengan berangsur-angsur) kamu sampailah kepada kedewasaan, dan di antara kamu ada yang diwafatkan dan (adapula) di antara kamu yang dipanjangkan umurnya sampai pikun, supaya dia tidak mengetahui lagi sesuatupun yang dahulunya telah diketahuinya. Dan kamu lihat bumi ini kering, kemudian apabila telah Kami turunkan air di atasnya, hiduplah bumi itu dan suburlah dan menumbuhkan berbagai macam tumbuh-tumbuhan yang indah. (Q. S Al-Hajj [22]: 5)<sup>3</sup>

وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنسَانَ مِن سُلَالَةٍ مِّن طِينٍ ﴿١٢﴾ ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نُطْفَةً فِي قَرَارٍ  
مَّكِينٍ ﴿١٣﴾

Artinya: 12. Dan sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dari suatu saripati (berasal) dari tanah. 13. Kemudian Kami jadikan saripati itu air mani (yang disimpan) dalam tempat yang kokoh (rahim). (Q. S Al-Mu`minun [23]: 12-13).<sup>4</sup>

<sup>3</sup> Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Quran Kementerian Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2010), hal. 332.

<sup>4</sup> Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Quran Kementerian Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2010), hal. 342.

Berdasarkan ayat di atas, maka tahap-tahap perkembangan manusia dalam kandungan dimulai dari: (1). Terjadinya *zigot* (pembuahan), yaitu bertemunya sperma dan ovum yang berasal dari saripati tanah dan disimpan di tempat yang kokoh (rahim). Kemudian ia dijadikan (2). Segumpal darah, (3).segumpal daging, (4). Tulang belulang, (5). Tulang belulang dibungkus dengan daging dan (6). Ia dijadikan makhluk yang (berbentuk) lain. Kemudian sampai waktu yang telah ditentukan (7). Ia terlahir sebagai bayi.<sup>5</sup>

Pada surat Az-Zumar [39]: 6 Allah Ta`ala menggambarkan perkembangan janin dalam kandungan dalam tiga kegelapan:

خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَأَنْزَلَ لَكُمْ مِنْ  
 الْأَنْعَامِ ثَمَنِيَّةً أَزْوَاجًا يَخْلُقُكُمْ فِي بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ خَلْقًا مِّنْ بَعْدِ خَلْقٍ  
 فِي ظُلُمَاتٍ ثَلَاثٍ ذَٰلِكُمْ اللَّهُ رَبُّكُمْ لَهُ الْمُلْكُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ فَأَنَّى  
 تُصْرَفُونَ ﴿٦﴾

Artinya: Dia menciptakan kamu dari seorang diri kemudian Dia jadikan daripadanya isterinya dan Dia menurunkan untuk kamu delapan ekor yang berpasangan dari binatang ternak. Dia menjadikan kamu dalam perut ibumu kejadian demi kejadian dalam tiga kegelapan. Yang (berbuat) demikian itu adalah Allah, Tuhan kamu, Tuhan Yang mempunyai kerajaan. Tidak ada Tuhan selain Dia; maka bagaimana kamu dapat dipalingkan.<sup>6</sup>

Bahwa Allah menyempurnakan penciptaan manusia dalam tahapan kejadian demi kejadian (urutan kejadian sebagai *mutfah*, *`alaqah*, *mudhgah*, *idhamah lahmah*, *khalqan akhar*) dalam tiga kegelapan. Menurut para ahli tafsir klasik, tiga kegelapan yang dikemukakan Al-Quran di atas ialah

<sup>5</sup> Dedih Surana, *Telaah Edukatif Terhadap Fase-Fase Perkembangan Manusia Perspektif Ajaran Islam*, Ta`bib Volume 1 Nomor 1, 2001, hal. 49.

<sup>6</sup> Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Quran Kementerian Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2010), hal. 459.

kegelapan perut, kegelapan rahim dan kegelapan plasenta. Menurut tafsir temporer, maksud tiga kegelapan ialah, ovarium, tuba fallopi dan rahim.

Masa di dalam kandungan (*pranatal*) atau masa konsepsi ini sangat penting artinya, karena merupakan awal kehidupan, meski kenyataan bahwa perkembangan pada masa kandungan ini merupakan fase paling singkat, akan tetapi banyak hal pada fase penting atau bahkan yang terpenting dari keseluruhan fase perkembangan. Elizabeth. B Hurlock mengemukakan beberapa alasan mengapa perkembangan pada fase kandungan ini dipandang penting:<sup>7</sup>

- a. Pada saat ini sifat-sifat bauran yang berfungsi sebagai dasar bagi perkembangan selanjutnya diturunkan sekali untuk selamanya
- b. Kondisi-kondisi yang baik dalam tubuh ibu dapat menunjang perkembangan sifat bawaan, sedangkan kondisi yang tidak baik dapat mengganggu pola perkembangannya
- c. Jenis kelamin individu yang baru diciptakan sudah dipastikan pada saat pembuahan dan kondisi-kondisi dalam tubuh ibu tidak akan mempengaruhinya, kecuali bila dilakukan pembedahan dalam operasi jenis kelamin
- d. Perkembangan dan pertumbuhan yang normal lebih banyak terjadi selama periode *pranatal* dibandingkan pada periode-periode yang lain dari seluruh kehidupan individu

---

<sup>7</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Edisi-5, Ter. Istiwidayanti, Soedarjowo, (Jakarta: Erlangga, 2002), hal. 28-29.



- e. Periode *pranatal* (kandungan) merupakan masa yang mengandung banyak bahaya baik fisik maupun psikologis. Periode kandungan merupakan masa dimana bahaya-bahaya lingkungan atau bahaya-bahaya psikologi sangat mempengaruhi pola perkembangan selanjutnya atau bahkan dapat mengakhiri suatu perkembangan
- f. Periode *pranatal* merupakan saat dimana orang-orang yang berkepentingan membentuk sikap-sikap pada diri individu yang baru diciptakan. Sikap-sikap ini akan mempengaruhi cara bagaimana individu-individu ini diperlakukan, terutama saat tahun-tahun pertama pembentukan kepribadiannya. Implikasinya, kalau sikap-sikap ini berifat sangat emosional, maka dapat merusak keseimbangan ibu dan dengan demikian mengganggu kondisi-kondisi di dalam tubuh ibu yang sangat penting bagi perkembangan normal dari individu yang baru diciptakan.

Menurut Hadari Nawawi pada fase kandungan hubungan janin sangat erat dengan ibunya. Semua pengaruh kondisi yang dapat sampai melalui ibu yang mengandungnya dapat memberi pengaruh terhadap perkembangan janin. Untuk itu sang ibu berkewajiban memelihara kandungannya, antara lain dengan mengkonsumsi makanan bergizi, menghindari benturan-benturan, menjaga emosinya dari perasaan sedih yang berlarut-larut atau marah yang meluap-luap, menjauhi minuman keras, merokok dan berbagai jenis makanan yang diharamkan Allah.<sup>8</sup>

---

<sup>8</sup> Miftahillah, *Urgensi Pendidikan Pranatal Bagi Ibu Hamil*, Seling: Jurnal Program Studi PGRA, Volume 2, Nomor 2, 2016, hal. 160.

## 2. *Marhalatul Radha,ah* (Fase Penyusuan)

*Marhalatul Radha,ah* fase penyusuan. Masa ini bisa juga disebut masa bayi, yang secara kodrati pada usia bayi ini anak sangat membutuhkan air susu ibu dengan segenap kasih sayangnya, Allah Ta'ala telah memberi petunjuk bahwa lama masa penyusuan bayi itu 2 tahun. Pada masa itu, hendaklah bayi tidaklah disapih dari air susu ibunya, kecuali ia sendiri yang berhenti bila terdapat pertimbangan yang amat *urgent* atau karena alasan medis, penyapihan air susu ibu sebelum masa 2 tahun dapat dilakukan. Demikian pula, karena beberapa alasan boleh menyususkan bayi kepada orang lain.<sup>9</sup> Seperti dalam firman Allah Q. S Al-Baqarah [2]: 233 yang berbunyi:

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتِمَّ الرَّضَاعَةَ  
وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ لَا تُكَلَّفُ نَفْسٌ إِلَّا  
وُسْعَهَا لَا تُضَارَّرُ وَالِدَةٌ بَوْلِدِهَا وَلَا مَوْلُودٌ لَهُ بِوَالِدِهِ وَعَلَى الْوَارِثِ مِثْلُ  
ذَلِكَ فَإِنْ أَرَادَا فِصَالًا عَنْ تَرَاضٍ مِنْهُمَا وَتَشَاوُرٍ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا  
وَإِنْ أَرَدْتُمْ أَنْ تَسْتَرْضِعُوا أَوْلَادَكُمْ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ إِذَا سَلَّمْتُمْ مَا  
ءَاتَيْتُمْ بِالْمَعْرُوفِ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ ﴿٢٣٣﴾

Artinya: Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan. Dan kewajiban ayah memberi makan dan pakaian kepada para ibu dengan cara ma'rif. Seseorang tidak dibebani melainkan menurut kadar kesanggupannya. Janganlah seorang ibu menderita kesengsaraan karena anaknya dan seorang ayah karena anaknya, dan warispun berkewajiban demikian. Apabila keduanya ingin menyapih (sebelum dua tahun) dengan kerelaan keduanya

<sup>9</sup> Dedih Surana, *Telaah Edukatif Terhadap Fase-Fase Perkembangan Manusia Perspektif Ajaran Islam*, Ta'bib Volume 1 Nomor 1, 2001, hal. 51.

dan permusyawaratan, maka tidak ada dosa atas keduanya. Dan jika kamu ingin anakmu disusukan oleh orang lain, maka tidak ada dosa bagimu apabila kamu memberikan pembayaran menurut yang patut. Bertakwalah kamu kepada Allah dan ketahuilah bahwa Allah Maha Melihat apa yang kamu kerjakan.<sup>10</sup>

Paling tidak ada dua hal penting yang perlu diperhatikan dari pesan moral ayat di atas. Pertama lamanya masa peenyusuan, kedua urgensi air susu ibu bagi bayi. Kedua hal tadi teramat penting diperhatikan pada fase perkembangan balita. Masa penyusuan selama dua tahun selain penting bagi perkembangan dan kesehatan anak, juga memberi isyarat akan pentingnya keluarga berencana secara alamai.

Proses penyusuan, dikatakan proses yang paling berpengaruh dalam pembentukan jati diri seorang anak manusia, anak sangat berpengaruh dengan ASI wanita yang menyusuinya, akhlaknya melalui air susu yang diminumnya. Oleh karena itu semestinya memilih wanita yang baik akhlaknya dari komunitas yang baik. Al-Ghazali menyatakan, air susu ibu yang keluar dari makanan haram tidak ada berkahnya, jika terserap olah anak kecil, maka jasmaninya ternoda dengan materi yang buruk, akhirnya perangnya cenderung kepada tindakan-tindakan yang buruk.<sup>11</sup>

Air susu ibu yang kental berwarna kekuningan yang diisap bayi pada hari-hari pertama kelahirannya berfungsi sebagai imunisasi. Ketika sianak menyusu, ia tidak hanya menikmati air susu yang sehat dan bergizi, tetapi juga mendapat kehangatan dan kasih sayang ibu yang amat berharga bagi

---

<sup>10</sup> Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Quran Kementrian Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*, (Bandung: Cv Penerbit Diponegoro, 2010), hal. 37.

<sup>11</sup> Suryam, *Rada'ah Dalam Perspektif Filosofis, Normatif, Yuridis, Psikologis, Sosiologis, Ekonomis*, Syi'ar Vol. 17 No. 2, 2017, hal. 99.

perkembangan jiwanya. Detak jantung ibu dan kehangatan dekapannya ketika anak menyusu bisa jadi bagaikan irama musik yang amat syahdu yang mengantarkan anak pada ketenangan dan kedamaian.

Menurut Hadari Nawawi pada usia balita (khususnya umur 0-1 tahun) merupakan masa dimana bayi dalam proses adaptasi dengan lingkungan hidup yang baru di luar kandungan ibu. Adaptasi berlangsung dengan mempergunakan hampir seluruh waktu dalam sehari semalam untuk tidur. Selama masa adaptasi itu bayi hanya layak dibangunkan pada saat harus makan atau minum dan mengganti popoknya apabila basah. Kesempatan untuk melakukan adaptasi harus diberikan seluas-luasnya kepada bayi, agar tidak mengganggu perkembangan fisik dan Psikisnya. Pada fase balita ini pula sudah dimulai belajar merangkak, duduk-duduk dan belajar berkomunikasi dengan orang-orang di sekitarnya. Pada momen-momen seperti itu orang tua harus sudah mulai memperkenalkan didikan yang akan menghantarkan anak pada ketaqwaan pada Allah Ta`ala.<sup>12</sup>

### 3. *Marhalatur Thufulah* (Fase Kanak-Kanak)

Masa anak-anak awal berlangsung dari umur 2 tahun sampai 6 tahun, dan masa anak-anak akhir dari usia 6 tahun sampai saat anak matang secara seksual.<sup>13</sup> Menurut Ustman Najati *marhalatur thufulah* tidak terbatas pada fase kanak-kanak saja, akan tetapi mencakup seluruh fase anak yang meliputi: a) fase penyusuan (*marhalatur radha'ah*) yakni usia 0-2 tahun; b) fase awal usia anak (*thufulah mubakkirah*), sekitar usia 3 hingga 6 tahun; c)

---

<sup>12</sup> Dedih Surana, *Telaah Edukatif Terhadap Fase-Fase Perkembangan Manusia Perspektif Ajaran Islam*, Ta`bib Volume 1 Nomor 1, 2001, hal. 52.

<sup>13</sup> Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2010), hal. 127.

fase tengah usia anak (*thufulah muthawasithah*) sekitar usia 6 hingga 9 tahun; dan d) fase akhir usia anak (*thufulah muthaakhirah*) sekitar usia 9 hingga 12 tahun. Dalam beberapa literatur lain, *marhalatur thufulah* dipersepsikan lebih mengarah pada fase kanak-kanak yakni usia 3 hingga 6 tahun, sebanding dengan usia kanak-kanak, atau lebih dari usia itu, yakni hingga usia anak awal, di bawah 9 tahun. *Thufulah* jamak dari kata *thiflun* atau *thiflah*. Al-Quran menyebut kata *thiflah* sebagai anak yang dilahirkan pada usia balita (Q.S Al-Anfal [22:5], Ghafir [40:67]). Al-Quran pula menyebut *al-athfal* (Q.S An-Nur 24:59) dengan makna yang lebih mengarah kepada anak yang belum *tamyiz*.<sup>14</sup>

Pada masa ini anak-anak memiliki sikap egosentris karena merasa dirinya berada di pusat lingkungan yang ditunjukkan anak dengan sikap senang menentang atau menolak sesuatu yang datang dari orang disekitarnya. Perkembangan yang seperti itu disebabkan oleh kesadaran anak, bahwa dirinya memiliki kemampuan dan kehendak sendiri, yang mana kehendak tersebut berbeda dengan kehendak orang lain.<sup>15</sup>

Pada usia ini pula anak berada pada masa identifikasi anak belajar bersikap dan berperilaku dari orang-orang yang ada disekitarnya. Keluarga memegang peranan penting dalam pembentukan akhlak dari pribadi anak. Hal ini mengingat bahwa keluarga merupakan pendidikan pertama dan utama bagi anak. Biasanya segala sesuatu yang pertama kali diterima anak

---

<sup>14</sup> Dedih Surana, *Telaah Edukatif Terhadap Fase-Fase Perkembangan Manusia Perspektif Ajaran Islam*, Ta`bib Volume 1 Nomor 1, 2001, hal. 53.

<sup>15</sup> Murni, *Perkembangan Fisik, Kognitif, Dan Psikososial Pada Masa Kanak-Kanak Awal 2-6 Tahun*, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry Volume III. Nomor 1, 2017, hal. 21.

akan mempunyai kekuatan yang kuat dan sukar dihilangkan. Oleh karenanya pembinaan akhlak dalam kehidupan keluarga memegang posisi kunci pada pembentukan akhlak anak di luar rumah. Oleh karena itu menjadi kewajiban orang tua mendidik anak-anaknya dengan budi pekerti yang baik, dengan adab sopan santun menurut tuntunan akhlak karimah sebagaimana diajarkan oleh Rasulullah SAW.<sup>16</sup>

#### 4. *Marhalatul qablat hilmi* (Fase Belum Baligh/Anak)

*Qablat hilmi* diambil dari ungkapan ayat yang berbunyi *lam yablughul huluma* yang berarti anak yang belum sampai umur baligh,<sup>17</sup> sebagaimana firman Allah (Q.S An-Nur [24]:58)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَيْسَتْ ذُنُوبِكُمُ الَّذِينَ مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ وَالَّذِينَ لَمْ يَبْلُغُوا الْحُلُمَ مِنْكُمْ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ مِّن قَبْلِ صَلَاةِ الْفَجْرِ وَحِينَ تَضَعُونَ ثِيَابَكُمْ مِّنَ الظَّهِيرَةِ وَمِن بَعْدِ صَلَاةِ الْعِشَاءِ ثَلَاثُ عَوْرَاتٍ لَّكُمْ لَيْسَ عَلَيْكُمْ وَلَا عَلَيْهِمْ جُنَاحٌ بَعْدَهُنَّ طَوَّافُونَ عَلَيْكُمْ بَعْضُكُمْ عَلَى بَعْضٍ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ الْآيَاتِ وَاللَّهُ عَلِيمٌ حَكِيمٌ ﴿٥٨﴾

Artinya: Hai orang-orang yang beriman, hendaklah budak-budak (lelaki dan wanita) yang kamu miliki, dan orang-orang yang belum baligh di antara kamu, meminta izin kepada kamu tiga kali (dalam satu hari) yaitu: sebelum sembahyang subuh, ketika kamu menanggalkan pakaian (luar)mu di tengah hari dan sesudah sembahyang Isya'. (Itulah) tiga aurat bagi kamu. Tidak ada dosa atasmu dan tidak (pula) atas mereka selain dari (tiga waktu) itu. Mereka melayani kamu, sebahagian kamu (ada keperluan) kepada

<sup>16</sup> Dedih Surana, *Telaah Edukatif Terhadap Fase-Fase Perkembangan Manusia Perspektif Ajaran Islam*, Ta'bib Volume 1 Nomor 1, 2001, hal. 53-54.

<sup>17</sup> Dedih Surana, *Telaah Edukatif Terhadap Fase-Fase Perkembangan Manusia Perspektif Ajaran Islam*, Ta'bib Volume 1 Nomor 1, 2001, hal. 54.

sebahagian (yang lain). Demikianlah Allah menjelaskan ayat-ayat bagi kamu. Dan Allah Maha Mengetahui lagi Maha Bijaksana.<sup>18</sup>

Kategori penyebutan-belum baligh- tidak diukur dengan urutan usia secara mutlak, melainkan lebih didasarkan pada pertimbangan mental age (usia mental) sebagai parameter dimana seorang anak belum mampu membedakan yang baik dari yang buruk, mana yang benar dan mana yang salah, mana yang menguntungkan atau merugikan dirinya. Pada fase ini perkembangan anak baik fisik, psikis maupun akalny belumlah sempurna. Periode ini merupakan masa sangat penting bagi peletakan dasar perkembangan anak berikutnya. Awal dari fase ini merupakan permulaan untuk mengenal orang dewasa diluar keluarganya. Ketergantungan pada orang dewasa masih sangat kuat dan sikap sosialnya terarah pada pergaulan anak sebaya. Karena itu, pemilihan teman atau pergaulan dengan orang-rang dewasa memiliki andil penting bagi perkembangan pribadinya.<sup>19</sup>

Hal-hal penting yang harus dikembangkan pada fase ini antara lain: membangun sikap yang sehat mengenai diri sendiri sebagai makhluk yang sedang tumbuh, belajar menyesuaikan diri dengan teman-teman seusianya, mulai mengembangkan peran sosial pria atau wanita yang tepat, mengembangkan keterampilan-keterampilan dasar dan mengembangkan hati nurani, pengertian moral dan tata krama atauran nilai.<sup>20</sup> Banyak ayat yang mengetengahkan tugas-tugas perkembangan pada fase *qablal hilmi* ini.

---

<sup>18</sup> Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Quran Kementrian Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2010), hal. 357.

<sup>19</sup> Dedih Surana, *Telaah Edukatif Terhadap Fase-Fase Perkembangan Manusia Perspektif Ajaran Islam*, Ta`bib Volume 1 Nomor 1, 2001, hal. 54.

<sup>20</sup> Elizabet B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Edisi-5, Ter. Istiwidayanti, Soedarjowo, (Jakarta: Erlangga, 2002), hal. 10.

Dalam surah An-Nur [24]: 58 terkandung tugas perkembangan yang harus diindahkan anak, berupa tata aturan nilai dan kesopanan dalam hubungannya dengan orang tua.

#### 5. *Marhalatul hilmi* (Fase Baligh)

Fase baligh, dimana pada fase ini seseorang sudah menjadi kuat dan memasuki usia dewasa.<sup>21</sup> Berdasarkan usia kronologis atau patokan umur, *marhalur hilmi* ini meliputi fase akhir usia anak hingga usia remaja (*murahiqah*) memasuki dewasa awal. Fase ini meliputi masa pubertas *adolesen*. Indikasi masuk pada fase ini antara lain ditandai dengan telah nampaknya kemampuan dalam berpikir dan mengambil keputusan, meski belum matang secara sempurna layaknya orang dewasa. Pada fase ini pula seseorang telah sanggup dan mampu menanggung beban kewajiban mukallaf. Kadang terjadi, orang yang berada pada fase ini telah mampu bersikap dan berperilaku matang layaknya orang dewasa, baik dalam pemahaman, mencari nafkah dan beraktifitas.<sup>22</sup> *Marhalatur hilmi* ini antara lain disebut dalam Al-Quran surat An-Nur (24: 59).

وَإِذَا بَلَغَ الْأَطْفَالُ مِنْكُمُ الْحُلُمَ فَلْيَسْتَأْذِنُوا كَمَا اسْتَأْذَنَ الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ آيَاتِهِ وَاللَّهُ عَلِيمٌ حَكِيمٌ ﴿٥٩﴾

Artinya: Dan apabila anak-anakmu telah sampai umur baligh (*hilmi*), maka hendaklah mereka meminta izin seperti orang-orang sebelum mereka

---

<sup>21</sup> Imam Hanafi, *Perkembangan Manusia Dalam Tinjauan Psikologi Dan Alquran*, Jurnal Pendidikan Islam, Volume 1 No. 01 2018, hal. 89.

<sup>22</sup> Dedih Surana, *Telaah Edukatif Terhadap Fase-Fase Perkembangan Manusia Perspektif Ajaran Islam*, Ta`bib Volume 1 Nomor 1, 2001, hal. 55.



meminta izin. Demikian Allah menjelaskan ayat-ayatnya. Dan Allah maha mengetahui dan maha bijaksana.<sup>23</sup>

*Marhalatus sa`ih*, yaitu suatu fase perkembangan di mana seseorang telah sampai pada umur sanggup atau pula di sebut usia baligh. Firman Allah:

فَلَمَّا بَلَغَ مَعَهُ السَّعْيَ قَالَ يَبْنَئِيَّ إِنِّي أَرَى فِي الْمَنَامِ أَنِّي أَذْبَحُكَ فَانظُرْ  
مَاذَا تَرَى قَالَ يَتَأَبَّتْ أَفْعَلُ مَا تُؤْمَرُ سَتَجِدُنِي إِن شَاءَ اللَّهُ مِن  
الصَّابِرِينَ ﴿١٠٤﴾

Artinya: Maka tatkala anak itu sampai (pada umur sanggup) berusaha bersama-sama Ibrahim, Ibrahim berkata: "Hai anakku sesungguhnya aku melihat dalam mimpi bahwa aku menyembelihmu. Maka fikirkanlah apa pendapatmu!" Ia menjawab: "Hai bapakku, kerjakanlah apa yang diperintahkan kepadamu; insya Allah kamu akan mendapatiku termasuk orang-orang yang sabar". (Ash-Saffat, 37: 102).<sup>24</sup>

Dalam literatur fiqih patokan umur bagi usia baligh (terutama bagi laki-laki) dimulai pada usia 15 tahun, yang dalam batasan psikologi perkembangan termasuk pada fase remaja tengah (15-18 tahun). Patokan tersebut digunakan pula dalam menentukan batas seseorang sudah dewasa atau belum dan memiliki hak penuh dalam partisipasi sosial kemasyarakatan, atau menjadi anggota pasukan perang.

#### 6. *Marhalatus Syaddah* (Fase Dewasa)

*Marhalatus syaddah* adalah fase dewasa. Fase ini merupakan masa dimana seseorang telah matang dari sisi fisik biologis, telah matang kelakian atau kewanitaannya. Seseorang telah cukup dewasa, matang, dan

<sup>23</sup> Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Quran Kementerian Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2010), hal. 358.

<sup>24</sup> Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Quran Kementerian Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2010), hal. 449.

sempurna akal nya. *Asyuddah* disebut dalam beberapa ayat, seperti surat Yusuf (12:22), surat Al-Qashash (28:14) dan Al-Ahqaf (46:15).<sup>25</sup> Hal-hal penting yang harus diupayakan pada usia ini antara lain mencapai tanggung jawab sosial dan dewasa sebagai warga Negara, membantu anak-anak remaja belajar menjadi dewasa, menerima dan menyesuaikan diri dengan perubahan fisiologis yang terjadi, mencapai dan mempertahankan prestasi yang memuaskan dalam karir pekerjaan, dan menyesuaikan diri dengan orang tua yang semakin tua.<sup>26</sup>

Pada fase dewasa ini seseorang telah cukup kuat dan matang secara biologis, sempurna pemikirannya dan mampu memikul amanah. Hal demikian tersirat dari amanah yang diembankan Allah kepada Nabi Musa AS: Al-Qashas 28:14.

وَلَمَّا بَلَغَ أَشُدَّهُ وَاسْتَوَىٰ ءَاتَيْنَاهُ حُكْمًا وَعِلْمًا وَكَذَٰلِكَ نَجْزِي  
الْمُحْسِنِينَ ﴿١٤﴾

Artinya: Dan setelah Musa cukup umur dan sempurna akal nya, Kami berikan kepadanya hikmah (kenabian) dan pengetahuan. Dan demikianlah Kami memberi balasan kepada orang-orang yang berbuat baik.<sup>27</sup>

Demikian pula Allah memberi amanah kepada Nabi Yusuf dan memberi kepadanya hikmah dan ilmu dikala ia cukup dewasa dan matang. Dalam tafsir disebutkan, yaitu ketika Yusuf mencapai usia antara 35-40 tahun. Allah berfirman: Q.S Yusuf 12:22.

---

<sup>25</sup> Dedih Surana, *Telaah Edukatif Terhadap Fase-Fase Perkembangan Manusia Perspektif Ajaran Islam*, Ta`bib Volume 1 Nomor 1, 2001, hal. 56.

<sup>26</sup> Dedih Surana, *Telaah Edukatif Terhadap Fase-Fase Perkembangan Manusia Perspektif Ajaran Islam*, Ta`bib Volume 1 Nomor 1, 2001, hal. 56.

<sup>27</sup> Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Quran Kementrian Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2010), hal. 387.

وَلَمَّا بَلَغَ أَشُدَّهُ وَءَاتَيْنَاهُ حُكْمًا وَعِلْمًا وَكَذَلِكَ نَجْزِي الْمُحْسِنِينَ ﴿٢٢﴾

Artinya: Dan tatkala dia cukup dewasa Kami berikan kepadanya hikmah dan ilmu. Demikianlah Kami memberi balasan kepada orang-orang yang berbuat baik.<sup>28</sup>

Fase dewasa dapat dipilah pada dewasa awal (25-40 tahun), dewasa tengah (40-65 tahun) dan dewasa akhir (diatas usia 60 tahun). Pada fase ini semua tuntutan mukallaf sudah harus penuh dipikulnya, terutama bila seseorang telah sampai usia 40 tahun. Dalam sirah Rasul diketahui bahwa mula pertama nabi Muhammad diangkat sebagai nabi pada usia 40 tahun. Dalam surat Al-Ahqaf (46:15) tersirat bahwa jika seseorang telah sampai usia 40 tahun maka ia harus sudah sempurna kesyukuran, ketaatan dan keshalehannya.<sup>29</sup>

وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ إِحْسَانًا حَمَلَتْهُ أُمُّهُ كُرْهًا وَوَضَعَتْهُ كُرْهًا ۖ وَحَمَلُهُ وَفِصْلُهُ ثَلَاثُونَ شَهْرًا حَتَّىٰ إِذَا بَلَغَ أَشُدَّهُ وَبَلَغَ أَرْبَعِينَ سَنَةً قَالَ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَصْلِحْ لِي فِي ذُرِّيَّتِي ۗ إِنِّي تُبِّئُ بِإِلَيْكَ وَإِنِّي مِنَ الْمُسْلِمِينَ ﴿١٥﴾

Artinya: Kami perintahkan kepada manusia supaya berbuat baik kepada dua orang ibu bapaknya, ibunya mengandungnya dengan susah payah, dan melahirkannya dengan susah payah (pula). Mengandungnya sampai menyapihnya adalah tiga puluh bulan, sehingga apabila dia telah dewasa dan umurnya sampai empat puluh tahun ia berdoa: "Ya Tuhanku, tunjukilah aku untuk mensyukuri nikmat Engkau yang telah Engkau berikan kepadaku dan kepada ibu bapakku dan supaya aku dapat berbuat amal yang saleh yang Engkau ridhai; berilah kebaikan kepadaku dengan (memberi kebaikan)

<sup>28</sup> Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Quran Kementerian Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2010), hal. 237.

<sup>29</sup> Dedih Surana, *Telaah Edukatif Terhadap Fase-Fase Perkembangan Manusia Perspektif Ajaran Islam*, Ta`bib Volume 1 Nomor 1, 2001, hal. 56.

kepada anak cucuku. Sesungguhnya aku bertaubat kepada Engkau dan sesungguhnya aku termasuk orang-orang yang berserah diri".<sup>30</sup>

#### 7. *Marhalatul Kuhulah* (Fase Tua)

Fase ini merupakan masa dimana seseorang telah lemah dan menurun kekuatan fisiknya. Fase ini meliputi usia dewasa akhir.

Perkembangan manusia hingga fase tua ini tergambar dalam firman Allah: Ghafir [40]: 67.

Artinya: "Dialah yang menciptakan kamu dari tanah kemudian dari setetes mani, sesudah itu dari segumpal darah, kemudian dilahirkannya kamu sebagai seorang anak, kemudian (kamu dibiarkan hidup) supaya kamu sampai kepada masa (dewasa), kemudian (dibiarkan kamu hidup lagi) sampai tua, di antara kamu ada yang diwafatkan sebelum itu. (Kami perbuat demikian) supaya kamu sampai kepada ajal yang ditentukan dan supaya kamu memahami(nya)".<sup>31</sup>

Pada fase tua ini biasanya orang menghadapi sejumlah permasalahan, antara lain terjadi penurunan kemampuan fisik hingga kekuatannya berkurang, aktifitas menurun, sering mengalami gangguan kesehatan, hal-hal itu dapat menyebabkan mereka kehilangan semangat hidup. Akibatnya, orang-orang yang berada pada usia ini dirinya sudah tidak berharga atau merasa kurang dihargai. Pada usia ini orang hendaknya sudah mendalam dan mantap keyakinan agamanya, rukun menjalankan ibadah dan berupaya untuk semakin dekat kepada Allah. Sebagaimana diungkapkan pada hadis nabi bahwa: "Bila telah sampai pada usia 40-an orang harus sudah

---

<sup>30</sup> Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Quran Kementerian Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2010), hal. 504.

<sup>31</sup> Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Quran Kementerian Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2010), hal. 475.

memiliki cadangan amal kebajikan lebih banyak dari keburukannya, apalagi bila ia telah sampai usia senja”.<sup>32</sup>

Terakhir adalah *marhalatul harmi* (fase lanjut/pikun), dimana fase inilah yang akan dibahas oleh peneliti dalam penelitian ini.

## **B. Psikologi Lansia**

### **1. Pengertian Lansia**

Menurut Smit lansia terbagi menjadi tiga, yaitu: *young old* (65-74 tahun), *middle old* (75-84 tahun), dan *old old* (lebih dari 85 tahun). Menurut Setyonegoro lansia adalah orang yang berusia lebih dari 65 tahun, dan terbagi menjadi tiga, antara lain : 70-75 tahun (*young old*), 75-80 tahun (*old*), dan lebih dari 80 tahun (*very old*).<sup>33</sup> Menurut UU No. 13 Tahun 1998 lansia adalah seseorang yang mencapai usia 60 tahun keatas. Sedangkan menurut WHO (*World Health Organization*) lansia adalah pria dan wanita yang telah mencapai usia 60-74 tahun.<sup>34</sup>

Lansia adalah fase menurunnya kemampuan akal dan fisik, yang dimulai dengan adanya beberapa perubahan dalam hidup. Sebagaimana diketahui, ketika manusia mencapai usia dewasa, ia memiliki kemampuan reproduksi, atau melahirkan anak kehilangan tugas dan fungsi ini, dan memasuki fase selanjutnya, yaitu usia lanjut, kemudian mati.<sup>35</sup> Periode penutup dalam rentang hidup seseorang, yaitu suatu periode dimana

---

<sup>32</sup> Dedih Surana, *Telaah Edukatif Terhadap Fase-Fase Perkembangan Manusia Perspektif Ajaran Islam*, Ta`bib Volume 1 Nomor 1, 2001, hal. 57.

<sup>33</sup> Save M. Dagun, *Psikologi Keluarga*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2012), hal. 53.

<sup>34</sup> Hubertus Agung Pambudi dkk, *Pandangan Lansia tentang Seksualitas pada Lanjut Usia*, *Jurnal Kesehatan*, Volume 9, Nomor 1, 2018, hal. 154.

<sup>35</sup> Elizabet B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Edisi-5, ter. Istiwidayanti, Soedarjowo, (Jakarta: Erlangga, 2002), hal. 380.

seseorang telah beranjak jauh dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan atau beranjak dari waktu yang penuh dengan manfaat, akan tetapi orang sering menyadari bahwa usia kronologis merupakan kriteria yang kurang baik dalam menandai permulaan usia lanjut atau lansia karena terdapat perbedaan tertentu diantara individu-individu dalam usia pada saat mana usia lanjut atau lansia mereka mulai.

Dari pengertian lansia di atas dapat disimpulkan, lansia adalah seorang baik pria ataupun wanita yang telah memasuki usia 60 tahun keatas dan mengalami perubahan baik dari segi fisik maupu psikis, serta sudah memiliki banyak pengalaman dalam hidupnya.

## 2. Batasan-Batasan Lansia

Usia tua secara teoritis dimulai berkisar antara 60-65 tahun sampai meninggal dunia.<sup>36</sup> Beberapa pendapat para ahli tentang batasan usia adalah sebagai berikut:

a. WHO menyatakan masa lanjut usia menjadi empat golongan, yaitu:<sup>37</sup>

- 1) Usia pertengahan (*middle age*) usia 45-49 tahun
- 2) Lanjut usia (*elderly*) usia 60-74 tahun
- 3) Lanjut usia tua (*old*) 75–90 tahun
- 4) Usia sangat tua (*very old*) usia >90 tahun.

b. Menurut Hurlock tahap terakhir dalam rentang kehidupan terbagi menjadi dua, yaitu usia lanjut dini (60-70 tahun) dan usia lanjut (70 tahun-akhir kehidupannya).<sup>38</sup>

---

<sup>36</sup> Andi Mappiare, *Psikologi Orang Dewasa*, (Surabaya: Usaha Nasional, 1983), hal. 239.

<sup>37</sup> Ananda Ruth Naftali dkk, *Kesehatan Spiritual dan Kesiapan Lansia dalam Menghadapi Kematian*, Buletin Psikologi, Vol. 25, No. 2, 2017, hal. 124.

c. Menurut Undang-undang Nomor 13 Tahun 1998 definisi Lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas.<sup>39</sup>

Mengenai batasan usia para lansia sesungguhnya para ahli sendiri tidak pernah mendapatkan kata sepakat, karena Pada umumnya di negara-negara maju, usia yang digunakan sebagai acuan usia lanjut adalah 65 tahun ke atas, karena masa usia dewasa produktif sampai usia tersebut.<sup>40</sup> Di Amerika utara standar usia lanjut yang umum dipakai adalah usia 65 tahun, tetapi di Eropa Timur 60 tahun untuk laki-laki dan 55 tahun untuk perempuan.<sup>41</sup> Berbeda dengan apa yang terjadi di negara berkembang banyak masalah usia lanjut telah terjadi di usia sebelum itu, seperti problem penyakit degeneratif, psikososial pasca pensiun, dan berbagai masalah yang muncul di usia senja.

### 3. Ciri-Ciri Lansia

Sama seperti setiap periode lainnya dalam rentang kehidupan seseorang, usia lanjut ditandai dengan perubahan fisik dan psikologis tertentu. Efek-efek tersebut menentukan, sampai sejauh mana, apakah pria atau wanita usia lanjut akan melakukan penyesuaian diri secara baik atau buruk, akan tetapi, ciri-ciri usia lanjut cenderung menuju dan membawa

---

<sup>38</sup> Elizabet B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Edisi-5, Ter. Istiwidayanti, Soedarjowo, (Jakarta: Erlangga, 2002), hal. 380.

<sup>39</sup> Muhammad Akbar, *Kajian Terhadap Revisi Undang-Undang No.13 Tahun 1998 Tentang Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia*, Jurnal Mimbar Kesejahteraan Sosial, Volume 2, Nomor 2, 2019, hal. 33.

<sup>40</sup> Rita L. Atkinson dkk, *Pengantar Psikologi*, Ter. Nurudjannah Taufik dan Rukmini Barhana, (Jakarta: Erlangga, 1991), hal. 144.

<sup>41</sup> Jejen Zainal Mutaqin, Skripsi: *Lansia Dalam Al-Qur'an Kajian Term (Tafsir Asy-Syaikh, Al-Kibar, Al-Ajuz, Ardzal Al-Umur)*, (Semarang, UIN Walisongo, 2017), hal. 4.

pada penyesuaian diri yang buruk daripada yang baik dan kepada kesengsaraan daripada kebahagiaan.<sup>42</sup> Berikut ini adalah beberapa ciri-ciri yang terdapat pada seseorang yang telah berusia lanjut, antara lain:

- a. Usia lanjut merupakan periode kemunduran. Seperti yang telah ditekankan berulang-ulang orang tidak pernah bersifat statis. Karena itu, orang sering berubah secara konstan. Kemunduran itu sebagian datang dari faktor fisik dan sebagian lagi faktor dari psikologis. Penyebab fisik kemunduran ini merupakan suatu perubahan dari sel-sel tubuh bukan karena penyakit khusus tapi karena proses menua. Kemunduran dapat juga mempunyai penyebab psikologis, sikap tidak senang terhadap diri sendiri, orang lain, pekerjaan dan kehidupan pada umumnya dapat menuju keadaan uzur, karena terjadi perubahan pada lapisan otak.<sup>43</sup>
- b. Perbedaan individual pada efek menua. Orang menjadi tua secara berbeda karena mereka mempunyai sifat bawaan yang berbeda. Sosio ekonomi dan latar pendidikan yang berbeda, dan pola hidup yang berbeda. Perbedaan terlihat diantara orang-orang yang mempunyai jenis kelamin yang sama, dan semakin nyata bila pria dibandingkan dengan wanita karena menua terjadi dengan laju yang berbeda pada masing-masing jenis kelamin.<sup>44</sup>

---

<sup>42</sup> Elizabet B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Edisi-5, Ter. Istiwidayanti, Soedarjowo, (Jakarta: Erlangga, 2002), hal. 380.

<sup>43</sup> Elizabet B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Edisi-5, Ter. Istiwidayanti, Soedarjowo, (Jakarta: Erlangga, 2002), hal. 380.

<sup>44</sup> Elizabet B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Edisi-5, Ter. Istiwidayanti, Soedarjowo, (Jakarta: Erlangga, 2002), hal. 381.



- c. Usia tua dinilai dengan kriteria yang berbeda. Karena arti tua itu sendiri kabur dan tidak jelas dan tidak dapat dibatasi pada anak muda, maka orang cenderung menilai tua itu adalah hal penampilan dan kegiatan fisik. Bagi usia tua, anak-anak adalah lebih kecil dibandingkan dengan orang dewasa dan harus dirawat, sedangkan orang dewasa adalah seseorang yang sudah dapat merawat diri sendiri.<sup>45</sup>
- d. Pelbagai stereotipe orang lanjut usia. Stereotipe dan kepercayaan tradisional timbul dari pelbagai sumber, 4 yang paling umum dijelaskan berikut ini: pertama, cerita rakyat dan dongeng yang diturunkan dari satu generasi ke generasi berikutnya, cenderung melukiskan usia lanjut sebagai usia yang tidak menyenangkan. Kedua, orang yang berusia lanjut sering diberi tanda dan diartikan orang secara tidak menyenangkan oleh pelbagai media masa. Ketiga, berbagai humor dan canda yang berbeda juga menyangkut aspek negatif orang usia lanjut. Keempat pendapat klise lama telah diperkuat oleh hasil studi ilmiah, karena masalah pokok dari hasil studi tersebut pada umumnya menekankan masa sebelumnya, bahwa orang usia lanjut dalam lembaga tertentu yang kemampuan fisik dan mentalnya lemah.<sup>46</sup>

---

<sup>45</sup> Yudrik Jahja, *Psikoogi Perkembangan*, Edisi Pertama, (Jakarta: Prenadamedia Group, 2011), hal. 312.

<sup>46</sup> Yudrik Jahja, *Psikoogi Perkembangan*, Edisi Pertama, (Jakarta: Prenadamedia Group, 2011), hal. 313-314.

- e. Sikap sosial terhadap usia lanjut. Arti penting tentang sikap sosial terhadap usia lanjut yang tidak menyenangkan mempengaruhi cara mereka memperlakukan orang usia lanjut.<sup>47</sup>
- f. Memiliki status kelompok minoritas. Lansia memiliki status kelompok minoritas karena sebagai akibat dari sikap sosial yang tidak menyenangkan terhadap orang lanjut usia dan diperkuat oleh pendapat-pendapat klise yang jelek terhadap lansia. Pendapat-pendapat klise itu seperti : lansia lebih senang mempertahankan pendapatnya daripada mendengarkan pendapat orang lain.<sup>48</sup>
- g. Menua membutuhkan perubahan peran. Seperti seseorang yang berusia madya, lansia juga harus belajar dalam memainkan peran baru. Untuk menggambarkan perubahan peran hal tersebut harus dilakukan oleh usia lanjut.
- h. Keinginan menjadi muda kembali. Pada saat lanjut usia, keinginan mereka untuk muda kembali sangatlah kuat, apabila mereka mulai menyadari tanda-tanda penuaan, mereka akan membangkitkan untuk kembali muda. Akan tetapi, meskipun melakukan beberapa percobaan tidak mungkin orang yang sudah tua bisa kembali muda lagi.<sup>49</sup>

---

<sup>47</sup> Elizabet B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Sepanjang Rentan Kehidupan*, Edisi-5, Ter. Istiwidayanti, Soedarjowo, (Jakarta: Erlangga, 2002), hal. 383.

<sup>48</sup> Jejen Zainal Mutaqin, Skripsi: *Lansia Dalam Al-Qur'an Kajian Term (Tafsir Asy-Syaikh, Al-Kibar, Al-Ajuz, Ardzal Al-Umur)*, (Semarang, UIN Walisongo, 2017), hal. 20-21.

<sup>49</sup> Elizabet B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Sepanjang Rentan Kehidupan*, Edisi-5, Ter. Istiwidayanti, Soedarjowo, (Jakarta: Erlangga, 2002), hal. 384-385.

#### 4. Tugas Perkembangan Lansia

Menurut Erickson, kesiapan lansia untuk beradaptasi atau menyesuaikan diri terhadap tugas perkembangan usia lanjut atau lansia dipengaruhi oleh tumbuh kembang pada tahap sebelumnya. Apabila seseorang pada tahap tumbuh kembang sebelumnya melakukan kegiatan sehari-hari dengan teratur dan baik serta membina hubungan yang serasi dengan orang-orang disekitarnya, maka pada usia lanjut ia akan tetap melakukan kegiatan yang biasa ia lakukan pada tahap perkembangan sebelumnya seperti olahraga, mengembangkan hobi bercocok tanam, dan lain-lain.<sup>50</sup>

Tugas perkembangan pada lansia ialah kesiapan lansia untuk beradaptasi atau menyesuaikan diri terhadap tugas perkembangan usia lanjut dipengaruhi oleh proses tumbuh kembang pada tahap sebelumnya. Adapun tugas perkembangan lansia adalah sebagai berikut:<sup>51</sup>

- a. Menyesuaikan diri dengan menurunnya kekuatan fisik dan kesehatan secara bertahap
- b. Menyesuaikan diri dengan berkurangnya pendapatan
- c. Menyesuaikan diri dengan kematian pasangan hidup
- d. Menjadi anggota dengan kelompok sebaya dan mengikuti pertemuan-pertemuan sosial
- e. Mengembangkan kegiatan untuk mengisi waktu luang yang semakin banyak

---

<sup>50</sup> R.Siti Maryam dkk., *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*, (Jakarta: Selemba Medika, 2008), hal 40.

<sup>51</sup> Sumanto, *Psikologi Perkembangan Fungsi dan Teori*, (Yogyakarta: Caps, 2014), hal. 116-117.

- f. Menyesuaikan diri dengan peran social secara fleksibel
- g. Menyesuaikan dan memperlakukan anak-anak tidak seperti ketika mereka masih kecil.
- h. Mempersiapkan diri untuk kematian.

Mempersiapkan diri untuk kematiannya dan kematian pasangannya menekankan pentingnya mempelajari apa yang dialami lanjut usia pada saat muda hingga masa tua.

## 5. Perubahan-Perubahan Pada Lansia

Pada lansia terjadi banyak perubahan dalam dirinya, hal ini bisa disebut perubahan yang terjadi pada lansia, diantaranya yaitu:

### a. Perubahan Fisik Bagi Usia Lanjut

#### 1) Perubahan-perubahan umum dalam penampilan selama usia lanjut<sup>52</sup>

Bentuk mulut berubah akibat hilangnya gigi atau karena harus memakai gigi palsu. Kehilangan gigi banyak dialami oleh lansia seiring dengan bertambahnya usia. Ketika terdapat banyak gigi yang hilang lansia akan menemui hambatan dalam proses mastikasi yang berlangsung di rongga mulut. Rambut menipis berubah menjadi putih atau abu-abu dan kaku.

#### 2) Perubahan umum fungsi indrawi pada usia lanjut

*Penglihatan.* Perubahan dalam indra penglihatan pada lansia misalnya tampak pada berkurangnya ketajaman penglihatan dan melambatnya adaptasi terhadap perubahan cahaya. Biji mata

---

<sup>52</sup> Elizabet B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Edisi-5, Ter. Istiwidayanti, Soedarjowo, (Jakarta: Erlangga, 2002), hal. 388.

menyusut dan lensanya menjadi kurang jernih, sehingga cahaya yang diterima oleh retina menjadi berkurang. Kline dan Schieber mengatakan retina orang tua usia 65 tahun hanya mampu menerima jumlah cahaya sepertiga dari jumlah cahaya yang diperolehnya pada usia 20 tahun.

*Pendengaran.* Diperkirakan 75% dari orang usia 75 hingga 79 tahun mengalami berbagai jenis permasalahan pendengaran dan 15% dari populasi di atas usia 65 tahun mengalami ketulian, yang biasanya disebabkan oleh kemunduran selaput telinga (*cochlea*).<sup>53</sup>

*Perasa.* Perubahan penting dalam alat perasa pada usia lanjut adalah sebagai akibat dari berhentinya pertumbuhan tunas perasa yang terletak di lidah dan di permukaan bagian dalam pipi. Syaraf perasa yang berhenti tumbuh ini semakin bertambah banyak sejalan dengan bertambahnya usia.

*Penciuman.* Daya penciuman menjadi kurang tajam sejalan dengan bertambahnya usia, sebagian disebabkan oleh pertumbuhan sel dalam hidung berhenti dan sebagian lagi oleh semakin lebatnya bulu rambut di lubang hidung.

*Perabaan.* Karena kulit menjadi semakin kering dan keras, maka indera peraba di kulit semakin kurang peka.<sup>54</sup>

### 3) Perubahan umum fungsi motorik pada usia lanjut

---

<sup>53</sup> Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: PT REMAJA ROSDAKARYA, 2010), hal. 236.

<sup>54</sup> Elizabet B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Edisi-5, Ter. Istiwidayanti, Soedarjowo, (Jakarta: Erlangga, 2002), hal 389.

Perubahan dalam kemampuan motorik meliputi menurunnya kekuatan dan tenaga yang biasanya menyertai perubahan fisik yang terjadi karena bertambahnya usia, menurunnya kekerasan otot, kekakuan pada persendiaan, gemetar pada tangan, kepala dan rahang bawah.<sup>55</sup>

#### 4) *Andropause* (Pada Laki-Laki) dan *Menopause* (Pada Perempuan)

Kejadian *menopause* pada perempuan usia senja, Juga dialami kaum laki-laki dengan istilah *andropause* yang belum populer di kalangan masyarakat. meskipun sebetulnya di negara maju andropause sudah sejak lama menjadi perhatian para pakar kesehatan, misalnya. di Inggris, publikasi tentang *andropause* sudah ada sejak tahun 1952, dalam publikasi ini disebutkan bahwa andropause terjadi secara alami dan laki-laki yang *andropause* akan mengalami penurunan kemampuan fisik dan gairah seksual.<sup>56</sup> Istilah *andropause* berasal dari bahasa Yunani, *andro* yang berarti laki-laki dan *pausis* yang berarti berhenti, jadi secara harfiah *andropause* adalah berhentinya fungsi fisiologis pada laki-laki.<sup>57</sup>

*Menopause* suatu istilah yang sudah tidak asing lagi bagi masyarakat berasal dari bahasa Yunani yang berarti berhenti haid

---

<sup>55</sup> Elizabet B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Edisi-5, Ter. Istiwidayanti, Soedarjowo, (Jakarta: Erlangga, 2002), hal 390.

<sup>56</sup> Wiwik Norlita dkk, *Pengetahuan Pria Tentang Andropause Di RW 11 Kelurahan Perhentian Marpoyan Kecamatan Marpoyan Damai Pekanbaru*, Jurnal Photon, Vol. 9 No.2, 2019, Hal. 133.

<sup>57</sup> Pratiwi Retnaningsih, Skripsi, *Hubungan Aktivitas Fisik Olahraga Dengan Andropause*, (Surakarta: Universitas Sebelas Maret, 2015), hal. 5.

(*apause* dan *menses*).<sup>58</sup> *Menopause* merupakan waktu penghentian menstruasi secara permanen yang terjadi setelah hilangnya aktivitas ovarium. Usia rata-rata perempuan mengalami periode menstruasi terakhir mereka adalah 51,5 tahun, sedangkan Spencer dan Brown menyatakan bahwa usia wanita memasuki *menopause* dialami wanita pada rentang usia 45-55 tahun. Dapat disimpulkan bahwa usia seseorang mengalami menopause sangat bervariasi. Jika diambil rata-ratanya, seseorang akan mengalami menopause sekitar usia 45-55 tahun.<sup>59</sup>

#### 5) Kesehatan lansia

Masalah kesehatan pada umumnya merupakan masalah yang paling berat bagi usia lanjut. Masalah kesehatan ini bersumber dari berbagai fungsi organ tubuh. Masa tua ditandai oleh penurunan fungsi fisik dan rentan terhadap berbagai penyakit. Pada usia lanjut, masalah kesehatan merupakan masalah yang kompleks, di dalamnya berkaitan dengan unsur psikologi, sikap dan tingkah laku serta interaksi sosial.<sup>60</sup>

Penurunan yang menurun kemudian menghadirkan berbagai gangguan fungsional dan penyakit pada usia lanjut tidak hanya mempengaruhi kondisi fisik namun juga akan mempengaruhi kondisi psikisnya seperti: rendah diri, terasing, tidak berguna, tak berdaya,

---

<sup>58</sup> Lannywati Ghani, *Seluk Beluk Menopause*, Media Peneliti Dan Pengembang Kesehatan, volume XIX, nomor 4, 2009, hal. 193.

<sup>59</sup> Hadya Gorga dkk, *Hubungan Jumlah Paritas dengan Usia Menopause*, Jurnal Kesehatan Andalas, volume 5, no 2, 2016, hal. 395-396.

<sup>60</sup> Siti Partini Sudirman, *Psikologi Usia Lanjut*, Cet. Ke Dua, (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2016), hal. 48.

kesedihan, kesepian dan sebagainya menghambat aktifitasnya.<sup>61</sup> salah satu masalah kesehatan lansia adalah *inkontinensia*.

#### b. Perubahan Psikis Pada Lansia

Pikun (*Demensia*). Istilah pikun memberikan gambaran yang negatif atas kemampuan seseorang, bahkan sering dipakai sebagai bahan lucu-lucuan dan bahkan sebagai bahan ejekan. Anak muda akan tidak senang dan merasa diremehkan jika dikatakan sebagai orang pikun.<sup>62</sup> Istilah pikun dalam dunia medis dikenal dengan *demensia*. Menurut *World Health Organization* dalam Jefferies dan Agrawal, *demensia* adalah sindroma klinis yang meliputi hilangnya fungsi intelektual dan memori yang sedemikian berat sehingga menyebabkan disfungsi hidup sehari-hari.

#### c. Perkembangan Spiritual

Sebuah penelitian menyatakan bahwa lansia yang lebih dekat dengan agama menunjukkan tingkatan yang tinggi dalam hal kepuasan hidup, harga diri dan optimisme. Kebutuhan spiritual (keagamaan) sangat berperan memberikan ketenangan batiniah, khususnya bagi para Lansia. Rasulullah bersabda “semua penyakit ada obatnya kecuali penyakit tua”. Sehingga religiusitas atau penghayatan keagamaan besar pengaruhnya terhadap taraf kesehatan fisik maupun kesehatan

---

<sup>61</sup> Siti Partini Sudirman, *Psikologi Usia Lanjut*, Cet. Ke Dua, (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2016), hal. 52.

<sup>62</sup> Siti Partini Suardiman, *Psikologi Usia Lanjut*, Cet. Kedua, (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2016), hal. 87.



mental, hal ini ditunjukkan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hawari tahun 1997, bahwa:<sup>63</sup>

- a. Lanjut usia yang non religius angka kematiannya dua kali lebih besar daripada orang yang religius.
- b. Lanjut usia yang religius penyembuhan penyakitnya lebih cepat dibandingkan yang non religius.
- c. Lanjut usia yang religius lebih kebal dan tenang menghadapi operasi atau masalah hidup lainnya.
- d. Lanjut usia yang religius lebih kuat dan tabah menghadapi stres daripada yang non religius, sehingga gangguan mental emosional jauh lebih kecil.
- e. Lanjut usia yang religius tabah dan tenang menghadapi saat-saat terakhir (kematian) daripada yang non religius.

Lansia dapat dikatakan hidup dengan sistem yang dapat mempengaruhi perkembangan kehidupannya. Salah satu sistem tersebut adalah nilai-nilai tentang ketuhanan atau disebut dengan religiusitas. Seperti yang diutarakan oleh Emha Ainun Najib bahwa religiusitas adalah inti kualitas hidup manusia, dan harus dimaknai rasa rindu, rasa ingin bersatu, rasa ingin berada sama sesuatu yang abstrak.<sup>64</sup>

---

<sup>63</sup> Jejen Zainal Mutaqin, Skripsi: *Lansia Dalam Al-Qur'an Kajian Term (Tafsir Asy-Syaikh, Al-Kibar, Al-Ajuz, Ardzal Al-Umur)*, (Semarang, UIN Walisongo, 2017), hal. 29-30.

<sup>64</sup> Faiz Fauzi, *Eksistensi Tuhan Dalam Tasawuf Emha Ainun Nadjib*, Refleksi, Vol. 18, No.1, 2018, Hal. 64.

## 6. Teknik Konseling Dalam Menghadapi Dinamika Psikologi Lansia

### a. Pengertian Konseling Adler

Konseling Adlerian adalah suatu pendekatan kognitif yang berarti bahwa para klien didorong untuk melihat dan memahami kemungkinan mengubah gagasan dan keyakinan-keyakinan mereka tentang diri mereka sendiri, dunia mereka, dan bagaimana mereka akan berperilaku didunia itu. Selain itu, para konselor Adlerian memberikan klien mereka tugas yang menantang gagasan-gagasan dan keyakinan yang ada dan tugas yang mempresentasikan perubahan dalam pola perilaku kebiasaan mereka.

Pendekatan Adlerian memiliki pandangan yang optimistik bahwa orang-orang telah menciptakan kepribadian mereka sendiri dan oleh karena itu bisa memilih untuk berubah. Klien didorong untuk menghargai kekuatan mereka dan mengakui bahwa mereka adalah anggota masyarakat yang sejajar yang bisa membuat sumbangan yang bernilai.<sup>65</sup>

### b. Pandangan Tentang Manusia

Seperti halnya Freud, Adler mengakui pentingnya masa lima tahun pertama dan faktor-faktor biologis dalam mempengaruhi perkembangan juga manusia, Adler juga memandang bahwa individu juga memiliki kemampuan bawaan untuk mengarahkan dirinya sendiri. Adler memiliki keyakinan bahwa semua perilaku selalu terarah pada

---

<sup>65</sup> Stephen Plamer, *Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: Pustaka Pelajar, 2011), hal. 31.

tujuan (*goal-directed*) dan bahwa manusia dapat menyalurkan perilakunya dalam cara- cara yang mendorong perkembangan.<sup>66</sup>

Teori Adler fokus pada perasaan *inferior*, yang ia anggap sebagai sesuatu yang normal bagi manusia dan merupakan sumber pencapaian semua usaha manusia. Alih-alih dipandang sebagai tanda-tanda kelemahan atau penyimpangan, perasaan inferioritas dapat menjadi sumber kreativitas. Perasaan ini memotivasi kita untuk mencapai keahlian, sukses (*superioritas*), dan prestasi. Menurut persepsi Adlerian, perilaku manusia tidak hanya ditentukan dari keturunan dan lingkungan. Manusia memiliki kapasitas untuk menginterpretasi, mempengaruhi, dan menciptakan even. Adler menegaskan bahwa genetik dan keturunan tidaklah sepenting pilihan kita tentang apa yang akan kita lakukan dengan kemampuan dan keterbatasan yang kita miliki.

Adler juga memandang manusia memiliki minat sosial yang menjadi barometer bagi mental yang sehat. Minat sosial dikonseptualisasikan sebagai suatu bentuk perasaan terhadap dan kooperasi dengan orang lain, suatu perasaan untuk memiliki dan terlibat dengan orang lain untuk mencapai tujuan-tujuan umum kemasyarakatan.<sup>67</sup>

### c. Tujuan Konseling Adler

Tujuan konseling kelompok pendekatan Adlerian adalah membantu individu untuk mengakui perasaan-perasaan sakit

---

<sup>66</sup> Eko Darminto, *Teori-Teori Konseling* (Surabaya: Unesa University Press, 2007), hal. 46.

<sup>67</sup> Eko Darminto, *Teori-Teori Konseling* (Surabaya: Unesa University Press, 2007), hal. 47.

(penderitanya) yang tidak realistis, dalam arti bahwa perasaan sakitnya itu bukan disebabkan oleh orang lain tetapi oleh kesalahan logika mereka sendiri dan perilaku-perilaku yang berakar pada logika yang keliru tersebut.<sup>68</sup>

d. Perilaku Bermasalah Dalam Konseling Adler

Faktor internal antara lain: penetapan tujuan akhir yang terlalu tinggi, hidup di dunia mereka sendiri dan memiliki gaya hidup yang kaku dan dogmatis. Faktor eksternal, menurut Adler, ada tiga hal yang membuat individu memiliki perilaku yang bermasalah, antara lain: kelemahan fisik yang dibesar-besarkan, gaya hidup yang manja dan gaya hidup yang tertolak.<sup>69</sup>

e. Peranan Konselor Dalam Konseling Adler

Sepertinya halnya Freud, Adler menekankan pentingnya hubungan kooperatif antara konselor dan konseli dalam membangun tujuan konseling disamping sikap saling percaya dan respek. Konselor Adlerian memiliki peran yang sangat kompleks dan perlu memiliki banyak keterampilan. Mereka harus memperlihatkan sikap mendukung (*supportif*), mampu mendorong konseli untuk mau mengambil resiko, dan membantu mereka untuk menerima kesalahan dan ketidakkesempurnaan.

Konselor Adlerian berperan sebagai seorang pendidik, memperkembangkan minat sosial, dan mengajar klien tentang cara-cara

---

<sup>68</sup> Windy Kartika Ariyanti dan Nursalim, *Penerapan Konseling Kelompok Adlerian Untuk Menurunkan Perilaku Menarik Diri Pada Siswa Kelas VII-C Mts Wringinanom*, Jurnal Mahasiswa Bimbingan Konseling. Volume 01 Nomor 01, 2013. Hal. 5.

<sup>69</sup> Agus Sujanto dkk, *Psikologi Kepribadian*, (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2006), hal. 72.

memodifikasi gaya hidup, perilaku dan tujuannya. Konselor Adlerian adalah seorang analisis yang harus memeriksa kesalahan asumsi dan logika konseli. Mereka juga bertindak sebagai model yakni mendemonstrasikan cara-cara untuk berpikir, mencari makna, berkolaborasi dengan orang lain, serta membangun dan mencapai tujuan yang bermakna.

f. Langkah-Langkah Konseling Adler

Menjalin hubungan, mengumpulkan informasi, memberi wawasan dan mendorong reorientasi.<sup>70</sup>

---

<sup>70</sup> Windy Kartika Ariyanti dan Nursalim, *Penerapan Konseling Kelompok Adlerian Untuk Menurunkan Perilaku Menarik Diri Pada Siswa Kelas VII-C Mts Wringinanom*, Jurnal Mahasiswa Bimbingan Konseling. Volume 01 Nomor 01, 2013. Hal. 5.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian merupakan cara dan prosedur yang sistematis dan terorganisir untuk menyelidiki masalah tertentu dengan maksud mendapatkan informasi untuk digunakan sebagai solusi atau jawaban atas masalah yang sedang diteliti. Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.<sup>1</sup>

#### **A. Pendekatan dan Jenis Penelitian**

Penelitian ini adalah penelitian kepustakaan (*library research*).<sup>2</sup> *Library research* yakni teknik penelitian yang mengumpulkan data dan informasi dengan bantuan berbagai macam materi baik berupa buku, majalah, surat kabar, jurnal dan beberapa tulisan lain yang memiliki keterkaitan dengan pembahasan penelitian.<sup>3</sup>

Mestika Zed menjelaskan studi kepustakaan ini memiliki empat ciri, yaitu:

1. Bahwa penelitian berhadapan langsung dengan teks (*nash*) atau data angka dan bukan dengan pengetahuan dari lapangan atau saksi mata berupa kejadian, orang atau benda-benda lainnya.
2. Data pustaka berupa “siap pakai“ (*ready-made*), artinya peneliti tidak pergi kemana-mana, kecuali hanya berhadapan langsung dengan bahan sumber yang sudah tersedia di perpustakaan.

---

<sup>1</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2011), hal. 2.

<sup>2</sup> Mardelis, *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2008), hal. 28.

<sup>3</sup> Afifuddin, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: CV Pustaka Setia, 2009), hal. 111.

3. Data pustaka umumnya berupa sumber sekunder, dalam arti bahwa peneliti memperoleh bahan dari tangan kedua dan bukan data orisinal dari tangan pertama di lapangan.
4. Kondisi data pustaka tidak dibatasi oleh ruang dan waktu, artinya kapanpun ia datang dan pergi data tersebut tidak akan pernah berubah karena ia sudah merupakan data “mati” yang tersimpan dalam rekaman tertulis (teks, angka, gambar, rekaman, tape atau film).<sup>4</sup>

Dalam penelitian ini peneliti akan menggunakan metode penelitian kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan (*library research*) berupa buku-buku, majalah-majalah, skripsi-skripsi dan sumber-sumber yang lainnya yang berhubungan dengan psikologi lansia dalam Al-Quran.

## **B. Penjelasan Judul Penelitian**

Untuk mempermudah maksud judul penelitian ini, peneliti akan menjelaskan hal-hal yang terkait dengan judul penelitian ini dalam uraian berikut:

### **1. Psikologi Lansia**

Lansia adalah seorang baik pria ataupun wanita yang telah memasuki usia 60 tahun keatas dan telah mengalami perubahan baik dari segi fisik maupun psikis, serta sudah memiliki banyak pengalaman dalam hidupnya.

---

<sup>4</sup> Mestika Zed, *Metode Penelitian Kepustakaan*, (Jakarta: Yayasan Obor Indonesia, 2004), hal. 4-5.

## 2. Psikologi Perkembangan Dalam Al-Quran

Al-Quran telah menyatakan dirinya sebagai kitab petunjuk (*hudan*) yang dapat menuntun umat manusia menuju ke jalan yang benar. Berbagai penjelasan mengenai kehidupan terkandung didalamnya, begitupun dengan psikologi perkembangan Al-Quran juga telah menjelaskan bagaimana kehidupan manusia dari ia masih dalam kandungan sampai ia meninggal.

Dari penjelasan di atas bahwa yang dimaksud dengan judul penelitian ini adalah peneliti akan menganalisis penjelasan mengenai psikologi lansia dalam Al-Quran.

### **C. Sumber Data**

#### 1. Sumber Data Primer

Sumber data primer dalam penelitian kepustakaan adalah bahan-bahan kepustakaan yang terkait dengan buku-buku utama yang dijadikan sebagai rujukan utama dalam penulisan karya ilmiah, dalam penelitian ini sumber data primernya yaitu Al-Quran dan tafsir.

#### 2. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder adalah data yang digunakan untuk mendukung data primer yaitu melalui studi kepustakaan, dokumentasi, buku, majalah, koran, arsip tertulis yang berhubungan dengan obyek yang akan diteliti pada penelitian ini. Sumber sekunder merupakan sumber yang



tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data, misalnya lewat orang lain atau dokumen.<sup>5</sup>

#### **D. Teknik Pengumpulan Data**

Menurut Suwartono teknik pengumpulan data adalah berbagai cara yang diperlukan untuk mengumpulkan data, menghimpun, menjangkau, dan mengambil data penelitian.<sup>6</sup> Teknik pengumpulan data dari penelitian ini adalah telaah kepustakaan dilakukan dengan cara mengkaji berbagai bahan bacaan dari dokumen, buku-buku, jurnal, dan artikel-artikel mengenai konsep-konsep psikologi lansia dalam Al-Quran.

Penelitian ini adalah penelitian pustaka dan penulis menggunakan prosedur pengumpulan data yang dirumuskan oleh Edward Carr dalam buku *Metodologi Research*, yaitu:

1. Membaca sumber-sumber yang berkaitan dengan fokus masalah
2. Menulis hal-hal yang dikemukakan dalam tulisan yang berkaitan dengan fokus masalah penelitian
3. Kemudian menghilangkan kembali yang telah dibaca dalam bersifat umum dan mengambil hal-hal yang penting kemudian memusatkan perhatian pada rumusan masalah penelitian ini.<sup>7</sup>

---

<sup>5</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2011), hal 187.

<sup>6</sup> Suwartono, *Dasar-dasar Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: Andi Offset, 2014), hal 41

<sup>7</sup> Sutrisno Hadi, *Metodologi Research*, (Yogyakarta: Yayasan Penerbit Psikologi UGM, 1996), hal. 8.

## E. Teknik Analisis Data

Menurut Sugiyono, analisis data merupakan proses mencari dan menyusun secara sistematis seluruh data yang diperoleh.<sup>8</sup> Miles and Huberman menjelaskan seperti dikutip oleh Sugiyono, aktivitas dalam analisis data yaitu<sup>9</sup>:

### 1. Reduksi data

Reduksi data yaitu merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada reduksi data akan mempermudah memberikan gambaran yang jelas untuk pengumpulan data selanjutnya bila diperlukan. Dalam hal ini merangkum dan memilih hal-hal pokok dari sumber-sumber penelitian yang telah peneliti kumpulkan sesuai pada rumusan dan batasan masalah penelitian, yaitu tentang psikologi lansia dalam Al-Quran dan teknik konseling dalam menghadapi dinamika psikologi lansia.

### 2. Penyajian Data

Dengan mendisplay atau menyajikan data akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi selama penelitian berlangsung. Setelah itu perlu adanya perencanaan kerja berdasarkan apa yang telah dipahami. Dalam penyajian data selain menggunakan teks secara naratif, juga dapat berupa bahasa nonverbal seperti bagan, grafik, denah, matriks, dan tabel. Penyajian data merupakan proses pengumpulan informasi yang disusun berdasarkan kategori atau pengelompokan-pengelompokan yang diperlukan.

---

<sup>8</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2011), hal. 244.

<sup>9</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2015), hal. 246.

### 3. Penarikan Kesimpulan

Penarikan kesimpulan dan verifikasi untuk menjawab rumusan masalah dan pokok-pokok penelitian. Kesimpulan yang diambil adalah temuan yang sebelumnya belum pernah ada, sehingga bertemu pada muara fokus penelitian ini yaitu psikologi lansia dalam Al-Quran.

Selanjutnya teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan analisis isi (*content analysis*). *content analysis* adalah suatu teknik penelitian yang membuat inferensi (simpulan) yang dapat ditiru (*replicable*) dan shahih data dengan memperhatikan konteksnya.<sup>10</sup> Tujuan dari *content analysis* itu sendiri adalah untuk menganalisis isi pesan atau mengobservasi dan menganalisis isi perilaku yang terbuka dari komunikator yang terpilih. Logika dasar dalam setiap komunikasi berisi dalam sinyal komunikasi itu sendiri, baik verbal maupun non verbal.<sup>11</sup>

Philp Bell mengungkapkan bahwa analisis isi secara sederhana dapat diartikan sebagai metode untuk mengumpulkan dan menganalisis muatan sebuah “teks”<sup>12</sup>. Teks bisa berupa kata-kata, makna gambar, simbol dan gagasan, tema dan bermacam bentuk pesan yang dapat dikomunikasikan. Analisis isi berusaha memahami data bukan sebagai kumpulan peristiwa fisik tetapi sebagai gejala simbolik untuk mengungkap makna yang terkandung dalam sebuah teks, dan memperoleh pemahaman terhadap pesan yang dipresentasikan.

---

<sup>10</sup> Klaus Krippendorf, *Analisis Isi*, (Jakarta: Rajawali Press, 1991), hal. 15.

<sup>11</sup> Burhan Bungin, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: PT. Grafindo Persada, 2001), hal. 174.

<sup>12</sup> Aam Abdussalam, *Paradigma Tauhid: Kajian Paradigma Alternatif Dalam Pengembangan Ilmu Dan Pembelajaran*, Jurnal Pendidikan Agama Islam-Ta`lim, Vol. 9 No 2, 2011, hal. 93.

Adapun tahap-tahap penelitian yang telah di modifikasi untuk penelitian meliputi, Identifikasi Masalah, Mengenal, Menyeleksi Unit Analisis, Membuat Protokol, Melakukan Revisi Terhadap Protokol, Melakukan Analisis Data, Melakukan Kombinasi Data, berikut penjelasannya<sup>13</sup>:

1. Identifikasi Masalah. Tahapan awal pada penelitian ini adalah menentukan permasalahan, dimana permasalahan merupakan titik tolak bagi keseluruhan penelitian. Permasalahan yang terjadi pada penelitian ini adalah konsep-konsep psikologi lansia dalam Al-Quran.
2. Mengenal. Pada tahapan ini peneliti tidak langsung menentukan konsep-konsep psikologi lansia dalam Al-quran, melainkan dengan mencari data-data yang terkait langsung tentang kpnspe-konsep psikologi lansia dalam Al-Quran.
3. Menyeleksi Unit Analisis. Pada tahapan ini peneliti mengawali dengan melihat surat-surat dan ayat-ayat Al-Quran yang berkaitan dengan konsep-konsep psikologi lansia. Dimana surat-surat dan ayat tersebut diantaranya: surat Hud [11]: 72, Al-Hijr [15]: 54, An-Nahl [16]: 70, Al-Isra` [17]: 23, Al-Hajj [22]: 5, Ar-Rum [30]: 54 dan Yasin [36]: 68.
4. Membuat Protokol. Tahapan selanjutnya adalah membuat protokol, artinya pada tahapan ini peneliti membuat *coding form* dan membuat daftar beberapa item atau kategori serta kecenderungan psikologi lansia. Kategori yang akan di jadikan pedoman untuk melakukan koding itu

---

<sup>13</sup> Burhan Bungin, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Jakarta : Raja Grafindo Persada, 2003), h. 163-165.

adalah konsep-konsep psikologi lansia diantaranya: makna lansia, perubahan-perubahan pada lansia dan teknik konseling dalam menghadapi lansia. Kategori inilah yang nantinya akan menjadi pedoman dalam melakukan kegiatan coding.

5. Melakukan Revisi Terhadap Protokol. Tahapan ini perlu untuk melakukan revisi terhadap protokol, maksud dilakukannya kegiatan ini adalah dalam rangka untuk menetapkan dengan benar atau pasti terhadap protokol yang telah dibuat. Apabila dalam kerja kategorisasi ternyata di temukan data yang tidak dapat dimasukkan dalam salah satu kategorisasi diatas, maka peneliti buat sub kategorisasi.
6. Kegiatan analisis data. Merupakan suatu proses penyederhanaan data kepada bentuk yang mudah dibaca dan selanjutnya di interprestasikan, akan di analisis berdasarkan teori-teori yang ada, sehingga dari pengertian diatas dapat di simpulkan bahwa kegiatan dalam analisis data meliputi, mengatur, mengurutkan, memberi kode serta mengkategorisasikannya.
7. Melakukan Kombinasi Data. Pada tahap ini peneliti melakukan perpaduan antara semua data yang telah di dapat oleh peneliti. Dari data yang sudah ada, dimungkinkan melakukan tambahan-tambahan data sebagai pelengkap. Dalam penelitian kualitatif pada umumnya tahapan ini dinamakan keabsahan data. Lebih jelasnya akan dipaparkan pada sub teknik keabsahan data.

## **F. Teknik Keabsahan Data**

Setelah data dianalisis dan diambil kesimpulan, maka data tersebut perlu diuji keabsahannya, dengan melakukan pemeriksaan ulang terhadap data yang telah terkumpul. Oleh karena itu sebelum melakukan publikasi hasil penelitian. Peneliti terlebih dahulu harus melihat tingkat kesahihan dengan cara Triangulasi. Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain.<sup>14</sup> Triangulasi yang dimaksud adalah triangulasi sumber. Triangulasi sumber adalah untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data yang telah diperoleh melalui beberapa sumber.<sup>15</sup>

Menurut Burhan Bungin uji keabsahan melalui triangulasi dilakukan dalam penelitian kualitatif, untuk menguji keabsahan informasi tidak dapat dilakukan dengan alat uji statistik oleh karena itu proses uji triangulasi terus-menerus dilakukan sepanjang mengumpulkan data dan analisis data, sampai pada suatu saat peneliti meyakini tidak ada lagi perbedaan-perbedaan.<sup>16</sup>

Peneliti akan menganalisis tentang ayat-ayat Al-Quran yang membahas tentang psikologi lansia dengan sumber-sumber dari buku-buku, jurnal dan penelitian terbaru yang menjadi rujukan sebagai informasi terbaru dalam aspek akademik.

---

<sup>14</sup> Lexy J. Moelong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Raja Rosdakarya, 2006), hal 178.

<sup>15</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2015), hal. 274.

<sup>16</sup> Burhan Bungin, *Analisis Data Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2010), hal. 205.

## BAB IV

### DESKRIPSI, TEMUAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi Objek Penelitian

##### 1. Makna Lansia Dalam Al-Quran

###### a. Ayat Al-Quran Tentang Makna Lansia

Dalam hal ini makna lansia terletak pada surat Hud [11]: 72, Al-Hijr [15]: 54 dan Al-Hajj [22]: 5.

###### 1) Hud [11]: 72

قَالَتْ يَوَيْلَتِي ءَأَلِدُ وَأَنَا عَجُوزٌ وَهَذَا بَعْلِي شَيْخًا إِنَّ هَذَا لَشَيْءٌ  
عَجِيبٌ ﴿٧٢﴾

Artinya: Istrinya berkata: “Sungguh mengherankan, apakah aku akan melahirkan anak padahal aku adalah seorang perempuan tua, dan ini suaminya dalam keadaan yang sudah tua pula?. Sesungguhnya ini benar-benar suatu yang sangat aneh”.<sup>1</sup>

Makna lansia dalam surat ini terdapat pada kalimat وَأَنَا عَجُوزٌ (wa ana ‘ajuuzu) maksudnya adalah “padahal aku adalah seorang perempuan tua”. Terkadang diungkapkan juga dengan kata عَجُوزَةٌ (‘ajuuzah). Berikutnya وَهَذَا بَعْلِي شَيْخًا (wa haadzaa ba`lii syaikhoo) maksudnya “Dan ini suaminya dalam keadaan yang sudah tua pula”. Mujahid berkata pada saat itu dia berumur 99 tahun. Menurut Ibnu Ishak, saat itu dia berumur 90 tahun. Ada juga yang berpendapat lain. Ada yang berpendapat bahwa Ibrahim pada waktu itu berumur

---

<sup>1</sup> Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Quran Kementerian Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2010), hal. 230.

120 tahun. Selain itu, ada yang berpendapat umurnya 100 tahun. Menurut Mujahid umurnya 101 tahun.<sup>2</sup>

Al-Mishbah dalam tafsirnya menjelaskan konon usia Nabi Ibrahim as. Ketika itu 120 tahun dan Sarah berusia 99 tahun.<sup>3</sup> Al-Maraghi dalam tafsirnya menjelaskan, dalam pada itu, tercantum pula dalam Kitab Kejadian, bahwa Ibrahim waktu itu telah berumur 100 (seratus) tahun, sedang istrinya Sarah berumur 90 (Sembilan Puluh) tahun.<sup>4</sup>

2) Al-Hijr [15]: 54

قَالَ أَبَشَّرْتُمُونِي عَلَىٰ أَنْ مَسَّنِيَ الْكِبَرُ فِيمَ تَبَشِّرُونَ ﴿٥٤﴾

Artinya: Berkata Ibrahim: "Apakah kamu memberi kabar gembira kepadaku padahal usiaku telah lanjut, maka dengan cara bagaimanakah (terlaksananya) berita gembira yang kamu kabarkan ini?"<sup>5</sup>

Pada surat Al-Hijr ayat 54 makna lansia terdapat pada kalimat ayat *عَلَىٰ أَنْ مَسَّنِيَ الْكِبَرُ* ('*alaaa ammassaniyal-kibaru*) padahal usiaku telah lanjut.<sup>6</sup> Dia (Ibrahim) mengatakan demikian, sebab usianya ketika itu sudah 100 tahun!<sup>7</sup>

---

<sup>2</sup> Al-Qurthubi, *Tafsir Al-Qurthubi Jilid 9*, Terj. Muhyiddin Masridha (Jakarta Selatan: Pustaka Azam, 2008), hal. 162.

<sup>3</sup> M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah Pesan, Kesan dan Keserasian al-Qur'an*, Vol. 6, (Jakarta: Lentera Hati, 2005), hal. 299.

<sup>4</sup> Ahmad Mushthafa Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi Juz 12*, Ter. K. Anshori Umar Sitanggal, Hery Noer Aly, Bahrun Abubakar, Cet. Kedua, (Semarang: Cv. Toha Putra Semarang, 1993), hal. 112.

<sup>5</sup> Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Quran Kementerian Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2010), hal. 265.

<sup>6</sup> Imam Asy-Syaukani, *Tafsir Fathul Qadir Jilid 6*, (Jakarta Selatan: Pustaka Azam, 2007), hal.183.

<sup>7</sup> Abdulmalik Abdulkarim Amrultah (Hamka), *Tafsir Al-Azhar juzu` 15*, (Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd Singapura, 1985), hal. 3864.



3) Al-Hajj [22]: 5

يَأْتِيهَا النَّاسُ إِنْ كُنْتُمْ فِي رَيْبٍ مِّنَ الْبَعْثِ فَإِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِّن  
تُّرَابٍ ثُمَّ مِّنْ نُطْفَةٍ ثُمَّ مِّنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ مِّنْ مُّضْغَةٍ مُّخَلَّقَةٍ وَغَيْرِ  
مُخَلَّقَةٍ لِّنُبَيِّنَ لَكُمْ وَنُقِرُّ فِي الْأَرْحَامِ مَا نَشَاءُ إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى ثُمَّ  
نُخْرِجُكُمْ طِفْلًا ثُمَّ لِتَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ وَمِنْكُمْ مَّن يَتُوفَىٰ  
وَمِنْكُمْ مَّن يُرَدُّ إِلَىٰ أَرْدَلٍ الْعُمَرِ لِكَيْلَا يَعْلَمَ مِن بَعْدِ عِلْمٍ شَيْئًا  
وَتَرَى الْأَرْضَ هَامِدَةً فَإِذَا أَنْزَلْنَا عَلَيْهَا الْمَاءَ اهْتَزَّتْ وَرَبَتْ  
وَأُنْبِتَتْ مِنْ كُلِّ زَوْجٍ بَهِيجٍ ﴿٥﴾

Artinya: Hai manusia, jika kamu dalam keraguan tentang kebangkitan (dari kubur), maka (ketahuilah) sesungguhnya Kami telah menjadikan kamu dari tanah, kemudian dari setetes mani, kemudian dari segumpal darah, kemudian dari segumpal daging yang sempurna kejadiannya dan yang tidak sempurna, agar Kami jelaskan kepada kamu dan Kami tetapkan dalam rahim, apa yang Kami kehendaki sampai waktu yang sudah ditentukan, kemudian Kami keluarkan kamu sebagai bayi, kemudian (dengan berangsur-angsur) kamu sampailah kepada kedewasaan, dan di antara kamu ada yang diwafatkan dan diantara kamu ada yang dikembalikan sampai usia sangat tua, hingga akhirnya dia tidak mengetahui sesuatu pun yang dahulu telah diketahuinya. Dan kamu lihat bumi ini kering, kemudian apabila telah Kami turunkan air di atasnya, hiduplah bumi itu dan subur dan menumbuhkan berbagai macam tumbuh-tumbuhan yang indah.<sup>8</sup>

Makna lansia dalam surat ini terdapat pada kata *أَرْدَلٍ* (*ardzal*) terambil dari kata *رَدَل* (*radzala*) yang berarti “sangat tua”. Yang dimaksud di sini adalah usia yang sangat tua yang menjadikan seseorang tidak memiliki lagi produktivitas karena daya fisik dan

<sup>8</sup> Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Quran Kementerian Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2010), hal. 332.

ingatannya telah sangat berkurang.<sup>9</sup> Melalui ayat ini Allah mengajak semua manusia, baik yang membantah dan menolak secara jelas keniscayaan hari Kebangkitan maupun yang masih ragu, untuk merenungkan kuasa Allah dan bukti keniscayaan hari Kebangkitan.<sup>10</sup> Dalam ayat ini di jelaskan proses kejadian manusia dari pertama kali dari tanah menjadi air mani, bagaimana prosesnya didalam Rahim, hingga ia di keluarkan menjadi bayi, dewasa hingga fase akhir kehidupan manusia yaitu lansia.

b. Relevansi surat Hud [11]: 72, Al-Hijr [15]: 54 dan Al-Hajj [22]: 5

Relevansi surat Hud ayat 72, Al-Hijr ayat 54 dan Al-Hajj ayat 5 yaitu:

Makna lansia dalam surat Hud ayat 72 terdapat pada kalimat وَأَنَا عَجُوزٌ (*wa ana 'ajuuzu*) maksudnya adalah “padahal aku adalah seorang perempuan tua”. Terkadang diungkapkan juga dengan kata عَجُوزَةٌ (*'ajuuzah*). Berikutnya وَهَذَا بَعْلِي شَيْخًا (*wa haadzaa ba'lii syaikhoo*) maksudnya “Dan ini suamipun dalam keadaan yang sudah tua pula”. Makna lansia dalam surat Al-Hijr ayat 54 terdapat pada عَلَىٰ أَنْ مَسَّنِيَ الْكِبَرُ (*'alaaa ammassaniyal-kibaru*) padahal usiaku telah lanjut. Relevansinya dengan makna lansia yaitu “umur”. Dimana di atas dijelaskan umur Sarah Istri Nabi Ibrahim yaitu 90 tahun ke atas dan umur Nabi Ibrahim 100 tahun ke atas.

---

<sup>9</sup> M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah Pesan, Kesan dan Keserasian al-Qur'an*, Vol. 9, (Jakarta: Lentera Hati, 2005), hal. 14.

<sup>10</sup> M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah Pesan, Kesan dan Keserasian al-Qur'an*, Vol. 9, (Jakarta: Lentera Hati, 2005), hal. 11.

Dalam Al-Quran sendiri batasan usia lansia tidak disebutkan umur berapa seseorang dikatakan lansia. Dalam psikologi lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas.<sup>11</sup> Menurut organisasi kesehatan dunia, WHO menetapkan 65 tahun sebagai usia yang menunjukkan proses penuaan yang berlangsung nyata dan seseorang telah disebut lansia.<sup>12</sup> Menurut Setyonegoro lanjut usia (*geriatric age*) dibagi menjadi 3 batasan umur, yaitu *young old* (usia 70-75 tahun), *old* (usia 75-80 tahun), dan *very old* (usia > 80 tahun).<sup>13</sup>

Makna lansia dalam surat Al-Hajj ayat 5 terdapat pada kata *أَرْدَلٌ* (*ardzal*) terambil dari kata *رَذَلٌ* (*radzala*) yang “sangat tua”. Relevansinya dengan makna lansia yaitu masa dimana merupakan fase akhir kehidupan dan terjadinya perubahan fisik dan psikis, yaitu dikembalikan kepada kondisi yang lemah kembali.

Usia lanjut adalah tahap akhir dari siklus hidup manusia, merupakan bagian dari proses alamiah kehidupan yang tidak dapat dihindarkan dan akan dialami oleh setiap individu.<sup>14</sup> Lansia adalah fase menurunnya kemampuan akal dan fisik, yang dimulai dengan adanya beberapa perubahan dalam hidup. Tahap usia lanjut merupakan tahap terjadinya penuaan dan penurunan, yang lebih jelas daripada tahap usia

---

<sup>11</sup> Siti Nur Kholifah, *Modul Bahan Ajar Keperawatan: Keperawatan Gerontik*, (Jakarta: Pusdik SDM Kesehatan, 2016), hal. 3.

<sup>12</sup> Haikal Alpin, *Hubungan Fungsi Gerak Sendi Dengan Tingkat Kemandirian Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Gau Mabaji Kabupaten Gowa*, JKSHSK, Volume 1/Nomor 1, 2016, hal. 898.

<sup>13</sup> Ananda Ruth Naftali dkk, *Kesehatan Spiritual dan Kesiapan Lansia dalam Menghadapi Kematian*, Buletin Psikologi, Vol. 25, No. 2, 2017, hal. 124.

<sup>14</sup> Haikal Alpin, *Hubungan Fungsi Gerak Sendi Dengan Tingkat Kemandirian Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Gau Mabaji Kabupaten Gowa*, JKSHSK, Volume 1/Nomor 1, hal.898.

baya. Pada usia lanjut, terjadi penurunan kemampuan fisik aktivitas menurun, sering mengalami gangguan kesehatan, dan mereka cenderung kehilangan semangat.<sup>15</sup> Jadi, makna lansia di sini adalah seseorang yang telah menjejaki usia 60 tahun yang merupakan fase akhir dari kehidupan manusia dan telah mengalami perubahan fisik maupun psikis.

## B. Temuan Penelitian

### 1. Perubahan Fisik Lansia Dalam Al-Quran

#### a. Ayat Al-Quran Tentang Perubahan Fisik Lansia

##### 1) Yasin [36]: 68

وَمَنْ نُعَمِّرْهُ نُنَكِّسْهُ فِي الْخَلْقِ أَفَلَا يَعْقِلُونَ ﴿٦٨﴾

Artinya: Dan barangsiapa yang Kami panjangkan umurnya niscaya Kami kembalikan dia kepada kejadian(nya). Maka apakah mereka tidak memikirkan.<sup>16</sup>

Perubahan fisik lansia dalam surat Yasin ayat 68 terdapat pada kata *نُعَمِّرْهُ* (*nu'ammirhu*), artinya “Kami panjangkan umurnya” dan *نُنَكِّسْهُ* (*nunakkishu*) artinya, “Kami kembalikan dia”. Kalau umur panjang artinya pastilah tua! Kalau diri bertambah tua, pastilah kekuatan semasa muda kian lama kian hilang. Kian tua kian hilang kekuatan itu sehingga akhirnya kalau masih hidup juga, berbalik sebagai anak kecil. Itulah yang dinamai “tua pikun”.<sup>17</sup>

---

<sup>15</sup> Mei Fitriani, *Problem Psikospiritual Lansia Dan Solusinya Dengan Bimbingan Penyuluhan Islam (Studi Kasus Balai Pelayanan Sosial Cepiring Kendal)*, Jurnal Ilmu Dakwah, Vol. 36, No.1, 2016, 76.

<sup>16</sup> Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Quran Kementerian Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2010), hal. 444.

<sup>17</sup> Abdulmalik Abdulkarim Amrultah (Hamka), *Tafsir Al-Azhar jilid 8*, (Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd Singapura, 1982), hal. 6026.

2) Ar-Rum [30]: 54

بِاللّٰهِ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِّنْ ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِن بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً  
ثُمَّ جَعَلَ مِن بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفًا وَشَيْبَةً يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ وَهُوَ الْعَلِيمُ  
الْقَدِيرُ ﴿٥٤﴾

Artinya: Allah, Dialah yang menciptakan kamu dari keadaan lemah, kemudian Dia menjadikan (kamu) sesudah keadaan lemah itu menjadi kuat, kemudian Dia menjadikan (kamu) sesudah kuat itu lemah (kembali) dan beruban. Dia menciptakan apa yang dikehendaki-Nya dan Dialah Yang Maha Mengetahui lagi Maha Kuasa.<sup>18</sup>

Perubahan fisik lansia dalam surat Ar-Rum ayat 54 terdapat pada kata ضَعْفًا (*dho`fan*) Al Jauhari berkata, kebalikan dari kuat dan وَشَيْبَةً (*wasyaibatan*) “dan beruban”.<sup>19</sup> Hamka menafsirkan “Kelak akan tiba masanya puncak masa kuat, mendatar sebentar kemudian menurun. Kekuatan dikurangi sedikit demi sedikit. Mata mulai kabur, uban mulai bertabur, gigi mulai gugur. Bertambah lama hidup, bertambah lemah diri. Sehingga kadang-kadang kembali sebagai kanak-kanak yang mulai menjejak dunia tadi. Kalau di masa kanak-kanak kekuatan baru mulai akan tumbuh, maka setelah tua kekuatan yang tadinya telah cukup tadi, telah berkurang, menipis dan hilang.”<sup>20</sup>

<sup>18</sup> Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Quran Kementrian Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2010), hal. 410.

<sup>19</sup> Imam Asy-Syaukani, *Tafsir Fathul Qadir Jilid 8*, (Jakarta Selatan: Pustaka Azam, 2007), hal. 721.

<sup>20</sup> Abdulmalik Abdulkarim Amrultah (Hamka), *Tafsir Al-Azhar jilid 7*, (Singapura:Pustaka Nasional Pte Ltd Singapura, 1985), hal. 5546.

3) An-Nahl [16]: 70

وَاللَّهُ خَلَقَكُمْ ثُمَّ يَتَوَفَّاكُمْ وَمِنْكُمْ مَنْ يُرَدُّ إِلَىٰ أَرْذَلِ الْعُمُرِ لِكَيْ لَا يَعْلَمَ بَعْدَ عِلْمٍ شَيْئًا إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ قَدِيرٌ ﴿٧٠﴾

Artiya: Allah menciptakan kamu, kemudian mewafatkan kamu; dan di antara kamu ada yang dikembalikan kepada umur yang paling lemah, supaya dia tidak mengetahui lagi sesuatupun yang pernah diketahuinya. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Kuasa.<sup>21</sup>

Perubahan fisik pada lansia dalam surat An-Nahl ayat 70 terdapat pada kata *أَرْذَلِ الْعُمُرِ* (*ardzalil 'umr*), artinya “umur yang paling lemah”. Ahmad Mushthafa Al-Maraghi menjelaskan ayat ini dalam tafsirnya Al-Maraghi bahwa: Diantara kalian ada yang diwafatkan dengan segera, ada pula yang menjadi tua, sehingga kekuatannya berkurang, indra-indranya rusak.<sup>22</sup>

4) Hud [11]: 72

Pada surat ini ayat dan artinya sama dengan bagian makna lansia, dengan poin perubahan fisik lansia terdapat pada kalimat *وَأَنَا عَجُوزٌ* (*wa ana 'ajuuzu*) maksudnya adalah “padahal aku adalah seorang perempuan tua”. Terkadang diungkapkan juga dengan kata *عَجُوزَةٌ* (*'ajuuzah*). Dan pada kalimat *وَهَذَا بَعْلِي شَيْخًا* (*wa haadzaa ba`lii syaikhoo*) maksudnya “Dan ini suamikupun dalam keadaan yang sudah tua pula”. Ahmad Mushthafa Al-Maraghi dalam tafsirnya Al-

<sup>21</sup> Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Quran Kementrian Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2010), hal. 274.

<sup>22</sup> Ahmad Mushthafa Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi Juz 14*, Ter. K. Anshori Umar Sitanggal, Hery Noer Aly, Bahrun Abubakar, Cet. Kedua, (Semarang: Cv. Toha Putra Semarang, 1992), hal. 197.

Maraghi menjelaskan orang yang telah mencapai umur seperti itu, takkan punya anak lagi, bahkan biasanya bagi wanita, haidnya telah terputus sejak umur 50 (lima Puluh) tahun. Oleh karena itu kesiapannya untuk mengandung dan melahirkan juga tidak ada lagi. Lain dari itu, Sarah memang wanita mandul. Atau barangkali istri Ibrahim itu, Sarah telah tahu kelakuan suaminya sejak istrinya lain Hajar melahirkan anaknya yang bernama Ismail belum lama berselang. Atau sudah cukup lama Ibrahim tidak bersedia lagi untuk menggauli istri-istrinya, atau Sarah berkeyakinan seperti orang-orang lain pada umumnya, bahwa orang yang setua itu takkan punya anak lagi.<sup>23</sup>

Dalam tafsir Al-Mishbah Quraish Shihab beliau memaparkan keheranan Sarah “Sungguh berita ini benar-benar sangat aneh, karena tidak biasa seorang wanita tua dapat melahirkan”.<sup>24</sup>

#### 5) Al-Hijr [15]: 54

Perubahan fisik lansia pada ayat ini memiliki bunyi dan arti yang sama dengan bagian makna lansia terdapat pada kalimat *مَسْنِي* (*alaaa ammassaniyal-kibaru*) padahal usiaku telah lanjut. Dalam tafsir Al-Maraghi, Ahmad Mushthafa Al-Maraghi menjelaskan bahwa maksud dari ayat ini adalah: menurut kebiasaan, tidak ada jalan untuk mendapatkan anak dalam keadaan seperti itu. Ia berkata

---

<sup>23</sup> Ahmad Mushthafa Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi Juz 14*, Ter. K. Anshori Umar Sitanggal, Hery Noer Aly, Bahrun Abubakar, Cet. kedua, (Semarang: Cv. Toha Putra Semarang, 1992), hal. 57.

<sup>24</sup> M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah Pesan, Kesan dan Keserasian al-Qur'an*, Vol. 6, (Jakarta: Lentera Hati, 2005), hal. 299.

demikian seakan hendak mengetahui, apakah anak ini akan diberikan meski dia tetap dalam keadaannya, sebagai seorang yang benar-benar tua, atukah dia akan dikembalikan menjadi pemuda lalu anak itu diberikan kepadanya, karena menurut kebiasaan anak hanya akan diberikan kepada orang yang berusia muda.<sup>24</sup> seperti yang di sampaikan pada tafsiran ayat pada makna lansia bahwa surat Al-Hijr ayat 54 dan Hud ayat 72 itu sama hanya saja pada surat Hud berita tersebut disampaikan kepada istri Nabi Ibrahim sedangkan pada surat ini kepada Nabi Ibrahim sendiri.

6) Al-Isra` [17]: 23

﴿وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا إِمَّا يَبُلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أُفٍّ وَلَا تَنْهَرْهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا ﴿٢٣﴾﴾

Artinya: 23. Dan Tuhanmu telah memerintahkan supaya kamu jangan menyembah selain Dia dan hendaklah kamu berbuat baik pada ibu bapakmu dengan sebaik-baiknya. Jika salah seorang di antara keduanya atau kedua-duanya sampai berumur lanjut dalam pemeliharaanmu, maka sekali-kali janganlah kamu mengatakan kepada keduanya perkataan "ah" dan janganlah kamu membentak mereka dan ucapkanlah kepada mereka perkataan yang mulia.<sup>25</sup>

Perubahan fisik lansia dalam surat Al-Isra' ayat 23 terdapat pada kalimat *إِمَّا يَبُلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أُفٍّ وَلَا تَنْهَرْهُمَا* (*immaa yablughonna 'ingdaka-kibaro ahaduhumaaa uffiw*), artinya "Jika

<sup>24</sup> Ahmad Mushthafa Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi Juz 14*, Ter. K. Anshori Umar Sitanggal, Hery Noer Aly, Bahrun Abubakar, Cet. kedua, (Semarang: Cv. Toha Putra Semarang, 1992), hal. 57.

<sup>25</sup> Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Quran Kementerian Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2010), hal. 284.



salah seorang di antara keduanya atau kedua-duanya sampai berumur lanjut dalam pemeliharaanmu, maka sekali-kali janganlah kamu mengatakan kepada keduanya perkataan “ah””. الْكِبَرِ (*kibaro*) artinya “berumur lanjut”. Artinya, jika usia keduanya, atau salah seorang di antara keduanya, ibu dan bapak itu sampai meningkat tua, sehingga tidak kuasa lagi hidup sendiri, sudah sangat bergantung kepada belas-kasihan puteranya, hendaklah sabar berlapang hati memelihara orang tua itu.<sup>26</sup>

Di dalam ayat ini disebut kata *uffin*. Abu Raja' al-Atharidi mengatakan bahwa arti *uffin* ialah kata-kata yang mengandung kejengkelan dan kebosanan, meskipun tidak keras diucapkan. Lalu Mujahid menafsirkan ayat ini. Kata beliau: "Artinya ialah jika engkau lihat salah seorangnya atau keduanya telah berak atau kencing di mana maunya saja, sebagaimana yang engkau lakukan di waktu engkau kecil, janganlah engkau mengeluarkan kata yang mengandung keluhan sedikit pun".<sup>27</sup> Karena sudah berumur lanjut mereka berak atau kencing di mana saja.

---

<sup>26</sup> Abdulmalik Abdulkarim Amrultah (Hamka), *Tafsir Al-Azhar juzu` 15*, (Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd Singapura, 1985), hal. 4031.

<sup>27</sup> Abdulmalik Abdulkarim Amrultah (Hamka), *Tafsir Al-Azhar juzu` 15*, (Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd Singapura, 1985), hal. 4031.

- b. Relevansi Surat Yasin [36]: 68, Ar-Rum [30]: 54, An-Nahl [16]: 70, Hud [11]: 72, Al-Hijr [15]: 54 Dan Al-Isra' [17]: 23 Dengan Perubahan Fisik Lansia

Perubahan fisik lansia dalam surat Yasin ayat 68 terdapat pada kata *نُنَكِّسُهُ* (*nu'ammirhu*), artinya “Kami panjangkan umurnya” dan *نُنَكِّسُهُ* (*nunakkishu*) artinya, “Kami kembalikan dia”. Dimana ketika umur di panjangkan artinya tua, dikembalikan kepada kondisi lemah kembali seperti anak-anak.

1) Perubahan Penampilan Umum Lansia

Perubahan fisik pada penampilan umum lansia dalam surat Ar-Rum ayat 54 terdapat pada kata *ضَعْفًا* (*dho`fan*) yaitu, kebalikan dari kuat dan *وَسَيْبَةً* (*wasyaibatan*) “dan beruban”. Terdiri dari beruban dan gigi mulai gugur.

a) Rambut beruban

Salah satu bagian dari kulit adalah rambut. Rambut dibedakan dengan bulu badan karena bentuk, ukuran, dan lokasinya yang khas.<sup>28</sup> Rambut akan memutih seiring dengan bertambahnya usia atau dikenal dengan beruban. Rambut uban umumnya muncul pada usia sekitar 50 tahun ke atas, karena aktivitas dan kapasitas sel-sel tubuh menurun akibat degenerasi sel (proses penuaan).<sup>29</sup>

---

<sup>28</sup> Daniel S Wibowo, *Anatomi Tubuh Manusia*, (Jakarta: Grasindo, 2008) hal. 23.

<sup>29</sup> Roslin Sinaga dkk, *Peran Melanosit pada Proses Uban*, Jurnal Biomedik, Vol. IV no. III, 2012, hal. 8.

Terjadinya rambut uban dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti gaya hidup, merokok, dan zat kimia (minyak rambut, pewarna rambut, dan hairspray) serta faktor internal yaitu genetik.

#### b) Gigi mulai gugur

Gigi memiliki fungsi untuk pengunyahan, berbicara, dan estetika.<sup>30</sup> Akibat bertambahnya usia secara berangsur-angsur gigi berkurang karena tanggal, karena semakin lama gigi berada di dalam rongga mulut akan meningkatkan risiko terjadinya kerusakan gigi yang menyebabkan kehilangan gigi.<sup>31</sup>

Status kesehatan gigi lansia dipengaruhi oleh beberapa faktor yang saling berinteraksi: a) Faktor dari diri lansia sendiri, berupa: jenis kelamin, usia, perilaku hidup, pendidikan, pekerjaan, status perkawinan, perumahan, dan status sosial ekonomi; b) Faktor keluarga, seperti: jumlah generasi, pola tinggal, dan perilaku keluarga dalam pemeliharaan kesehatan gigi; c) Faktor lingkungan, seperti keadaan sosial budaya; Faktor pelayanan kesehatan gigi, berupa: keberadaan program kesehatan gigi lansia, sikap dan perilaku petugas kesehatan saat memberikan pelayanan kesehatan.<sup>32</sup>

## 2) Perubahan Umum Fungsi Indrawi dan Fungsi Umum Motorik

Perubahan fisik pada fungsi umum indrawi dan kekuatan pada lansia dalam surat Ar-Rum ayat 54 *ضَعْفًا* (*dho`fan*) artinya, “kebalikan dari kuat”. Surat An-Nahl ayat 70 terdapat pada kata *أَرْذَلِ* (*ardzalil*

---

<sup>30</sup> Asep Arifin Senjaya, *Gigi Lansia*, Jurnal Skala Husada Volume 13 Nomor 1, 2016, hal. 73.

<sup>31</sup> Asep Arifin Senjaya, *Gigi Lansia*, Jurnal Skala Husada Volume 13 Nomor 1, 2016, hal. 77.

<sup>32</sup> Asep Arifin Senjaya, *Gigi Lansia*, Jurnal Skala Husada Volume 13 Nomor 1, 2016, hal. 77-78.

'*umr*'), artinya "umur yang paling lemah". Relevansinya dengan perubahan fisik lansia yaitu mata mulai kabur, indra-indra rusak dan kekuatan yang berkurang.

a) Fungsi Umum Indrawi

(1)Penglihatan

Semakin bertambahnya usia, lemak akan berakumulasi disekitar kornea dan membentuk lingkaran berwarna putih atau kekuningan di antara iris dan sclera. Kejadian ini disebut arkus sinilis, biasanya ditemukan pada lansia. Perubahan penglihatan dan fungsi mata yang dianggap normal dalam proses penuaan termasuk penurunan kemampuan dalam melakukan akomodasi, konstriksi pupil akibat penuaan dan perubahan warna serta kekeruhan lensa mata, yaitu katarak. Penurunan penglihatan pada lanjut usia umumnya adalah penglihatan yang menurun akibat kelainan atau gangguan pada mata.<sup>33</sup>

Penglihatan pada lanjut usia umumnya merupakan penurunan sensitivitas dan efisiensi kerja indera penglihatan. Penurunan penglihatan yang terjadi pada lanjut usia yaitu fisiologi penglihatan yang berkurang, penurunan kemampuan mata untuk melakukan akomodasi dan penglihatan warna.<sup>34</sup>

---

<sup>33</sup> Arief Munandar dan Khairani, *Ambaran Penglihatan Lanjut Usia Di Unit Pelaksana Teknis Dinas Banda Aceh*, Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan, Vol 1, No 1, 2016, hal. 3.

<sup>34</sup> Arief Munandar Dan Khairani, *Gambaran Penglihatan Lanjut Usia Di Unit Pelaksana Teknis Dinas Banda Aceh*, Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan, Vol 1, No 1 2016, Hal. 1.

Adapun gangguan penglihatan pada lansia: katarak (kekeruhan lensa pada usia tua), glaukoma (penyakit mata dengan tanda: tekanan intraokuler menyempit, penyempitan lapang pandang yang terjadi pada usia 40 tahun keatas), buta warna (umumnya tidak dapat membedakan warna hijau dan biru), rabun dekat (gangguan pada mata yang menyebabkan penderita tidak bisa melihat objek dekat dengan jelas atau terlihat buram).<sup>35</sup>

## (2) Pendengaran

Seiring dengan penuaan, struktur telinga memburuk. Gendang telinga menebal sehingga tulang dalam telinga dan struktur lain terpengaruh. Pendengaran dapat berkurang sedikit demi sedikit, khususnya pada nada dengan frekuensi tinggi terutama bagi orang yang banyak terpapar suara gaduh sewaktu masih muda. Diperkirakan 30% dari mereka yang berusia 65 tahun mengalami kerusakan pendengaran yang signifikan.<sup>36</sup>

Ada beberapa gangguan pendengaran yang terjadi pada lansia yaitu:<sup>37</sup>

- Penumpukan serumen, yaitu gangguan pendengaran yang timbul akibat penumpukan serumen di liang telinga dan menyebabkan rasa tertekan yang mengganggu

---

<sup>35</sup> Nurhozin, Skripsi: *Gambaran Kesehatan Pada Lanjut Usia Di Posyandu Lansia Desa Karang Nanas*, (Purwokerto: Universitas Muhamadiyah, 2016), hal. 11.

<sup>36</sup> Aliah B. Purwakanian Hasan, *Psikologi Perkembangan Islami Menyingkap Rentang Kehidupan Manusia Dari Prakelahiran Hingga Pasca Kematian*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2008), hal. 121.

<sup>37</sup> Nurhozin, Skripsi: *Gambaran Kesehatan Pada Lanjut Usia Di Posyandu Lansia Desa Karang Nanas*, (Purwokerto: Universitas Muhamadiyah, 2016), hal. 20-21.

- Presbikusis, yaitu dalam presbikusis, suara konsonan dengan nada tinggi merupakan yang pertama kali terpengaruh, dan perubahan dapat terjadi secara bertahap. karena perubahan berlangsung lambat, lanjut usia mungkin tidak segera mencari bantuan yang dalam hal ini sangat penting sebab semakin cepat kehilangan pendengaran dapat diidentifikasi dan alat bantu diberikan, semakin besar kemungkinan untuk berhasil. Karena kehilangan pendengaran pada umumnya berlangsung secara bertahap
- Tinitus, yaitu suatu bisung yang bersifat mendengung, bisa bernada tinggi atau rendah, bisa terus menerus atau intermiten. Biasanya terdengar lebih keras di waktu malam atau tempat yang sunyi
- Persepsi pendengaran abnormal, sering terjadi pada sekitar 50% lansia yang menderita presbiakusis, yaitu berupa suatu peningkatan sensitivitas terhadap suara bicara yang keras. Tingkat suara bicara yang pada orang normal terdengar biasa tetapi pada penderita tersebut menjadi sangat mengganggu
- Gangguan terhadap lokasi suara, yaitu gangguan dalam membedakan arah suara, terutama dalam lingkungan yang agak bisung.

### (3)Perasa

Kita tidak hanya mengalami penurunan dalam penglihatan dan pendengaran sebagai orang lanjut usia, tetapi kita juga menjadi kurang peka terhadap rasa dan bau. Kepekaan terhadap rasa pahit dan masam bertahan lebih lama dibandingkan kepekaan terhadap rasa manis dan asin.<sup>38</sup> Penurunan fungsi pengecapan pada lidah menyebabkan kepekaan terhadap rasa menurun dengan akibat berkurangnya nafsu makan dan bertambahnya kecenderungan lansia untuk menambah bumbu-bumbu seperti garam gula dan lain-lain.

### (4)Indra Penciuman

Indra penciuman juga dapat menurun khususnya pada usia 70 tahun. Hal ini dapat terjadi karena hilangnya ujung araf hidung. Sebagai tambahan, kemampuan untuk merasakan sentuhan, getaran, panas dan dingin juga dapat berkurang. Namun, beberapa orang meningkat sensitivitasnya pada sentuhan cahaya, khususnya setelah usia 70 tahun, karena penebalan kulit.<sup>39</sup>

Beberapa gangguan penciuman meliputi: anosomia (tidak bisa mendeteksi bau), hiposomia (penurunan kemampuan dalam mendeteksi bau), disosmia (distorsi identifikasi bau),

---

<sup>38</sup> John W. Santrock, *Life-Span Development Perkembangan Masa Hidup*, Ed. 5, Jilid 2, Ter. Achmad Chusairi Dan Juda Damanik, (Jakarta: Erlangga, 2002), Hal. 199.

<sup>39</sup> Aliah B. Purwakania Hasan, *Psikologi Perkembangan Islami Menyingkap Rentang Kehidupan Manusia Dari Prakelahiran Hingga Pasca Kematian*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2008), hal. 122.

parosmia (perubahan persepsi pembauan meskipun terdapat sumber bau, biasanya bau tidak enak), phantosmia (persepsi bau tanpa adanya sumber bau), agnosia (tidak bisa menyebutkan atau membedakan bau, walaupun penderita dapat mendeteksi bau).<sup>40</sup>

#### (5)Perabaan

Kemampuan untuk merasakan sentuhan, getaran, panas dan dingin juga dapat berkurang. Namun beberapa orang meningkat sensitivitasnya pada sentuhan cahaya, khususnya setelah usia 70tahun karena penebalan kulit.<sup>41</sup>

#### b) Perubahan Fungsi Motorik

Kekuatan, sebagaimana sudah di gambarkan pada beberapa ayat Al-Quran tentang lansia di atas, penurunan kekuatan otot merupakan salah satu perubahan yang nyata dari proses penuaan. Penurunan kekuatan otot ini dimulai pada umur 40 tahun dan prosesnya akan semakin cepat pada usia setelah usia 75 tahun. Penurunan kekuatan otot yang terjadi pada lansia dapat mengakibatkan kesulitan dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Kesulitan dalam beraktivitas sehari-hari mengakibatkan lansia

---

<sup>40</sup> Nurhozin, Skripsi: *Gambaran Kesehatan Pada Lanjut Usia Di Posyandu Lansia Desa Karang Nanas*, (Purwokerto: Universitas Muhamadiyah,2016), hal. 13.

<sup>41</sup> Aliah B. Purwakania Hasan, *Psikologi Perkembangan Islami Menyingkap Rentang Kehidupan Manusia Dari Prakelahiran Hingga Pasca Kematian*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2008), hal. 122.



membutuhkan bantuan dari anggota keluarga.<sup>42</sup> Orang berusia lanjut lebih cepat capek dan memerlukan waktu lama untuk memulihkan diri dari kelelahan dibandingkan yang lebih muda di karenakan kekuatan yang sudah berkurang.

Penurunan kekuatan otot dan daya tahan otot pada anggota gerak bawah berhubungan dengan kemampuan fungsional khususnya kemampuan mobilitas seperti penurunan kecepatan jalan, penurunan keseimbangan dan peningkatan resiko jatuh.<sup>43</sup>

### 3) *Andropause* (Bagi Laki-Laki) dan *Menopause* (Bagi Perempuan)

Hud ayat 72, وَأَنَا عَجُوزٌ (*wa ana 'ajuuzu*) maksudnya adalah “padahal aku adalah seorang perempuan tua”. Dan وَهَذَا بَعْلِي شَيْخًا (*wa haadzaa ba`lii syaikhoo*) maksudnya “Dan ini suamiku dalam keadaan yang sudah tua pula”. Al-Hijr ayat 54 perubahan fisik lansia dalam ayat ini terdapat pada kalimat عَلَىٰ أَنْ مَسَّنِيَ الْكِبَرُ (*`alaaa ammassaniyal-kibaru*) padahal usiaku telah lanjut. Relevansinya dengan perubahan fisik lansia yaitu penurunan fungsi seksual pada laki-laki atau *andropause* dan berhentinya masa haid perempuan atau *menopause*.

Istilah *andropause* asal mulanya merupakan padanan dari *menopause* pada wanita. Istilah *andropause* ini masih sangat asing dikenal masyarakat. *Andropause* merupakan *menopause* pada laki-

---

<sup>42</sup> Prisilia M. Pinontoan dkk, *Gambaran Kekuatan Otot Pada Lansia Di Bplu Senja Cerah Paniki Bawah*, Jurnal e-Biomedik (eBm), Volume 3, Nomor 1, 2015, hal. 2.

<sup>43</sup> Budi Utomo, Tesis: *Hubungan antara Kekuatan Otot dan Daya Tahan Otot Anggota Gerak Bawah dengan Kemampuan Fungsional Lanjut Usia*, (Surakarta: Universitas Sebelas Maret, 2010), hal. 3.

laki. Namun tidak seperti menopause pada wanita, dimana hormon estrogen mengalami penurunan secara tiba-tiba, hormon testosteron pada pria menurun perlahan sesuai dengan penambahan usia (proses penuaan). Pangkahila dalam Arief Bachtiar dan Nurul Hidayah mengatakan *andropause* adalah kondisi yang disertai dengan penurunan hormon testosteron pada laki-laki. Penurunan hormon testosteron juga dapat berakibat antara lain disfungsi seksual, termasuk hasrat dan kemauan seksual, kenikmatan seksual, serta kemampuannya, penurunan massa dan kekuatan otot, peningkatan timbunan lemak di abdomen, penurunan densitas mineral tulang, peningkatan kejadian depresi, penurunan keriang, gangguan suasana hati, penurunan fungsi kognitif, penurunan kemampuan daya ingat.<sup>44</sup>

*Andropause* merupakan suatu keadaan dimana testis dari seorang laki-laki yang sudah berusia tua hanya sedikit memproduksi sperma dan hormon testosteron tidak seperti saat berusia muda.<sup>45</sup> Selain dipengaruhi oleh usia yang tidak dapat diubah, juga dipengaruhi oleh faktor-faktor yang dapat dimodifikasi, seperti merokok, status gizi, gaya hidup, stres, dan penyakit yang diderita.<sup>46</sup> karena penurunan kemampuan seksual tersebutlah menyebabkan laki-

---

<sup>44</sup> Arief Bachtiar Dan Nurul Hidayah, *Hubungan Andropause Dengan Stres Pria Beristri*, Jurnal Keperawatan, Volume 6, Nomor 2, 2015, hal. 72.

<sup>45</sup> Syarifah Hidayatullah dkk, *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Andropause Pada Pria Usia 30-50 Tahun (Studi Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang)*, Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal) Volume 6, Nomor 1, 2018, hal, 317.

<sup>46</sup> Syarifah Hidayatullah dkk, *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Andropause Pada Pria Usia 30-50 Tahun (Studi Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang)*, Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal) Volume 6, Nomor 1, 2018, hal, 318.

laki tidak ingin menggauli istrinya, sehingga menyebabkan dia tidak bisa mempunyai anak lagi.

Menurut Drajat, *menopause* sebagai peralihan masa reproduksi ke masa non-reproduksi (tua) dimana kemampuan alat-alat reproduksinya mulai menurun yang disebabkan berkurangnya hormon estrogen dan progesterone yang mulai memegang peranan sangat penting dalam berbagai aktivitas tubuh. Perubahan-perubahan tersebut biasanya berlangsung dua sampai lima tahun, dan pada umumnya terjadi pada perempuan antara umur 45 sampai 55 tahun.<sup>47</sup>

#### 4) Masalah Kesehatan Lansia

Masalah kesehatan lansia terdapat pada surat Al-Isra' ayat 23 terdapat pada kalimat *إِمَّا يَبْلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أُفٍّ* (*immaa yablughonna 'ingdakal-kibaro ahaduhumaaa uffiw*), artinya "Jika salah seorang di antara keduanya atau kedua-duanya sampai berumur lanjut dalam pemeliharaanmu, maka sekali-kali janganlah kamu mengatakan kepada keduanya perkataan "ah". *الْكِبَرَ* (*kibaro*) artinya "berumur lanjut". Relevansinya adalah kalau sudah berumur lanjut lansia buang air kecil dan buang air besar di mana saja, dalam hal ini disebut *inkontinensia*.

Semakin kita tua, kemungkinan kita akan memiliki beberapa penyakit atau dalam keadaan sakit meningkat. Misalnya sebagian besar orang dewasa yang masih hidup pada usia 80 tahun tampak

---

<sup>47</sup> Anggia Kargenti Evanurul Marettih, *Kualitas Hidup Perempuan Menopause*, Jurnal Perempuan Agama Dan Jender, Vol 11, No 2, 2012, Hal. 3-4.

memiliki beberapa penurunan kondisi tubuh.<sup>48</sup> Sebagaimana dijelaskan dalam tafsir di atas bahwa lansia terkadang sudah tidak sadar ketika mereka buang air kecil maupun buang air besar. Untuk masalah buang air kecil disebut dengan *inkontinensia* urin dan *inkotinensia fekal* atau *alvi* untuk masalah buang air besar.

*Inkontinensia* urin merupakan kondisi yang dialami tubuh dimana pengeluaran urin yang tidak terkendali dan atau tanpa disadari oleh lansia. Inkontinensia urine merupakan ketidakmampuan seseorang untuk menahan keluarnya urin. Sohn, Lee, Shin, & Lee mengatakan bahwa, diprediksi sekitar 25-35% dari semua orang dewasa akhir akan terjadi inkontinensia urine didalam hidup mereka. Beberapa penelitian menyatakan bahwa banyak faktor yang bias menyebabkan terjadinya inkontinensia urin pada lansia. Diantaranya adalah faktor usi dan jenis kelamin.<sup>49</sup>

*International Consultation on Incontinence*, WHO mendefinisikan *Faecal Incontinence* sebagai hilangnya tak sadar feses cair atau padat yang merupakan masalah sosial atau higienis. Definisi lain menyatakan, *Inkontinensia alvi/fekal* sebagai perjalanan spontan atau ketidakmampuan untuk mengendalikan pembuangan feses

---

<sup>48</sup> John W. Santrock, *Life-Span Development Perkembangan Masa Hidup*, Ed. 5, Jilid 2, Ter. Achmad Chusairi Dan Juda Damanik, ( Jakarta: Erlangga, 2002), Hal. 201.

<sup>49</sup> Suyanto, *Inkontinensia Urin Pada Lansia Perempuan*, Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat, Vol. 8, No. 2, 2019, hal. 128.

melalui anus. Kejadian *inkontinensia alvi/fekal* lebih jarang dibandingkan *inkontinensia urin*.<sup>50</sup>

## 2. Perubahan Psikis Lansia Dalam Al-Quran

### a. Ayat Al-Quran Tentang Perubahan Psikis Lansia

#### 1) An-Nahl [16]: 70

Ayat dan arti surat ini sama dengan bagian perubahan fisik lansia. Perubahan psikis lansia dalam surat An-Nahl ayat 70 terdapat pada kalimat *لَا يَلْمِ الْإِنْسَانَ أَن يَقُولَ عَلَّمَ بَعْدَ عَلَّمٍ شَيْئًا* (*likai laa ya'lama ba'da 'ilming syaiaa*), artinya “supaya dia tidak mengetahui lagi sesuatupun yang pernah diketahuinya”. Apabila sudah sangat tua maka pikiran dan akal yang sangat cerdas di waktu muda tadi, kian lama kian menurun, sampai hilang ingatan sama sekali, menjadi lupa.<sup>51</sup>

#### 2) Al-Hajj [22]: 5

Untuk surat Al-Hajj bunyi ayat dan artinya sama dengan yang tercantum pada bagian makna lansia. Perubahan psikis lansia dalam surat Al-Hajj ayat 5 terdapat pada kata *لِكَيْلَا يَعْلَمَ مِنْ بَعْدِ عَلَّمٍ شَيْئًا* (*likaila ya'lama mim ba'di 'lming sya'aa*), artinya “Supaya dia tidak mengetahui lagi sesuatupun yang dahulunya telah diketahuinya”.

Hamka dalam tafsirnya menjelaskan “Datang masanya karena sudah tua ingatan lemah, sampai lupa apa yang tadinya diingat. Ada yang kembali sebagai anak kecil, tidak karuan lagi fikirannya. Saya

---

<sup>50</sup> Dini AA, *Sindrom Geriatri (Imobilitas, Instabilitas, Gangguan Intelektual, Inkontinensia, Infeksi, Malnutrisi, Gangguan Pendengaran)*, Medula, Volume 1, Nomor 3, 2013, Hal. 123.

<sup>51</sup> Abdulmalik Abdulkarim Amrultah (Hamka), *Tafsir Al-Azhar jilid 5*, (Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd Singapura, 1985), hal. 3934.

pernah bertemu seorang perempuan tua yang dahulu kuat ingatannya, sekarang menanyakan siapa saya. Setelah diberitahu, dia mengangguk-angguk. Lalu antara tiga atau empat menit kemudian, dia bertanya lagi, siapa engkau gerangan. Lalu dijawab seperti tadi juga. Nanti dia tanya lagi, siapa engkau gerangan”.<sup>52</sup>

b. Relevansi Surat An-Nahl [16]: 70 dan Al-Hajj [22]: 5 Dengan Perubahan Psikis Lansia

Perubahan psikis lansia dalam surat Surat An-Nahl ayat 70 لِكَيْ لَا يَلْمِ الْكَيْلَا يَا لَمَّا بَعْدَ عِلْمٍ شَيْءٍ ا (likai laa ya'lama ba'da 'ilming syaiaa), artinya “supaya dia tidak mengetahui lagi sesuatupun yang pernah diketahuinya”. Surat Al-Hajj ayat 5 terdapat pada kata لِكَيْلَا يَلْمِ مِنْ بَعْدَ عِلْمٍ شَيْءٍ ا (likaila ya'lama mim ba'di 'lming sya'aa), artinya “Supaya dia tidak mengetahui lagi sesuatupun yang dahulunya telah diketahuinya”. Relevansinya dengan perubahan psikis lansia yaitu pikun. Selain pikun perubahan psikis lansia juga yang lain yaitu sensitif dan rasa tak berdaya, hal ini disebabkan karena terjadinya perubahan fisik sehingga berdampak pada psikisnya.

1) Pikun

Fase usia lanjut, secara psikologis ditandai dengan mulai tidak berfungsinya elemen psikis seseorang seperti mulai pikun, sedangkan secara biologis ditandai dengan semakin lemahnya kondisi tubuh.<sup>53</sup>

Lupa (pikun) sering disebut dengan demensia, demensia merupakan

---

<sup>52</sup> Abdulmalik Abdulkarim Amrultah (Hamka), *Tafsir Al-Azhar jilid 6*, (Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd Singapura, 1985), hal. 4667.

<sup>53</sup> Imam Hanafi, *Perkembangan Manusia Dalam Tinjauan Psikologi Dan Alquran*, IQ (Ilmu Al-qur'an): Jurnal Pendidikan Islam, Volume 1 No. 01, 2018, hal. 89.

kemunduran kognitif yang sedemikian beratnya sehingga mengganggu aktivitas hidup sehari-sehari dan aktivitas sosial.<sup>54</sup> Gejala pikun dapat dikenali dengan mudah, dan pada umumnya ditandai dengan menurunnya kemampuan berfikir dan daya ingat. Kemampuan berpikir menjadi lamban, sukar untuk berkonsentrasi, dan sulit mempelajari hal baru. Misalnya sering lupa menaruh kunci, lupa mengingat nama orang yang baru saja bertemu, sering lupa berapa jumlah rakaat yang telah dilakukan ketika sedang melaksanakan ibadah sholat, dan susah mengingat sesuatu yang baru saja ada dalam pikiran, serta susah mengingat sesuatu yang baru saja dipikirkan.<sup>55</sup>

*Demensia* adalah salah satu penyakit yang ditandai gangguan daya pikir dan daya ingat yang disertai gangguan bahasa, perubahan kepribadian dan perilaku. Selanjutnya Imampuro menyatakan bahwa usia lanjut yang disebut pikun, membuat seseorang yang mengalaminya akan berkurang tajam, bahkan kehilangan kemampuan daya ingatannya. Ia bahkan tidak lagi mengingat dan mengetahui lagi apa yang dahulu pernah diketahuinya (Q. S. 16: 70 dan Q. S. 22:5).<sup>56</sup>

Selain ciri di atas, seseorang yang terkena penyakit pikun biasanya juga sering keliru dalam mengatakan sesuatu. Ia tidak

---

<sup>54</sup> Nety Mawarda Hatmanti dan Ana Yunita, *Senam Lansia dan Terapi Puzzle Terhadap Demensia Pada Lansia*, Jurnal Keperawatan Muhammadiyah 4 (1), 2019, hal. 105.

<sup>55</sup> Yayan Saeful Azhar, Tesis: *Pengaruh Olahraga Terhadap Daya Ingat Lansia: Studi Ex Post Facto Tentang Perbedaan Pengaruh Senam Aerobik, Jalan Kaki Dan Inaktivitas Terhadap Tingkat Kesalahan Persepsi, Ingatan Jangka Pendek, Dan Ingatan Jangka Panjang Wanita Lanjut Usia*, (Bandung: UPI, 2010), hal. 3.

<sup>56</sup> Siti Partini Suardiman, *Psikologi Usia Lanjut*, Cet. Kedua, (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 2016), hal. 87.

mampu mengatakan sesuatu dengan lebih tepat karena kekuatan otak dan sarafnya tidak berfungsi secara maksimal. Hal ini disebabkan oleh proses pengiriman informasi dari pusat otak ke organ untuk bicara tidak berjalan secara efektif. Yang mencolok dari ciri orang yang pikun adalah sikapnya menjadi temperamental atau menjadi lebih mudah marah, emosinya sering meluap-luap sehingga ia tidak bisa mengendalikan sikapnya.<sup>57</sup>

Menurut Kusumoputro orang yang mengalami demensia selain mengalami kelemahan kognisi secara bertahap, juga akan mengalami kemunduran aktivitas hidup sehari-hari (*activity of daily living/ADL*) ini pun terjadi secara bertahap dan dapat diamati. Awalnya, kemunduran aktivitas hidup sehari-hari ini berwujud sebagai ketidakmampuan untuk melakukan aktivitas hidup yang kompleks (*complex activity of daily living*) seperti tidak mampu mengatur keuangan, melakukan korespondensi, bepergian dengan kendaraan umum, melakukan hobi, memasak, menata boga, mengatur obat-obatan, menggunakan telepon, dan sebagainya.

Lambat laun penyandang tersebut tidak mampu melakukan aktivitas hidup sehari-hari yang dasar (*basic activity of daily living*) berupa ketidakmampuan untuk berpakaian, menyisir, mandi, toileting, makan, dan aktivitas hidup sehari-hari yang dasar (*basic ADL*). Jadi

---

<sup>57</sup> Yayan Saeful Azhar, Tesis: *Pengaruh Olahraga Terhadap Daya Ingat Lansia: Studi Ex Post Facto Tentang Perbedaan Pengaruh Senam Aerobik, Jalan Kaki Dan Inaktivitas Terhadap Tingkat Kesalahan Persepsi, Ingatan Jangka Pendek, Dan Ingatan Jangka Panjang Wanita Lanjut Usia*, (Bandung: UPI, 2010), hal. 3-4.



proses demensia terjadi secara bertingkat dalam tahapan-tahapan yang dapat diamati dan dikenali kalau saja orang dekatnya waspada.<sup>58</sup>

Pieter, Janiwarti, & Saragih mengungkapkan *demensia* akan dimulai secara perlahan dan makin lama makin parah, sehingga kondisi ini pada awalnya tidak disadari. Terjadi penurunan dalam ingatan, kemampuan untuk mengingat waktu, mengenali orang, tempat dan benda. Gejala awal biasanya adalah kemunduran fungsi kognitif ringan, kemunduran dalam mempelajari hal-hal baru, ingatan terhadap peristiwa jangka pendek menurun dan kesulitan menemukan kata-kata yang tepat. Braindisorder dalam Yupira Dera Sopyanti dkk mengungkapkan penyebab *demensia* yaitu kematian sel sel saraf atau hilangnya komunikasi antar sel-sel yang ada di otak. Otak manusia layaknya mesin yang sangat kompleks dan rumit sehingga banyak faktor kompleks yang mengganggu komunikasi antar sel sel saraf satu dengan sel lainnya.<sup>59</sup>

*Dimensia* bisa dikarenakan faktor umur dan bisa dikarenakan faktor biologis yaitu keturunan dimana seseorang mengalami dimensia misalnya anggota keluarga karena berperan penting dalam kehidupan manusia, dimana seseorang berada dalam keluarga yang berusia masih muda namun sering lupa ini dikarenakan salah satu anggota keluarga

---

<sup>58</sup> Sri Hartati dan Costrie Ganes Widayanti, *Clock Drawing: Asesmen untuk Demensia (Studi Deskriptif Pada Orang Lanjut Usia di Kota Semarang)*, Jurnal Psikologi Undip Vol. 7, No. 1, 2010, hal. 5.

<sup>59</sup> Sri Hartati dan Costrie Ganes Widayanti, *Clock Drawing: Asesmen untuk Demensia (Studi Deskriptif Pada Orang Lanjut Usia di Kota Semarang)*, Jurnal Psikologi Undip Vol. 7, No. 1, 2010, hal. 5.

entah dari bapak maupun ibu atau bahkan anggota keluarga ada yang mengalami dimensia juga jadi turun kesalah satu anggota keluarga.

Tidak semua lansia yang ingatannya menurun, ada beberapa ditemukan lansia yang ingatannya masih baik, ini dikarenakan beberapa faktor yang mempengaruhi dimensia pada lansia yaitu pendidikan merupakan faktor yang penting, banyak seseorang yang usia sudah lanjut semangat untuk mencari ilmu sangat tinggi. Dengan pendidikan para lansia ingatannya masih kuat, karena dengan bekal pendidikan itu lah dapat mencegah dimensia, peneliti menemukan lansia yang menjadi dosen, dan lansia yang sudah pensiun, sebelum meneliti peneliti mengamati ternyata ketika dosen yang sudah lanjut usia didalam megajar masih lancar dan bahkan tanpa membuka buku ingatannya masih kuat, alasan itu lah yang menjadikan dimensia dapat dicegah bahwa pendidikan tidak memandang usia dan ilmu yang didapat dari pendidikan sampai tua pun tidak akan hilang.<sup>60</sup>

Faktor kedua adalah ekonomi dimana setiap orang hidup pasti ekonomi adalah faktor yang penting karena dengan ekonomi manusia kebutuhanya bisa dipenuhi misalnya kebutuhan biologis makan, minum dengan itu lah manusia bisa memperbaiki gizi, ekonomi menengah keatas dengan gizi yang baik maka dengan ekonomi bisa menjamin kesejahteraan manusia. Keluarga adalah faktor penting dalam kehidupan manusia tanpa adanya keluarga hidup seseorang

---

<sup>60</sup> Septiyana Pratiwi, Skripsi: Faktor Yang Mempengaruhi Dimensia Pada Lansia Di Balai Panti Sosial Tresna Werdha Kasongan, Bantul, Yogyakarta, (Yogyakarta: Universitas PGRI Yogyakarta, 2016), Hal. 2.

tidak lengkap karena seseorang bisa tau asal usulnya diri sendiri, tempat dimana kasih sayang itu ada yaitu dengan keluarga sebagai pendorong, motivasi ketika susah keluarga lah faktor utama yang menolong dalam keadaan apapun. Dalam tes kecerdasan, skor tertinggi ditemukan pada usia 65 tahun yang setara dengan rata-rata pada orang muda di bawah usia 35 tahun.<sup>61</sup>

## 2) Sensitif

Penurunan kondisi fisik dan intelektual pada masa tua, membuat orang pada usia ini memiliki masalah emosional tersendiri. Rasa frustrasi karena tidak dapat melakukan hal-hal dengan mudah yang mereka lakukan pada waktu muda, membuat mereka lebih mudah tersinggung.<sup>62</sup>

Lansia lebih sensitif, lansia *moodnya* mudah berubah-ubah seperti marah atau sedih bila ada masalah. Lansia memiliki konflik internal seperti merasa jenuh, merasa diabaikan oleh orang terdekat, serta kematian pasangan, stres karena terhentinya aktivitas dan ketergantungan pada orang lain. Sedangkan konflik eksternal antara lain: berkonflik dengan orang-orang sekitarnya sehingga hal tersebut dapat mengganggu hubungan interaksi sosial, yang dapat memicu munculnya reaksi emosional yang tak terkendali.

---

<sup>61</sup> Siti Partini Suardiman, *Psikologi Usia Lanjut*, (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 2016), hal. 70.

<sup>62</sup> Aliah B. Purwakania Hasan, *Psikologi Perkembangan Islami Menyingkap Rentang Kehidupan Manusia Dari Prakelahiran Hingga Pasca Kematian*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2008), hal. 182.

### 3. Perubahan Spiritual Lansia Dalam Al-Quran

#### a. Ayat Al-Quran Tentang Perubahan Spiritual Lansia

Pada poin ini ayat yang berhubungan dengan perubahan spiritual lansia dalam yaitu surat Yasin ayat 68, dengan bunyi ayat dan arti yang sama pada bagian perubahan psikis lansia. Adapun kalimat yang berhubungan dengan perubahan spiritual lansia adalah *الْخَلْقُ أَفَلَا يَعْقِلُونَ* (*al-Khalq, a fa laa ya'qiluun*), artinya “Kejadiannya. Maka apakah mereka tidak memikirkan”.<sup>63</sup> Al-Biqa'i dalam tafsir Quraish Shihab, mengutip pendapat sementara orang 'Arif, yang menyatakan bahwa penggunaan kata *الْخَلْقُ* (*al-Khalq*), artinya kejadiannya. Bertujuan mengisyaratkan bahwa penurunan potensi jasmani adalah sesuatu yang mutlak, sedang potensi ruhani, maka tidak selalu demikian, bisa saja ada yang semakin bertambah umurnya, dan semakin bertambah pula ketaatan dan pengabdianya kepada Allah swt.<sup>64</sup>

Kalimat *أَفَلَا يَعْقِلُونَ* (*a fa laa ya'qiluun*), “Maka apakah mereka tidak memikirkan”. Buya Hamka dalam tafsirnya menjelaskan potongan ayat di atas bahwa: Ujung ayat menyuruh berfikir baik-baik. Umur panjang yang tidak berisi, umur panjang yang tidak dipenuhi dengan amal ibadah yang baik, adalah percuma. Sama artinya dengan kosong. Ada juga orang yang beniat hendak beramal, hendak bersungguh-sungguh mengerjakan perintah agama setelah tua kelak. Ini pun cara

---

<sup>63</sup> Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Quran Kementerian Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2010), hal. 444.

<sup>64</sup> M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah Pesan, Kesan dan Keserasian al-Qur'an*, Vol. 11, (Jakarta: Lentera Hati, 2005), hal. 570.

berfikir yang salah! Kalau sudah tua tenaga tidak ada lagi. Lebih baik sedang lagi muda beramallah, latihlah diri dalam kebajikan. Kadang-kadang kalau umur panjang, hasil yang dirasakan setelah tua ialah buah amal seketika lagi muda. Setelah tua hanya tinggal mengenang-ngehang usaha dan kegiatan di kala muda saja, sedang buat bekerja seperti itu sudah tidak bisa lagi.<sup>65</sup>

b. Relevansi Surat Yasin [36]: 68 Dengan Perubahan Spiritual Lansia

Relevansi surat Yasin ayat 68 dengan perubahan spiritual lansia terdapat pada kata *الْخَلْق* (*al-Khalq*), artinya “kejadiannya”. Dan pada kalimat *أَفَلَا يَعْطُلُونَ* (*a fa laa ya 'qiluun*) artinya “Maka apakah mereka tidak memikirkan”. Relevansinya dengan perubahan spiritual lansia adalah ada sebagian lansia yang ketaatannya kepada Allah meningkat serta amal dan ibadahnya kepada Allah tergantung bagaimana ketika ia muda.

Kesimpulan dari penjelasan di atas yaitu, Ary Ginanjar memandang spiritual sebagai aspek penting yang mampu memberi kesegaran rohani yang berarti dalam menumbuh kembangkan kesehatan mental. Apabila dicermati penjelasan tersebut, pada dasarnya spiritual merupakan bagian dari kejiwaan atau psikologi seseorang yang berkaitan dengan dimensi ketuhanan.<sup>66</sup> Spiritualitas merupakan hubungan yang memiliki dimensi-dimensi yang berupaya menjaga keharmonisan dan keselarasan dengan dunia luar, menghadapi stres emosional, penyakit

---

<sup>65</sup> Abdulmalik Abdulkarim Amrultah (Hamka), *Tafsir Al-Azhar juzu` 23*, (Jakarta: Pustaka Panjimas, 1994), hal. 67.

<sup>66</sup> Mei Fitriani, *Problem Psikospiritual Lansia Dan Solusinya Dengan Bimbingan Penyuluhan Islam (Studi Kasus Balai Pelayanan Sosial Cepiring Kendal)*, *Jurnal Ilmu Dakwah*, Vol. 36, No.1, 2016, hal. 78.

fisik dan kematian. Spiritualitas lansia yang sehat dapat membantu lansia dalam menjalani kehidupan dan mempersiapkan dirinya dalam menghadapi kematian.<sup>67</sup>

Rahmawati dkk. Dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa kebutuhan spiritual lansia terpenuhi karena lansia yang sudah tua memiliki pemikiran yang matang untuk berfikir sehingga dalam menghadapi kematian seringkali banyak lansia yang mendekati diri kepada Tuhan YME. Pada lansia yang beragama islam mereka lebih giat dalam memenuhi kebutuhan spritualnya dengan melakukan sholat lima waktu, puasa, dan membayar zakat, adapun sebagian lansia yang memiliki uang dan memiliki kesehatan fisik melaksanakan ibadah haji hal ini dikarenakan lansia ingin memiliki tabungan untuk di akhirat dikarenakan mereka mengetahui bahwa umurnya sudah tua dan akan menghadapi kematian.<sup>68</sup>

Perkembangan spiritual yang matang akan membantu lansia untuk menghadapi kenyataan, berperan aktif dalam kehidupan, serta merumuskan arti dan tujuan keberadaannya di dunia. Rasa percaya diri dan perasaan berharga terhadap dirinya akan mampu membuat lansia merasakan kehidupan yang terarah, hal ini dapat dilihat melalui harapan, serta kemampuan mengembangkan hubungan antara manusia yang

---

<sup>67</sup> Ananda Ruth Naftali, *Kesehatan Spiritual dan Kesiapan Lansia dalam Menghadapi Kematian*, Buletin Psikologi, Vol. 25, No. 2, 2017, hal. 125.

<sup>68</sup> Rahmawati dkk, *Gambaran Kebutuhan Spiritual Pada Lansia Yang Beragama Islam Di Desa Sratujejo Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro Tahun 2014*, Jurnal Penelitian Kesehatan, vol. 6, no. 2, 2015, hal. 27.

positif.<sup>69</sup> Perkembangan spiritual yang matang akan membantu lansia untuk menghadapi kenyataan, berperan aktif dalam kehidupan, maupun merumuskan arti dan tujuan keberadaannya di dunia/kehidupan.

Peningkatan kesadaran mengenai kematian timbul saat individu beranjak tua, yang biasanya meningkat pada masa dewasa menengah, yang menandakan bahwa usia paruh baya merupakan saat orang dewasa mulai berpikir lebih jauh mengenai berapa waktu yang tersisa dalam hidup mereka. Kecemasan dalam menghadapi kematian akan semakin membuat para lansia tidak siap dalam menghadapi kematian. Kesiapan merupakan keseluruhan kondisi yang membuat seseorang siap untuk memberi respon terhadap suatu situasi. Kesiapan lansia saat menjelang kematian dipengaruhi oleh beberapa aspek, yaitu aspek psikologis, sosial, fisik dan spiritual.<sup>70</sup>

Spiritualitas dinilai sebagai salah satu dimensi yang penting untuk menilai kualitas hidup sekaligus kondisi menjelang kematian. Kehidupan spiritual yang baik, diyakini dapat memberikan makna lebih dalam menjalani kehidupan terutama bagi mereka yang menuju usia senja. Spiritual yang sehat merupakan salah satu faktor yang mampu memberikan kedamaian dan penerimaan diri pada lansia. Lansia biasanya mengungkapkan spiritual mereka dengan membentuk hubungan yang penting dan memberikan diri mereka untuk orang lain.

---

<sup>69</sup> Athurrita Choirru Ummah, Skripsi: *Hubungan Kebutuhan Spiritual Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Di Panti Wredha Kota Semarang*, (Semarang: Universitas Diponegoro, 2016), hal. 18.

<sup>70</sup> Ananda Ruth Naftali, *Kesehatan Spiritual dan Kesiapan Lansia dalam Menghadapi Kematian*, Buletin Psikologi, Vol. 25, No. 2, 2017, hal. 125.

Kesehatan spiritual yang baik, juga mampu membantu lansia dalam menghadapi kenyataan, partisipasi pada kehidupan, memiliki harga diri dan mampu menerima kematian sebagai sesuatu yang tidak dapat dihindari.<sup>71</sup> Keimanan dan ketaqwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa merupakan benteng pertahanan mental yang amat ampuh dalam melindungi diri dari berbagai ancaman masa tua.<sup>72</sup>

Namun ada juga sebagian lansia yang ketaatannya kepada Allah yang tidak bisa meningkat, hal itu dikarenakan kondisi tubuh dan psikis yang tidak mendukung lagi. Dimana ketika ingin melakukan ibadah-ibadah yang mengharuskan untuk bergerak, karena tubuh yang sudah sulit untuk bergerak dan terkadang sudah tidak bisa lagi bangun dari tempat tidur tersebut dia tidak bisa melakukan ibadah tersebut. Dan juga untuk melihat dan mendengarpun sudah sulit, belum lagi dengan ingatan yang mulai berkurang. Faktor kebutuhan spiritual lansia yang tidak terpenuhi juga dikarenakan dari kecil sudah terbiasa tidak memenuhi rukun Islam. Serta lansia yang tidak di temani oleh keluarga dan tanpa pembimbing dalam spiritual membuat lansia tidak memenuhinya.<sup>73</sup>

Oleh karena itu disini juga dijelaskan umur yang panjang tanpa beribadadah kepada Allah sama saja dengan percuma, karena tujuan

---

<sup>71</sup> Putri Asih dkk, *Hubungan Kesehatan Spiritual Lansia Dengan Persiapan Menghadapi Kematian Relationship Between Spiritual Health And Preparation For Death Among Older Adult*, Proceeding Seminar Nasional Keperawatan, Vol 6, No 1, 2020, hal. 103-104.

<sup>72</sup> Soemiarti Patmonodewo, *Bunga Rampai Psikologi Perkembangan Pribadi Dari Bayi Sampai Lanjut Usia*, (Jakarta:UI-Press, 2001), hal. 198.

<sup>73</sup> Rahmawati dkk, *Gambaran Kebutuhan Spiritual Pada Lansia Yang Beragama Islam Di Desa Saturejo Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro Tahun 2014*, Jurnal Penelitian Kesehatan, vol. 6, no. 2, 2015, hal. 27.



Allah menciptakan manusia untuk beribadah kepada-Nya. Dengan beribadah kepada Allah kita akan mendapatkan banyak keuntungan baik di dunia maupun di akhirat. Allah menjelaskan bahwa semakin panjang umur manusia di dunia, ia akan berangsur-angsur mengalami penurunan kekuatan baik dalam fisik, pikiran, atau hafalannya. Maka hendaknya seseorang segera mempergunakan kesempatan sebaik-baiknya dalam beribadah kepada Allah saat tubuhnya masih kuat, pikirannya masih prima, sebelum datangnya kondisi lemah tersebut.<sup>74</sup>

Ada juga orang yang ketika mudanya ia tidak taat pada agamanya, namun ketika ia sudah tua ia menjadi taat. Hal ini dikarenakan ia memiliki kesadaran beragama. Menurut Zakiah Darajat, kesadaran beragama adalah aspek mental dari aktivitas agama. Seperti: keyakinan, sikap, emosi, sentimen, kekaguman, kebergantungan mutlak. Aspek ini merupakan bagian agama yang hadir/ terasa dalam pikiran dan dapat diuji melalui introspeksi dan wawancara. Sedangkan yang dimaksud dengan pengalaman agama adalah unsur perasaan dalam kesadaran beragama dalam melakukan ritual-ritual keagamaan. Seperti; kesan, pengaruh dan pengalaman seseorang yang pernah dialami dalam hubungannya dengan agama yang dianut. Dengan kata lain perasaan yang membawa kepada keyakinan yang terdapat dalam bentuk tindakan nyata (amaliyah).<sup>75</sup> Kesadaran beragama biasanya dipengaruhi dari keberagamaannya lingkungan dimana individu berada, seperti; Rumah

---

<sup>74</sup> Abu Utsman Kharisman, *Menggali Kandungan Makna Surat Yasin*, (Probolinggo: Pustaka Hudaya, 2018), Hal. 157.

<sup>75</sup> Safrihsyah, *Psikologi Agama*, (Banda Aceh: Ar-Raniry Press, 2004), hal. 6-7.

tangga, sekolah, lembaga pendidikan nonformal, individu sebagai tokoh panutan dan karismatik, kondisi politik, ekonomi, teknologi, dan lain-lain.<sup>76</sup>

### C. Pembahasan

#### 1. Teknik Konseling Dalam Menghadapi Dinamika Psikologi Lansia

Dalam hal ini peneliti menggunakan teknik konseling psikologi individual yang dipelopori oleh Alfred Adler. Bagi Adler, kehidupan manusia dimotivasi oleh satu dorongan utama, dorongan untuk mengatasi perasaan *inferior* dan menjadi *superior*. *Inferior* adalah perasaan rendah diri dan *superior* adalah perasaan untuk meraih keberhasilan. Jadi tingkah laku ditentukan utamanya oleh pandangan mengenai masa depan, tujuan dan harapan. Didorong oleh perasaan *inferior*, dan ditarik keinginan untuk menjadi *superior*, maka orang mencoba hidup sesempurna mungkin. Adler mengungkapkan ada dua macam *inferioritas* yaitu *inferioritas* fisik dan *inferioritas* psikologis.<sup>77</sup> *Inferioritas* fisik lansia yaitu perasaan tidak lengkap karena penurunan fisik yang dialami oleh lansia dan *inferioritas* psikologis yaitu akibat dari penurunan fisik yang dialami lansia sehingga berdampak pada psikologisnya.

Tujuan konseling Adlerian adalah membantu individu untuk mengakui perasaan-perasaan sakit (penderitanya) yang tidak realistis, dalam

---

<sup>76</sup> Siti Hawa, Skripsi: *Metode Bimbingan Islami Dalam Pembinaan Kesadaran Beragama Lansia (Studi Kasus Di Uptd Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang Ulee Kareng, Banda Aceh)*, (Banda Aceh: Uin Ar-Raniry, 2018), hal 37.

<sup>77</sup> Mochamad Fahmy Arief, *Penerapan Konseling Adlerian Untuk Mengurangi Perasaan Inferior Dan Meningkatkan Social Interest Pada Pasien Skizofrenia*, Vol 5, no 3, 2019, hal. 136-137.

arti bahwa perasaan sakitnya itu bukan disebabkan oleh orang lain tetapi kesalahan logika mereka sendiri dan perilaku-perilaku yang berakar pada logika yang keliru.<sup>78</sup> Sama halnya dengan rasa rendah diri diakibatkan oleh perasaan individu dan logika keliru individu tersebut. Dengan membantu individu menyadari kesalahan logika dan perasaan-perasaan yang sakit diharapkan individu itu bisa mengurangi rasa rendah diri. Oleh karena itu rendah diri pada klien lansia akibat penurunan-penurunan yang dialaminya dapat dikurangi dengan konseling Adlerian.

Adapun langkah-langkah teknik konseling psikologi individual antara lain:<sup>79</sup>

a. Menjalin Hubungan

Fase pertama adalah menjalin hubungan dengan persamaan sosial dimana pasangan punya penghargaan yang sejajar, hak yang sama, dan tanggung jawab yang sama. Mayoritas klien tidak pernah mengalami hubungan seperti itu sebelumnya dan hubungan dengan konselor mereka mungkin menjadi hubungan demokratis pertama mereka.

Konselor bertindak sebagai orang tua yang baik, menerima klien tanpa syarat, bersama klien mengembangkan semangat saling memahami siapa dirinya dan mendorong klien dengan menunjukkan kekuatan dan kemampuannya, percaya bahwa si klien bisa membuat perubahan jika ia memang menginginkannya. Klien perlu merasa aman untuk

---

<sup>78</sup> Eko Darminto, *Teori-Teori Konseling*, (Surabaya: UNESA University perss, 2007), hal. 54.

<sup>79</sup> Windy Kartika Ariyanti dan Nursalim, *Penerapan Konseling Kelompok Adlerian Untuk Menurunkan Perilaku Menarik Diri Pada Siswa Kelas VII-C Mts Wringinanom*, Jurnal Mahasiswa Bimbingan Konseling. Volume 01 Nomor 01, 2013. Hal. 5.

mengeksplorasi pikiran terdalamnya dan mengungkapkan perasaan terdalamnya dengan konselor. Klien dan konselor perlu memastikan bahwa mereka punya tujuan yang sama dalam konseling itu. Dengan demikian klien lansia akan merasa bahwa dia dapat berbagi rasa rendah dirinya dengan konselor, karena hubungan yang sudah terjalin tadi.

#### b. Memahami Klien

Fase kedua, memahami klien segera mungkin dimulai begitu ia masuk keruang konseling. Adler dilaporkan memiliki keahlian mengumpulkan informasi tentang klien dengan mengamati cara klien tersebut ketika memasuki ruangan, bagaimana ia duduk, bagaimana ia bicara dan berperilaku saat sesi konsultasi. Pertanyaan langsung diajukan oleh konselor, tak hanya mengapa orang tersebut datang kepada konselor namun juga tentang dirinya secara umum banyak hal yang bisa dipelajari tentang seorang klien dari apa yang ia ceritakan, serta dari isi jawaban yang diberikan.

Konselor akan tertarik pada partisipasinya ditempat kerja, teman-temannya dan kehidupan sosialnya dan apakah ia punya hubungan intim dan bagaimana itu berjalan, juga ingin tahu tentang keluarga asal si klien. Dari keluarga asal ini klien mengembangkan gaya hidupnya yang berisi pikiran, tujuan, dan persaannya.

Konselor akan meminta klien menggambarkan saudara dan keluarganya ketika ia masih kanak-kanak. Ia memilih menjadi anak istimewa dikeluarganya melalui tahap coba-coba. Saudara-saudaranya

juga pilihan tentang menjadi tipe anak seperti apa mereka. konselor dan klien akan mulai mengembangkan hipotesis tentang kepribadian yang dikembangkan anak itu. Apakah klien anak sulung yang terancam oleh adik-adiknya dan kemudian tak membuang waktu menghina adik-adiknya yang lain? klien juga nantinya akan diminta untuk menceritakan beberapa kenangan masa kecil: Adler mendapati bahwa orang-orang mengingat hal-hal yang memperkuat keyakinan dan gagasan dalam logika pribadi mereka; kenangan itu adalah representasi simbolik dari keyakinan dan gagasan mereka.

Kenangan mungkin hanya berupa kejadian yang tidak penting dimasa kanak-kanak si klien, namun dari semua hal yang telah terjadi kepadanya, ia justru mengisahkan kenangan itu; memori itu dikisahkan karena menurutnya penting dan menyimbolkan keyakinan mungkin tentang dirinya. Mimpi karena didalam mimpi terkandung representasi simbolik tentang logika pribadi seseorang. Bersama-sama konselor dan klien menafsirkan kenangan masa kecil dan mimpi. Dengan memahami klien lansia dari cerita masa kecilnya maupun dari mimpi-mimpi yang dialaminya konselor akan dapat menemukan penyebab klien lansia memiliki perasaan *inferior* disamping dari sebab penurunan-penurunan yang dialaminya.<sup>80</sup>

---

<sup>80</sup> Stephen Palmer, *Konseling dan Psikoterapi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), hal. 39-40.

### c. Memberi Wawasan

Fase ketiga, konseling Adlerian menjelaskan pemikirannya sebagai sarana untuk meningkatkan pemahaman diri dan wawasan. Mosak dan Maniacci mendefinisikan wawasan sebagai “pemahaman yang dilakukan dalam tindakan konstruktif”. Ketika Adlerians berbicara tentang wawasan, mereka mengacu pada pemahaman tentang motivasi yang beroperasi dalam kehidupan klien. pemahaman diri hanya mungkin jika memiliki tujuan tersembunyi dan perilaku yang dilakukan secara sadar.

Adlerians menganggap wawasan sebagai bentuk khusus dari sadar yang memfasilitasi pemahaman yang bermakna dalam hubungan konseling dan bertindak sebagai dasar untuk perubahan. Wawasan adalah alat untuk mencapai tujuan, dan tidak ada suatu tujuan itu sendiri. Orang dapat membuat perubahan yang cepat dan signifikan tanpa wawasan banyak. Keterbukaan dan waktu yang tepat interpretasi teknik yang memfasilitasi proses mendapatkan wawasan.

Interpretasi berkaitan dengan motif yang mendasari klien untuk berperilaku seperti yang mereka lakukan di sini dan sekarang. Adlerian mengungkapkan dalam hidup, suatu tujuan dan tujuan, logika pribadi seseorang dan cara kerjanya, dan perilaku saat seseorang. Interpretasi Adlerian adalah saran yang disajikan secara tentatif dalam bentuk terbuka dapat dieksplorasi di berbagai sesi. Dugaan atau tebakan mereka, sering dinyatakan dalam cara-cara seperti: "menurut saya itu ...", "Mungkinkah

bahwa ...," atau "ini adalah bagaimana tampaknya saya ...", karena interpretasi disajikan dengan cara ini, klien tidak dipimpin untuk membela diri, dan mereka merasa bebas untuk mendiskusikan dan bahkan berdebat dengan dugaan dan tayangan konselor. meskipun proses ini, baik konselor dan klien akhirnya datang untuk memahami motivasi klien, cara-cara dimana motivasi ini yang berkontribusi terhadap pemeliharaan masalah, dan apa klien dapat lakukan untuk memperbaiki situasi.

d. Mendorong Reorientasi

Fase keempat, fase reorientasi dimulai dan inilah saatnya ketika klien harus bekerja keras. Konselor akan membimbing dan mendorong klien menemukan cara untuk berubah. Konselor akan mendorong dengan menunjukkan kekuatan klien dan dengan percaya bahwa klien akan menemukan cara untuk terus melangkah. Kamajuan bisa terjadi secara sporadis Konselor akan membantu menunjukkan ketika gagasan yang keliru masih mencengram kalian.

Tugas yang bisa dilakukan ditentukan bersama klien: tugas-tugas itu didesain untuk menantang logika pribadi klien dan menghancurkan hambatan-hambatan yang dimiliki klien dalam kehidupannya. Tugas-tugas itu adalah perilaku baru bagi klien dan konselor akan bisa mendengar bagaimana klien mengalami perilaku baru tersebut dan memberikan selamat kepada klien saat meraih perubahan seperti itu. Tidak ada format baku untuk sesi tersebut.

Konseling Adlerian menghargai individu sehingga klien bisa memimpikan disesi awal jika diinginkannya, membawa sesi kearah yang ingin mereka bicarakan. konselor bisa merujuk ke konseling sebelumnya jika ada isu yang sama: bahkan biasanya ada tema yang berulang disemua sesi karena memang sedang mencari gaya hidup yang konsisten. Konselor bisa menghentikan sesi agar selesai tepat waktu dan memberikan penugasan jika memungkinkan.<sup>81</sup>

---

<sup>81</sup> Stephen Palmer, *Konseling dan Psikoterapi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), hal. 41-42.



## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Dari penjabaran di atas konsep-konsep psikologi lansia dalam penelitian ini adalah:

1. Makna lansia dalam surat Hud ayat 72 dan Al-Hijr ayat 5 berkaitan dengan umur, dimana umur Sarah istri Nabi Ibrahim adalah 90 tahun ke atas dan umur Nabi Ibrahim 100 tahun keatas. Namun Al-Quran sendiri tidak menyebutkan batasan umur untuk lansia itu berapa. Makna lansia dalam surat Al-Hajj ayat 5 berkaitan dengan lansia adalah masa yang merupakan fase akhir dari kehidupan, dimana terjadinya penurunan fisik dan psikis yaitu dikembalikan kepada kondisi yang paling rendah.
2. Perubahan fisik terdapat pada surat asin ayat 68. Perubahan penampilan umum lansia dalam surat Ar-Rum ayat 54 berkaitan dengan perubahan dan gigi mulai gugur. Dalam surat ini juga berkaitan dengan perubahan fungsi umum indrawi dan fungsi motorik, yaitu mata mulai kabur dan kekuatan dikurangi sedikit demi sedikit. Perubahan fisik dalam surat An-Nahl ayat 70 berkaitan dengan kekuatan yang berkurang dan indra-indranya rusak. Berkaitan dengan *andropause* dan *menopause*, terdapat pada surat Hud ayat 72 dan surat Al-Hijr ayat 54 berkaitan dengan masalah kesehatan lansia yaitu *inkontinensia* urin dan *inkotinensia fekal* atau *alvi*, terdapat pada surat Al-Isra' ayat 23.

3. Perubahan psikis lansia berkaitan dengan pikun terdapat dalam surat Al-Hajj ayat 5 dan surat An-Nahl ayat 70, perubahan psikis lansia juga dapat terjadi karena perubahan fisiknya yaitu menjadi sensitif.
4. Perubahan spiritual lansia berkaitan dengan ada sebagian lansia yang ketaatannya bertambah, ada juga yang tidak bertambah dan amal ibadah lansia tergantung dengan masa mudanya. Namun ada juga orang yang masa mudanya ia tidak taat pada agamanya, tetapi ketika tua ia menjadi taat. Hal ini dikarenakan ia memiliki kesadaran keagamaan.
5. Teknik konseling dalam menghadapi lansia yang peneliti ambil adalah teknik psikologi individual oleh Alfred Adler. Dimana konselor membantu klien lansia memahami dinamika perasaan *inferior* atau perasaan rendah diri yang berlebihan, meskipun pada masa ini memang sudah menjadi fitrahnya secara fisik mengalami penurunan.

## **B. Saran**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, ada beberapa saran yang akan diberikan kepada beberapa pihak:

1. Penelitian dengan tema kepastakaan, terutama mengenai analisis ayat-ayat Al-Quran harus terus dikembangkan karena seperti yang kita ketahui bahwa Al-Quran adalah petunjuk untuk kita dalam menjalani hidup.
2. Penelitian yang peneliti lakukan ini masih memiliki keterbatasan, yakni konsep-konsep psikologi lansia berupa makna lansia, perubahan fisik lansia, perubahan psikis, perubahan spiritual dan konseling lansia. Peneliti berharap

penelitian berikutnya dapat menggali lebih dalam lagi mengenai psikologi lansia yang terkandung dalam Al-Quran.

3. Bagi Prodi Bimbingan dan Konseling Islam dapat menambah, khusus kajian keilmuan yang dapat diterapkan ke pada mata kuliah konseling keluarga, psikologi perkembangan, konseling individu atau kelompok dan psikologi lansia.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdussalam, Aam. 2011. *Paradigma Tauhid: Kajian Paradigma Alternatif Dalam Pengembangan Ilmu Dan Pembelajaran*. Jurnal Pendidikan Agama Islam-Ta`lim. Vol. 9 No 2.
- Afifuddin. 2009. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Al-Maraghi, Ahmad Mushthafa. 1993. *Tafsir Al-Maraghi Juz 12*. Ter. K. Anshori Umar Sitanggal, Hery Noer Aly, Bahrun Abubakar. Cet. Kedua. Semarang: Cv. Toha Putra Semarang.
- Al-Maraghi, Ahmad Mushthafa. 1993. *Tafsir Al-Maraghi Juz 14*. Ter. K. Anshori Umar Sitanggal, Hery Noer Aly, Bahrun Abubakar. Cet. Kedua. Semarang: Cv. Toha Putra Semarang.
- Al-Qurthubi. 2008. *Tafsir Al-Qurthubi Jilid 9*. Terj. Muhyiddin Masridha. Jakarta Selatan: Pustaka Azam.
- Alpin, Haikal. 2016. *Hubungan Fungsi Gerak Sendi Dengan Tingkat Kemandirian Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Gau Mabaji Kabupaten Gowa*. JKSHSK. Volume 1/Nomor 1.
- Arief, Mochamad Fahmy. 2019. *Penerapan Konseling Adlerian Untuk Mengurangi Perasaan Inferior Dan Meningkatkan Social Interest Pada Pasien Skizofrenia*, Vol 5, no 3.
- Ariyanti, Windy Kartika dan Nursalim. 2013. *Penerapan Konseling Kelompok Adlerian Untuk Menurunkan Perilaku Menarik Diri Pada Siswa Kelas VII-C Mts Wringinanom*. Jurnal Mahasiswa Bimbingan Konseling. Volume 01 Nomor 01.
- Asih, Putri dkk. 2020. *Hubungan Kesehatan Spiritual Lansia Dengan Persiapan Menghadapi Kematian Relationship Between Spiritual Health And Preparation For Death Among Older Adult*. Proceeding Seminar Nasional Keperawatan. Vol 6, No 1.
- Asy-Syaukani, Imam. 2007. *Tafsir Fathul Qadir Jilid 6*. Jakarta Selatan: Pustaka Azam.

- Asy-Syaukani, Imam. 2007. *Tafsir Fathul Qadir Jilid 8*. Jakarta Selatan: Pustaka Azam.
- Atkinson, Rita L. dkk. 1991. *Pengantar Psikologi*. Ter. Nurudjannah Taufik dan Rukmini Barhana. Jakarta: Erlangga.
- Azhar, Yayan Saeful. 2010. Tesis: *Pengaruh Olahraga Terhadap Daya Ingat Lansia: Studi Ex Post Facto Tentang Perbedaan Pengaruh Senam Aerobik, Jalan Kaki Dan Inaktivitas Terhadap Tingkat Kesalahan Persepsi, Ingatan Jangka Pendek, Dan Ingatan Jangka Panjang Wanita Lanjut Usia*. Bandung: UPI.
- Bachtiar, Arief Dan Nurul Hidayah. 2015. *Hubungan Andropause Dengan Stres Pria Beristri*. Jurnal Keperawatan. Volume 6, Nomor 2.
- Bungin, Burhan. 2003. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Bungin, Burhan. 2014. *Penelitian Kualitatif Edisi Ke-2*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Bungin, Burhan. 2010. *Analisis Data Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Darminto, Eko. 2007. *Teori-Teori Konseling*. Surabaya: Unesa University Press.
- Desmita. 2010. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Dagun, Save M. 2012. *Psikologi Keluarga*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Fauzi, Faiz. 2018. *Eksistensi Tuhan Dalam Tasawuf Emha Ainun Nadjib*. Refleksi. Vol. 18, No.1.
- Fitriani, Mei. 2016. *Problem Psikospiritual Lansia Dan Solusinya Dengan Bimbingan Penyuluhan Islam (Studi Kasus Balai Pelayanan Sosial Cepiring Kendal)*. Jurnal Ilmu Dakwah. Vol. 36, No.1.
- Gladstone, William. 1994. *Apakah Mental Anda Sehat*. Ter. Jeanette M.Lesmana dkk.. Jakarta: PT. Migas Surya Grafindo.

- Hadi, Sutrisno. 1996. *Metodologi Research*. Yogyakarta: Yayasan Penerbit Psikologi UGM.
- Hadi, Sutrisno. 1996. *Metodologi Research*. Yogyakarta: Yayasan Penerbit Psikologi UGM.
- Hamka. 1985. *Tafsir Al-Azhar jilid 5*. Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd Singapura.
- Hamka. 1985. *Tafsir Al-Azhar jilid 6*. Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd Singapura.
- Hamka. 1985. *Tafsir Al-Azhar jilid 7*. Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd Singapura.
- Hamka. 1985. *Tafsir Al-Azhar jilid 8*. Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd Singapura.
- Hamka. 1985. *Tafsir Al-Azhar juzu` 15*. Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd Singapura.
- Hamka. 1985. *Tafsir Al-Azhar juzu` 23*. Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd Singapura.
- Hartati, Sri dan Costrie Ganes Widayanti. 2010. *Clock Drawing: Asesmen untuk Demensia (Studi Deskriptif Pada Orang Lanjut Usia di Kota Semarang)*. Jurnal Psikologi Undip Vol. 7, No. 1.
- Hasan, Aliah B. Purwakania. 2008. *Psikologi Perkembangan Islam: Menyingkap Rentang Kehidupan Manusia dari Prakelahiran Hingga Pascakematian*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Hatmanti, Nety Mawarda dan Ana Yunita. 2019. *Senam Lansia dan Terapi Puzzle Terhadap Demensia Pada Lansia*. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah. 4 (1).
- Hidayat, Komaruddin. 2015. *Psikologi Kematian Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*. Jakarta Selatan: Noura Books.

- Hidayatullah, Syarifah dkk. 2018. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Andropause Pada Pria Usia 30-50 Tahun (Studi Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang)*. Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal). Volume 6, Nomor 1.
- Hurlock, Elizabet B. 2002. *Psikologi Perkembangan Sepanjang Rentang Kehidupan*. ter. Istiwidayanti. Soedarjowo. Jakarta: Erlangga, Edisi-5.
- Hutapea, Bonar. 2011. *Emotional Intelegence dan Psychological Well-being pada Manusia Lanjut Usia Anggota Organisasi berbasis Keagamaan di Jakarta*. Jurnal Insan Vol. 13 No. 02.
- Jahja, Yudrik. 2011. *Psikoogi Perkembangan*. Edisi Pertama. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Kharisman, Abu Utsman. 2018. *Menggali Kandungan Makna Surat Yasin*. Probolinggo: Pustaka Hudaya.
- Kholifah, Siti Nur. 2016. *Modul Bahan Ajar Keperawatan: Keperawatan Gerontik*. Jakarta: Pusdik SDM Kesehatan.
- Mappiare, Andi. 1983. *Psikologi Orang Dewasa*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Mardelis. 2008. *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Marettih, Anggia Kargenti Evanurul. 2012. *Kualitas Hidup Perempuan Menopause*. Jurnal Perempuan Agama Dan Jender. Vol 11, No 2.
- Maryam, R.Siti dkk. 2008. *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Selemba Medika.
- Miftahillah. 2016. *Urgensi Pendidikan Prnatal Bagi Ibu Hamil*. SELING: Jurnal Program Studi PGRA. Volume 2, Nomor 2.
- Moelong, Lexy J. 2006. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Raja Rosdakarya.
- Munandar, Arief dan Khairani. 2016. *Ambaran Penglihatan Lanjut Usia Di Unit Pelaksana Teknis Dinas Banda Aceh*. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan. Vol 1, No 1

- Mutaqin, Jejen Zainal. 2017. Skripsi: *Lansia Dalam Al-Qur'an Kajian Term (Tafsir Asy-Syaikh, Al-Kibar, Al-Ajuz, Ardzal Al-Umur)*. Semarang. UIN Walisongo.
- Naftali, Ananda Ruth dkk. 2017. *Kesehatan Spiritual dan Kesiapan Lansia dalam Menghadapi Kematian*, Buletin Psikologi. Vol. 25, No. 2.
- Norlita, Wiwik dkk. 2019. *Pengetahuan Pria Tentang Andropause Di RW 11 Kelurahan Perhentian Marpoyan Kecamatan Marpoyan Damai Pekanbaru*. Jurnal Photon, Vol. 9 No.2.
- Nurhozin. 2016. Skripsi: *Gambaran Kesehatan Pada Lanjut Usia Di Posyandu Lansia Desa Karang Nanas*. Purwokerto: Universitas Muhamadiyah.
- Pambudi, Hubertus Agung dkk. *Pandangan Lansia tentang Seksualitas pada Lanjut Usia*. Jurnal Kesehatan. Volume 9, Nomor 1.
- Patmonodewo, Soemiarti. 2001. *Bunga Rampai Psikologi Perkembangan Pribadi Dari Bayi Sampai Lanjut Usia*. Jakarta: UI-Press.
- Pinontoan, Prisilia M. dkk. 2015. *Gambaran Kekuatan Otot Pada Lansia Di Bplu Senja Cerah Paniki Bawah*. Jurnal e-Biomedik (eBm). Volume 3, Nomor 1
- Plamer, Stephen. 2011. *Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Pustaka Pelajar.
- Rahmawati dkk. 2015. *Gambaran Kebutuhan Spiritual Pada Lansia Yang Beragama Islam Di Desa Sraturejo Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro Tahun 2014*. Jurnal Penelitian Kesehatan vol. 6, no. 2
- RI, Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Quran Kementrian Agama. 2010. *Al-Quran dan Terjemahannya*. Bandung: CV Penerbit Diponegoro.
- Retnaningsih, Pratiwi. 2015. Skripsi: *Hubungan Aktivitas Fisik Olahraga Dengan Andropause*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- Santrock, John W. 2002. *Life-Span Development Perkembangan Masa Hidup*. Ed. 5. Jilid 2. Ter. Achmad Chusairi Dan Juda Damanik. Jakarta: Erlangga.



- Senjaya, Asep Arifin. 2016. *Gigi Lansia*. Jurnal Skala Husada. Volume 13 Nomor 1.
- Shihab, M. Quraish. 2002. *Tafsir Al-Misbah Pesan Kesan Dan Keserasian Al-Qur'an*. Vol 6. Jakarta: Lentera Hati.
- Shihab, M. Quraish. 2002. *Tafsir Al-Misbah Pesan Kesan Dan Keserasian Al-Qur'an*. Vol 9. Jakarta: Lentera Hati.
- Shihab, M. Quraish. 2002. *Tafsir Al-Misbah Pesan Kesan Dan Keserasian Al-Qur'an*. Vol 11. Jakarta: Lentera Hati.
- Sinaga, Roslin dkk. 2016. *Peran Melanosit pada Proses Uban*. Jurnal Biomedik. Vol. IV no. III.
- Suardiman, Siti Partini. 2016. *Psikologi Usia Lanjut*. Cet. Kedua. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sujanto, Agus dkk. 2006. *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Sumanto. 2014. *Psikologi Perkembangan Fungsi dan Teori*. Yogyakarta: CAPS.
- Surana, Dedih. 2001. *Telaah Edukatif Terhadap Fase-Fase Perkembangan Manusia Perspektif Ajaran Islam*. Ta'bib Volume 1 Nomor 1.
- Suryam. 2017. *Rada'ah Dalam Perspektif Filosofis, Normatif, Yuridis, Psikologis, Sosiologis, Ekonomis*. Syi'ar Vol. 17 No. 2.
- Suwartono. 2014. *Dasar-dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Ummah, Athurrita Choirru. 2016. Skripsi: *Hubungan Kebutuhan Spiritual Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Di Panti Wredha Kota Semarang*. Semarang: Universitas Diponegoro.

Utomo, Budi. 2010. Tesis: *Hubungan antara Kekuatan Otot dan Daya Tahan Otot Anggota Gerak Bawah dengan Kemampuan Fungsional Lanjut Usia*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.

Wibowo, Daniel S. 2008. *Anatomi Tubuh Manusia*. Jakarta: Grasindo.

Zed, Mestika. 2004. *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.