

**URGENSI BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENANGANI  
RASA KESEPIAN PADA WARGA LANSIA**

**(Studi Analisis Deskriptif di Panti Jompo Rumoh Geunaseh  
Sayang Kecamatan Ulee Kareng Kota Banda Aceh)**

**SKRIPSI**

**Diajukan Oleh :**

**SYAFIRRAH MUSTAQILAH  
NIM. 200402017**

**Prodi Bimbingan dan Konseling Islam**



**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY**

**BANDA ACEH**

**1446 H/ 2024 M**

## SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry  
Darussalam Banda Aceh  
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana S-1 dalam Ilmu Dakwah  
Jurusan Bimbingan Konseling Islam

Oleh

**SYAFIRRAH MUSTAQILAH**

**NIM. 200402017**

Disetujui Oleh :

**Pembimbing I**



**Juli Andriyani, M. Si**  
NIP. 1974072220071022001

**Pembimbing II**



**Azhari Zulkifli, S.sos.I.,M.A.**  
NIP.198907132023211025

**SKRIPSI**

Telah Dinilai oleh Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi Fakultas  
Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry  
dan Dinyatakan Lulus serta Disahkan sebagai Tugas Akhir untuk  
Memperoleh Gelar  
Sarjana S-I Ilmu Dakwah

Prodi Bimbingan dan Konseling Islam

Diajukan Oleh:  
**SYAFIRRAH MUSTAQILAH**  
NIM. 200402017  
Pada Hari/Tanggal

Senin, 19 Agustus 2024 M  
14 Safar 1446 H

di  
Darussalam – Banda Aceh  
Panitia Sidang Munaqasyah

Ketua

Juli Andriyani, M. Si  
NIP. 197407222007102001

Sekretaris

Anwarul Zulkifli, S. Sos. I, M. A.  
NIP. 198907132022321105

Penguji I

Dr. Arifin Zain, M. Ag.  
NIP. 196812251994021001

Penguji II

Jumi Adela Wardiansyah, S. Sos., M.A.



Mengetahui

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
UIN Ar-Raniry

Prof. Dr. Kusmayati Hatta, M.Pd  
NIP. 196412201984122001

## PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya:

Nama : Syafirrah Mustaqilah  
NIM : 200402017  
Jenjang : Srata Satu (S-1)  
Jurusan/Prodi : Bimbingan Konseling Islam

Menyatakan bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dirujuk dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika di kemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry.

جامعة الرانيري

A R - R A N I R Y

Banda Aceh, 24 Juli 2024

Yang menyatakan,



Syafirrah Mustaqilah



## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT, yang telah memberikan rahmat serta karunia-Nya kepada kita semua, serta salawat dan salam penulis hantarkan kepangkuan alam Nabi besar Muhammad SAW beserta seluruh keluarga dan sahabat yang telah membawa ummat-nya dari alam jahiliyah ke alam yang penuh dengan ilmu pengetahuan. Dengan atas izin Allah SWT penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “ Urgensi Bimbingan Kelompok Untuk Menangani Rasa Kesepian Pada Warga Lansia (Studi Analisis Deskriptif di Panti Jompo Rumoh Geunaseh Sayang Kecamatan Ulee Kareng Kabupaten Banda Aceh)”. Karya tulis ini disusun dalam rangka memenuhi syarat guna mencapai gelar sarjana ilmu Dakwah pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, Banda Aceh.

Teristimewa dan terutama penulis mengucapkan terima kasih kepada kedua orang tua tercinta Cut Susiana dan Mudrikah atas segala pengorbanan, kasih sayang, dan doa yang tak pernah putus, yang selalu memberikan dukungan dalam setiap langkah penulis. Terima kasih kepada nyaksik tersayang yang senantiasa berdoa disetiap sholat malamnya untuk penulis dan memberikan dukungan secara materi dan mental kepada penulis. dan terima kasih untuk nyakbit dan om nur telah menjadi orang tua di kota perantauan sejak penulis menempuh pendidikan sekolah menengah atas, terima kasih telah memberikan kasih sayang yang tulus dan memberikan doa serta dukungan secara materi serta secara mental. Kepada kedua adik kandung tercinta terima kasih atas doa dan dukungannya kepada penulis. Penulis mengucapkan terima kasih kepada diri sendiri, karena telah mampu

berusaha keras dan berjuang sejauh ini serta tetap merayakan dirimu sendiri setiap hal kecil yang telah dicapai sampai saat ini. Penulis juga menyampaikan rasa hormat dan terima kasih yang tak terhingga kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H Mujiburrahman, M. Ag Rektor Universitas Islam Negeri UIN Ar- Raniry.
2. Ibu Prof. Dr. Kusmawati Hatta, M. Pd Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry.
3. Bapak Jarnawi, M. Pd., selaku ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam serta kepada staff dan seluruh dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam yang telah memberikan banyak ilmu, motivasi, dan arahan selama menuntut ilmu di bangku perkuliahan sampai proses penyusunan skripsi.
4. Dengan rasa hormat dan terima kasih yang tulus kepada pembimbing I Ibu Juli Andriyani, M. Si serta kepada Bapak Azhari Zulkifli, S. Sos. I., M. A. selaku pembimbing II yang telah banyak membantu dalam memberikan arahan dan masukan serta ilmu yang bermanfaat kepada penulis dengan penuh kesabaran sehingga skripsi ini selesai dengan baik.
5. Terima kasih kepada kepala panti jompo Rumoh Geunaseh Sayang dan seluruh staff serta lansia yang telah membantu penulis dalam memberikan informasi dan data sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Terima kasih kepada roommate tercinta Nadiaturrifqah dan Nauril Atiqah yang telah banyak membantu penulis dan menjadi pendengar yang baik juga

sebagai penyemangat bagi penulis, Kalian berdua sepupu terbaik yang pernah penulis miliki.

7. Terima kasih kepada sahabat-sahabat tersayang Yunita Alviaturrahmi dan Putri Zakira sudah bersama sejak di bangku sekolah menengah atas, senantiasa memberikan dukungan yang selalu menjadi tempat bercerita dalam segala hal dan memberikan dukungan serta kasih sayang sudah seperti saudara sendiri kepada penulis.
8. Terima kasih kepada sahabat tercinta Ayu Zarina atas segala hal yang telah diberikan kepada penulis dan terima kasih sudah menjadi teman dari awal semester sampai sekarang dan menjadi teman menggelingi kota Banda Aceh serta menjadi pendengar yang baik.
9. Terima kasih kepada Siti Fatimah Azzahra teman satu jurusan, teman satu pembimbing dan seperjuangan KPM yang selalu memberikan dukungan kepada penulis.

Semoga segala kebaikan dan pengorbanan yang telah diberikan dilipat gandakan oleh Allah SWT. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan saran dan kritikan untuk skripsi ini agar dapat bermanfaat bagi pembaca dan penulis.

Banda Aceh, 24 Juli 2024  
Penulis,

Syafirrah Mustaqilah

## ABSTRAK

Kesepian pada lansia adalah masalah serius dan dapat berdampak negatif pada kesejahteraannya, Lansia yang tinggal di panti jompo biasanya jarang dikunjungi oleh anaknya yang mana lansia tidak memiliki waktu untuk berinteraksi dengan anaknya, lansia tidak memiliki anak dan keluarga, memiliki keterbatasan fisik, dan minimnya kunjungan dari keluarga akan membuat lansia merasa bahwa dirinya tidak dipedulikan dan merasa diabaikan. Dengan bimbingan kelompok dapat mengurangi rasa kesepian pada lansia, namun di Panti Jompo Rumoh Geunaseh Sayang belum diterapkannya layanan bimbingan kelompok. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui faktor-faktor penyebab kesepian pada lansia di Panti Jompo Rumoh Geunaseh Sayang dan mengetahui urgensi bimbingan kelompok untuk menangani kesepian pada warga lansia di Panti Jompo Rumoh Geunaseh Sayang. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif, pengumpulan data dengan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Pengambilan objek dalam penelitian ini memakai *teknik purposive sampling* dengan jumlah 6 informan diantaranya 3 staff kerja dan 3 lansia. Dengan menggunakan teknik analisis data yaitu reduksi data, penyajian data dan menarik kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat tiga faktor yang mempengaruhi kesepian pada lansia di panti jompo rumoh geunaseh sayang, yaitu keikutsertaan dalam kegiatan kelompok sosial, kepribadian dan lingkungan. Oleh karena itu penting dilakukannya bimbingan kelompok untuk menangani kesepian pada lansia yang mana dalam bimbingan kelompok memanfaatkan dinamika kelompok dan terdapat interaksi sesama lansia, berdiskusi sesama lansia, adanya dukungan dari antar sesama anggota kelompok serta dapat bertukar cerita, hal tersebut membuat lansia dapat terhubung dengan lingkungan sekitarnya.

**Kata Kunci :** *Bimbingan Kelompok, Kesepian, dan Lansia*



## DAFTAR ISI

|  |             |
|--|-------------|
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                       | <b>I</b>    |
| <b>ABSTRAK .....</b>                             | <b>IV</b>   |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                           | <b>V</b>    |
| <b>DAFTAR GAMBAR.....</b>                        | <b>VII</b>  |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>                     | <b>VIII</b> |
| <b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>                    | <b>1</b>    |
| A. Latar Belakang Masalah .....                  | 1           |
| B. Rumusan Masalah.....                          | 6           |
| C. Tujuan Penelitian .....                       | 7           |
| D. Manfaat Penelitian.....                       | 7           |
| E. Istilah Penelitian.....                       | 7           |
| <b>BAB II KAJIAN PUSTAKA .....</b>               | <b>12</b>   |
| A. Penelitian Sebelumnya yang Relevan .....      | 12          |
| B. Konsep Bimbingan Kelompok .....               | 16          |
| 1. Pengertian Bimbingan Kelompok.....            | 16          |
| 2. Tujuan Bimbingan Kelompok .....               | 18          |
| 3. Asas-asas Bimbingan Kelompok.....             | 20          |
| 4. Tahap- tahap Layanan Bimbingan Kelompok ..... | 22          |
| 5. Teknik-teknik Bimbingan Kelompok .....        | 24          |
| C. Kesepian .....                                | 27          |
| 1. Pengertian Kesepian .....                     | 27          |
| 2. Jenis-jenis Kesepian.....                     | 28          |
| 3. Aspek-aspek Kesepian .....                    | 30          |
| 4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesepian..... | 32          |
| 5. Dampak Kesepian.....                          | 34          |
| 6. Kesepian Dalam Perspektif Islam.....          | 35          |
| D. Proses Perkembangan Lansia .....              | 36          |

|  |           |
|--|-----------|
| 1. Pengertian Lanjut Usia .....                          | 36        |
| 2. Proses Penuaan Pada Lansia .....                      | 38        |
| 3. Pembagian Lanjut Usia .....                           | 39        |
| 4. Tugas Perkembangan Lanjut Usia .....                  | 40        |
| 5. Psikososial Pada Lansia .....                         | 42        |
| 6. Lansia Persepektif Islam .....                        | 42        |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>                   | <b>47</b> |
| A. Pendekatan dan Metode Penelitian .....                | 47        |
| B. Subjek Penelitian dan Teknik Pengambilan Sampel ..... | 48        |
| C. Teknik Pengumpulan Data .....                         | 49        |
| 1. Observasi .....                                       | 49        |
| 2. Wawancara .....                                       | 50        |
| 3. Dokumentasi .....                                     | 50        |
| D. Hasil Pengolahan dan Analisis Data .....              | 51        |
| 1. Reduksi Data .....                                    | 51        |
| 2. Penyajian Data .....                                  | 52        |
| 3. Menarik Kesimpulan .....                              | 52        |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>      | <b>53</b> |
| A. Gambaran Umum Objek Penelitian .....                  | 53        |
| B. Hasil Penelitian .....                                | 59        |
| C. Pembahasan .....                                      | 73        |
| <b>BAB V PENUTUP .....</b>                               | <b>80</b> |
| A. Kesimpulan .....                                      | 80        |
| B. Saran .....   | 81        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                              | <b>82</b> |
| <b>LAMPIRAN</b>  |           |
| <b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP</b>                              |           |

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1: Kegiatan samadiah

Gambar 4. 2: Kegiatan pengajian

Gambar 4. 3: Sholat berjamaah



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran I : Surat Keputusan Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
tentang Penunjukkan Pembimbing Skripsi
- Lampiran II : Surat Penelitian
- Lampiran III : Surat Keterangan telah Melakukan Penelitian di Panti Jompo  
Rumoh Geunaseh Sayang
- Lampiran IV : Pedoman Wawancara Penelitian
- Lampiran V : Lembaran Observasi
- Lampiran VI : Dokumentasi Penelitian
- Lampiran VII : Daftar Riwayat Hidup



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Setiap manusia akan mengalami proses penuaan dan mengalami perubahan baik itu kesehatan fisik, psikologis, maupun sosial. Lansia yang mengalami kemunduran berdampak kepada psikologis seperti kecenderungan mengalami depresi, berkurangnya kebahagiaan, kecemasan, dan merasa kesepian.<sup>1</sup> Proses penuaan pada seseorang adalah suatu hal yang tidak dapat dihindari, seseorang yang mengalami proses ini disebut dengan lansia. Dalam masyarakat lansia dianggap sebagai orang yang mengalami penurunan fungsi tubuh dan psikologisnya.<sup>2</sup>

Oleh karena itu lansia butuh penunjang kehidupan yang baik agar tidak tertekan, hal tersebut seharusnya diberikan oleh keluarga. Pada masa lansia seharusnya menjalankan hidup dengan penuh kebahagiaan dan dikelilingi oleh anak-anak serta cucunya dan hanya menikmati hidup dan mendapat kasih sayang serta mendapatkan perhatian yang penuh.

Namun itu semua tidak bisa dirasakan oleh setiap individu, pada masa lansia akan ditandai dengan penurunan dari berbagai aspek, seperti kesehatan

---

<sup>1</sup> Wiwin Hendriani ddk, *Dinamika Perkembangan Usia Lanjut Menjadi Lansia Yang Sehat Dan Bahagia*, (Yogyakarta: CV Bintang Semesta Media, 2021), Hal 97

<sup>2</sup> Erfiyanti ddk, *Analisis Loneliness Pada Lansia di Panti Wredha Harapan Ibu*, *Jurnal Dinamika Sosial Budaya*, Vol. 25, No. 2, 2023, Hal 167

fisik, psikologis, dan sosial. Keterbatasan fisik yang dimiliki lansia akan berdampak pada psikologis terutama pada lansia yang aktif dalam berinteraksi, memiliki pekerjaan yang tetap atau jabatan yang tinggi. Ketika sudah pensiun dan menua mereka akan merasa terasing, diabaikan dan merasa tidak dibutuhkan oleh orang-orang disekitarnya. Hal tersebut dapat menimbulkan rasa kesepian pada lansia.

Kesepian pada lansia merupakan masalah serius dan dapat memiliki dampak negatif pada kesejahteraan lansia. Oleh karena itu, penting bagi panti jompo untuk menyediakan dukungan sosial, aktivitas, dan perawatan yang sesuai untuk membantu mengatasi kesepian ini. Lansia akan merasa senang dan tidak merasa kesepian jika mendapat dukungan dari tetangga atau orang yang menjenguknya, sebenarnya lansia membutuhkan bantuan secara finansial, pemberian semangat serta kasih sayang dari tetangga dan warga disekitar lingkungan tempat tinggal.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Wahyu firdaus, Budiarto, Adel Piero, *Urgensi Dukungan Sosial Dalam Mengatasi Kesepian Lansia Di Panti Asuhan Jompo Yayasan Kasih Sayang Lestari Prima Pangkalpianang Provinsi Kepulauan Bangka Belitung*, Vol. 3, No. 1. 2023, Hal. 16

Terdapat 24 panti jompo yang berdiri di Aceh, salah satunya adalah panti jompo UPTD (Unit Pelaksana Teknik Dinas) Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang yang terletak di Gampong Lamglumpang Kecamatan Ulee Kareng. Panti jompo Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang merupakan salah satu dari Unit Pelaksana Teknik Dinas (UPTD) di lingkungan Dinas Sosial yang mengurus secara khusus para lanjut usia terlantar atau yang mempunyai permasalahan sosial.<sup>4</sup> Pelayanan sosial lansia adalah sebuah usaha dalam memberikan bantuan kepada lansia untuk membantu memulihkan dan mengembangkan fungsi sosialnya, tujuan pelayanan sosial yang dilakukan di panti jompo untuk meningkatkan keberfungsiaan sosial lansia, membantu lansia untuk hidup sejahtera di masa tuanya, melakukan kegiatan aktif, dan mampu mengatasi setiap masalah yang dihadapi lansia.<sup>5</sup>

Pelayanan di panti jompo memberikan layanan konseling kepada lansia, yaitu pelayanan keagamaan dan mental spiritual yang meliputi shalat berjamaah, ceramah, agama, membaca Al-quran, wirid, zikir, dan tahlillan. Selain itu juga adanya bimbingan sosial yang diberikan pihak panti jompo yang mencakup sikap, etika, perilaku, dan sosialisasi.

Bimbingan kelompok merupakan layanan yang memanfaatkan dinamika kelompok yang mana didalamnya terdapat interaksi sosial terhadap sesama anggota kelompok dan dengan adanya keberadaan konselor sebagai pemimpin

---

<sup>4</sup> Nanda Mustike dan Amsal Amri, *Adaptasi Sosial Lansia Di Panti Jompo UPTD Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang Gampong Lamglumpang Kecamatan Ulee Kareng Kota Banda Aceh*, *Jurnal Ilmiah Mahasiswa FISIP Unsyiah*, Vol. 3, No. 1, 2018, Hal 2

<sup>5</sup> Yusuf Krisman Gea dkk, *Analisis Program Pelayanan Sosial Lanjut Usia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3 Jakarta Selatan*, *Jurnal Ilmu Administrasi*, Vol. 15, No. 2, 2024, Hal

yang menjadi kekuatan bagi anggota kelompok untuk meluapkan segala hal yang dirasakan, pengalaman, dan ide-ide baru yang mana hal tersebut menjadi kunci membuka pemikiran serta menjadi pribadi yang lebih baik.<sup>6</sup> Dalam layanan bimbingan kelompok berfokus pada pemberian informasi atau pengalaman melalui kegiatan kelompok yang terencana dan tersusun dengan baik yang mencakup informasi pendidikan, pekerjaan, pribadi atau sosial. Melalui pemberian informasi yang akurat dapat membantu individu dalam membuat perencanaan hidup dan pengambilan keputusan yang lebih tepat.<sup>7</sup>

Permasalah jiwa yang dialami oleh lanjut usia dapat diatasi dengan bimbingan kelompok, karena manusia memiliki kemampuan untuk mengembangkan diri baik secara fisik maupun psikis, didalam diri manusia terdapat kemampuan untuk memecahkan masalah bersama. Dengan melalui bimbingan kelompok lansia dapat berbagi dengan para lansia yang lainnya mengenai hal yang dirasakan dan lansia juga mendapatkan pemahaman diri, penerimaan diri, pengarahan diri serta perwujudan diri untuk menuju perkembangan optimal pada lansia<sup>8</sup>.

Melalui bimbingan kelompok ini lansia dapat saling membaaur dengan sesama lansia yang lain, saling tolong menolong, saling menawarkan bantuan

---

<sup>6</sup> Azhari, *Bimbingan Dan Konseling Berbasis Shalat Dalam Mereduksi Perilaku Prokrastinasi ( Studi Pada Santri Pesantren Al-Manar Kecamatan Krueng Barona Jaya)*, Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam, Vol. 11, No. 2, 2021, Hal 245

<sup>7</sup> Desy Murni Lasari, *Kontribusi Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Kesehatan Mental*, Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam, Vol. 2, No. 1, 2022, Hal. 69.

<sup>8</sup> Indah Suci Ramadani, Fiptar Abdi Alam, Wahyuddin Rauf, *Implementasi Bimbingan Kelompok Dalam Upaya Peningkatan Kemandirian Belajar Siswa*, JUBIKOPS: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi, Vol. 2, No. 1, 2022, Hal. 3.



dalam kegiatan mereka, dan lebih senang untuk bersama-sama daripada sendirian, hal tersebut dapat membuat lansia tidak hanya memikirkan masa tuanya akan tetapi juga mampu memecahkan masalahnya secara bersama dan mampu mengembangkan kemampuannya dimasa tua bersama dengan lansia lainnya.

Dengan demikian bimbingan kelompok dapat diterapkan pada lansia yang kesepian, pada masa lansia adanya perubahan kognitif serta dalam pemecahan masalah dan pengambilan keputusan yang melambat dan dapat menghambat kemampuan lansia dalam berinteraksi secara aktif dengan lingkungan sehingga proses adaptasi pada lansia menjadi lebih lambat serta mengaitbatkan lansia lebih sedikit menghabiskan waktu dalam berinteraksi dengan orang lansia. Oleh karena itu lansia mengalami perubahan psikososial yang mana kehilangan peran lingkungannya dan mengakibatkan jaringan sosial lansia lebih kecil dibandingkan orang dewasa. Dengan adanya perubahan tersebut menyebabkan lansia kesepian.

Berdasarkan informasi awal di panti jompo rumah sejahtera geunaseh sayang, bimbingan kelompok belum diterapkan, akan tetapi untuk dukungan sosial dari pihak panti selalu diberikan, seperti kegiatan kunjungan keluarga, pengajian, sholat berjamaah, dan adanya ruangan psikologi bagi lansia. Hal tersebut belum bisa mengurangi rasa kesepian pada lansia, sesuai dengan informasi awal pada lansia mengenai kesepian yang dialaminya disebabkan karena lansia tinggal di panti jompo cenderung jarang dikunjungi oleh anaknya dengan alasan tidak ada waktu untuk berkunjung. Lansia yang jarang

berinteraksi dengan anaknya mengalami kesepian yang lebih parah dibandingkan dengan keluarga yang tidak memiliki anak, minimnya, kunjungan dari keluarga akan membuat lansia merasa bahwa dirinya tidak dipedulikan dan merasa diabaikan. Lansia yang diabaikan oleh keluarganya akan merasa bahwa dirinya sudah tidak dicintai dan ditinggalkan. Permasalahan tersebut sesuai dengan pendapat Pius Heru mengatakan bahwa lansia yang tinggal di panti jompo biasanya lansia yang sudah kehilangan pasangannya, kematian pasangan akan menyebabkan lanjut usia yang memiliki hubungan personal yang sangat kuat. Lansia yang telah ditinggalkan oleh pasangannya menyatakan bahwa mereka sudah tidak dapat menceritakan pikiran sehari-hari, kekhawatiran yang dirasakannya<sup>9</sup>. Dari permasalahan tersebut peneliti tertarik mengangkat judul **“URGENSI BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENANGANI RASA KESEPIAN PADA WARGA LANSIA (Studi Analisis Deskriptif di Panti Jompo Rumoh Geunaseh Sayang Kecamatan Ulee Kareng Kabupaten Banda Aceh)**

#### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka fokus penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Apa saja faktor- faktor penyebab lansia kesepian di panti jompo rumoh geunaseh sayang ?

---

<sup>9</sup> Pius Heru Priyanto, *Prosiding Psikolog Berbagi*, ( Semarang: Universitas Katolik Soegijapranata, 2017), Hal 12

2. Mengapa urgensi bimbingan kelompok dalam mengatasi kesepian pada lansia di panti jompo rumah geunaseh sayang ?

**C. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui faktor-faktor penyebab kesepian pada lansia di panti jompo rumah geunaseh sayang
2. Untuk mengetahui urgensi bimbingan kelompok dalam mengatasi kesepian pada lansia di panti jompo rumah geunaseh sayang

**D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat teoritis

Menambah bahan kajian ilmu serta dapat menambah kualitas ilmu pengetahuan dibidang bimbingan konseling islam.

2. Manfaat praktis

Menambah wawasan serta pengalaman dalam memberikan layanan bimbingan konseling kepada lansia di panti jompo. Penelitian ini diharapkan memberikan pelajaran kepada pembaca serta pegawai di panti jompo rumah geunaseh sayang dalam penerapan bimbingan kelompok dalam menangani kesepian pada lansia.

**E. Istilah Penelitian**

1. Urgensi

Kata urgensi apabila dilihat dari bahasa latin “*urgere*” yaitu (kata kerja) yang berarti mendorong. Dan jika dilihat dari bahasa inggris yakni “*urgent*” (kata sifat) serta dalam bahasa indonesia “urgensi” (kata benda).

Istilah urgensi ini merujuk pada sesuatu hal yang mendorong kita, yang memaksakan untuk harus diselesaikan.<sup>10</sup>

Menurut Abdurrahman Saleh dan Muhib Abdul Wahab, urgensi merupakan kata dasar dari “urgen” mendapat akhiran “i” yang berarti sesuatu yang jadi bagian atau yang memegang pimpinan yang terutama atau unsur segera ditindaklanjuti.<sup>11</sup>

Berdasarkan definisi diatas dapat disimpulkan bahwa urgensi adalah suatu dorongan untuk menyelesaikan sesuatu hal dan unturnya sangat penting dan harus segera ditindaklanjuti.

## 2. Bimbingan kelompok

Bimbingan kelompok merupakan suatu proses bantuan yang diberikan oleh konselor kepada konseli dengan memanfaatkan dinamika yang memungkinkan setiap anggota kelompok dan berperan aktif serta berbagi pengalaman agar dapat memperluas wawasan, sikap, dan sketerampilan yang diperlukan dalam mengemabangan potensi diri. Dalam layanan bimbingan kelompok membahas topik umum yang menjadi kepedulian bersama kelompok, kegiatan bimbingan kelompok harus dipimpin oleh pemimpin kelompok. Pemimpin kelompok adalah konselor yang terlatih dan berwenang dalam melaksanakan praktik pelayanan

---

<sup>10</sup> Maslina Daulay, *Urgensi Bimbingan Islam Dalam Membentuk Mental Yang Sehat*, Jurnal hikmah, Vol 12, No, 2018, Hal 147.

<sup>11</sup> Nur Rofiq, Sigit Tri Utomo, *Telaah Konseptual Urgensi Tertanamnya Roh Jihad Seorang Pemimpinan Pendidikan Terhadap Suksesnya Pendidikan Agama Islam*, Jurnal studi manajemen pendidikan islam, Vol. 3, No.1, 2019 Hal 85.

bimbingan dan konseling<sup>12</sup>, yang mana pemimpin kelompok mengemukakan suatu topik untuk dibahas oleh kelompok serta melakukan tanya jawab antara anggota dan pemimpin kelompok tentang hal yang belum jelas menyangkut topik yang dibahas.<sup>13</sup>

Tujuan bimbingan kelompok terbagi menjadi dua yaitu tujuan umum dan tujuan khusus. Tujuan bimbingan kelompok secara umum yaitu membantu para individu yang mengalami masalah melalui metode kelompok, mengembangkan pribadi setiap anggota kelompok, serta dapat meningkatkan percaya diri. Sedangkan tujuan khusus bimbingan kelompok yaitu menambah wawasan, meningkatkan keterampilan, mengemukakan pendapat, melatih individu untuk bersikap terbuka dalam kelompok dan melatih individu untuk membangun hubungan dengan teman diluar kelompok serta membantu individu mengendalikan dirinya dalam kegiatan kelompok.<sup>14</sup>

Berdasarkan orientasi diatas bahwa bimbingan kelompok adalah salah satu layanan konseling yang memanfaatkan dinamika kelompok dengan tujuan agar anggota kelompok dapat menambah wawasan, membangun kepercayaan diri, dan membantu mengendalikan dirinya dalam keadaan apapun.

### 3. Kesepian

---

<sup>12</sup> Jahju Hartanti, *Bimbingan Kelompok*, (Tulungagung:UD Duta Sablon,2022), Hal 13

<sup>13</sup> Diah Utaminingsih & Citra Abriani Maharani, *Pengembangan Pribadi-Sosial Dalam Konteks Bimbingan Konseling*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2020) , Hal 102

<sup>14</sup> Armila, *Bimbingan Kelompok Dalam Mengatasi Stress*, Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam, Vol.02, No. 01, 2020, Hal.118

Menurut Peplau dan Perlman menjelaskan kesepian adalah suatu pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan ketika seseorang mengalami penurunan hubungan sosial baik secara kualitas dan kuantitas<sup>15</sup>. Kesepian merupakan suatu hal yang menyakitkan adanya perasaan keterasingan, emosional yang terganggu, ketidaksesuaian sosial, dan kondisi kesehatan<sup>16</sup>. Secara psikologis seseorang yang kesepian, mengalami perubahan struktur kognitif ketika ia berusaha untuk menemui orang lain. Secara kognitif ia akan selalu mencoba bertemu dengan orang lain untuk berbicara, bertukar pikiran dan menyesuaikan dirinya dengan pihak yang lain.<sup>17</sup>

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwasanya kesepian merupakan suatu perasaan dan fikiran yang kurang puas dalam hubungan sosial yang dimiliki oleh individu serta adanya penurunan hubungan sosial baik secara kualitas dan kuantitas dan akan berdampak dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

#### 4. Lansia

Lanjut usia (lansia) adalah orang yang telah memasuki usia 60 tahun ke atas dan memiliki hak yang sama dalam kehidupan bermasyarakat, berbangsa, dan bernegara. Pada usia 60 tahun, terjadinya periode

---

<sup>15</sup> Ririn Mayasari, *Perbedaan Tingkat Kesepian Dan Kesejahteraan Subjektif Pada Individu Yang Jauh Tinggal Dari Keluarga Ditinjau Melalui Kepemilikan Hewan Peliharaan*, Vol. 6, No.1, 2018, hal 25

<sup>16</sup> Aleksandar Dimitrijevic dan Michael B. Buchholz, *From The Abyss Of Loneliness To The Bliss Of Solitude* (India: Phoenix Publishing House, 2022)

<sup>17</sup> Faturochman, *Pengantar Psikologi Sosial*, (Yogyakarta: Pustaka Yogyakarta, 2009), Hal 101-102

penurunan yang disebabkan oleh faktor fisik dan psikologis. Adanya perbedaan individu dalam efek penuaan ada yang menganggap periode ini sebagai waktunya untuk bersantai dan ada pula yang menganggapnya sebagai hukuman.<sup>18</sup>

Lansia mengalami perubahan pada kepribadian dan distabilitas, hal tersebut dapat dilihat dari dalam diri individu itu sendiri sedangkan untuk melihat kestabilan atau perubahan dengan melakukan perbandingan urutan peringkat dari beberapa orang pada trait tertentu.<sup>19</sup>

Berdasarkan uraian tersebut yang dikatakan lansia ketika individu telah memasuki usia 60 tahun ke atas. Individu akan mengalami proses penuaan dan hal tersebut ditandai dengan adanya penurunan pada fisik dan psikis individu.



---

<sup>18</sup> Andi Thahir, *psikologi perkembangan*, (Yogyakarta: Pustaka Referensi, 2022), Hal 212

<sup>19</sup> Kayyis Fitri Ajhuri, *Psikologi Perkembangan*, (Yogyakarta: Penebar Media Pustaka, 2019), Hal 155

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Penelitian sebelumnya yang relevan

Pertama, penelitian ini dilaksanakan oleh Laura Stephani Ginting, tahun 2019 dengan judul “*Kesepian Pada Lansia Di Panti Jompo Suka Makmur*”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kesepian pada lansia dan penelitian berfokus pada penyebab kesepian pada lansia, ciri-ciri kesepian pada lansia, serta jenis kesepian pada lansia. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif, dalam penelitian ini responden berjumlah tiga orang lansia berusia 67-81 tahun yang ditempatkan oleh keluarganya di panti jompo. Hasil penelitian menyatakan bahwa lansia yang tinggal di panti jompo kurang mendapatkan kasih sayang dari keluarga dan anak-anaknya. Penyebab lain dari kesepian yang dialami oleh lansia yang tinggal di panti jompo yaitu menganggap dirinya sebagai pribadi apa adanya tidak berharga, tidak diperhatikan, dan dicintai. Ciri-ciri kesepian terhadap ketiga responden tersebut, lansia merasa dikucilkan dari kelompok kelompoknya, tidak diperhatikan oleh orang-orang disekitarnya, terisolasi dari lingkungan, serta tidak mempunyai tempat untuk berbagi perasaan dan pengalaman. Jenis kesepian yang dimiliki oleh ketiga responden merupakan jenis kesepian emosional dan kesepian sosial.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Laura Stephani Ginting, Skripsi: *Kesepian Pada Lansia Di Panti Jompo Suka Makmur*, (Medan: Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area, 2019), Hal. 165.



Kedua, penelitian ini dilakukan oleh Milenia Ayu Putri, tahun 2023 dengan judul *“Bimbingan Rohani Islam Dalam Mengatasi Kesepian Pada Lansia Di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Bhakti Mulya Kota Metro”*. Lansia adalah fase terakhir dalam perkembangan individu yang berada pada rentang usia 60 tahun keatas, dan mengalami perubahan secara fisik, psikologis maupun sosial. Dengan menurun fungsi tersebut dapat menimbulkan berbagai permasalahan psikologis pada lansia, sama halnya di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Bhakti Mulya Kota Metro dapat dikatakan bahwa akar permasalahan psikologis bagi lanjut adalah kesepian. Dan penelitian bertujuan untuk mengetahui kondisi lansia maupun proses pelaksanaan bimbingan rohani islam dalam mengastasi kesepian pada lansia. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif, hasil penelitian menunjukkan bahwa proses pelaksanaan bimbingan rohani islam dengan melalui 3 tahap yaitu: 1) Tahap perencanaan kegiatan, yaitu mempersiapkan segala sesuatu yang dibutuhkan meliputi penetapan materi layanan, sumber bahan ajar , media pembelajaran , sasaran kegiatan, tujuan yang akan dicapai, serta persiapan waktu dan tempat. 2) Tahap pelaksanaan kegiatan, mencakup pembentukan kelompok halaqa, serta proses kegiatan bimbingan rohani islam itu sendiri. 3) Evaluasi kegiatan, yaitu kegiatan bimbingan rohani islam dinilai memberikan hasil yang baik dan sesuai dengan tujuan yang hendak dicapai, hal ini dapat dilihat dari perubahan positif yang dialami oleh lansia yang menunjukkan adanya peningkatan dalam berpikir secara rasional, berucap dengan hati-hati dan bertindak secara bijak. <sup>2</sup>

---

Ketiga, penelitian dilakukan oleh Sulis Setyowati, tahun 2016 dengan judul “*Bimbingan Dan Konseling Dalam Mengatasi Kesenian Pada Lansia Panti Kesepuhan Wahyu Asror*”. Kesenian salah satu masalah yang sering dialami oleh lansia, tidak terkecuali lansia yang ditinggal di panti jompo, kesepian bukan hanya keadaan dimana seseorang benar-benar sendiri, akan tetapi juga keadaan yang dimana seseorang tidak bisa menjalin kehidupan sosial yang baik dengan orang-orang disekitarnya. Sehingga diperlukan lembaga yang dapat mawadahi lansia agar permasalahan tersebut tidak berlanjut, dan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui layanan yang diberikan dan usaha yang dilakukan dalam mengatasi kesepian yang dialami lansia. penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif bersifat deskriptif, hasil penelitian menyatakan bahwa layanan yang diberikan oleh pendamping Panti Kesepuhan Wahyu Asror merupakan jenis layanan informasi, layanan konseling individu, layanan bimbingan kelompok. Namun usaha untuk dalam mengatasi kesepian yang dialami adalah dengan menjalin kontak sosial, melakukan aktivitas dan dukungan sosial.<sup>3</sup>

Perbedaan dan persamaan dari ketiga skripsi diatas dengan penelitian ini, sebagai berikut:

---

<sup>2</sup> Milenia Ayu Putri, Skripsi: *Bimbingan Rohani Islam Dalam Mengatasi Kesenian Pada Lansia Di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Bhakti Mulya Kota Metro*, (Lampung: Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2023), Hal 97.

<sup>3</sup> Sulis Setyowati, Skripsi: *Bimbingan Dan Konseling Dalam Mengatasi Kesenian Pada Lansia Panti Kesepuhan Wahyu Asror*, (Yogyakarta: Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, 2016), Hal 64

Pada penelitian pertama yang dilakukan oleh Laura Stephani Ginting, dalam skripsinya mengaji tentang gambaran kesepian di panti jompo serta menjelaskan bagaimana kesepian dapat mempengaruhi kesehatan mental pada lansia serta berdampak kepada kehidupan sehari-hari dan menjelaskan penyebab kesepian yang dialami oleh setiap lansia berbeda-beda. Dan untuk mengatasi rasa kesepian tersebut dibutuhkan dukungan keluarga serta dukungan sosial bagi lansia. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu tidak menggunakan layanan konseling bimbingan kelompok untuk mengatasi kesepian.

Pada penelitian kedua yang dilakukan oleh Milenia Ayu Putri, perbedaannya terletak pada variabel yang mana pada skripsi karya Milenia Ayu Putri mengenai layanan yang diterapkan yaitu layanan bimbingan rohani dalam mengatasi kesepian lansia di lembaga kesejahteraan sosial (LKS) bhakti mulya kota Metro. Pada penelitian tersebut menerapkan bimbingan rohani yang mana layanan bimbingan rohani ini dapat memberikan hasil yang baik serta dapat memberikan perubahan yang positif pada lansia dan adanya peningkatan dalam berpikir secara rasional. Sedangkan penelitian saya menggunakan layanan bimbingan kelompok dalam mengatasi kesepian pada lansia.

Pada penelitian ketiga yang dilakukan oleh Sulis Setyowati, penelitian tersebut menerapkan bimbingan konseling. Layanan yang diberikan yaitu layanan informasi, layanan konseling individu, layanan bimbingan kelompok. Namun pada skripsi sulis setyowati menjelaskan mengenai usaha mengatasi

keseharian lain yang dapat mengatasi kesepian pada lansia seperti menjalin kontak sosial, kontak fisik, melakukan suatu aktivitas atau kegiatan yang dapat menimbulkan rasa senang serta sibuk sehingga dapat menghilangkan kesepian. Perbedaannya, penelitian ini tidak menerapkan semua layanan bimbingan konseling.

## **B. Konsep Bimbingan Kelompok**

### **1. Pengertian Bimbingan kelompok**

Menurut Miller mendefinisikan bimbingan sebagai suatu proses bantuan terhadap individu untuk mencapai pemahaman diri yang dibutuhkan untuk melakukan penyesuaian diri atau dalam proses adaptasi secara maksimal di sekolah, keluarga, dan masyarakat.<sup>4</sup> Sedangkan menurut Prayitno dan Erman Amti, mengemukakan bimbingan merupakan suatu proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli kepada seseorang atau beberapa orang individu, baik itu anak-anak, remaja, maupun dewasa agar individu yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri serta mandiri dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dapat dikembangkan berdasarkan norma yang berlaku.<sup>5</sup>

Kelompok adalah suatu kesatuan yang mempunyai warna dan ciri khas tersendiri yang berbeda dengan kelompok lain, dan setiap anggota mempunyai individualitasnya masing-masing. Oleh karena itu, tidak mungkin memahami

---

<sup>4</sup> Masdudi, *Bimbingan dan Konseling Perspektif Sekolah*, (Cirebon: Nurjati Press,2015), Hal 2

<sup>5</sup> Saliyo dan Farida, *Bimbingan dan Konseling (Teknik Layanan Berwawasan Islam Dan Multikultural)*, (Malang: Madani media), 2019, Hal 11

suatu kelompok hanya dengan memahami perbedaan serta karakteristik masing-masing anggota kelompok. Namun suatu kelompok dapat dipahami sebagai suatu kesatuan yang utuh melalui struktur internalnya. Tentunya sebagai anggota kelompok harus menaati berbagai norma dan aturan sosial yang berlaku sehingga segala tindakan individu harus mencerminkan kepentingan kelompok.<sup>6</sup>

Adapun definisi dari bimbingan kelompok yaitu kegiatan kelompok dimana pemimpin kelompok memberikan informasi dan mengarahkan diskusi agar kelompok menjadi lebih sosial atau membantu anggota-anggota kelompok untuk mencapai tujuan bersama. Bimbingan kelompok juga dapat diartikan sebagai suatu bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok berbentuk pertukaran informasi dan kegiatan kelompok mendiskusikan masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial.<sup>7</sup>

Bimbingan kelompok adalah jenis bimbingan konseling yang ditujukan kepada sejumlah individu dengan menggunakan dinamika kelompok untuk mengumpulkan berbagai macam informasi dan memperoleh pemahaman baru tentang subjek yang dibahas. Terdapat dua jenis topik kelompok yaitu topik tugas dan tugas bebas. Topik tugas diberikan oleh Pemimpin kelompok, dan topik bebas diberikan dari anggota kelompok anggota.

---

<sup>6</sup> Ahmad Zabidi, *Kelompok Sosial Dalam Masyarakat Perspektif Qs. Al-Maidah Ayat 2*, Borneo: Journal Of Islamic Studies, Vol. 3, No. 2, 2020, Hal 45

<sup>7</sup> Jahju Hartanti, *Bimbingan Kelompok...*, Hal, 11

Latipun mengatakan bahwa bimbingan kelompok adalah jenis layanan bimbingan yang menggunakan kelompok untuk membantu, memberi umpan balik dan pengalaman belajar. Juntika Achmad dan Nurihsan menjelaskan bahwa layanan bimbingan kelompok yaitu untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri konseli, dan bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi atau aktivitas kelompok yang membahas masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan masalah sosial.<sup>8</sup>

Berdasarkan orientasi di atas bimbingan kelompok merupakan sarana yang efektif untuk mendapatkan informasi dari individu, mendapatkan dukungan sosial, memahami makna dari permasalahan yang ada, memperoleh keterampilan, dan berperilaku adaptif untuk mengatasi masalah. Dalam layanan bimbingan kelompok, individu dapat berbagi cerita serta saling mendengarkan satu sama lain tentang topik yang dibahas, termasuk pengalaman hidup, ilmu pengetahuan dan hal-hal. Dengan demikian dapat membuat perasaan menjadi neutral dan menjaga perasaan tersebut serta memastikan bahwa setiap anggota kelompok memiliki rasa saling sayang, peduli, dukungan sosial dan penerimaan diri.

## 2. Tujuan bimbingan kelompok

Menurut Prayitno bimbingan kelompok bertujuan untuk membantu anggota kelompok memperbaiki cara mereka berinteraksi satu sama lain,

---

<sup>8</sup> Henni Syafriana Nasution dan Abdillah, *Bimbingan Konseling Konsep, Teori dan Aplikasinya*, (Medan: Lembaga Peduli Pengembangan Pendidikan Indonesia (LPPI), 2019), Hal 148

terutama dengan sesama anggota kelompok. Tujuan untuk setiap anggota kelompok terdiri dari tujuan umum dan khusus. Tujuan umum bertujuan untuk meningkatkan kemampuan berkomunikasi dan bersosialisasi, sedangkan tujuan khusus bertujuan untuk meningkatkan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap setiap anggota kelompok sehingga mereka dapat melakukan tingkah laku yang lebih efektif serta kemampuan berkomunikasi, verbal maupun non verbal.<sup>9</sup>

Menurut Bennet bimbingan kelompok bertujuan untuk memberikan kesempatan pada siswa belajar hal-hal yang berkaitan dengan masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial, memberikan layanan penyembuhan melalui kegiatan kelompok dan bimbingan secara kelompok lebih ekonomis dari pada melalui kegiatan bimbingan kelompok<sup>10</sup>. Sedangkan menurut Sukardi tujuan bimbingan kelompok bahwa individu secara bersama-sama untuk mendapatkan fungsi pengentasan sebagai tujuan utama bimbingan yang didukung oleh layanan bimbingan kelompok.<sup>11</sup>

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok bertujuan untuk membantu individu dalam penyesuaian diri dengan lingkungan, kemampuan dalam komunikasi, berani berpendapat serta dapat menambah wawasan dan keterampilan individu. Dengan layanan bimbingan

---

<sup>9</sup> Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta:Rineka Cipta, 2004), Hal 309

<sup>10</sup> *Ibid*, Hal, 149

<sup>11</sup> Dewa Ketut Sukardi dan Desak P.E Nila Kusmawati, *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008) Hal 78

kelompok ini terciptanya rasa menghargai satu sama lain, rasa kepekaan dan adanya dukungan sosial yang bisa dirasakan oleh setiap anggota kelompok.

### 3. Asas-asas layanan bimbingan kelompok

Asas- asas bimbingan kelompok menurut Prayitno sebagai berikut:

1. Asas keterbukaan yaitu setiap anggota bebas dan terbuka dalam mengemukakan pandangan, gagasan, dan usulan terhadap segala persoalan yang disarankan dan dipikirkannya tanpa adanya rasa malu dan ragu-ragu.
2. Asas kesukarelaan yaitu setiap anggota dengan sukarela mengajukan pendapat tanpa adanya paksaan baik itu dari teman dan pemimpin kelompok.
3. Asas kekinian yaitu pembahasan yang dibahas dalam diskusi harus terkini dan sesuai waktu sekarang.
4. Asas kenormatifan yaitu segala hal yang dibicarakan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma dan kebiasaan yang berlaku.<sup>12</sup>

Munro, Manthei, & Small menjelaskan bahwa kerahasiaan, kesukarelaan, dan keputusan diambil oleh klien sendiri merupakan tiga etika dasar dalam kegiatan pelayanan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- a. Asas Kerahasiaan, segala sesuatu yang dibahas dan muncul dalam kegiatan kelompok hendaknya menjadi “rahasia kelompok” yang

---

<sup>12</sup> Andini Sabela dan Komariah, *Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Outbound Untuk Meningkatkan Perilaku Prososial*, *Indonesian Journal Of Counseling and Education*, Vol. 1, No. 1, 2020, Hal 26.



hanya boleh diketahui oleh anggota kelompok dan tidak disebarluaskan ke luar kelompok. Seluruh anggota kelompok hendaknya menyadari benar hal ini untuk saling menjaga kerahasiaan.

- b. Asas Kesukarelaan, kesukarelaan terus-menerus dibina melalui upaya konselor/ pemimpin kelompok dalam mengembangkan syarat-syarat kelompok yang efektif dan penstrukturan tentang layanan bimbingan kelompok. Dengan kesukarelaan itu anggota kelompok akan mewujudkan peran aktif diri mereka masing-masing mencapai tujuan.
- c. Asas-Asas Lain (kegiatan, keterbukaan, kekinian, kenormatifan)  
Dinamika kelompok dalam kegiatan bimbingan kelompok dan konseling kelompok semakin intensif dan efektif apabila semua anggota kelompok secara penuh menerapkan asas kegiatan dan asas keterbukaan. Mereka secara aktif dan terbuka menampilkan diri tanpa rasa takut, malu ataupun ragu. Asas kekinian memberikan isi aktual dalam pembahasan yang dilakukan, anggota kelompok diminta mengemukakan hal-hal yang terjadi dan berlaku sekarang ini. Hal-hal yang akan datang direncanakan sesuai dengan kondisi yang ada sekarang.
- d. Asas kenormatifan dipraktikkan berkenaan dengan cara-cara berkomunikasi

dan bertata-krama dalam kegiatan kelompok, serta dalam mengemas isi bahasan. Sedangkan asas keahlian diperlihatkan oleh konselor atau

pemimpin kelompok dalam mengelola kegiatan kelompok untuk mengembangkan proses secara keseluruhan.<sup>13</sup>

Berdasarkan orientasi di atas asas-asas bimbingan kelompok mencakup asas keterbukaan yang mana setiap anggota kelompok dapat dengan bebas dan terbuka dalam memberikan pendapat dan gagasannya, asas kesukarelaan yaitu anggota dapat sukarela dapat memberikan pendapat tanpa adanya paksaan, asas kekinia yaitu pembahasan dalam kegiatan bimbingan kelompok harus terkini dan sesuai perkembangan zaman, asas kenormatifa yaitu segala hal yang dibahas dalam kegiatan tidak boleh bertentangan dengan aturan yang sudah disepakati bersama, dan asas kerahasiaan yaitu segala hal yang dibicarakan dalam kegiatan kelompok menjadi rahasia kelompok yang mana hanya anggota kelompok dan pemimpin kelompok yang mengetahuinya.

#### 4. Tahap-tahap dalam layanan bimbingan kelompok

Menurut Prayitno ada empat tahap dalam pelaksanaan bimbingan kelompok antara lain :

1. Tahapan pembentukan yaitu tahap pengenalan dan keterlibatan anggota ke dalam kelompok dengan tujuan agar anggota kelompok memahami maksud bimbingan kelompok, saling menumbuhkan suasana saling mengenal, percaya, menerima dan membantu individu yang ada dalam anggota kelompok.
2. Tahap peralihan yaitu tahap transisi dari pembentukan ke tahap kegiatan. Dalam menjelaskan kegiatan yang harus dilaksanakan,

---

<sup>13</sup> Sisca Folastris & Itsar Bolo Rangka, *Prosedur Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*, (Bandung: Muhajid Press, 2006), Hal 30-31

pemimpin kelompok dapat menegaskan jenis kegiatan bimbingan kelompok yaitu tugas dan bebas.

3. Tahap kegiatan yaitu tahap inti dari kegiatan bimbingan kelompok dengan suasana yang akan dicapai, yaitu terbahasnya secara tuntas permasalahan yang dihadapi anggota kelompok dan terciptanya suasana untuk mengembangkan diri, baik menyangkut pengembangan kemampuan berkomunikasi maupun menyangkut tentang pendapat yang dikemukakan oleh anggota kelompok.
4. Tahap pengakhiran yaitu terdapat dua kegiatan penilaian dan tindak lanjut, tahap ini adalah tahap penutup dari semua kegiatan bimbingan kelompok.<sup>14</sup>

Menurut Achmad Juntika penyelenggaraan bimbingan kelompok memerlukan persiapan dan praktik pelaksanaan kegiatan yang memadai, dari langkah awal sampai dengan evaluasi, dan tindak lanjutnya. Adapun langkah-langkah layanan Bimbingan kelompok sebagai berikut:

1. Langkah awal dimulai dari menjelaskan pengertian, tujuan, dan kegunaan bimbingan kelompok kepada anggota kelompok.
2. Perencanaan kegiatan meliputi penetapan materi layanan, tujuan yang ingin dicapai, sasaran kegiatan, bahan atau sumber bahan

---

<sup>14</sup> Nurhasanah dan Romiaty, *Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Media Audio-Visuak Dalam Meningkatkan Minat Belajar Siswa Kelas X Mipa V Pada Masa pandaemi Di Man Kota Palang Raya*, *Journal Of Guidance And Counseling*, Vol 5, No 2, 2021, Hal 220-222

untuk bimbingan kelompok, rencana penelitian, serta waktu dan tempat.

3. Pelaksanaan kegiatan meliputi Persiapan fisik, persiapan bahan, persiapan keterampilan, dan persiapan administrasi Persiapan tema, tujuan bimbingan kelompok, cara-cara, asas, pengenalan diri, Peralihan, Kegiatan, Evaluasi kegiatan, Analisis dan tindak lanjut.<sup>15</sup>

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa pemimpin kelompok harus menguasai aktivitas bimbingan kelompok melalui tahapan-tahapan yang telah ada. Dengan demikian anggota kelompok dapat berpartisipasi aktif dan kegiatan kelompok berjalan sesuai dengan tahapan serta mencapai tujuan bersama.

#### 5. Teknik- teknik bimbingan kelompok

Djumhur dan Muh Surya mengemukakan ada beberapa teknik dalam bimbingan kelompok sebagai berikut:

1. Karyawisata kegiatan adalah kegiatan yang dilakukan dengan mengadakan pengamatan pada obyek yang menarik berkaitan dengan pelajaran tertentu. Dari pengamatan tersebut akan mendapatkan informasi dan pengamatan yang lebih matang dari obyek. Dengan demikian mendorong kegiatan penyesuaian diri, kerja sama, tanggung jawab, kepercayaan diri dan mengembangkan

---

<sup>15</sup> Achmad Juntika Nurihsan, Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling, (Bandung; Refika Aditama, 2012), Hal 17.

bakat serta cita-cita. Dikarenakan karyawisata ini berfungsi sebagai aktivitas rekreasi, dan apabila dilakukan merupakan hal yang menarik bagi klien.

2. Diskusi kelompok adalah suatu cara dalam membimbing melalui kelompok dengan memberikan kesepakatan kepada individu dalam mengutarakan pendapat, menyimpulkan tentang suatu permasalahan atau sebagai alternatif permasalahan yang dihadapi.
3. Kegiatan kelompok adalah banyak kegiatan kelompok yang dapat dilakukan dalam layanan bimbingan kelompok sebagai salah satu tekniknya. Seperti kelompok belajar, kelompok bermain, dan lain-lain. Melalui kegiatan ini dapat memberikan kesempatan untuk berpartisipasi dan mengembangkan diri, menambah wawasan menjadi luas serta meningkatkan kepercayaan diri.
4. Sosiodrama adalah suatu metode yang mengajarkan individu untuk mendramatisasi ekspresi aktivitas manusia dan gerak wajah dalam hubungan sosial antar manusia. Dengan bantuan teknik sosiodrama, individu dapat berkomunikasi secara efektif dengan orang lain dalam bentuk permainan peran.
5. Psikodrama adalah bagian dari bermain peran, psikodrama bertujuan untuk membantu individu atau kelompok dalam mengatasi masalah pribadi melalui bermain peran, drama, atau terapi tindakan. Cara-cara ini membantu klien mengungkapkan

perasaan tentang konflik, kemarahan, agresi, rasa bersalah, dan kesedihan yang lainnya.<sup>16</sup>

Menurut Lukas Pangestu dkk, teknik layanan bimbingan kelompok merupakan layanan yang dapat dikombinasikan melalui teknik dalam penerapannya, antara lain <sup>17</sup> :

1. Teknik diskusi yaitu individu saling berinteraksi dan berdiskusi satu sama lain. Dalam pelaksanaan diskusi kelompok pada bimbingan kelompok ini terdapat dinamika kelompok yang dinamis antar anggota kelompok, sehingga setiap anggota dapat saling bertukar pikiran, memberikan pertanyaan dan mengemukakan pendapat dan hal tersebut dapat membantu anggota kelompok untuk menyelesaikan permasalahan mengenai topik yang dibahas secara Bersama-sama.
2. Teknik informasi yaitu Teknik ini bisa dilakukan dengan menggunakan alat bantu media, sehingga dalam proses pelaksanaannya layanan bimbingan kelompok akan lebih menarik dan lebih menyenangkan dalam mengikutinya serta tidak merasa bosan. Sehingga dengan mudah dalam menyelesaikan permasalahannya.

---

<sup>16</sup> Saliyo & Farida, *Bimbingan dan Konseling Teknik Layanan Berwawasan Islam dan Multikultural*, (Malang: Madani Media, 2019), Hal 23-24

<sup>17</sup> Lukas Pangestu Adityawarman, dkk, *Peran Bimbingan Kelompok dalam Perencanaan Karir Siswa*, Jurnal Advice, Vol 2, No, 2, 2020, Hal 174.

3. Teknik mind mapping yaitu setiap anggota kelompok dapat membuat catatan-catatan yang sederhana, kreatif dan menarik yang mudah dipahami dari pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. Dengan menggunakan Teknik ini dapat membantu anggota kelompok dalam memberikan wawasan kepada individu dengan menangkap konsep yang sesuai dalam masalah tertentu, yang bertujuan untuk menyebarkan serta mengatur pengetahuan yang diinginkan.

### C. Konsep Kesepian

#### 1. Pengertian kesepian

Russel mengemukakan bahwa kesepian merupakan suatu bentuk hubungan sosial yang tidak sesuai dengan yang( diinginkan, termasuk perasaan gelisah, tertekan, dan persepsi kurangnya hubungan sosial pada diri individu.<sup>18</sup>

Killen menjelaskan pengertian dari kesepian secara mendalam sebagai berikut:

*“loneliness is a condition that describes the distressing, depressing, dehumanizing, detached feelings that a person endures when there is a gaping emptiness in their life due to an unfulfilled social and/or emotional life”<sup>19</sup>*

Menurut Bruno berpendapat kesepian adalah suatu keadaan mental dan emosional yang ditandai dengan munculnya perasaan terasing dan kurangnya hubungan yang bermakna dengan orang lain. Sementara Myres berpendapat bahwa individu yang kesepian cenderung untuk menyalahkan dirinya sendiri

---

<sup>18</sup> Syahdan Khalifah Akbar dan Elis Suci Prapita Sari Abdullah, *Hubungan Antara Kesepian (Loneliness) Dengan Self Disclosure Pada Mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa Yang Menggunakan Sosial Media (Instragram)*, Jurnal Tambora, Vol. 5, No. 3, 2021, Hal 3

<sup>19</sup> Pius Heru Priyanto, *Psikologi berbagi...*, Hal 16

atas hubungan sosial yang buruk, mereka juga berpersepsi mengenai orang lain secara negatif dan sulit untuk menjalin relasi baik secara individu dan kelompok.<sup>20</sup>

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa kesepian adalah suatu keadaan yang di mana adanya perasaan gelisah, tertekan dan persepsi mengenai kurangnya hubungan sosial pada individu yang membuat individu merasa terasing dan terabaikan.

## 2. Jenis- jenis kesepian

Weis menyebutkan ada dua jenis kesepian sebagai berikut :

- a. Isolasi emosioanal (emotional isolation) merupakan bentuk kesepian yang muncul apabila individu tidak memiliki ikatan hubungan yang intim, misalnya orang dewasa yang lajang, bercerai, dan ditinggal mati oleh pasangannya.
- b. Isolasi sosial (social isolation) merupakan bentuk kesepian yang muncul apabila individu tidak memiliki keterlibatan yang terintegrasi dalam dirinya seperti tidak ikut berpartisipasi dengan kelompok atau komunitas yang melibatkan kebersamaan, minat yang sama, aktivitas yang terorganisasi, serta tidak adanya peran-peran yang berarti di mana dapat membuat inidvidu merasa terasingkan, bosan, dan cemas.<sup>21</sup>

---

<sup>20</sup> Sridewi Murni Agriyanti dan Diana Rahmasari, *Perbedaan Tingkat Kesepian Pada siswa Kelas X dan XI Ditinjau Dari Efektivitas Komunikasi Orangtua*, *Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol 8, No 5, 2021, Hal 182



Menurut Perplau dan Taylor membagi 3 jenis kesepian sebagai berikut :

- a. *Situational loneliness* yaitu kesepian ini dikarenakan adanya suatu situasi atau peristiwa tertentu yang mengubah kondisi sosial seseorang yang mana dapat mengganggu rutinitas atau lingkungan sosial yang biasa. Situasi ini dapat membuat individu merasa terisolasi atau kehilangan, walaupun hanya bersifat semestara.
- b. *Emotional loneliness* yaitu kesepian ini terjadi ketika seseorang merasa tidak memiliki hubungan emosional yang mendalam atau dukungan emosional dari orang-orang terdekat. Meskipun seseorang memiliki banyak kontak sosial, mereka tetap merasa kesepian apabila tidak memiliki hubungan yang bermakna dan dapat memberikan rasa dekat serta nyaman.
- c. *Social loneliness* yaitu kesepian yang disebabkan oleh kurangnya interaksi sosial atau jaringan sosial yang memadai dalam suatu kelompok. hal ini terjadi ketika seseorang merasa tidak memiliki jaringan sosial yang cukup atau hubungan dalam konteks sosial yang lebih luas.<sup>22</sup>

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa jenis kesepian terbagi menjadi beberapa bagian yaitu kesepian secara sosial, kesepian secara emosional dan kesepian situasi. Adanya kesepian dikarenakan terjadi perubahan dalam kehidupan seseorang, dengan demikian membuat individu

---

<sup>21</sup> Dayakisni dan Hudaniah, *Psikologi Sosial Ed Revisi*, (Malang: UMM Press, 2015), Hal 133.

<sup>22</sup> Camelia Octaviany, *Dinamika kesepian pada Wanita Dewasa Awal*, Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya, Vol 8, No 1, 2019, Hal 1724

merasa dirinya tidak berguna dan terasing dari masyarakat atau suatu kelompok serta secara emosional tidak memiliki ikatan hubungan yang intim, seperti perceraian, dewasa yang lajang, tinggal mati oleh pasangannya dan jauh dari keluarga.

### 3. Aspek-aspek kesepian

Suseno mengemukakan terdapat 4 aspek yang dapat digunakan untuk mengukur kesepian, sebagai berikut:

- a. Aspek emosional yaitu mencakup perasaan kesendirian, kekosongan emosional, dan ketidakmampuan untuk merasakan koneksi emosional yang memuaskan dengan orang lain. Hal tersebut melibatkan perasaan sedih, kosong, atau terpisah dari hubungan yang bermakna.
- b. Aspek sosial yaitu mencakup kurangnya hubungan sosial yang memuaskan. Hal tersebut melibatkan perasaan terisolasi, kurangnya dukungan sosial, atau kesulitan dalam mempertahankan hubungan yang bermakna.
- c. Aspek kognitif yaitu persepsi negatif tentang diri sendiri dan hubungan dengan orang lain. Ini bisa mencakup pikiran negatif tentang kesendirian dan harga diri rendah.
- d. Aspek behavior yaitu mencakup perilaku yang mengisolasi diri interaksi sosial dan menarik diri dari aktivitas sosial yang biasa dilakukan dan banyak menghabiskan waktu sendirian.<sup>23</sup>

---

<sup>23</sup> Bernadeta Ria Anggriani dan Bernardinus Agus Arswimba, *Perbedaan Tingkat Kesepian Mahasiswa Yang Tinggal Di Kost Dan Yang Tinggal Bersama Orang Tua/ Keluarga*

Menurut Russell aspek kesepian terbagi menjadi 3 bagian antar lain :

- a. *Trait loneliness* yaitu adanya pola yang lebih stabil dari perasaan kesepian yang terkadang dapat saja berubah dalam keadaan tertentu. Dapat dikatakan bahwa kepribadian individu dapat membuat dirinya mengalami kesepian. Hal tersebut dikarenakan individu mengalami rasa kurangnya kepercayaan serta ketakutannya terhadap orang asing.
- b. *Social desirability* yaitu individu yang mengalami kesepian dikarenakan kehidupan sosial yang diinginkan tidak dapat dipenuhi oleh lingkungan sekitarnya.
- c. *Depression loneliness* yaitu individu memiliki perasaan sedih, tidak bersemangat, merasa tidak berharga, atau perasaan mengganggu lainnya dapat menyebabkan terjadinya kesepian.<sup>24</sup>

Berdasarkan orientasi di atas dapat disimpulkan bahwa perasaan kesepian dapat diukur dari kepribadian, sosial, pikiran, emosi. Hal tersebut tanpa disadari membuat seseorang merasa kesepian dikarenakan ada beberapa hal yang tidak terpenuhi dilingkungannya. Dan munculnya pikiran negatif tentang dirinya, merasa diasingkan atau tidak dianggap, merasa sedih, adanya perasaan tidak berharga serta emosi yang tidak stabil.

---

*Pada Program Studi Bimbingan Kosneling Universitas Sanata Dharma, Jurnal Konseling Dan Pengembangan Pribadi, Vol 5, No 2, 2023, Hal 4*

<sup>24</sup> Mutiara Mirah Yunita, dkk, *Self-Esteem dan Kesepian pada Mahasiswa Selama Masa Pandemi*, Jurnal Psikologi Malahayati, Vol 1, No. 2, 2022, Hal 118.

#### 4. Faktor- faktor yang mempengaruhi kesepian

Goodman, Adams, & Swift menjelaskan ada dua faktor yang dapat menyebabkan kesepian, sebagai berikut:

##### a. Faktor instrinsik

###### 1) Keikutsertaan dalam kelompok sosial

Para peneliti telah menemukan bahwa kelompok sosial primer (gender, etnis, atau usia) yang dimiliki seseorang berhubungan dengan kesepian. Menurut hasil penelitian wanita lebih cenderung untuk mengalami kesepian dibandingkan dengan pria.

###### 2) Kepribadian

Ciri-ciri kepribadian yang dimiliki oleh seseorang juga bisa pemicu rasa kesepian. Individu dengan kepribadian ekstrovert jarang mengalami kesepian. Sedangkan individu yang memiliki kepribadian neurotik lebih sering untuk mengalami kesepian.

##### b. Faktor ekstrinsik

###### 1) Faktor lingkungan yaitu lingkungan yang kecil dalam melakukan interaksi sosial seperti tinggal jauh dari keluarga dapat menyebabkan individu mengalami kesepian.

###### 2) Peristiwa pada kehidupan, trauma, dan transisi yaitu kejadian yang dialami dalam kehidupan individu dapat menyebabkan kesepian pada individu. Transisi yang menunjuk pada timbulnya kesepian adalah kehilangan orang yang disayang serta kehilangan pekerjaan.

- 3) Kondisi personal yaitu tidak memiliki anak dan memiliki pendapatan yang rendah dapat menyebabkan kesepian pada lansia, selain itu perubahan fisik dan kesehatan yang buruk dapat juga menyebabkan individu mengalami kesepian.<sup>25</sup>

Menurut Perplau dan Perlman mengemukakan, terdapat dua faktor yang menyebabkan terjadinya kesepian :

- a. Faktor pemicu (*Precipitate Factor*) yaitu adalah memurunnya hubungan sosial seseorang sampai di bawah tingkat optimal. Perubahan terjadi bisa disebabkan berakhirnya hubungan dekat akibat kematian, perceraian atau putus hubungan cinta. Perubahan juga dapat terjadi saat seseorang pindah ke suatu lingkungan baru dan berpisah secara fisik dengan orang-orang. Perubahan yang kedua adalah perubahan pada kebutuhan atau keinginan sosial seseorang. Perubahan ini biasanya terjadi seiring dengan bertambahnya usia seseorang dan akan menimbulkan kesepian jika tidak diikuti dengan penyesuaian pada hubungan sosial yang aktual.
- b. Faktor kerentanan (*Predispose factor*) yaitu Penyebab individu lebih rentan terhadap kesepian adalah adanya keberagaman dari faktor personal dan situasional individu. Kedua faktor inilah yang meningkatkan kecenderungan seseorang

---

<sup>25</sup> Desti Lestari, *Pelaksanaan konseling Kelompok Dalam mengatasi Kesepian Pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Dinas Sosial Provinsi Riau*, (Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sultan Syarif Kasim, Riau, 2023), Hal 28

merasakan kesepian dan juga mempersulit seseorang untuk mendapatkan kepuasan hubungan sosialnya kembali. Individu dengan karakteristik personal yang pemalu, memiliki self-esteem yang rendah dan memiliki self-deprecation sering dihubungkan dengan kesepian.<sup>26</sup>

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa penyebab kesepian disebabkan karena adanya beberapa perubahan dalam hidup individu. Rasa kesepian yang diakibatkan jauh dari keluarga, berakhirnya hubungan dekat akibat kematian, perceraian atau putus hubungan cinta, adanya keberagaman dari faktor personal dan situasional individu.

#### 5. Dampak kesepian

Menurut Cosan kesepian dapat memberikan dampak negatif pada individu seperti mudah merasa bosan, merasa tidak diterima, sulit membangun komunikasi dan menutup diri dari orang-orang di lingkungan sekitar dan tidak mampu memecahkan masalah yang dihadapinya.<sup>27</sup> Menurut Perlman & Peplau kesepian dapat menimbulkan dorongan untuk bunuh diri, karena merasa terisolasi dan tidak adanya interaksi dengan orang lain hal tersebut dapat menimbulkan depresi.<sup>28</sup>

---

<sup>26</sup> Joshua Christian, dkk, *Loneliness At Satya Christian University Student Who Was In Salatiga During Pandemic*, Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha, Vol, 12, No, 3, 2021, Hal 324

<sup>27</sup> Dinda Marisa & Nelia Afriyeni, *Kesepian dan Self Compassion Mahasiswa Perantau*, Jurnal Psibernetika, Vol 12, No 1, 2019, Hal 3

<sup>28</sup> Mutiara Mirah Yunita, dkk, *Self-Esteem Dan Kesepian ...*, Hal 115

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa kesepian memiliki dampak yang cukup serius terhadap individu, kesepian dapat membuat seseorang merasa tidak bahagia dan tidak puas dengan kehidupan mereka secara keseluruhan serta dapat mempengaruhi fungsi kognitif seseorang, termasuk kemampuan untuk memproses informasi, memori, dan pengambilan keputusan. Bahkan dapat menyebabkan depresi, kecemasan, stress, dan gangguan tidur bahkan dapat mendorong individu untuk melakukan bunuh diri.

#### 6. Kesepian dalam perspektif islam

Dalam telah dijelaskan mengenai kesepian, sebagaimana firman allah yang terdapat dalam surah Ar-Ra'd ayat 28:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya : “ Orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram”.<sup>29</sup>

Dalam tafsir al-Misbah menjelaskan bahwa dalam ayat ini, orang yang memiliki iman di dalam hatinya akan mersa tenang dan tenteram. Karena dzikir dapat menenangkan hati seseorang. Dzikir dalam hal ini mengacu pada mengingat Allah baik dari hati maupun lisan, dengan zikir seseorang akan terbebas dari rasa khawatir, ragu, dan ragu dengan ingatan. Oleh sebab itu, sebagai seorang muslim wajib untuk menerapkan zikir dalam kehidupan sehari-hari. Kata “zikir” pada awalnya berarti mengucapkan dengan lidah.

<sup>29</sup> Q. S Ar-Ra'd/13:28

Makna ini berkembang menjadi kata “ mengingat”, karena biasanya ketika seseorang mengingat sesuatu hal itu bercermin dari ucapannya. Dengan demikian mengingat sesuatu seringkali menyebabkan lidah mengucapkannya dan dapat membuat hati lebih mengingat apa yang disebut.<sup>30</sup>

Dari penjelasan tafsir di atas dapat disimpulkan bahwa berdzikir kepada Allah adalah kegiatan yang paling mudah untuk dilakukan, selain mendapat pahala, berdzikir juga dapat digunakan untuk menghilangkan sedih dan kesepian. Oleh karena itu islam menganjurkan untuk berdzikir ketika mengalami kesedihan dan kesepian, maka dengan zikir kepada Allah dapat menenangkan hati dan pikiran dari rasa gundah gulana.

#### **D. Proses perkembangan lansia**

##### **1. Pengertian lanjut usia**

Menurut Elizabeth dan Harlock berpendapat lanjut usia merupakan periode penutup dalam rentang hidup seseorang yang mana suatu periode didahului dengan hal yang menyenangkan atau beranjak dari waktu penuh manfaat. Pada masa lansia terjadinya perubahan dalam hal kemunduran itu dapat berpengaruh pada struktur baik fisik, psikologis, dan fungsi kerjanya. Dan penyebab kemunduran fisik dikarenakan adanya perubahan dalam tubuh, hal tersebut bukan terjadi oleh satu penyakit khusus akan tetapi disebabkan oleh proses penuaan.<sup>31</sup>

---

<sup>30</sup> Quraish Shihab, *Tafsir Al- Misbah*, Jilid 6 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), Hal 599



Menurut Gama berpendapat bahwa lanjut usia merupakan periode penutup dalam rentang hidup seseorang yang dimulai dari usia 60 tahun hingga meninggal, hal tersebut ditandai dengan adanya perubahan fisik, psikologis maupun sosial yang saling berinteraksi satu sama lain.<sup>32</sup> Sedangkan menurut Leslie dan Suzanne menjelaskan bahwa penuaan mencakup perubahan personal, fungsi mental, dan kesadaran diri selama usia dewasa. Beberapa perubahan dianggap normal sebagian dari perkembangan orang dewasa, perubahan tersebut tahun-tahun selanjutnya akan menghasilkan perubahan dari cara otak berfungsi dan perubahan pada dimensi psikologi.<sup>33</sup>

Berdasarkan orientasi diatas dapat disimpulkan lanjut usia adalah di mana individu memasuki usi 60 tahun dan terjadinya perubahan yang dapat mempengaruhi fisik, psikologis, dan lingkungannya. Hal tersebut yang membuat lansia tidak bisa dalam mencari nafkah untuk memenuhi kebutuhannya dan penurunan pada kesehatan serta psikologisnya yang hal tersebut membutuhkan penanganan juga dukungan bagi lansia.

---

<sup>31</sup> Elizabeth B. Hurlock, Edisi Kelima, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, (Jakarta: Erlangga, 2011), Hal 380.

<sup>32</sup> Chaliza Beby Rahayu, dkk, *Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Keaktifan Lansia (Active Aging) di Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru*, Jurnal Kesehatan Komunitas, Vol, 7, No 2, 2021, Hal, 2

<sup>33</sup> Endang Sepdanius, *Aktivitas Fisik & Psikososial Pada Lansia*, (Depok: PT Rajagrafindo Persada, 2021), Hal 9.

## 2. Proses penuaan pada lansia

Menurut Maryam terdapat dua teori yang berkaitan dengan proses penuaan yaitu teori biologik dan teori sosial:<sup>34</sup>

### a. Teori biologik terbagi menjadi empat bagian yaitu:

- 1) Teori genetic dan mutasi yaitu proses menua menjadi sebagai akibat dari perubahan biokimia yang di program oleh molukel/DNA dan setiap sel pada saatnya akan mengalami mutasi.
- 2) Autoimun yaitu proses metabolisme tubuh, suatu saat diproduksi suatu zat khusus. Sel jaringan tubuh tertentu yang tidak tahan terhadap zat tersebut sehingga jaringan tubuh menjadi lemah dan mati.
- 3) Teori stress yaitu proses menua terjadi akibat hilangnya sel-sel yang biasa digunakan. Regenerasi jaringan tidak dapat mempertahankan kestabilan lingkungan internal dan stress menyebabkan sel-sel tubuh lelah dipakai.
- 4) Teori radikal bebas yaitu tidak stabilnya radikal bebas mengakibatkan oksidasi bahan-bahan organik seperti karbohidrat dan protein. Radikal ini menyebabkan sel-sel tidak dapat regenerasi.

---

<sup>34</sup> Haikal Alpin, *Hubungan Fungsi Gerak Sendi dengan Tingkat Kemandirian Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Gau Mabaji Kabupaten Gowa*, Vol. 1, No. 1, 2016, Hal 899.

b. Teori Sosial terbagi menjadi dua bagian yaitu :

- 3) Teori aktifitas yaitu lansia yang sukses ketika mereka aktif dalam kegiatan sosial.
- 4) Teori pembebasan yaitu dengan bertambahnya usia, seseorang secara berangsur-angsur mulai melepaskan diri dari kehidupan sosial.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa proses penuaan pada lansia secara biologis yaitu terdapat perubahan biokimia yang diprogram oleh molekul/DNA dan setiap sel pada saatnya akan mengalami mutasi, sel jaringan tubuh sudah melemah dan mati, dan kestabilan pada sel-sel yang biasa digunakan sudah melemah yang membuat lansia merasa stress.

### 3. Pembagian lanjut usia

Lansia adalah individu dengan usia kronologis 65 tahun keatas, sedangkan lansia dengan usia 65- 74 tahun disebut lansia awal dan lansia di atas 75 tahun disebut lansia akhir. Menurut Hurlock rentang usia pada lansia dibedakan menjadi dua yaitu: pertama, lansia dini atau sekitar usia 60-70 tahun dan kedua, lansia lanjut atau sekitar usia 70 tahun hingga pada kematian.<sup>35</sup> Sedangkan menurut Burnside ada empat tahap lanjut usia, yaitu *young old* (usia 60-69 tahun), *middle age old* (usia 70-79 tahun), *old* (usia 70-89 tahun), *very old* (usia 90 tahun).<sup>36</sup>

---

<sup>35</sup> Elizabeth B. Hurlock, Edisi Kelima, *Psikologi Perkembangan ...*, Hal 385

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa pembagian lanjut usia dimulai dari usia 60-70 tahun, hal tersebut dikategorikan pada lansia dini dan usia 75 keatas termasuk usia lansia akhir. Namun ada para ahli mengatakan bahwa lansia usia 75- 90 digolongkan menjadi lansia akhir hingga kematian.

#### 4. Tugas perkembangan lanjut usia

Pada lansia munculnya permasalahan dalam penyesuaian diri, dan masalah utama yang harus dipecahkan serta disesuaikan secara memuaskan selama usia madya mencakup apa saja yang menjadi tugas-tugas perkembangan selama periode ini. Havirgust membagi tanggung jawab ini jadi empat katogeri utama, sebagai berikut :

- a. Tugas yang berkaitan dengan perubahan fisik, tugas ini mencakup kemauan untuk mau melakukan penerimaan dan penyesuain dengan berbagai perubahan fisik yang normal terjadi pada usia madya.
- b. Tugas yang berkaitan dengan perubahan minat, individu yang sudah memasuki usia madya sering kali mengasumsikan tanggung jawab warga negara dan sosial, dan mengembangkan minat pada waktu luang yang berorientasi pada kedewasaan pada tempat kegiatan yang berorientasi pada keluarga yang biasa dilakukan pada masa dewasa ini.

---

<sup>36</sup> Dede Nasrullah, Buku Ajar Keperawatan, (Jakarta: Trans Info Media, 2016), Hal, 2

- c. Tugas yang berkaitan dengan penyesuaian kejuruan, tugas ini berkaitan dengan pemantapan dan pemeliharaan standar hidup yang relatif mapan.
- d. Tugas yang berkaitan dengan kehidupan keluarga, tugas ini mencakup dengan seseorang sebagai pasangan, menyesuaikan diri dengan orang tua yang lanjut usia, dan membantu anak remaja untuk jadi orang dewasa yang bertanggung jawab dan bahagia.<sup>37</sup>

Menurut Hurlock tugas perkembangan terbagi menjadi enam tugas, yaitu:

- a. Menyesuaikan diri dengan menurunnya kekuatan fisik dan kesehatan.
- b. Menyesuaikan diri dengan masa pensiun dan berkurangnya *income* (penghasilan) keluarga.
- c. Menyesuaikan diri dengan kematian pasangan hidup.
- d. Membentuk hubungan dengan orang-orang yang seusianya.
- e. Membentuk pengaturan kehidupan fisik yang memuaskan.
- f. Menyesuaikan diri dengan peran sosial secara luas.<sup>38</sup>

Berdasarkan pemaparan di atas dapat dipahami bahwa kesiapan lansia dalam menyesuaikan diri terhadap tugas perkembangan dipengaruhi oleh proses tumbuh kembang pada tahap sebelumnya, jadi penyesuaian diri pada

---

<sup>37</sup> Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Prenamedia Group, 2011), Hal (262-263)

<sup>38</sup> Sintya Risfi, *Kemandirian Pada Usia Lanjut*, Jurnal Al-Qalb, Vol, 10, No 2, 2019, Hal 157

lansia dapat membantu lansia dalam menghadapi tekanan dari perubahan-perubahan fisik, sosial maupun psikologis.

#### 5. Psikososial pada lansia

Menurut Subekti perubahan psikososial pada lansia terjadi ketika pada fase pensiun, lansia merasakan pendapatan yang kurang, kehilangan status sosial, kehilangan relasi, kehilangan kegiatan. Hal tersebut memunculkan rasa kesepian yang diakibatkan pengasingan dari lingkungan sosial serta perubahan cara hidup.<sup>39</sup>

Menurut Carla faktor psikososial pada lansia adalah masalah yang sangat membebani kehidupannya dan berdampak pada fisik, sosial dan mentalnya. Semakin bertambah usia harapan hidup tentunya memiliki dampak lebih banyak terhadap gangguan penyakit pada lansia serta masalah kualitas hidup pada lansia yang rendah.<sup>40</sup>

Berdasarkan orientasi di atas psikososial pada lansia terjadi perubahan pada hidup lansia seperti pensiun, pendapatan yang berkurang, dan kehilangan status sosial. Hal tersebut berdampak pada fisik, sosial dan mental pada lansia.

#### 6. Lanjut usia perspektif islam

Q.S Yasin ayat 68

وَمَنْ تُعَمِّرْهُ نُنَكِّسْهُ فِي الْخَلْقِ أَفَلَا يَعْلَمُونَ

<sup>39</sup> Subekti, *Perubahan Psikososial Lanjut Usia Tinggal Sendiri di Rumah*, Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia, Vol, 3, No. 1, 2017, Hal 23-25

<sup>40</sup> Carla, *Pengaruh Faktor-Faktor Psikososial dan Insomnia Terhadap Depresi Pada lansia di Kota Yogyakarta*, Vol. 23, No. 1, Hal 20

Artinya : “Dan barang siapa yang kami panjangkan umurnya, kami mengembalikannya dalam penciptaan. Maka apakah mereka tidak berpikir”.<sup>41</sup>

Dalam tafsir al- Misbah ayat ini menyatakan bahwa: Bukti kuasa kami melakukan pembutaan dan pengubahan bentuk itu dapat terlihat pada diri manusia. Kami ciptakan manusia dengan beraneka bentuk wajah serta beragam masa hidup, ada yang kami perindah dan ada juga yang kami perburuk wajahnya, ada yang kami pendekkan dan ada juga yang kami panjangkan umurnya dan barang siapa yang Kami panjangkan umurnya, Kami mengembalikannya dalam penciptaan. Yakni, dahulu ketika bayi manusia lemah, tidak memiliki pengetahuan, lalu dari hari ke hari ia menjadi kuat dan banyak tahu, selanjutnya bila usianya menanjak hingga mencapai batas tertentu, dia dikembalikan Allah menjadi pikun, lemah, serta membutuhkan bantuan yang banyak. Maka apakah mereka tidak berpikir tentang kekuasaan Allah mengubah keadaannya itu, dan tentang kelemahannya agar dia sadar bahwa kekuatannya tidak langgeng, dan bahwa dunia ini fana, dan bahwa dia harus memiliki sandaran yang kuat, lagi langgeng dan abadi. Sandaran itu tidak lain kecuali Allah swt.<sup>42</sup>

Berdasarkan penjelasan tafsir dapat dipahami bahwa bukti kekuasaan Allah dalam pembuatan dan pengubahan tampilan bentuk diri manusia dan

---

<sup>41</sup> Q. S Yasin/36:68

<sup>42</sup> Quraish Shihab, *Tafsir Al- Misbah*, Jilid 11 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), Hal 568

Allah menciptakan manusia beragam bentuk wajah serta umur yang panjang. Dan Allah mengembalikannya dalam penciptaan, yang mana pada masa bayi manusia lemah dan tidak mengetahui apa-apa namun semakin hari akan menjadi lebih kuat dan mengetahui segala hal. Dan Allah mengembalikan seseorang menjadi lemah lagi.

#### 7. Kewajiban anak menjaga orang tua

Dalam Q. S Al- Isra ayat 23-24 menjelaskan tentang kewajiban anak menjaga orang tua.

وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا ۗ إِمَّا يَبُلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَيْهِمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا آفٌ وَلَا تُنْهَرْهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا ۚ ٢٣ وَخَفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيْنِي صَغِيرًا ۗ ٢٤

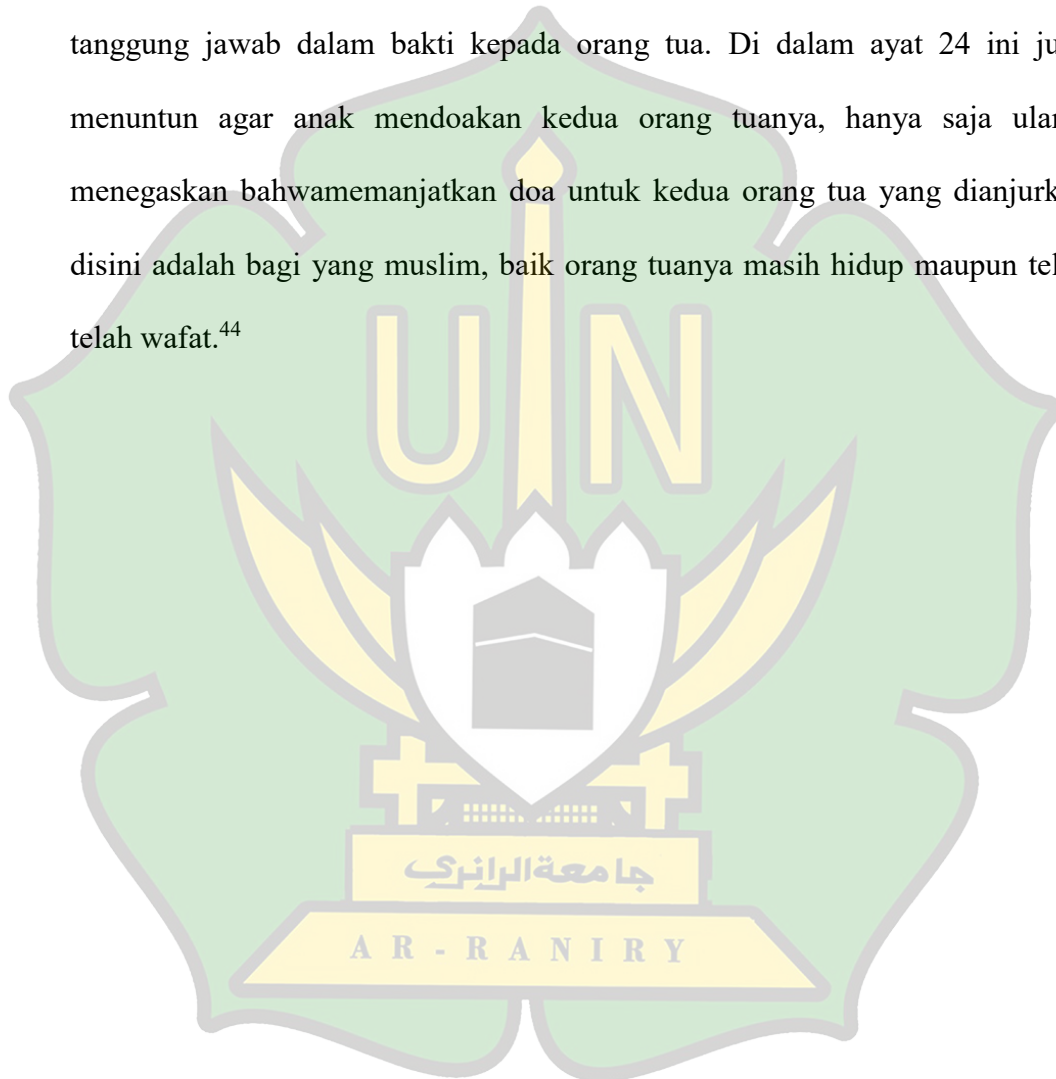
Artinya: “Tuhanmu telah memerintahkan agar kamu jangan menyembah selain Dia dan hendaklah berbuat baik kepada ibu bapak. Jika salah seorang di antara keduanya atau kedua-duanya sampai berusia lanjut dalam pemeliharaanmu, maka sekali-kali janganlah engkau mengatakan kepada keduanya perkataan “ah” dan janganlah engkau membentak keduanya, serta ucapkanlah kepada keduanya perkataan yang baik. Rendahkanlah dirimu terhadap keduanya dengan penuh kasih sayang dan ucapkanlah, “Wahai Tuhanku, sayangilah keduanya sebagaimana mereka berdua (menyayangiku ketika) mendidik aku pada waktu kecil.”<sup>43</sup>

<sup>43</sup> Q. S Al- Isra/17:23-24



Dalam tafsir Al- Misbah menjelaskan bahwa kewajiban pertama dan utama manusia ialah mengesakan, mentauhidkan diri kepada Allah swt dan beribadah hanya kepada-Nya selanjutnya perintah berbakti kepada kedua orang tua. Harus dipahami bahwa bakti kepada orang tua yang diperintahkan agama islam yaitu bersikap sopan, santun, ramah kepada keduanya dalam ucapan dan perbuatan sesuai dengan adat kebiasaan masyarakat sehingga mereka merasa senang terhadap kita serta mencukupi kebutuhan-kebutuhan mereka yang sah dan wajar sesuai dengan kemampuan kita sebagai anak dan baktinya anak kepada orang tuanya. Ayat ini menjelaskan tentang janganlah sekali-kali engkau mengatakan “ah” atau suara dan kata yang mengandung makna kemarahan, pelecehan atau kekejaman, walau sebanyak dan sebesar apapun pengabdiamu dan pemeliharaanmu kepadanya (ibu bapak ) dan janganlah engkau membentak-bentak keduanya menyangkut mereka lakukan, apalagi melakukan yang lebih buruk dari membentak dan ucapkanlah kepada keduanya dalam setiao percakapan perkataan yang mulia yakni perkataan yang baik, lembut dan penuh kebaikan serta penghormatan kepada keduanya. Pada ayat 24 menjelaskan tentang ayat ini memerintahkan kepada anak dan rendahkanlah dirimu terhadap mereka berdua yakni ibu bapak mu serta didorong kasih syang kepada keduanya bukan karena takut dicela orang atau malu bila tidak menghormatinya dan ucapkanlah yakni berdoalah untuk keduanya dengan tulus wahai tuhanku yang memelihara dan mendidik aku antara lain yang menanamkan kasih pada ibu bapakku, kasihilah mereka keduanya disebabkan karena mereka berdua telah melimpahkan kasih kepadaku antara lain dengan mendidikku,

menjagaku, merawatku diwaktu kecil. Pada ayat ini juga seorang anak diminta untuk merendahkan diri kepada kedua orang tuanya terdorong oleh penghormatan dan rasa takut melakukan hal-hal yang tidak sesuai dengan kedudukan ibu bapaknya dan rendah hati didalam ayat ini bagian dari rasa tanggung jawab dalam bakti kepada orang tua. Di dalam ayat 24 ini juga menuntun agar anak mendoakan kedua orang tuanya, hanya saja ulama menegaskan bahwamemanjatkan doa untuk kedua orang tua yang dianjurkan disini adalah bagi yang muslim, baik orang tuanya masih hidup maupun telah telah wafat.<sup>44</sup>



---

<sup>44</sup> M. Quraish Shibab, Tafsir al-Misbah, ( Jakarta: Lentera Hati, 2004), Hal 441-446

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Pendekatan dan Metode Penelitian

Metode penelitian adalah cara ilmiah dalam mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu dan penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Penelitian kualitatif merupakan metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat postpositivisme yang digunakan untuk meneliti pada kondisi objek alamiah yang mana peneliti sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi/gabungan, analisis data bersifat induktif/kualitatif, dan hasil penelitian lebih menekankan dari pada generalisasi.<sup>1</sup>

Menurut Denzin & Lincoln penelitian kualitatif adalah latar alamiah dengan menjelaskan sebuah fenomena yang terjadi dan dilakukan dengan melibatkan berbagai metode yang ada. Penelitian kualitatif berusaha untuk menemukan dan menggambarkan secara naratif kegiatan yang dilakukan serta dampak dari tindakan yang dilakukuan terhadap kehidupab mereka.<sup>2</sup>

Dengan demikian penelitian kualitatif sesuai dengan judul Urgensi Bimbingan Kelompok Untuk Menangani Kesepian Pada Warga lansia Di Panti Jompo Rumoh Geunaseh Sayang, karena permasalahan dalam penelitian ini tidak menggunakan angka akan tetapi berfokus pada menggambarkan dan

---

<sup>1</sup> Sugiyono , *Metode Penelitian Kuantitatif, kualitatif, dan R & D*, (Bandung: CV Alfabeta, 2016), Hal. 9.

<sup>2</sup> Muhammad Rijal Fadli, *Memahami Desain Metode Penelitian Kualitatif*, Jurnal Humanika, Vol., 21, No. 1, 2021, Hal. 36

menguraikan tentang Urgensi Bimbingan Kelompok untuk Menangani Kesenjangan Pada Lansia Di Panti Jompo Rumoh Geunaseh Sayang.

## **B. Subjek Penelitian dan Teknik Pengambilan Sampel**

Subjek penelitian yang berupa individu dapat dikenal dengan istilah “responden” atau “informan”. Akan tetapi pada dasarnya keduanya merujuk kepada subjek penelitian. Umumnya istilah “responden” digunakan dalam konteks penelitian kuantitatif, sedangkan istilah “informan” digunakan secara khusus dalam penelitian kualitatif. Pada penelitian kualitatif, subjek penelitian merujuk pada individu yang berada di dalam konteks penelitian dan menjadi sumber informasi.<sup>3</sup>

Penelitian ini menggunakan *teknik purposive sampling*, teknik ini dilakukan dengan cara menentukan kriteria khusus atau pertimbangan karakteristik tertentu terhadap sampel atau subjek penelitian yang akan diteliti.<sup>4</sup> Adapun pada penelitian ini yang menjadi sampel penelitian memiliki kriteria khusus sebagai berikut :

- a. Populasi jumlah staff di panti jompo 41 tenaga kerja, namun terbagi lagi menjadi dua yaitu tenaga kerja kontrak terdapat 29 orang dan pegawai negeri sipil 12. Yang menjadi sampel 3 tenaga kerja, 1 tenaga kerja kontrak dan 2 pegawai negeri sipil dengan kriteria :
  1. Sudah bekerja di panti jompo selama 15 tahun

---

<sup>3</sup> Mochamad Nashrullah, dkk, *Metodologi Penelitian Pendidikan (Prosedur Penelitian, Subyek Penelitian, dan Pengembangan Teknik Pengumpulan Data)*, (Sidoarjo: Umsida Press, 2023), Hal. 21.

<sup>4</sup> Rahmadi, *Pengantar Metodologi Penelitian*, (Banjarmasin: Antasari Press, 2011), Hal

2. Pengasuh lansia

3. Psikolog panti jompo

b. Populasi jumlah keseluruhan lansia di panti jompo terdapat 55 lansia, yang menjadi sampel ada 3 lansia dengan kriteria :

1. Usia 60- 70 tahun

2. Jenis kelamin wanita

3. Lansia yang sudah lama tinggal di panti jompo

4. Sudah ditentukan oleh pihak panti jompo.

### C. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah cara yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data yang diperlukan dalam penelitian. Menurut Leedy & Ormrod, teknik pengumpulan data merupakan metode atau prosedur yang digunakan untuk mengumpulkan informasi atau data subjek penelitian. Melalui pengamatan, wawancara, kuesioner, atau sumber data lainnya.<sup>5</sup> Dalam penelitian ini menggunakan 3 teknik pengumpulan data sebagai berikut :

1. Observasi

Menurut Young 7 Schmidt observasi adalah pengamatan sistematis yang berkenaan dengan perhatian terhadap fenomena-fenomena yang nampak serta digunakan untuk mendapatkan data dari hasil pengamatan. Observasi terbagi menjadi dua bagian yaitu *participant observation* yaitu peneliti ikut melakukan apa yang dikerjakan oleh sumber data, sedangkan *non participant observation* yaitu peneliti tidak terlibat dalam kegiatan

---

<sup>5</sup> Mochamad Nashrullah, dkk, *Metodologi Penelitian ...*, Hal. 50.

yang dilakukan oleh sumber data, akan tetapi peneliti hanya sebagai pengamat sehingga tidak mendapatkan data secara mendalam.<sup>6</sup> Penelitian ini menggunakan observation non participant.

## 2. Wawancara

Wawancara adalah salah satu pengambilan data dengan melalui komunikasi lisan dalam bentuk terstruktur, semi struktur, tidak terstruktur. Wawancara terstruktur yaitu wawancara yang sudah diarahkan dengan sejumlah pertanyaan secara formal, semi struktur yaitu wawancara yang sudah diarahkan oleh beberapa daftar pertanyaan tidak tertutup yang mana ada kemungkinan munculnya pertanyaan yang baru dan ide muncul secara spontan sesuai dengan konteks pembicaraan yang dilakukannya. Dan yang terakhir wawancara tidak terstruktur yaitu wawancara yang mana peneliti hanya berfokus pada pusat-pusat permasalahan yang tampak diikat format tertentu.<sup>7</sup> Dalam penelitian ini menggunakan wawancara semi struktur, dengan tujuan untuk menemukan permasalahan secara lebih terbuka, dan peneliti harus mendengar dengan baik serta mencatat apa yang dikatakan informan.

## 3. Dokumentasi

Dokumentasi adalah unsur dari penelitian yang terdapat pada penelitian yang bersifat kualitatif dan dokumentasi yaitu suatu kegiatan

---

<sup>6</sup> Sulaiman saat & Siti Mania, *Pengantar Metodologi Penelitian*, ( Sulawesi Selatan: Pustaka Almaida, 2020), Hal. 95.

<sup>7</sup> Nursapiah, *Penelitian Kualitatif*, (Medan: Wal Ashri, 2020), Hal.122

yang mana mengumpulkan data dalam bentuk visual. Dokumentasi sering dikatakan salah satu teknik pengumpulan data dengan melalui foto. Dokumentasi dalam penelitian yaitu proses pengumpulan dan penyimpanan semua informasi mengenai suatu penelitian yang termasuk data, metode, analisis, dan hasilnya.<sup>8</sup>

#### **D. Teknik Analisis Data**

Analisis data merupakan salah satu proses penelitian yang dilakukan setelah mengumpulkan semua informasi yang diperlukan untuk memecahkan masalah yang diteliti yang memerlukan ketajaman dan keakuratan penggunaan alat analisis, hal tersebut dapat menentukan keakuratan kesimpulan.<sup>9</sup> Tahapan dalam analisis data pada penelitian terbagi menjadi 3 tahapan sebagai berikut:

##### **1. Reduksi data**

Reduksi data adalah proses pemilihan atau seleksi, pemusatan perhatian atau pemfokusan dan penyerdahaan dari semua jenis informasi yang mendukung data penelitian yang diperoleh dan dicatat selama proses penelitian yang dilapang.<sup>10</sup>

---

<sup>8</sup> Fenny Rita Fiantika, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, ( Padang: PT. Global Eksekutif Teknologi, 2022), Hal 24

<sup>9</sup> Ahlan Syaeful Millah, dkk, *Analisis Data Dalam Penelitian Tindakan Kelas*, Jurnal Kreativitas Mahasiswa, Vol. 1, No. 2, 2023, Hal. 141.

<sup>10</sup> Rony Zulfirman, *Implementasi Metode Outdoor Learning Dalam Peningkatan Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di MAN 1 Medan*, Jurnal Penelitian, Vol.3, No. 2, 2022, Hal, 150

## 2. Penyajian data

Penyajian data adalah proses mengorganisir dan menyajikan informasi dalam format yang mudah dimengerti dan diinterpretasikan oleh pembaca. Penyajian data dapat dilakukan dengan menggunakan tabel, grafik, pictogram, dan sebagainya. Akan tetapi penyajian pada penelitian kualitatif dengan teks yang bersifat naratif, dengan adanya penyajian data akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi dan yang direncanakan selanjutnya.<sup>11</sup>

## 3. Menari Kesimpulan/Verifikasi

Verifikasi adalah pengampilan dari permulaan, pengumpulan data, alur, sebab, akibat dan proporsi lainnya. Kesimpulan pada penelitian kualitatif mungkin dapat menjawab rumusan masalah sejak awal, dan ada kemungkinan tidak dapat menjawab rumusan masalah. Rumusan masalah pada penelitian kualitatif hanya bersifat semestara dan akan berkembang setelah melakukan penelitian di lapangan. Verifikasi pada penelitian kualitatif diharapkan dapat memunculkan temuan baru yang mana sebelumnya belum ada.<sup>12</sup>

---

<sup>11</sup> Sirajuddin Saleh, *Analisis Data Kualitatif*, ( Bandung: Pustaka Ramadhan, 2017), Hal

<sup>12</sup> Muhammad Rijal Fadli, *Memahami Desain Metode ...*, Hal. 45.



## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Gambaran Umum Objek Penelitian

##### 1. Sejarah Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang

Pada tahun 1979 panti ini berdiri dengan nama Sasana Tresna Werdha Meuligou Banda Aceh. Panti tersebut tunduk di bawah departemen sosial dengan surat keputusan menteri sosial nomor 41/HUK/ IX/ 1979 tentang kedudukan, tugas, fungsi, dan susunan organisasi tata kerja panti dan sasana di lingkungan departemen sosial, dan tiga tahun kemudian melalui surat keputusan menteri sosial nomor 32/HUK/KEP/V/1982 tentang pembentukan Sasana Tresna Werdha di empat belas tempat. Perubahan pertama diberi nama Panti Sosial Tresna Werdha Meuligou Banda Aceh karena ada pembakuan penamaan unit pelaksana teknis pusat Sasana di lingkungan departemen sosial berdasarkan keputusan menteri sosial nomor 14 tahun 1994 tanggal 23 april 1994 dan satu kemudian kemudian melalui keputusan menteri sosial nomor 22/HUK/1995 tentang organisasi dan tata kerja panti sosial di lingkungan departemen sosial.<sup>1</sup>

Perubahan kedua karena ada kesempatan di daerah untuk melakukan pemerintah otonomi melalui pemerintah daerah sebagai induknya instansi Dinas Sosial Propinsi Nanggroe Aceh Darussalam yang diberi nama Unit Pelaksana Teknis Daerah Panti Sosial Meuligoe Jroh Naguna (UPTD PSMJ)

---

<sup>1</sup> Sumber dokumentasi: Profil Panti Jompo RSGS

Banda Aceh (2001 s.d 2010) merupakan penggabungan dua nama panti yaitu PSTW dengan PSBR tunduk kepada pemerintah daerah dengan surat keputusan Gubernur Nanggroe Aceh Darussalam nomor 53 tahun 2001 tanggal 28 november 2001 tentang susunan organisasi dan tata kerja UPTD Panti Sosial Meuligoe Jroh Naguna Banda Aceh.

Perubahan yang ketiga sebagai pelaksanaan efisiensi kinerja pemerintahan di lingkungan panti dengan nama unit Pelaksana Teknis Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang (UPTD RSG) Ulee Kareng Banda Aceh berdasarkan surat keputusan Gubernur Aceh nomor 29 tahun 2009 tanggal 17 Maret 2009 yang operasional nya sesudah ada dilantik Pejabat eselon III sebagai Kepala UPTD Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang Banda Aceh bapak Rusdi Husin, SE yang memimpin sejak (21 Januari 2011 s.d 31 Maret 2013) yang kemudian di isi pejabat non definitive bapak Drs. Razali sejak (11 Juni 2013 s.d 7 Februari 2014) yang saat itu masih status eselon IV/a sebagai Kepala Sub Bagian Tata Usaha UPTD RSGS, kemudian dilantik pejabat definitive eselon III/a yaitu bapak Drs. Ramlan Efendi sebagai Kepala UPTD Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang Banda Aceh sejak (11 Februari 2014 s.d. 2 Juli 2016 (karena tutup usia) dan kemudian dilanjutkan masa transisi oleh bapak di Darwis,S.ST,M.Si sebagai Pit. Kepala UPTD Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang sejak (18 Juli 2016 s.d. 30 Januari 2017) dan kemudian dilanjutkan Kepala UPTD Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang Banda Aceh Eselon III/a oleh ibu Intan Melya, A,Ks,M.Si sejak (31 Januari 2017 s.d. sekarang).

## 2. Kondisi Umum Panti Jompo Rumoh Geunaseh Sayang

UPTD Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang terletak di Desa Lamglumpang Kecamatan Ulee Kareng Kota Banda Aceh. Di UPTD Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang terdapat 27 lansia laki-laki dan 28 lansia perempuan, sedangkan untuk tenaga kerja berjumlah 41 tenaga kerja.

| No  | Fasilitas Dalam Panti               | Jumlah                     |
|-----|-------------------------------------|----------------------------|
| 1.  | Wisma                               | 10 wisma ( 50 kamar tidur) |
| 2.  | Mushalla                            | 1 unit                     |
| 3.  | poliknik                            | 1 unit                     |
| 4.  | Ruang aula                          | 1 unit                     |
| 5.  | Area tanah kuburan                  | 1 petak                    |
| 6.  | Mobil ambulance                     | 1 unit                     |
| 7.  | Dapur umum lengkap dengan peralatan | 1 unit                     |
| 8.  | Tenaga perawat                      | orang                      |
| 9.  | Tenaga dokter spesialis             | 4 orang                    |
| 10. | Makan disediakan                    | 3x sehari                  |
| 11. | Mobil dinas                         | 1 unit                     |
| 12. | Tim motivator                       | 12 orang                   |

Sumber data: dokumentasi Panti Jompo RSGS 2024

### 3. Visi dan Misi

#### a. Visi :

Terpenuhinya kebutuhan hidup para lanjut usia keluarga binaan pada UPTD Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang yaitu kesehatan jasmaniah, rohaniah dan sosial dengan baik sehingga mereka dapat menikmati hari tuanya dengan diliputi ketentaraman lahir dan batin.<sup>1</sup>

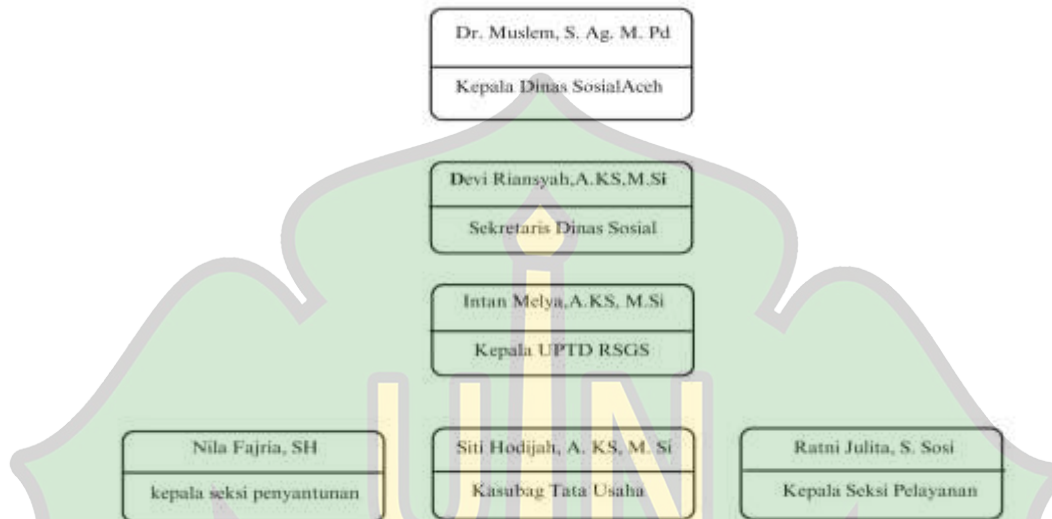
#### c. Misi :

1. Melayani/menyantuni para lanjut usia yang terlantar, miskin dan mempunyai masalah sosial untuk kelangsungan hidupnya dalam menikmati hari tua.
2. Memberikan jaminan kehidupan secara wajar baik fisik, kesehatan, sosial, spiritual, psikologis.
3. Ikut menikmati hasil pembangunan tanpa mendapat tekanan, hinaan sekaligus mendapat perhatian seluruh masyarakat maupun negara.
4. Mengembangkan prakarsa dan peran serta masyarakat dalam bidang kesejahteraan sosial khususnya kepada para lanjut usia dalam menikmati hari tuanya.
5. Memberikan bimbingan mental keagamaan, fisik, sosial dan keterampilan dan bimbingan cara hidup sehat, agar terbina keluarga dan masyarakat yang sehat.
6. Melaksanakan gotong royong dengan penuh keikhlasan untuk menyelesaikan permasalahan klien.

---

<sup>1</sup> Sumber data: dokumentasi Panti Jompo RSGS 2024

#### 4. Struktur Organisasi



Sumber data: dokumentasi Panti Jompo RSGS 2024

#### 5. Jadwal Kegiatan Harian Lansia

| Hari   | Kegiatan         | Waktu               | Tempat   |
|--------|------------------|---------------------|----------|
| Senin  | Shalat berjamaah | Setiap waktu shalat | Mushalla |
|        | Tahlilan         | 9.00-10.00          | Mushalla |
| Selasa | Sholat berjamaah | Setiap waktu shalat | Mushalla |
|        | Pengajian        | 9.00-11.00          | Mushalla |
| Rabu   | Sholat berjamaah | Setiap waktu shalat | Mushalla |
|        | Seminar dengan   | 9.00-11.00          | Mushalla |

|       |                                 |                     |          |
|-------|---------------------------------|---------------------|----------|
|       | psikolog                        |                     |          |
| Kamis | Sholat berjamaah                | Setiap waktu sholat | Mushalla |
|       | Tahlilan dan baca yasin Bersama | Ba,da magrib        | Mushalla |
| Jumat | Sholat berjamaah                | Setiap waktu sholat | Mushalla |
|       | Senam lansia                    | 8.00- 11.00         | Aula     |

Sumber data: dokumentasi Panti Jompo RSGS 2024

## 6. Program Panti Jompo

a. Sasaran pembinaan pada panti jompo rumah geunaseh sayang adalah lanjut usia terlantar. Untuk proses pembinaan terdiri dari beberapa tahap :

1. Pendekatan awal
2. Orientasi dan konsultasi
3. Identifikasi
4. Motivasi dan seleksi
5. Pelaksanaan pembinaan/ pelayanan dalam panti
6. Tahap penerimaan
7. Pelaksanaan pelayanan dan pembinaan meliputi: pemenuhan dan penyediaan pangan, papan, sandang, dan Kesehatan.

b. Bimbingan

1. Bimbingan fisik : senam manula dan jalan santai
2. Bimbingan mental/ keagamaan : shalat berjamaah, ceramah agama, membaca al-quran, wirid, zikir, tahlillan, dan lain-lain.
3. Bimbingan sosial : sikap, etika, perilaku, dan sosialisasi

c. Terminasi

1. Dikembalikan ke keluarga yang sudah memiliki kemampuan untuk memberi pelayanan dan penyantunan.
2. Bila lanjut usia binaan meninggal dunia, penguburan dilakukan oleh negara di tanah makam pada UPTD Rumoh Geunaseh Sayang atau dijemput/ diantar ke daerah asal.<sup>2</sup>

**B. Hasil Penelitian**

Hasil penelitian yang didapatkan di Panti Jompo Rumoh Geunaseh Sayang dengan menggunakan teknik data dalam penelitian ini yaitu wawancara dan dokumentasi. Maka yang menjadi poin penelitian berdasarkan dari rumusan masalah yaitu : (1) faktor-faktor yang mempengaruhi kesepian pada lansia, dan (2) urgensi bimbingan kelompok dalam menangani kesepian pada lansia di Panti Jompo Rumoh Geunaseh Sayang.

---

<sup>2</sup> Sumber dokumentasi: Profil Panti Jompo RSGS

## 1. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesepian Pada Lansia

Adapun hasil wawancara dengan informan mengenai faktor kesepian pada lansia yang terbagi menjadi dua faktor instrinsik dan faktor ekstrinsik dari kedua faktor tersebut terbagi menjadi beberapa bagian, pada faktor instrinsik terbagi menjadi dua keikutsertaan dalam kelompok sosial dan kepribadian, sedangkan faktor ekstrinsik terbagi menjadi tiga bagian yaitu lingkungan, peristiwa pada masa lalu/trauma dan kondisi personal. Berikut Hasil wawancara pada lansia berinsial J mengenai mengatakan bahwa:

“Hubungan saya dengan lansia yang lain baik, namun terkadang ada selisih paham antara saya dengan teman lansia mengenai sesuatu hal atau adanya perbedaan pendapat diantara saya dengan lansia lain.”

“Saya senang mengikuti kegiatan yang diadakan oleh panti jompo, Salah satunya menjahit karena menjahit sudah menjadi hobi saya sejak dulu. Namun dalam mengikuti kegiatan menjahit saya tidak bisa seperti dulu yang bisa sampai akhir mengikutinya dan bahkan untuk kegiatan yang lain terkadang tidak bisa mengikuti sampai akhir dikarenakan kemampuan fisik yang sudah melemah”.

“Saya tidak memiliki teman akrab di panti jompo tapi teman berteman dengan baik sesama lain untuk menjadi teman curhat saya tidak punya”

“Hal yang pasti saya lakukan ketika merasa kesepian berzikir, mengaji dan sholat, saya pun juga mengikut kegiatan kelompok sosial yang diadakan agar dapat bertemu dengan lansia yang lansia serta dapat bertemu dengan orang dari luar panti untuk memberikan hal yang baru.”<sup>3</sup>

Hasil wawancara dengan informan berinsial N mengatakan bahwa :

“Hubungan saya dengan lansia yang baik dan tidak memiliki permasalahan secara pribadi karena saya mengaja pertemanan dan saya tidak suka mencari keributan dengan orang lain dan saya

---

<sup>3</sup> Wawancara dengan informan J, pada 1 Juli 2024, Panti Jompo RSGS



selalu ikut kegiatan kelompok jadi pasti bertemu dengan lansia dari wisma yang lain.”

“Saya memiliki satu orang teman akrab dan bertukar cerita dengan pengasuh juga mengenai hal yang sedang saya pikir atau ketika saya sudah pusing.”

“ Untuk kegiatan kelompok sosial saya selalu mengikutinya seperti pengajian, senam dan kerajinan. Namun untuk kegiatan yang khusus saya sukai tidak ada dan terkadang saya tidak sepenuhnya mengikuti kegiatan sampek akhir karena tidak sanggup dan kembali ke wisma untuk beristirahat”.

“Tidak kegiatan khusus yang saya lakukan ketika merasa kesepian, saya hanya mengikuti kegiatan yang diadakan oleh pihak panti jompo saja.”<sup>4</sup>

Hasil wawancara dengan informan berinsial M mengatakan bahwa:

“Hubungannya dengan lansia lain baik dan tidak memiliki permasalahan baik itu dengan lansia satu wisma ataupun dengan lansia dari wisma yang lain.”

“Saya tidak memiliki teman akrab karena saya berteman dengan semua lansia, untuk bertukar cerita terkadang saya bercerita dengan lansia satu wisma dengan saya tapi hanya sekedar saja.”

“Saya sering mengikuti kegiatan yang diadakan, dan paling menyenangkan ketika ada dilakukan acara rekreasi karena dapat melihat suasana yang baru dan berbeda serta saya dapat menghilangkan rasa bosan.”

“Saya tidak memiliki kegiatan khusus yang dapat saya lakukan ketika merasa kesepian dan saya memiliki masalah dengan pendengaran jadi ada keterbasan dalam mengikuti kegiatan kelompok sosial tapi saya tetap mengikutinya agar tidak bosan dan bisa menambah pengetahuan yang lebih”.<sup>5</sup>

Hasil wawancara dengan staff pekerja dengan infroman berinsial

T mengatakan bahwa:

---

<sup>4</sup> Wawancara dengan informan N, pada 1 Juli 2024, Panti jompo RSGS

<sup>5</sup> Wawancara dengan informan M, pada 1 Juli 2024, Panti Jompo RSGs

“Interaksi saya dengan lansia baik dan kami sebagai staff pasti memberikan pelayanan yang bagus kepada lansia bersama kami mereka menjadi teman, bukan hanya itu menjadi tempat untuk bertukar cerita dan berkeluh kesah”

“Sering lansia mengikuti kegiatan dalam kelompok sosial, namun tidak semua lansia mengikutinya dikarenakan sakit dan hanya beristirahat di wisma saja”

“Lansia selalu mengikuti kegiatan kelompok seperti pengajian, senam, tahlillan, dan bimbingan kerajinan. Dan memang sudah terjadwal semua kegiatan yang akan lansia ikuti, namun lansia hanya bisa mengikuti satu atau dua kegiatan saja tidak bisa melakukan banyak kegiatan dalam satu hari, dikarenakan tidak semua lansia mengikutinya disebabkan adanya kemampuan fisik yang melemah dan membuat lansia harus banyak istirahat. Oleh sebab itu beberapa lansia tidak bisa mengikuti kegiatan kelompok sosial dan hanya beristirahat di wisma saja mungkin disitu bisa saja muncul rasa bosan dan kesepian”.<sup>6</sup>

Hasil wawancara dengan pengasuh berinsisial YI mengatakan bahwa:

“Interaksi saya dengan lansia baik dan saya merupakan pengasuh lansia selalu merawat dan menjaga lansia serta membantu menyiapkan kebutuhannya, jadi saya selalu bertemu dengan lansia.”

“Lansia memiliki jadwal kegiatan setiap harinya yang selalu dilakukan dan mereka selalu ikut berpartisipasi dalam kegiatan serta suka berpartisipasi kegiatan kelompok sosial.”

“ Beberapa lansia yang malas mengikuti kegiatan tersebut dengan berbagai alasan dan harus dibujuk agar dapat mengikuti kegiatan dan sebagian lansia memang sakit yang mana tidak dapat mengikuti kegiatan kelompok sosial, mengharuskan lansia untuk beristirahat serta lansia yang lain tetap mengikuti kegiatan seperti biasanya.”<sup>7</sup>

---

<sup>6</sup> Wawancara dengan informan T, pada Juli 2024, Panti Jompo RSGS

<sup>7</sup> Wawancara dengan informan YI, pada Juli 2024, Panti Jompo RSGS

Hasil wawancara dengan informan lansia berinisial J mengatakan bahwa:

“Perubahan kehidupan yang dialami oleh lansia tersebut membuat dirinya merasa sedih terhadap yang telah menyimpannya, jauh dari keluarga dan kehilangan kerabat dan anak, menjadi salah satu korban tsunami. Namun saya mencoba menerima semua yang telah terjadi dan memerlukan waktu yang lama untuk bisa menerimanya.”

“Pertama kali diantar ke panti jompo saya merasa sedih karena saya beranggapan seperti tidak diterima oleh keluarga. Namun saya mencoba untuk menerima keadaan dan mencoba memahaminya ternyata kehidupan di panti jompo tidak seperti yang saya bayangkan, ternyata alasan saya dibawa kesini agar ada dapat dijaga dan dirawat dengan baik, namun masih ada rasa sedih di hati karena jauh dari keluarga dan kehilangan anak dan suami.

“Adanya perubahan kegiatan pada awalnya saya bekerja sebagai penjahit yang selalu menerima pesanan namun sekarang hanya melakukan kegiatan sesuai jadwal di panti jompo saja.”

“Rasa kesepian selalu muncul terutama ketika puasa dan lebaran yang mana semua orang berkumpul dengan keluarga, akan tetapi saya menanganinya dengan mengaji dan berzikir untuk mengurangi rasa kesepian tersebut”.<sup>8</sup>

Hasil wawancara dengan informan lansia berinisial N mengatakan bahwa:

“Pasti adanya perubahan dalam hidup ini, mau atau tidak saya harus bisa menerima walaupun pasti ada rasa sedih dan kesal tidak bisa menjalankan kehidupan seperti dulu lagi dan sekarang jauh dari keluarga.”

“Selama disini saya merasa baik dan nyaman dengan lingkungan panti jompo hanya saja saya sedih ketika anak tidak mengunjung, namun mencoba untuk memahami kondisi anak juga.”

“Adanya perubahan aktivitas dalam hidup yang saya rasakan ketika dulu dapat melakukan apapun dengan kuat tapi sekarang

---

<sup>8</sup> Wawancara dengan informan J, pada 1 Juli 2024, Panti Jompo RSGS

tidak bisa melakukan semuanya dengan baik karena adanya kemampuan fisik yang sudah melemah.”

“ketika sakit saya ingin sekali dikeliling oleh keluarga namun terkadang tidak selalu bertemu walaupun anak menjenguk saya sakit, disitulah saya merasa kesepian karena tidak dikelilingi oleh keluarga”.<sup>9</sup>

Hasil wawancara dengan informan lansia berinsial M, mengatakan bahwa:

“Adanya rasa susah untuk menerima perubahan dalam hidup ini, jauh dari anak dan kerabat membuat saya sedih tapi dengan saya tinggal di panti jompo saya merasa nyaman karena saya bisa lebih bisa fokus dalam ibadah karena semua kebutuhan yang sudah terpenuhi disini, dan tidak membuat keluarga merasa terbebani dan anak sesekali menjenguk saya dipanti.”

“Perubahan kegiatan yang saya alami sama dengan lansia N, dan pendengaran saya sudah berkurang hal itu yang membuat kegiatan saya dengan orang lain terganggu.”

“Namun ketika mereka tidak datang menjenguk disitulah saya merasa sedih karena tidak dapat bertemu dengan mereka munculnya rasa kesepian karena merasa tidak disayangi dan jauh dari mereka. Tapi saya selalu mencoba untuk mengerti mungkin mereka sibuk atau tidak ada uang.”<sup>10</sup>

Berkenaan dengan hasil wawancara dengan informan berinsial D sebagai psikolog mengatakan bahwa :

“Keluhan yang sering didapatkan dari lansia yaitu mengenai kesehatan fisik mereka yang menurun, hal tersebut dapat menimbulkan stress dan merasa diri tidak diperhatikan atau dipedulikan oleh keluarga apabila keluarga tidak datang menjenguknya dan adanya konflik keluarga yang dialami lansia sehingga jauh dari keluarga.”

“Rasa dijauhkan dan merasa tidak diperhatikan oleh keluarga, munculnya ketika mereka sedang sakit atau ketika dalam momen

<sup>9</sup> Wawancara dengan informan N, pada 1 Juli 2024, Panti Jompo RSGS

<sup>10</sup> Wawancara dengan infroman M, pada 1 Juli 2024, Panti Jompo RSGS

yang dihari tersebut seharusnya bersama keluarga tapi tidak bisa mereka rasakan.”

“Lansia yang merasa kesepian terkadang tidak mereka tunjukkan secara jelas, namun ketika ditanya beberapa diantara lansia tersebut merasakan kesepian.”

Hasil wawancara dengan informan berinsial T selaku staff kerja mengatakan bahwa :

“ Lansia disini rata-rata mengalami kesepian, dikarenakan jauh dari keluarga dan adanya tidak mempunyai keluarga.”

“Perasaan dijauhkan dan tidak anggap mungkin pasti ada bagi lansia kesepian. ketika sakit tidak bersama keluarga dan lansia yang tidak memiliki keluarga pasti merasakannya.”

“Mereka sering bercerita tentang kehidupan tentang masa mudanya dan hal itu terus lansia ceritakan sebagai petugas hanya bisa mendengarkan. Untuk keluhan yang lain mengenai sakit yang dialaminya dan masalah yang lainnya. Ketika sakit lansia ingin selalu dekat dengan keluarganya dan apabila tidak jenguk lansia merasa sedih”<sup>11</sup>

hasil wawancara dengan informan lansia berinsial J mengatakan bahwa:

“Lingkungan sosial di panti jompo dapat saya temukan ketika dalam setiap kegiatan yang diadakan di panti jompo, dan masih ada bertemu dan bicara dengan orang lain selain lansia panti dan staff atau pengasuh dalam suatu kegiatan panti seperti tausiah, tahlillan, senam dll.”

“Interaksi dengan orang lain selain lansia di panti dan staff atau pengasuh ketika ada kegiatan tausiah, senam, sosialisasi dan anak-anak mahasiswa yang sedang melakukan penelitian”

“Pengasuh dan staff panti jompo memberikan dukungan yang baik terhadap saya akan tetapi dukungan dari keluarga yang diperlukan, untuk hubungan dengan sesama yang lain baik, namun terkadang ada selisih paham antar lansia yang lain mengenai sesuatu hal atau adanya perbedaan pendapat di antara saya dengan lansia lain seperti ketika saya memberi tahu

---

<sup>11</sup> Wawancara dengan informan T, pada 24 Juli 2024, Panti Jompo RSGS

informasi mereka tidak setuju dan ketika saya menegur hal yang kurang benar muka langsung berubah. Namun saya tidak terlalu memperdulikan respon mereka”.<sup>12</sup>

Hasil wawancara dengan informan lansia berinsial N mengatakan

bahwa:

“Saya tidak merasa terkurung disini, namun terkadang saya merasa bosan aja untuk lingkungan sosial disini seperti di wisma kami terdiri dua dan tiga lansia terkadang kami duduk di depan teras wisma untuk bercerita dan ketika dilakukan kegiatan rutintas sehari seperti sholat berjamaah, tausiah, senam, dan lain-lain.”

“Sering karena kegiatan di panti sudah diatur dan kami selalu mengikuti kegiatan dan bertemu dengan orang lain dan dalam sehari kami melakukan satu kegiatan dan setelah istirahat dan menunggu waktu sholat berjamaah.”

“Lingkungan sosial di panti jompo baik dan hubungan saya dengan pengasuh baik saya selalu bertukar cerita dan hubungan dengan lansia terkadang baik dan tidak pasti adanya perbedaan pendapat dan saya mencoba untuk menerimanya saja.”<sup>13</sup>

Hasil wawancara dengan informan lansia berinsial M mengatakan

bahwa:

“Saya sering bertemu dengan orang lain ketika adanya kegiatan seperti sosialisasi dan mahasiswa yang sedang melakukan penelitian serta terkadang saya dijenguk oleh anak saya.”

“Dukungan dari sesama lansia jarang saya dapatkan dan dukungan memang sangat diperlukan terlebih yang memberikan dukungan tersebut adalah keluarga atau kerabat itu yang diperlukan.”

“Dukungan yang diberikan oleh pengasuh dan psikolog baik, namun yang saya butuhkan dukungan dari keluarga yang jarang saya dapatkan dikarenakan jarang bertemu dengan mereka, hal itu

Hasil wawancara dengan informan pengasuh berinsial YI

mengatakan bahwa:

---

<sup>12</sup> Wawancara dengan informan berinsial J, pada 1 Juli, 2024

<sup>13</sup> Wawancara dengan informan berinsial N, pada 1 Juli 2024

“Tentu saja kami memberikan dukungan kepada lansia karena hanya kepada kami mereka bercerita dan berkeluh kesah dan bertanya pendapat. Mereka butuh perhatian dari lingkungan terutama keluarga, sebagian lansia di panti masih mendapatkan perhatian dari keluarga. Namun ada lansia yang tidak memiliki keluarga lagi dan hal tersebut tidak dapat dirasakan mereka. Keluhan mengenai kesepian pada lansia tidak mereka nampak secara jelas, namun sebagian dari mereka menyatakan perasaan kesepian tersebut”.

“Lansia terkadang bercerita dan berkeluh kesah dengan saya mengenai sesuatu yang menjadi pikiran bagi dirinya, lansia butuh perhatian, kasih sayang dan didengarkan namun tidak semua yang diceritakan oleh mereka dikarenakan jauh dari keluarga bahkan ada lansia yang tidak memiliki keluarga lagi.”

“Keluhan mengenai kesepian dapat dilihat ketika mereka sedang bercerita mengenai dirinya, permasalahan keluarga serta ketika lansia sedang sakit.”<sup>14</sup>

Hasil wawancara dengan informan lansia berinisial J mengatakan bahwa :

“Saya pernah mengalami trauma dan menjadi korban tsunami mengalami stress berat selama tujuh bulan setelah tsunami. Keluarganya menjadi korban tsunami, hal tersebut saya stress dan trauma tidak dapat menjalankan kegiatan sehari-harinya, tidak nafsu makan, sedih yang berlaru-larut yang diingatnya hanya sholat dan mengaji. Selama itu saya mendekatkan diri kepada Allah dan tidak merasakan stress lagi, namun rasa kesepian selalu dirasakannya”.

“Ketika rasa kesepian muncul yang saya lakukan yaitu berzikir, mengaji dan sholat selalu mendekatkan diri dengan Allah itu yang dapat saya lakukan.”

“Selama di panti jompo terkadang saya merasa kesepian terutama Ketika lebaran dan puasa di mana semua orang berkumpul dan menyiapkan untuk berbuka dan merayakan lebaran Bersama itu selalu membuat saya sedih karena saya ingin sekali merasakan itu lagi namun hal tersebut sudah tidak dapat dirasakan.”<sup>15</sup>

---

<sup>14</sup> Wawancara dengan informan berinisial D, pada 1 Juli 2024

<sup>15</sup> Wawancara dengan informan berinisial M, pada 1 Juli 2024

Hasil wawancara dengan informan dapat disimpulkan bahwa terdapat tiga faktor yang mempengaruhi kesepian pada lansia yaitu keikutsertaan kelompok sosial, kepribadian, dan lingkungan. Lansia yang menjadi penghambat dalam lansia mengikuti kegiatan sosial di panti yaitu kemampuan fisik yang melemah yang mengharuskan untuk istirahat di wisma dan beberapa lansia malas mengikuti kegiatan kelompok. Kurang perhatian, kasih sayang dan dukungan dari keluarga. Hal tersebut menjadi penyebab kesepian pada lansia.

## **2. Urgensi Bimbingan Kelompok Untuk Menangani Kesepian Pada Warga Lansia di Panti Jompo Rumoh Geunaseh Sayang**

Adapun hasil wawancara dengan informan psikolog berinisial D mengatakan bahwa:

“Menurut saya penting dilakukan bimbingan kelompok kepada lansia agar dapat membantu lansia mengurangi kesepian. Di panti jompo hanya melakukan konseling individual dengan bimbingan kelompok lansia dapat lebih terbuka dan membangun interaksi yang baik, oleh karena itu menurut saya penting dilakukannya bimbingan kelompok.”

“Layanan bimbingan kelompok dapat membantu mengurangi kesepian karena dalam bimbingan kelompok adanya diskusi dan sharing sesama lansia, membangun interaksi yang baik dengan lansia lainnya atau dapat membantu lansia lebih terhubung dengan orang lain, serta mendapatkan pengetahuan yang baru dan dapat membuat lansia merasa dirinya didengarkan, dihargai dan disayang”.

“Ya, dengan bimbingan kelompok dapat membuat lansia lebih terhubung dengan orang lain karena dalam bimbingan kelompok adanya interaksi antar anggota dan yang pasti dalam kegiatannya dan sharing mengenai pengalaman serta bercerita pengalaman, jadi menurut saya itu dapat membuat lansia merasa terhubung dengan yang lain.”

“Ya bimbingan kelompok dapat membuat interaksi sesama menjadi baik sehingga dapat mengurangi kesepian pada lansia, karena dalam



bimbingan kelompok adanya dukungan dari antar anggota kelompok serta lansia dapat membuat lansia dalam mengatasi rintangan yang mungkin sedang dialami.”

“Menurut saya yang menjadi faktor penting dalam bimbingan kelompok yang dapat membantu menangani kesepian pada lansia yaitu adanya dukungan dari sesama anggota, interaksi dengan anggota kelompok, sharing pengalaman dan menambah wawasan.”<sup>16</sup>

Hasil wawancara dengan informan lansia berinsial J, mengatakan bahwa :

“Saya belum pernah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok akan tetapi untuk kegiatan kelompok saya selalu berpartisipasi dan saya suka mengikuti kegiatan kelompok dengan kegiatan kelompok seperti itu pasti bertemu sesama lansia yang lain dan orang lain jadi kami tidak merasa bosan dan jenuh serta dapat mengurangi kesepian yang saya rasakan.”

“Sepertinya penting dilakukan bimbingan kelompok apabila dapat mengurangi rasa kesepian dan dapat memberikan hal yang baru serta apabila bimbingan kelompok dapat membantu memecahkan masalah.”

“Dalam kegiatan kelompok saya pasti bertemu dengan orang lain dan sesama lansia disitu pasti adanya interaksi namun tidak terlalu mendalam hanya sekdar saja, mungkin dengan bimbingan kelompok dapat lebih terhubung dan dekat dengan orang lain dan sesama lansia.”<sup>17</sup>

Hasil wawancara dengan informan lansia berinsial N mengatakan bahwa:

“Untuk kegiatan bimbingan kelompok saya belum pernah mengikutinya, jika kegiatan tersebut dapat mengurangi kesepian seperti halnya penting untuk dilakukan dan sama hal dengan kegiatan kelompok yang lain”.

“Menurut saya penting dilakukan bimbingan kelompok seperti yang kamu jelaskan mengenai bimbingan kelompok dapat membuat hubungan sesama lansia menjadi lebih baik dan erat serta mendapatkan hal yang baru.”

---

<sup>16</sup> Wawancara dengan informan berinsial D, pada 1 Juli 2024

<sup>17</sup> Wawancara dengan informan berinsial J, pada 1 Juli 2024

“Dalam kegiatan kelompok memang ada bertemu dengan orang lain dan lansia namun kami hanya sekedar aja untuk mengikuti kegiatan untuk secara khusus paling ketika bertemu dengan psikolog, jadi bimbingan kelompok menurut saya seperti dapat membantu untuk lebih terhubungan dengan yang lain.”<sup>18</sup>

Hasil wawancara dengan informan lansia berinisial M mengatakan bahwa:

“Kegiatan bimbingan kelompok belum pernah saya ikuti, jika kegiatan tersebut memiliki tersebut bisa memberikan hal yang baru dan dapat mengurangi kesepian penting untuk dilakukan”.

“Penting dilakukan bimbingan kelompok apabila dapat mengurangi kesepian serta dapat mendiskusikan sesuatu hal yang kami tidak tau menjadi tau.”

“Menurut saya bimbingan kelompok dapat membantu saya untuk semakin terhubung dengan yang lain dan tidak menutupi diri dengan yang lainnya, jadi bimbingan kelompok dapat dilakukan.”

Berdasarkan hasil wawancara dengan seluruh informan dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dapat membantu lansia dalam menangani rasa kesepian, dengan melalui bimbingan kelompok dapat membantu mereka dalam memecahkan masalahnya, dapat mendiskusikan sesuatu hal yang mereka belum mereka ketahui, mendapatkan wawasan atau pengalaman dari lansia yang lain, membuat hubungan sesama lansia menjadi baik karena adanya interaksi, dan menjadi lebih terhubung dengan orang lain. Dan yang menjadi faktor penting bimbingan kelompok dapat dilakukan lansia yaitu adanya dukungan dari sesama anggota, interaksi dengan anggota kelompok, sharing pengalaman dan menambah wawasan.

Adapun bentuk dokumentasi yang peneliti dapatkan di lapangan yaitu beberapa foto kegiatan dan foto antara peneliti dan subjek penelitian, yang

---

<sup>18</sup> Wawancara dengan informan berinisial N, pada 1 Juli 2024

diambil untuk melengkapi keperluan dalam penelitian selanjutnya dianalisis sehingga dapat menjadi suatu Kesimpulan.



**Gambar 4. 1** kegiatan samadiah

Berdasarkan dokumentasi di atas kegiatan samadiah yang dilakukan di mushalla panti jompo. Kegiatan samadiah selalu dilakukan ketika adanya lansia yang meninggal dunia.



**Gambar 4. 2** kegiatan pengajian

Berdasarkan dokumentasi di atas kegiatan pengajian yang dilakukan di di mushalla.



**Gambar 4. 3** sholat berjamaah

Berdasarkan dokumentasi di atas merupakan sholat berjamaah yang dilaksanakan di mushalla.

Berdasarkan observasi dan wawancara menunjukkan bahwa ketiga lansia mengalami kesepian yang disebabkan kehilangan suami dan anak, jauh dari keluarga, kurangnya kasih sayang dan perhatian dari keluarga, memiliki permasalahan dengan kondisi personalnya. Dalam melakukan aktivitas lansia mengalami hambatan yang mana kemampuan fisik sudah melemah dan mengharuskan lansia untuk istirahat di wisma saja, hal seperti ini membuat lansia merasa dirinya tidak berguna dan merasa sedih sehingga dapat membuat lansia merasa kesepian. Layanan konseling yang diberikan secara individual untuk bimbingan kelompok belum diterapkan oleh pihak panti.

## C. Pembahasan

### 1. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kesenian Pada Lansia

Faktor- faktor yang mempengaruhi kesepian pada lansia terbagi menjadi dua faktor yaitu faktor eksternal dan faktor instrinsik, berikut penjelasan mengenai kedua faktor tersebut:

a. Faktor instrinsik terbagi menjadi dua bagian sebagai berikut:

1) Keikutsertaan kelompok sosial adalah proses Dimana individu bergabung dan berinteraksi dengan anggota lain dalam kelompok, seperti pada subjek penelitian berinisial J, M, dan N ketiga lansia tersebut senang mengikut kelompok sosial yang mana adanya interaksi dengan lansia lainnya akan tetapi adanya kemampuan fisik yang melemah dan membuat lansia di sepenuhnya mengikuti kegiatan kelompok sosial.

2) Kepribadian adalah keseluruhan cara individu bereaksi dan berinteraksi dengan individu lain, salah satu ciri yang menonjol seperti kecakapan sosial dan kesan yang ditunjukkan terhadap orang lain. Pada subjek penelitian berinisial J mengalami perubahan dalam hidup dikarenakan kehilangan keluarga akibat kejadian tsunami tahun 2004, lansia tersebut mengalami stress selama 7 bulan dan tidak melakukan apa-apa tapi tetap sholat dan mengaji Al-qur'an, tidak ingin bersosialisasi dan tidak makan hanya minum saja.

b. faktor eksinstrinsik terbagi menjadi tiga bagian sebagai berikut:

- 1) Lingkungan adalah faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang seseorang, dalam lingkungan adanya hubungan antar individu. Pada subjek penelitian berinisial J, N, M memiliki lingkungan yang baik di panti jompo namun yang dibutuhkan pada lansia dukungan dari kerabat dan keluarga karena lansia butuh perhatian dan kasih sayang dari orang terdekat, akan tetapi hal itu tidak dirasakan bagi lansia yang tidak memiliki keluarga lagi .
- 2) Peristiwa pada kehidupan/trauma adalah respon emosional tubuh terhadap peristiwa mengerikan seperti kecelakaan, pemerkosaan, dan bencana alam. Seperti pada subjek penelitian berinisial J mengalami trauma diakibatkan kejadian tsunami yang mana ia kehilangan keluarga intinya.
- 3) kondisi personal adalah tidak memiliki anak dan memiliki pendapatan yang rendah dapat menyebabkan kesepian pada lansia, seperti pada subjek J sudah tidak memiliki anak lagi, pada subjek M memiliki pendapatan yang rendah oleh karena itu ia ingin tinggal di panti jompo.

Berdasarkan uraian di atas sesuai dengan teori Goodman, Adams, & Swift menjelaskan ada dua faktor yang dapat menyebabkan kesepian yaitu faktor eksternal terbagi menjadi dua bagian keikutsertaan dalam kelompok sosial dan kepribadian. Sedangkan faktor kedua yaitu instrinsik terbagi

menjadi tiga bagian yaitu lingkungan, peristiwa pada kehidupan/ trauma dan kondisi personal.<sup>19</sup>

Sesuai dengan teori Perplau dan Perlman mengemukakan, terdapat dua faktor yaitu Faktor pemicu (*Precipitate Factor*) yaitu adalah menurunnya hubungan sosial seseorang sampai di bawah tingkat optimal. Perubahan terjadi bisa disebabkan berakhirnya hubungan dekat akibat kematian, perceraian atau putus hubungan cinta. Dan adanya faktor kerentanan (*Predispose factor*) yaitu Penyebab individu lebih rentan terhadap kesepian adalah adanya keberagaman dari faktor personal dan situasional individu.<sup>20</sup>

Selanjutnya sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Eliza dan Nurhasanah, tahun 2023 dengan judul Gambaran Kesepian Pada Lanjut Usia Dengan Kehilangan Pasangan. Membahas tentang gambaran kesepian pada lansia yang kehilangan pasangan dapat menimbulkan depresi ditandai dengan rasa kesepian, kesedihan, gangguan mood, dan kehilangan nafsu makan.<sup>21</sup>

Pada penelitian yang dilakukan oleh Erfiyanti dkk dengan judul Analisis Loneliness pada Lansia di Panti Wredha Harapan Ibu tahun 2021, membahas tentang bahwa kehilangan pasangan hidup, interaksi sosial

---

<sup>19</sup> Desti Lestari, *Pelaksanaan konseling Kelompok Dalam mengatasi Kesepian Pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Dinas Sosial Provinsi Riau*, (Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sultan Syarif Kasim, Riau, 2023), Hal 28

<sup>20</sup> Joshua Christian, dkk, *Loneliness At Satya Christian University Student Who Was In Salatiga During Pandemic*, Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha, Vol, 12, No, 3, 2021, Hal 324

<sup>21</sup> Eliza dan Nurhasanah, *Gambaran Kesepian Pada Lanjut Usia Dengan Kehilangan Pasangan*, Jurnal JIM Fkep, Vol. 7, No. 4, 2023, Hal 82.

yang terbatas, perasaan diabaikan, dan perasaan tidak berguna merupakan faktor yang mempengaruhi kesepian pada lansia di panti jompo. Kesepian memiliki dampak negatif pada kesejahteraan lansia, termasuk stres, depresi, dan penurunan kualitas hidup.<sup>22</sup>

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi kesepian pada lansia yaitu kehilangan pasangan hidup, interaksi sosial yang terbatas, perasaan diabaikan, dan perasaan tidak berguna, kurang mendapatkan kasih sayang dari keluarga dan anak-anaknya. Penyebab lansia dari kesepian yang dialami oleh lansia yang tinggal di panti jompo yaitu menganggap dirinya sebagai pribadi apa adanya tidak berharga, tidak diperhatikan, dan dicintai. Serta adanya peristiwa dalam kehidupan seperti trauma dan kondisi personal dapat mempengaruhi kesepian pada lansia.

### **1. Urgensi Bimbingan Kelompok untuk Menangani Kesepian Pada Lansia di Panti Jompo Rumoh Geunaseh Sayang**

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan bimbingan kelompok perlu diberikan untuk menangani kesepian pada lansia. Bimbingan kelompok dapat membantu lansia membuka diri secara kognitif dan emosional dan memungkinkan lansia dalam berbagi pengalaman dan perasaan yang dialami serta menemukan cara pemecahan masalah yang dialami.

---

<sup>22</sup> Erfiyanti dkk, *Analisis Loneliness pada Lansia di Panti Wredha Harapan Ibu*, Jurnal Dinamika Sosial Budaya, Vol. 25, No. 2, 2023, Hal 168.



Melalui bimbingan kelompok lansia mendapatkan kesempatan untuk berinteraksi dengan lansia yang lain sehingga mereka dapat saling mendukung dan memahami perasaan yang dialami oleh setiap anggota kelompok. Seperti subjek penelitian D, N, J, N, dan M mengungkapkan bahwa pentingnya bimbingan kelompok diberikan kepada lansia mengalami perasaan kesepian dengan melalui bimbingan kelompok lansia dapat lebih terbuka serta membangun interaksi yang baik dengan sesama lansia sehingga lansia dapat merasakan kasih sayang bahkan mendapatkan dukungan sosial.

Hal tersebut sesuai dengan teori Prayitno yang mana bimbingan kelompok memanfaatkan dinamika kelompok. Bimbingan kelompok menurut Prayitno bimbingan kelompok adalah kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang yang mana memanfaatkan dinamika kelompok. Seluruh partisipan dalam aktivitas kelompok berinteraksi, berdiskusi dan berbagi pendapat sehingga mencapai tujuan bersama dan memecahkan masalah bersama.<sup>23</sup>

Sejalan dengan pendapat Romlah bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang dilaksanakan oleh konselor kepada konseli/anggota kelompok dengan tujuan untuk mencegah timbulnya masalah dan mengembangkan potensi diri yang dimiliki setiap anggota kelompok serta kegiatannya dilakukan dalam situasi kelompok.<sup>24</sup>

---

<sup>23</sup> Saliyo dan Farida, *Bimbingan dan Konseling (Teknik Layanan Berwawasan Islam Dan Multikultural)*, (Malang: Madani media), 2019, Hal 11

Selanjutnya pada penelitian yang dilakukan oleh Melinia Nur Rizki dengan judul Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kualitas Diri Pada Lansia Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Pekon Sidoharjo Kabupaten Pringsewu tahun 2023, yang membahas bahwa bimbingan kelompok pada lansia mampu untuk meningkatkan ntuk meningkatkan kualitas diri pada lansia sehingga memberikan feedback yang tepat yang sesuai dengan apa yang dibutuhkan pada lansia. Mereka mampu merasakan timbal baik yang positif secara langsung dengan adanya kegiatan ini seperti menambah teman, menambah wawasan, keterampilan, dapat lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT, pikiran dan badan sehat dan bahagia.<sup>25</sup>

Dengan demikian sejalan dengan urgensi bimbingan kelompok untuk menangani kesepian pada lansia dapat dilakukan agar terciptanya interaksi yang semakin baik dan keakraban dengan sesama lain dan mendapatkan feedback yang tepat yang sesuai dengan apa yang dibutuhkan pada lansia dan untuk pelaksanaan bimbingan kelompok dapat disesuaikan dengan kondisi lansia serta dengan durasi waktu yang efektif.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dapat diterapkan pada lansia yang merasa kesepian, dengan melalui bimbingan kelompok lansia dapat merasa lebih dihargai, disayang

---

<sup>24</sup> Ahmad Dimiyati & Tita Rosita, *Bimbingan Kelompok untuk Siswa SMP yang Memiliki Minat Belajar Rendah*, Jurnal Fokus, Vol.2, No. 4, 2019, Hal 163

<sup>25</sup> Melinia Nur Rizki, *Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kualitas Diri Pada Lansia Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Pekon Sidoharjo Kabupaten Pringsewu*, (Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2023), Hal 10.

dan lebih dekat dengan para lansia yang lain serta saling menghargai satu sama lainnya.



## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan dapat menjadi kesimpulan sebagai berikut :

1. Terdapat tiga faktor yang mempengaruhi kesepian berdasarkan hasil wawancara dengan informan yaitu:
  - a. Faktor keikutsertaan dalam kegiatan kelompok sosial yaitu keterlibatan individu dalam kegiatan sosial secara sadar dalam interaksi sosial dalam situasi tertentu.
  - b. Faktor kepribadian yaitu karakteristik atau sifat yang mempengaruhi perilaku dan pola pikir seseorang.
  - c. Faktor lingkungan yaitu berbagai kondisi dan situasi yang dapat mempengaruhi kesepian pada lansia seperti kehilangan anak dan suami serta jauh dari keluarga, yang mana lansia membutuhkan dukungan dari keluarga.
2. Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok, seperti interaksi saling mengeluarkan pendapat, memberikan tanggapan, dan saran. Yang bertujuan untuk membantu individu mencapai perkembangan yang optimal, baik secara sosial dan emosional. Penting dilakukannya bimbingan kelompok untuk menangani kesepian pada lansia yang mana dalam bimbingan

kelompok memanfaatkan dinamika kelompok dan terdapat interaksi sesama lansia, berdiskusi sesama lansia, adanya dukungan dari antar sesama anggota kelompok serta dapat bertukar cerita, hal tersebut dapat membuat lansia dapat terhubung dengan orang lain.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka terdapat saran didapatkan oleh peneliti:

1. Saran bagi keluarga lansia agar senantiasa selalu mengunjungi orang tua agar lansia merasa disayang dan dicintai dan mereka lebih senang dan tidak merasa kesepian karena adanya kehadiran keluarga, terutama lansia tidak akan merasa terasingkan dari keluarganya.
2. Saran bagi Panti Jompo Rumoh Geunaseh Sayang agar selalu meningkatkan pelayanan yang semakin baik untuk para lansia, sehingga lansia semakin nyaman dan menikmati masa tuanya dengan penuh kebahagiaan dan penuh kenyamanan.
3. Saran bagi peneliti selanjutnya, peneliti sadar bahwa penelitian ini masih belum maksimal. Oleh karena itu diharapkan peneliti yang tertarik untuk meneliti dengan tema yang sama agar dapat memberikan hasil penelitian yang lebih baik dan bisa membuat penelitian yang beragam dengan variable bimbingan kelompok dan kesepian serta dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan Masyarakat luas.

## DAFTAR PUSAKA

- Aleksandar Dimitrijevic dan Michael B. Buchholz, From *The Abyss Of Loneliness To The Bliss Of Solitude*. India: Phoenix Publishing House, 2022.
- Achmad Juntika Nurihsan, *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung; Refika Aditama, 2012).
- Ahmad Zabidi, *Kelompok Sosial Dalam Masyarakat Perspektif Qs. Al-Maidah Ayat 2*, Borneo: Journal of Islamic Studies, Vol. 3, No. 2, (2020).
- Ahmad Dimiyati & Tita Rosita, *Bimbingan Kelompok untuk Siswa SMP yang Memiliki Minat Belajar Rendah*, Jurnal Fokus, Vol.2, No. 4, 2019
- Ahlan Syaeful Millah, dkk, *Analisis Data Dalam Penelitian Tindakan Kelas*, Jurnal Kreativitas Mahasiswa, Vol. 1, No. 2, 2023.
- Andi Thahir, *psikologi perkembangan*, Yogyakarta: Pustaka Referensi, 2022.
- Andini Sabela dan Komariah, *Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Outbound Untuk Meningkatkan Perilaku Prososial*, Indonesian Journal Of Counseling and Education, Vol. 1, No. 1,( 2020)
- Armila, *Bimbingan Kelompok Dalam Mengatasi Stress*, Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam, Vol.02, No. 01, (2020).
- Azhari, *Bimbingan Dan Konseling Berbasis Shalat Dalam Mereduksi Perilaku Prokrastinasi (Studi Pada Santri Pesantren Al-Manar Kecamatan Krueng Barona Jaya)*, Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam, Vol. 11, No. 2, 2021
- Bernadeta Ria Anggriani dan Bernardinus Agus Arswimba, *Perbedaan Tingkat Kesenian Mahasiswa Yang Tinggal Di Kost Dan Yang Tinggal Bersama Orang Tua/ Keluarga Pada Program Studi Bimbingan Kosneling Universitas Sanata Dharma*, Jurnal Konseling Dan Pengembangan Pribadi, Vol 5, No 2, (2023)

- Camelia Octaviany, *Dinamika kesepian pada Wanita Dewasa Awal*, Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya, Vol 8, No 1, (2019)
- Chaliza Bebby Rahayu, dkk, *Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Keaktifan Lansia (Active Aging) di Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru*, Jurnal Kesehatan Komunitas, Vol, 7, No 2, (2021)
- Dayakisni dan Hudaniah, *Psikologi Sosial Ed Revisi*, Malang: UMM Press, 2015
- Dede Nasrullah, *Buku Ajar Keperawatan*, Jakarta: Trans Info Media, 2016
- Desy Murni Lasari, *Kontribusi Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Kesehatan Mental*, Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam, Vol. 2, No. 1, (2022)
- Diah Utaminingsih & Citra Abriani Maharani, *Pengembangan Pribadi-Sosial Dalam Konteks Bimbingan Konseling*, Yogyakarta: Graha Ilmu, (2020).
- Dinda Marisa & Nelia Afriyeni, *Kesepian dan Self Compassion Mahasiswa Perantau*, Jurnal Psibernetika, Vol 12, No 1, 2019.
- Dewa Ketut Sukardi dan Desak P.E Nila Kusmawati, *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, Jakarta: Rineka Cipta, 2008.
- Elizabeth B. Hurlock, Edisi Kelima, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Jakarta: Erlangga, 2011
- Eliza dan Nurhasanah, *Gambaran Kesepian Pada Lanjut Usia Dengan Kehilangan Pasangan*, Jurnal JIM Fkep, Vol. 7, No. 4, 2023, Hal 82.
- Endang Sepdanius, *Aktivitas Fisik & Psikososial Pada Lansia*, Depok: PT Rajagrafindo Persada, 2021.
- Erfiyanti dkk, Analisis Loneliness pada Lansia di Panti Wredha Harapan Ibu, Jurnal Dinamika Sosial Budaya, Vol. 25, No. 2, 2023.
- Faturochman, *Pengantar Psikologi Sosial*, Yogyakarta: Pustaka Yogyakarta, 2009

- Fenny Rita Fiantika, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Padang: PT. Global Eksekutif Teknologi, 2022
- Henni Syafriana Nasution dan Abdillah, *Bimbingan Konseling Konsep, Teori dan Aplikasinya*, (Medan: Lembaga Peduli Pengembangan Pendidikan Indonesia (LPPI), 2019)
- Indah Suci Ramadani, Fiptar Abdi Alam, Wahyuddin Rauf, *Implementasi Bimbingan Kelompok Dalam Upaya Peningkatan Kemandirian Belajar Siswa*, JUBIKOPS: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi, Vol. 2, No. 1, 2022.
- Jahju Hartanti, *Bimbingan Kelompok*, Tulungagung:UD Duta Sablon, 2022
- Joshua Christian, dkk, *Loneliness At Satya Christian University Student Who Was In Salatiga During Pandemic*, Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha, Vol, 12, No, 3, 2021.
- Kayyis Fitri Ajhuri, *Psikologi Perkembangan*, (Yogyakarta: Penebar Media Pustaka, 2019.
- Lukas Pangestu Adityawarman, dkk, *Peran Bimbingan Kelompok dalam Perencanaan Karir Siswa*, Jurnal Advice, Vol 2, No, 2, 2020
- Masdudi, *Bimbingan dan Konseling Perspektif Sekolah*, Cirebon: Nurjati Press, 2015
- Maslina Daulay, *Urgensi Bimbingan Islam Dalam Membentuk Mental Yang Sehat*, Jurnal hikmah, Vol 12, No, (2018).
- Mochamad Nashrullah, dkk, *Metodologi Penelitian Pendidikan (Prosedur Penelitian, Subyek Penelitian, dan Pengembangan Teknik Pengumpulan Data)*, Sidoarjo: Umsida Press, 2023
- Muhammad Rijal Fadli, *Memahami Desain Metode Penelitian Kualitatif*, Jurnal *Humanika*, Vol., 21, No. 1, 2021.



- Nanda Mustike dan Amsal Amri, *Adaptasi Sosial Lansia Di Pnati Jompo UPTD Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang Gampong Lamglumpang Kecamatan Ulee Kareng Kota Banda Aceh*, Jurnal Ilmiah Mahasiswa FISIP Unsyiah, Vol. 3, NO.1, (2018)
- Nur Rofiq, Sigit Tri Utomo, *Telaah Konseptual Urgensi Tertanamnya Roh Jihad Seorang Pemimpinan Pendidikan Terhadap Suksesnya Pendidikan Agama Islam*, Jurnal studi manajemen pendidikan islam, Vol. 3, No.1, 2019
- Nursapiah, *Penelitian Kualitatif*, Medan: Wal Ashri, 2020
- Pius Heru Priyanto, *Prosiding Psikologi Berbagi*, Semarang: Universitas Katolik Soegijapranata, 2017.
- Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta:Rineka Cipta, 2004
- Quraish Shihab, *Tafsir Al- Misbah*, Jilid 11, Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- Quraish Shihab, *Tafsir Al- Misbah*, Jilid 6, Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- Rahmadi, *Pengantar Metodologi Penelitian*, Banjarmasin: Antasari Press, 2011.
- Ririn Mayasari, *Perbedaan Tingkat Kesepian Dan Kesejahteraan Subjektif Pada Individu Yang Jauh Tinggal Dari Keluarga Ditinjau Melalui Kepemilikan Hewan Peliharaan*, Vol. 6, No.1, 2018.
- Rony Zulfirman, *Implementasi Metode Outdoor Learning Dalam Peningkatan Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di MAN 1 Medan*, Jurnal Penelitian, Vol.3, No. 2, 2022
- Saliyo & Farida, *Bimbingan dan Konseling Teknik Layanan Berwawasan Islam dan Multikultural*, Malang: Madani Media, 2019.
- Sisca Folastris & Itsar Bolo Rangka, *Prosedur Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*, Bandung: Muhajid Press, 2006
- Sintya Risfi, *Kemandirian Pada Usia Lanjut*, Jurnal Al-Qalb, Vol, 10, No 2, 2019.
- Sirajuddin Saleh, *Analisis Data Kualitatif*, ( Bandung: Pustaka Ramadhan,2017.

Sugiyono , Metode Penelitian Kuantitatif, kualitatif, dan R & D, (Bandung: CV Alfabeta, 2006.

Sulaiman saat & Siti Mania, *Pengantar Metodologi Penelitian*, Sulawesi Selatan: Pustaka Almada, 2020

Syahdan Khalifah Akbar dan Elis Suci Prapita Sari Abdullah, *Hubungan Antara Kesepian (Loneliness) Dengan Self Disclosure Pada Mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa Yang Menggunakan Sosial Media (Instagram)*, Jurnal Tambora, Vol. 5, No. 3, 2021.

Wahyu firdaus, Budiarto, Adel Piero, *Urgensi Dukungan Sosial Dalam Mengatasi Kesepian Lansia Di Panti Asuhan Jompo Yayasan Kasih Sayang Lestari Prima Pangkalpinang Provinsi Kepulauan Bangka Belitung*, Vol. 3, No. 1. 2023.

Wiwin Hendriani ddk, *Dinamika Perkembangan Usia Lanjut Menjadi Lansia Yang Sehat Dan Bahagia*, Yogyakarta: CV Bintang Semesta Media, 2021

Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan*, Jakarta: Prenamedia Group, 2011.



**SURAT KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI UIN AR-RANIRY**  
**Nomer: B.1212/Un.08/FDK/Kp.06.407/2024**  
 Tentang  
**PEMBIMBING SKRIPSI AKHIR MAHASISWA FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**  
**Semester Genap Tahun Akademik 2023/2024**

**DEKAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

|  |   |  |                            |               |                            |
|--|---|--|----------------------------|---------------|----------------------------|
| Merembang                              | <p>a. Bahwa untuk kelancaran bimbingan skripsi akhir mahasiswa pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry, maka dipandang perlu menunjuk Pembimbing Skripsi yang dituangkan ke dalam Surat Keputusan Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry</p> <p>b. Bahwa yang namanya tercantum dalam Surat Keputusan ini dipandang mampu dan cakap serta memenuhi syarat untuk diangkat dalam jabatan sebagai Pembimbing Skripsi</p>   |  |                            |               |                            |
| Mengingat                              | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional,</li> <li>2. Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005, tentang Guru dan Dosen,</li> <li>3. Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012, tentang Pendidikan Tinggi,</li> <li>4. Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005, tentang Standar Pendidikan Nasional,</li> <li>5. Peraturan Pemerintah Nomor 37 Tahun 2009, tentang Dosen,</li> <li>6. Peraturan Pemerintah Nomor 4 Tahun 2014, tentang Penyelenggaraan Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Perguruan Tinggi,</li> <li>7. Peraturan Pemerintah Nomor 53 Tahun 2010, tentang Disiplin Pegawai Negeri Sipil,</li> <li>8. Peraturan Presiden RI Nomor 64 Tahun 2013, tentang Perubahan IAIN Ar-Raniry Banda Aceh menjadi UIN Ar-Raniry Banda Aceh,</li> <li>9. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 12 Tahun 2014, tentang organisasi dan tata kerja UIN Ar-Raniry,</li> <li>10. Keputusan Menteri Agama No.89 Tahun 1963, tentang Penetapan Pendirian IAIN Ar-Raniry,</li> <li>11. Keputusan Menteri Agama No. 153 Tahun 1968, tentang Penetapan Pendirian Fakultas Dakwah IAIN Ar-Raniry,</li> <li>12. Keputusan Menteri Agama Nomor 40 tahun 2008 tentang Statuta IAIN Ar-Raniry,</li> <li>13. Surat Keputusan Rektor UIN Ar-Raniry No. 01 Tahun 2013 tentang Perdelegasian Wewenang kepada Dekan dan Direktur PPs dalam Lingkungan UIN Ar-Raniry,</li> <li>14. BIPA UIN Ar-Raniry Nomor: 025/04.2.423/2024, Tanggal 24 November 2023.</li> </ol> |  |                            |               |                            |
| Menetapkan                             | <p style="text-align: center;"><b>MEMUTUSKAN</b></p> <p>Surat Keputusan Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry sebagai Pembimbing Skripsi Mahasiswa</p>   |  |                            |               |                            |
| Pertama                                | <table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%;">Menunjuk Sdr. 1) Juli Andriyani, M. Si</td> <td style="width: 50%;">(Sebagai Pembimbing Utama)</td> </tr> <tr> <td>2) Azhari, MA</td> <td>(Sebagai Pembimbing Kedua)</td> </tr> </table>   | Menunjuk Sdr. 1) Juli Andriyani, M. Si | (Sebagai Pembimbing Utama) | 2) Azhari, MA | (Sebagai Pembimbing Kedua) |
| Menunjuk Sdr. 1) Juli Andriyani, M. Si | (Sebagai Pembimbing Utama)  |  |                            |               |                            |
| 2) Azhari, MA                          | (Sebagai Pembimbing Kedua)  |  |                            |               |                            |
| Untuk Membimbing Skripsi               | <p>Nama: Syaferah Mutaqilah</p> <p>NIM/Prodi: 200402017/Bimbingan dan Konseling Islam (BKSI)</p> <p>Judul: Urgensi Bimbingan Kelompok untuk Memenuhi Rasa Keinginan pada Warga Lansia di Putri Jempu Rumah Sejahtera Gunungb Syang Kec. Uluw Karang Banda Aceh</p>  |  |                            |               |                            |
| Kedua                                  | Kepada Pembimbing yang bersangkutan namanya di atas diberikan honorarium sesuai dengan peraturan yang berlaku;  |  |                            |               |                            |
| Ketiga                                 | Pembiayaan akibat keputusan ini dibebankan pada dana DIP A UIN Ar-Raniry Tahun 2024;  |  |                            |               |                            |
| Keempat                                | Segala sesuatu akan diubah dan ditetapkan kembali apabila di kemudian hari ternyata terdapat kekeliruan di dalam Surat Keputusan ini  |  |                            |               |                            |
| Kelima                                 | Surat Keputusan ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dapat dilaksanakan sebagaimana mestinya.   |  |                            |               |                            |
|  | <p>Ditetapkan di Banda Aceh</p> <p>Pada Tanggal: 16 Juli 2024<br/>         09 Muharram 1445 H</p> <p>an. Rektor UIN Ar-Raniry Banda Aceh</p> <p style="text-align: center;">Dekan</p> <p style="text-align: center;"><b>A R - R A N I R Y</b></p> <p style="text-align: center;">Kusnawati Hatta</p>  |  |                            |               |                            |

Tembusan:

1. Rektor UIN Ar-Raniry;
2. Kabag. Kepegawaian dan Akademik UIN Ar-Raniry;
3. Pembimbing Skripsi;
4. Mahasiswa yang bersangkutan;

Disyahkan: SK berlaku sampai dengan tanggal 31 Desember 2024



**KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

Jl. Syekh Abdur Rauf Kopelma Darussalam Banda Aceh  
Telepon : 0651- 7557321, Email : uin@ar-raniry.ac.id

Nomor : B.997/Un.08/FDK-I/PP.00.9/06/2024

Lamp : -

Hal : **Penelitian Ilmiah Mahasiswa**

Kepada Yth,

1. panti jompo rumah geunaseh sayang kec ulee kareng kab banda aceh
2. kepada staff panti jompo

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Pimpinan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry dengan ini menerangkan bahwa:

Nama/NIM : SYAFIRRAH MUSTAQILAH / 200402017

Semester/Jurusan : VIII / Bimbingan dan Konseling Islam

Alamat sekarang : Darussalam

Saudara yang tersebut namanya diatas benar mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi bermaksud melakukan penelitian ilmiah di lembaga yang Bapak/Ibu pimpin dalam rangka penulisan Skripsi dengan judul **urgensi bimbingan kelompok untuk menangani rasa kesepian pada warga lansia ( studi analisis deskriptif di panti jompo rumah geunaseh sayang kec ulee kareng kab banda aceh )**

Demikian surat ini kami sampaikan atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami mengucapkan terimakasih.

Banda Aceh, 10 Juni 2024  
an. Dekan  
Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kelembagaan,



Berlaku sampai : 05 Juli 2024

Dr. Mahmuddin, M.Si.

AR - RANIRY



**PEMERINTAH ACEH**  
**DINAS SOSIAL**  
 UNIT PELAKSANA TEKNIS DAERAH  
 RUMOH SEUJAHTRA GEUNASEH SAYANG  
 Jalan T. Iskandar Km. 5 Telepon (0651) 34897 Ulee Kareng  
 BANDA ACEH 23117

**SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN**

NOMOR : 400.9.6/1088/RSGS/2024

Kepala UPTD Rumoh Seujahtra Geunaseh Sayang Dinas Sosial Aceh dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Syafirrah Mustaqilah  
 Nim : 200402017  
 Fakultas/Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam  
 Universitas : Universitas Islam Negeri Ar-Raniry  
 Alamat : Darussalam Banda Aceh

Telah selesai melaksanakan penelitian di UPTD RSGS Dinas Sosial Aceh, Dengan Judul **“Urgensi bimbingan kelompok untuk menangani rasa kesepian pada warga lansia (Studi analisis deskriptif di UPTD Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang)”**

Demikian kami sampaikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya dan terima kasih.

Banda Aceh, 31 Juli 2024  
 KEPALA UPTD  
 Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang



جامعة الرانيري

Intan Melya, A.KS, M.Si  
 PEMBINA Tk. I

A R - R A N I R Y NIP/197512132000032003

| Variable   | Indikator                                       | Subjek                   | Pertanyaan   |
|--|---|--------------------------|--|
| Faktor-faktor yang mempengaruhi kesepian pada lansia | 1. Keikutsertaan dalam kegiatan kelompok sosial | Lansia                   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bagaimana interaksi anda dengan lansia di panti jompo?</li> <li>2. Apakah anda merasa memiliki kelompok sosial yang akrab dan merasa adanya dukungan sesama lansia?</li> <li>3. Seberapa sering anda berpartisipasi dalam aktivitas di panti jompo seperti kegiatan sosial/rekreasi atau kegiatan keagamaan?</li> <li>4. Bagaimana anda menemukan kegiatan-kegiatan yang dapat membantu anda dalam mengatasi kesepian di panti jompo?</li> </ol> |
|  |   | Staff kerja dan psikolog | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bagaimana interaksi anda dengan lansia?</li> <li>2. Seberapa sering anda melihat lansia yang ikut berpartisipasi dalam kegiatan kelompok di panti jompo?</li> <li>3. Apakah ada lansia yang tidak ikut bergabung dalam kegiatan</li> </ol>   |

|  |                |          |   |
|--|----------------|----------|---|
|  |                |          | kelompok di panti?  |
|  | 2. Kepribadian | Lansia   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bagaimana anda menanggapi perubahan kehidupan yang terjadi pada masa lanjut usia?</li> <li>2. Apakah anda merasa diterima dan dipedulikan oleh orang-orang sekitar?</li> <li>3. Bagaimana anda menanggapi perubahan kegiatan rutinitas yang terjadi pada masa lanjut usia?</li> <li>4. Berapa sering anda mengalami perasaan kesepian dan apa yang biasanya membuat perasaan kesepian itu muncul ?</li> </ol> |
|  |                | Psikolog | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Keluhan apa yang sering diceritakan oleh lansia tentang dirinya?</li> <li>2. Apakah lansia mengalami kesepian kesepian dikarenakan dirinya merasa dijauh kan atau tidak dianggap oleh orang sekitarnya, berdasarkan dari keluhan yang lansia ceritakan ?</li> <li>3. Berapa banyak lansia</li> </ol>  |

|  |              |          |   |
|--|--------------|----------|---|
|  |              |          | yang anda temui yang mengalami kesepian dan seberapa sering mereka merasakan kesepian tersebut ?  |
|  | 3.lingkungan | Lansia   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bagaimana anda menemukan lingkungan sosial di panti sosial di panti jompo ?</li> <li>2. apakah anda merasa terisolasi atau masih memiliki interaksi dengan orang lain ?</li> <li>3. Seberapa sering anda berinteraksi dengan orang lain di panti jompo ?</li> <li>4. Apakah anda merasa diperhatikan dan didukung oleh orang lain?</li> <li>5. Apakah anda merasa masih memiliki tempat di masyarakat atau merasa terisolasi ?</li> <li>6. apakah anda merasa bahwa lingkungan anda masih memberikan dukungan dan perhatian kepada anda?</li> </ol> |
|  |              | Psikolog | 1. Apakah anda ada  |



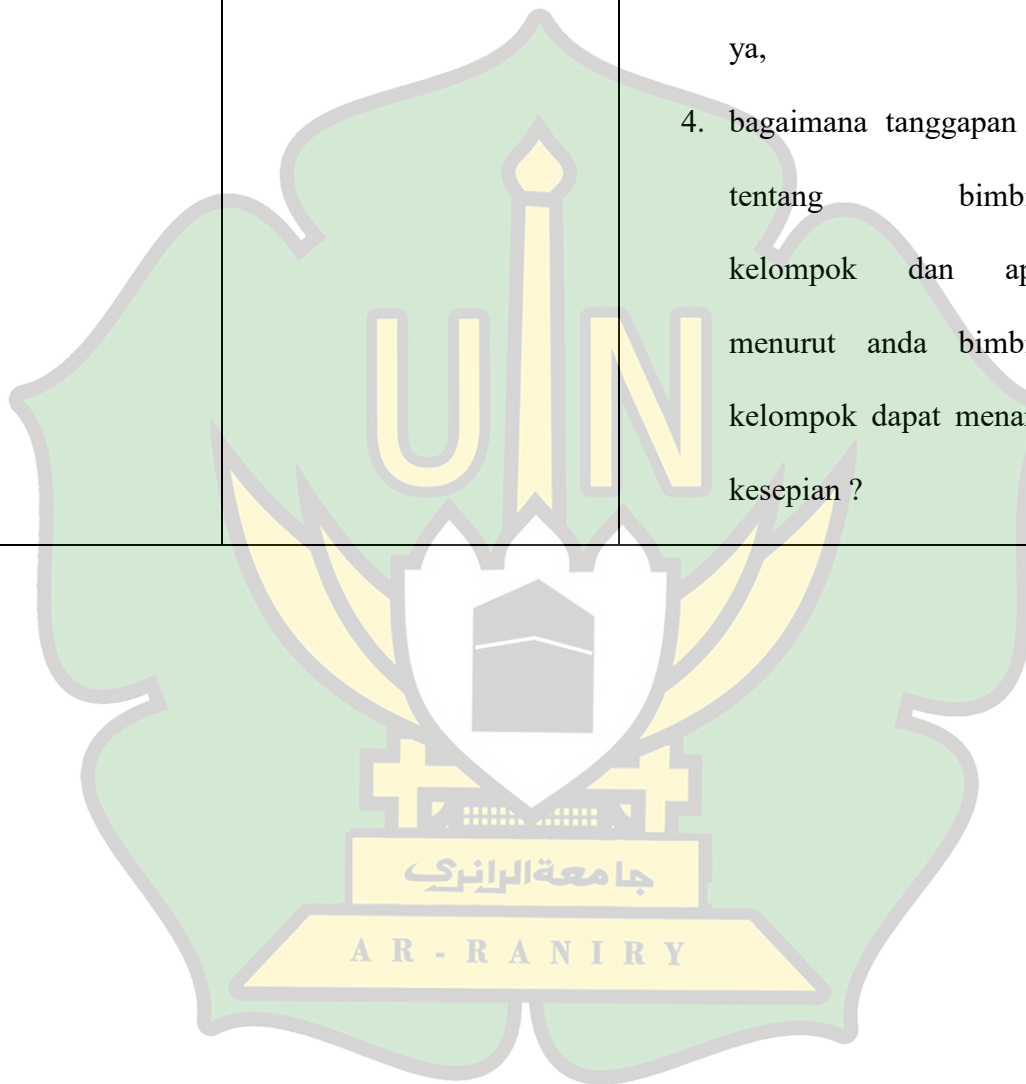
|  |                               |        |   |
|--|-------------------------------|--------|---|
|  |                               |        | <p>memberikan dukungan kepada lansia ?</p> <p>2. Apakah lansia sering berbagi cerita dengan anda terhadap dirinya ?</p> <p>3. Seberapa sering lansia mengeluh tentang kesepian dikarenakan kehilangan status sosial dan jauh dari keluarga?</p>   |
|  | 4. Peristiwa kehidupan/trauma | Lansia | <p>1. Apakah anda merasa mengalami trauma atau peristiwa yang berat dalam hidup anda ? jika iya bagaimana anda menghadapinya?</p> <p>2. Bagaimana anda merasa tentang kesepian anda sekarang dan bagaimana anda berusaha mengatasinya ?</p> <p>3. Bagaimana perasaan anda mengenai perubahan hidup anda</p> |

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  |  | <p>setelah pindah ke panti jompo dan apa anda merasa kesepian?</p> <p>4. Bagaimana interaksi anda dengan orang lain di panti</p> |
|--|--|--|--|

| Variabel   | Subjek   | Pertanyaan  |
|--|----------|---|
| Urgensi bimbingan kelompok untuk menangani rasa kesepian pada warga lansia | Psikolog | <p>1. Bagaimana anda melihat pentingnya bimbingan kelompok untuk menangani kesepian ?</p> <p>2. Apakah anda berpikir bimbingan kelompok dapat membantu lansia mengatasi kesepian dan meningkatkan kualitas hidup anda?</p> <p>3. Bagaimana menurut anda bimbingan kelompok dapat membantu lansia dalam mengatasi kesepian ?</p> <p>4. Apakah dengan kegiatan bimbingan kelompok dapat</p> |

|  |   |   |
|--|---|---|
|  |   | <p>membantu anda merasa lebih terhubung dengan orang lain ?</p> <p>5. Menurut anda, apakah bimbingan kelompok dapat membuat interaksi sesama lansia menjadi lebih baik sehingga dapat mengurangi kesepian pada lansia ?</p> <p>6. Apa yang menurut anda yang menjadi faktor penting dalam bimbingan kelompok bahwa bimbingan kelompok dapat menangani kesepian pada lansia?</p> |
|  | <p>Lansia</p>  | <p>1. Apakah dengan kegiatan bimbingan kelompok dapat membantu anda merasa lebih terhubung dengan orang lain ?</p> <p>2. Seberapa penting bimbingan kelompok dilakukan untuk mengurangi rasa kesepian</p>   |

|  |  |   |
|--|--|---|
|  |  | <p>pada anda ?</p> <p>3. Apakah anda pernah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok? jika ya,</p> <p>4. bagaimana tanggapan anda tentang bimbingan kelompok dan apakah menurut anda bimbingan kelompok dapat menangani kesepian ?</p> |
|--|--|---|



### Pedoman observasi

Pedoman observasi adalah panduan yang disusun untuk membantu pengamat dalam melakukan observasi atau pengamatan secara sistematis dan terstruktur. Pedoman ini biasanya berisi langkah-langka, kriteria, dan indikator yang harus diperhatikan selama proses observasi dan pada penelitian ini menggunakan observasi non participant

| No | Aspek yang diobservasi  | Indikator   | Keterangan |
|----|---|---|------------|
| 1  | Faktor-faktor yang mempengaruhi kesepian pada lansia di Panti Jompo Rumoh Geunaseh Sayang | Aktivitas yang dilakukan lansia di panti jompo  |            |
|    |   | Interaksi staff dengan lansia   |            |
|    |   | Interaksi sesama lansia dan dengan orang lain   |            |
| 2  | Layanan bimbingan kelompok  | Keikutsertaan lansia dalam kegiatan kelompok sosial                                   |            |
|    |   | Perilaku lansia ketika mengikuti kegiatan dan setelah mengikuti kegiatan atau program |            |

### **Pedoman dokumentasi**

Pedoman dokumentasi adalah alat bantu yang digunakan untuk pengumpulan data-data yang berupa seperti foto kegiatan dan transkrip wawancara.

1. Dokumentasi lokasi panti jompo
2. Dokumentasi aktivitas yang dilakukan oleh lansia
3. Dokumentasi aktivitas antara psikolog dengan lansia



**LAMPIRAN DOKUMENTASI**

Gambar 1. Kegiatan art terapi



Gambar 2. Kegiatan senam

A R - R A N I R Y



Gambar 3. Kegiatan rekreasi



Gambar 4. Wawancara dengan lansia



Gambar 5. Wawancara dengan pengasuh lansia



**DAFTAR RIWAYAT HIDUP****Data Pribadi**

Nama : Syafirrah Mustaqilah  
NIM : 200402017  
Tempat/Tanggal Lahir : Teupin Batee/11 November 2002  
Jenis Kelamin : Wanita  
Agama : Islam  
Kebangsaan : Indonesia  
Status Perkawinan : Belum Kawin  
Pekerjaan : Mahasiswa  
Alamat : Jl. Medan-Banda Aceh, Dusun Meunasah Geudong, Desa Teupin Batee, kec. Idi Rayeuk, Kab. Aceh Timur  
No. Telp/Hp : 085372685446  
E-mail : syafirrahmustaqilah@gmail.com

**Riwayat Pribadi**

SD/MI : MIN 1 Aceh Timur  
SMP : MTsN Model Aceh Timur  
SMA/SMK : MAS Darul Ihsan Abu Hasan Krueng Kalee  
Universitas : Universitas Islam Negeri Ar- Raniry

**Data Orang Tua**

Nama Ayah : Mudrikah, SE  
Pekerjaan : Wiraswasta  
Nama Ibu : Cut Susiana, Am. Keb  
Pekerjaan : Bidan