

**KONSEP KONSELING ISLAM BAGI LANSIA DALAM  
MEMPERSIAPKAN KEMATIAN**

**SKRIPSI**

**Diajukan Oleh**

**ANNISA RAMADHANI**

**NIM. 421307259**



**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY  
BANDA ACEH  
1439 H/ 2018 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  
Bidang Bimbingan dan Konseling Islam**

**Oleh**

**NAMA ANNISA RAMADHANI**

**NIM. 421307259**

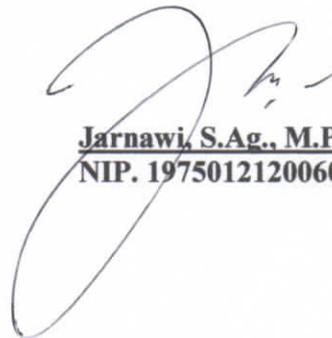
**Disetujui Oleh:**

**Pembimbing I,**



**Drs. Maimun, M.Ag  
NIP. 195812311986031053**

**Pembimbing II,**



**Jarnawi, S.Ag., M.Pd  
NIP. 197501212006041003**

**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-1 Ilmu Dakwah  
Bidang Bimbingan dan Konseling Islam**

**Diajukan Oleh:**

**ANNISA RAMADHANI  
NIM. 423107259**

**Pada Hari/ Tanggal**

**Selasa, 30 Januari 2018 M  
13 Jumadil Awal 1439 H**

**di**

**Darussalam, Banda Aceh  
Panitia Sidang Munaqasyah**

**Ketua,**

**Drs. Maimun, M.Ag.  
NIP.195812311986031053**

**Sekretaris,**

**Jarnawa, S.Ag., M.Pd  
NIP.197501212006041003**

**Penguji I,**

**Ismiati, S.Ag., M.Si  
NIP.197201012007102001**

**Penguji II,**

**M. Yusuf M.Y., S.Sos.I., MA  
NIP.2106048401**

**Mengetahui,  
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
UIN Ar-Raniry,**

**DR. Kusmawati Hatta, M.Pd  
NIP. 196412201984122001**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya:

Nama : Annisa Ramadhani  
NIM : 421307259  
Jenjang : Strata Satu (S-1)  
Jurusan : Bimbingan dan 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.

Banda Aceh, 1 Februari 2018

Yang Menyatakan,



Annisa Ramadhani  
421307259



*Dengan Menyebut Nama Allah Yang Maha Pemurah Lagi Maha Penyayang*

*(Q.S. Al-Fatihah: 1)*

*Dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam keadaan tidak mengetahui  
sesuatupun, dan Dia memberi kamu pendengaran, penglihatan, dan hati, agar kamu  
bersyukur (Q.S. An-Nahl: 78)*

*Aku menyadari bahwa aku tidak akan kecewa ketika aku menggantungkan harapanku  
pada Zat Yang Mahakuasa*

*Ya Rabbi...*

*Aku melangkahkan kaki pada takdir-Mu yang telah tertulis*

*Hidup layaknya roda bundar yang terus beredar membawaku ke fase-fase yang juga  
telah Engkau tetapkan*

*Ku persembahkan munajat-ku yang berhias syukur dan sabar*

*Ku berharap dapat terus memulai dan mengakhiri segalanya dengan cinta dan ridha  
atas Kehendak-Mu.*

*Ibunda dan Ayahanda tercinta...*

*Titik-titik luka karena kasih-kasih tulus kepada ku*

*Doa-doa yang membumbung tinggi mengetuk dan menembus pintu langit*

*Gerak-gerak ikhlas yang telah membentuk diriku*

*Hanya kepada Sang Khaliq, ku titipkan kebahagiaan yang abadi untukmu.*

*Teman-temanku yang mengisi hari-hariku...*

*Teman-teman yang juga hanya kutemui dengan tulisanku...*

*Selama ruh masih bersama dengan jasad*

*Mari mengalahkan ketakutan dan keengganan*

*Untuk terus memotivasi diri mewujudkan impian demi impian*

*Memupuk amal dan menjadi pribadi penuh manfaat dan kebijaksanaan*

*Menjadi insan kamil dalam Islam*

*Sehingga saat nyawa berpisah dengan badan, penyesalan dapat diminimalkan*

*Menutup mata dengan senyuman.*

*Oleh: Annisa Ramadhani*

## ABSTRAK

Setiap manusia pasti akan menjumpai kematian yang waktunya merupakan rahasia Allah. Idealnya, muslim yang berusia lanjut memperoleh kebahagiaan dan mempersiapkan diri menghadapi kematian mengingat perihal tersebut merupakan peran perkembangan yang tidak dapat dipisahkan dari usia tua. Mereka juga seharusnya dapat diberikan layanan konseling Islam agar menjadi lansia yang bahagia di dunia dan akhirat. Akan tetapi, masih ada kaum berusia lanjut yang merasa cemas, takut, dan hampa pada usia senjanya dan masih menitikberatkan permasalahan keduniawian. Maka dipandang perlu penelitian terkait *Konsep Konseling Islam Bagi Lansia Dalam Mempersiapkan Kematian*. Dalam hal ini, diperlukan pemahaman terkait konsep-konsep Konseling Islam untuk menjelaskan konsep-konsep hakikat manusia, fitrah, amal ibadah, kehidupan bermakna, dan kehidupan setelah mati. Penelitian ini merupakan penelitian pustaka dengan menggunakan metode analisis isi buku untuk menggambarkan subjek dan objek penelitian. Sumber data primer dari ayat-ayat Al-Quran, tafsir-tafsir, buku Psikologi Kematian, dan buku-buku Konseling Islam serta data sekunder dari buku-buku psikologi lainnya. Sedangkan teknik analisis data yang dilakukan adalah menetapkan topik yang akan dibahas, menghimpun data terkait, dan mendeskripsikan konsep konseling Islam terkait kehidupan dan kematian manusia yakni: (1) citra manusia dalam Islam, (2) fitrah kemanusiaan, (3) kebebasan dan tanggung jawab, (4) takdir dan tawakal, (5) amal ibadah dan (6) kehidupan setelah mati. Islam memandang kematian adalah kepastian, nikmat, nasihat, dan peringatan bagi manusia untuk mengambil hikmah daripadanya. Konsep konseling Islam dengan kompleksitas ajaran Islam sebagai sumbernya melalui cara meningkatkan ketakwaan, dan memperbaiki kualitas ibadah serta menjalankan kehidupan bermakna. Sesuai tujuan hidup muslim sebagai hamba dan khalifah, hal ini dapat diterapkan kepada kaum lanjut usia yang mengalami kondisi perubahan fisik, emosional, minat dan juga spiritual untuk menghadapi dan mempersiapkan kematiannya. Adapun kesimpulan yang diambil adalah yang lansia dapat menggunakan konsep hidup sakinah, perbaikan kualitas amal saleh, dan menjadi lansia bermakna untuk mengatasi rasa cemas, sedih, dan takut dan juga mempersiapkan kematiannya.

Kata kunci: konsep konseling Islam, lansia, kematian.

## KATA PENGANTAR



Puji syukur penulis sampaikan kehadiran Allah, karena dengan Rahmat dan hidayah-Nya penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan. Shalawat dan salam kepada Nabi Muhammad *shallallahu alaihi wasallam* yang telah menjadi sosok *uswatun hasanah*, beserta keluarga dan para sahabatnya, yang telah membawa perubahan bagi umat manusia dari alam kebodohan ke alam yang penuh dengan ilmu pengetahuan. Skripsi ini berjudul “*Konsep Konseling Islam Bagi Lansia Dalam Mempersiapkan Kematian*”, dibuat sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar sarjana pada Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, terdapat banyak kesukaran karena keterbatasan ilmu, namun melalui bantuan dan motivasi yang diberikan oleh banyak pihak, maka skripsi dapat diselesaikan dengan baik. Berkenaan dengan hal tersebut penulis ucapkan terima kasih yang istimewa kepada:

1. Ibunda dan Ayahanda tercinta yang selalu menghadiahkan doa serta memberikan motivasi dan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini, serta untuk adik-adik saya Husna Azizah, Nanda Habibah, Afifah Ayuni, dan Muhammad Abdullah Habibi, juga keluarga besar lainnya yang telah memberikan do'a dan kasih sayang sehingga pendidikan dan penulisan skripsi ini dapat diselesaikan.

2. Bapak Drs. Maimun, M.Ag selaku dosen pembimbing pertama dan Bapak Jarnawi, S.Ag. M.Pd selaku pembimbing kedua yang telah mengarahkan dan memberi motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Drs. Umar Latif, M.A selaku ketua jurusan Bimbingan dan Konseling Islam serta semua dosen yang telah mendidik penulis selama ini.
4. Ibu Zalikha S.Ag, M.Ag selaku Penasehat Akademik sebelumnya, kepada Ibu Mira Fauziah, M. Ag selaku Penasehat Akademik saat ini.
5. Teman-teman di Asaasunnajaah, Unit 4b, dan seluruh teman-teman BKI di unit 1, 2, 3 dan 4 angkatan 2013 yang mengisi hari-hari penulis.
6. Teman-teman KPM yang mengabdikan diri di Desa Kuta Blang Kecamatan Samadua Aceh Selatan dan keluarga besar disana yang telah memberikan wadah untuk berbagi dan juga mendukung hingga saat ini.

Tiada kata yang dapat melukiskan rasa syukur dan terima kasih kepada semua yang telah memberikan motivasi, sehingga penulisan skripsi ini selesai. Penulis menyadari, karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna, harapan penulis kepada pembaca agar memberikan kritik dan saran konstruktif guna perbaikan yang akan datang. Akhir kata, hanya kepada Allah kita berserah diri, mudah-mudahan semua mendapat ridha-Nya. Aamiin ya Rabbal ‘Alamin.

Banda Aceh, 15 Januari 2018

Penulis,

## DAFTAR ISI

<b>COVER</b> .....	<b>i</b>
<b>LEMBARAN PENGESAHAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>LEMBARAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI</b> .....	<b>iii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>v</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>vii</b>
<b>BAB I: PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Penjelasan Konsep/ Istilah Penelitian.....	6
<b>BAB II: LANDASAN TEORI</b>	
A. Kematian .....	11
1. Kematian Dalam Islam.....	11
2. Sikap Manusia Mengenai Kematian.....	16
3. Konsep Kehidupan Setelah Mati .....	22
B. Menghadapi Kematian.....	24
1. Konsep Tujuan Hidup Manusia.....	24
2. Amal Perbuatan Manusia Dalam Islam .....	27
3. Kehidupan Bermakna.....	29
C. Konsep Konseling Islam .....	33
1. Pengertian Konseling Islam.....	33
2. Landasan Konseling Islami .....	34
3. Konsep Model Konseling Islami .....	38
4. Citra Manusia Dalam Islam.....	42
D. Lansia.....	44
1. Pengertian Usia Lanjut.....	44
2. Ciri-ciri Usia Lanjut.....	45
3. Tugas Perkembangan Usia Lanjut .....	46
4. Perubahan Fisik dan Motorik Pada Usia Lanjut.....	46
5. Perubahan Minat Pada Usia Lanjut .....	48
<b>BAB III: METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Data Penelitian.....	51
B. Sumber Data Penelitian.....	52
C. Teknik Pengumpulan Data .....	52
D. Teknik Analisis Data .....	53

<b>BAB IV: TEMUAN DAN PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN</b>	
A. Konsep Konseling Islam Bagi Lansia Dalam Mempersiapkan Kematian.....	54
<b>BAB V: PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	78
B. Saran .....	79
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>81</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>83</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>84</b>

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Dalam menjalani kehidupan sehari-hari, manusia mengetahui realita bahwa setiap orang yang bernyawa akan merasakan kematian. Hal yang juga diketahui manusia bahwa tiada seorang pun yang mengetahui waktu kematiannya karena hal tersebut merupakan bagian dari rahasia Tuhan. Kepastian bahwa kematian akan datang adalah hal yang sebagian manusia ingin menyanggahnya. Namun, kematian tetap menjadi sesuatu yang tidak dapat dilawan dan dikalahkan dalam sejarah peradaban manusia.

Kata mati dan kematian sebenarnya sudah sangat akrab dengan telinga manusia. Setiap orang pasti akan mengalaminya. Namun, manakala masih berada dalam kenikmatan hidup, manusia sering lengah dan lupa dengan kematian. Sebaliknya, bila usia semakin sepuh, atau didera sakit, maka bayang-bayang kematian mulai muncul. Secara psikologis, turut mempengaruhi sikap dan perilaku manusia.<sup>1</sup>

Umat muslim memiliki pemahaman bahwa mereka menyangsang status-status di dunia ini. Status yang sangat penting yakni status *khalifah* dan status *'abd* (hamba). Status atau peran tersebut tidak semata-mata berakhir di dunia ini, tetapi akan dipertanggungjawabkan di dunia lain yang dikenal

---

<sup>1</sup> Jalaluddin, *Psikologi Agama*, (Jakarta: Rajawali Press, 2012), hlm. 187.

dengan dunia akhirat. Namun, beberapa bahkan banyak orang yang lupa dan lalai akan perjalanan yang singkat dalam dunia ini, sehingga mereka berbuat dosa dan kesalahan. Tindakan buruk ini bukan merupakan bagian dari fitrah diri muslim, sehingga jika hal ini menjadi pilihan mereka akan membawa kepada akibat yang buruk pula terhadap dirinya.

Allah menciptakan manusia dengan tujuan agar manusia menyembah dan beribadah kepada-Nya. Manusia adalah hamba Allah, hidup matinya di tangan Allah, dan diciptakan hanya untuk ibadah atau menghamba kepada-Nya.<sup>2</sup>

Allah Swt. berfirman dalam Surat Adz-Dzariyat ayat 56 yang berbunyi:

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ

Artinya: *“Dan aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka mengabdikan kepada-Ku”*.(QS. Adz-Dzariyat: 56)<sup>3</sup>

Allah mengutus Rasulullah SAW. sebagai pembawa risalah Islam kepada umat manusia. Rasulullah dengan berpedoman kepada wahyu Al-Qur’an telah memberikan berbagai pesan-pesan dan kiat-kiat sukses menjadi pribadi yang mulia di sisi sang Khaliq. Manusia diharapkan dapat menjadi

---

<sup>2</sup> Safrilsyah, *Psikologi Ibadah Dalam Islam*, (Banda Aceh: Ar-Raniry Press, 2013), hlm.

<sup>3</sup> Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur’an dan Terjemahnya*, (Semarang: Alwaah, 1993), hlm. 862.

hamba Allah yang memahami dan memaknai perintah dan larangan Allah swt dalam menjalani kehidupannya (mengikuti fitrahnya).

Dunia dan akhirat dalam pandangan Islam bukan merupakan dua hal yang terpisah, tetapi bersambung, berurutan, dimana dunia dipandang sebagai kehidupan fana (semu) sementara akhiratlah kehidupan yang sebenarnya.<sup>4</sup>

Manusia diharapkan dapat memahami makna di balik kehidupan dan kematiannya sehingga dapat memperbaiki diri dengan terus meningkatkan kualitas amal baiknya selama hidupnya di dunia. Hal itulah yang seharusnya menjadi pandangan hidup seorang muslim.

Usia tua adalah periode penutup dalam rentang hidup seseorang, yaitu suatu periode dimana seseorang telah “beranjak jauh” dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan atau beranjak dari waktu yang penuh dengan manfaat. Bila seseorang yang sudah beranjak jauh dari periode hidupnya terdahulu, ia sering melihat masa lalunya, biasanya dengan penuh penyesalan, dan cenderung ingin hidup pada masa sekarang, mencoba mengabaikan masa depan sedapat mungkin.<sup>5</sup>

Kematian akan datang tanpa diketahui. Baik muda maupun tua. Akan tetapi, kaum usia lanjut cenderung memikirkan tentang akhir kehidupannya karena pengaruh kemunduran dan juga perubahan pada fisik, motorik,

---

<sup>4</sup> Achmad Mubarak, *al Irsyad an Nafsy; Konseling Agama Teori dan Kasus*, (Jakarta: Bina Rena Pariwara, 2000), hlm. 13.

<sup>5</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Hidup*, (Jakarta: Erlangga, 1980), hlm. 380.

psikologis, emosional dan kompleksitas peristiwa dan perubahan yang terjadi pada masa tua.

Dalam menjalankan proses layanan konseling Islam yang mengimplementasikan ajaran Islam dapat menjadi strategi untuk memberi pemahaman kepada klien khususnya kaum lanjut usia untuk memahami makna dan tanggung jawab dalam kehidupan dan untuk menghadapi kematian yang akan menghampirinya.

Orang yang telah memasuki usia lanjut memiliki berbagai permasalahan akibat penurunan fungsi-fungsi fisiologis dan juga perubahan-perubahan pada dirinya yang dapat mempengaruhi perasaan lansia menjadi takut, cemas, sedih, maupun menyesal. Konseling dengan pendekatan Islami perlu diupayakan untuk mempersiapkan diri menghadapi kematian.

Idealnya, bagi lansia yang meyakini adanya kehidupan setelah kematian, seharusnya memandang kondisi yang terjadi padanya sebagai kesempatan yang Allah berikan dengan menikmati dan mengisinya dengan pengamalan ilmu pengetahuan agama terkait berbagai ibadah untuk menghambakan diri kepada-Nya. Akan tetapi, masih ada lansia yang meratapi dan memikirkan kondisi duniawi dan materinya semata. Oleh karena itu, pendekatan konseling Islam menjadikan layanan konseling lebih efektif jika diupayakan sebagai salah satu cara membantu dan mengarahkan muslim yang berusia lanjut untuk mempersiapkan diri sebelum ajal. Maka perlu untuk

mengadakan penelitian yang lebih mendalam mengenai konsep konseling Islam dalam mempersiapkan kematian bagi lansia.

### **B. Rumusan Masalah**

Dari beberapa masalah di atas maka muncullah rumusan masalah yakni sebagai berikut:

1. Bagaimana konsep konseling Islam bagi lansia dalam mempersiapkan kematian?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui konsep konseling Islam bagi lansia dalam mempersiapkan kematian.

### **D. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Secara teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi pengembangan ilmu pengetahuan Islam dan ilmu konseling tentang konsep-konsep mengenai pandangan Al-Qur'an tentang kehidupan dan kematian manusia, menjadi referensi dan input bagi mahasiswa dan pengemban pendidikan

lainnya, serta menjadi materi bagi pekerja maupun pihak-pihak yang terkait dengan orang yang berusia lanjut.

## 2. Secara praktis

Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi semua muslim untuk memahami konsep-konsep konseling Islami, makna kehidupan dan kematian dalam Al- Qur'an, kemudian mengaplikasikannya dalam meningkatkan kualitas amal baiknya.

## **E. Penjelasan Konsep/ Istilah Penelitian**

### 1. Konsep Konseling Islam

Kamus Besar Bahasa Indonesia mendefinisikan konsep sebagai ide atau pengertian yang diabstrakkan dari peristiwa konkret.<sup>6</sup>

Konseling adalah pemberian bantuan oleh konselor kepada konseli sedemikian rupa sehingga pemahaman terhadap kemampuan diri sendiri meningkat dalam memecahkan berbagai masalah; penyuluhan.<sup>7</sup>

Upaya bantuan yang diberikan oleh seorang pembimbing yang terlatih dan berpengalaman, terhadap individu-individu yang membutuhkannya, agar individu tersebut berkembang potensinya secara optimal, mampu mengatasi masalahnya, dan mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungan yang selalu berubah.

---

<sup>6</sup> Pusat Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional, 2008, edisi ke-4), hlm. 752.

<sup>7</sup> *Ibid*, hlm. 752.

Islam adalah Agama yang diajarkan oleh Nabi Muhammad saw. berpedoman pada kitab suci Al-Qur'an yang diturunkan ke dunia melalui wahyu Allah swt.<sup>8</sup>

Islam adalah agama yang diwahyukan Allah SWT melalui rasul-Nya Muhammad SAW untuk menjadi pegangan hidup bagi umat manusia agar mereka memperoleh kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat. Secara etimologi kata Islam berarti penyerahan diri kepada Allah SWT dan dalam pengertian syara' Islam diartikan dengan tunduk dan patuh kepada ajaran yang dibawa Nabi Muhammad SAW.<sup>9</sup>

Konseling Islami adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat.<sup>10</sup>

Konseling Islam adalah ilmu konseling yang merupakan bagian dari kegiatan yang mengimplementasikan ajaran Islam baik itu konselornya, maupun layanan proses konseling tersebut yang berlandaskan Al- Qur'an dan Hadits sebagai sumber ajaran Islam.

---

<sup>8</sup> Pusat Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia...*, hlm. 549.

<sup>9</sup> Departemen Agama, *Ensiklopedi Islam*, (Jakarta: Departemen Agama, 1993), hlm. 477.

<sup>10</sup> Thohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami*, (Yogyakarta: UII Press, 1992), hlm. 5.

Jadi, konsep konseling Islam adalah konsep-konsep tentang konseling Islami yang mengimplementasikan ajaran Islam yakni berlandaskan Al-Qur'an dan hadis yang dalam penelitian ini menawarkan materi-materi terkait konsep-konsep dalam konseling Islami tentang kehidupan dan kematian manusia serta mempersiapkan kematian.

## 2. Lansia

Lansia adalah kepanjangan dari lanjut usia atau sering juga disebut sebagai usia lanjut. Kamus Besar Bahasa Indonesia mendefinisikan lansia sebagai lanjut usia, sudah berumur, dan tua.<sup>11</sup>

Usia lanjut merupakan usia yang mendekati akhir siklus kehidupan manusia di dunia. Usia tahap ini dimulai 60-an sampai akhir kehidupan.<sup>12</sup> Jadi, lansia disini adalah orang yang sudah tua yang dimulai dari 60-an sampai akhir kehidupan.

## 3. Mempersiapkan Kematian

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, kata mempersiapkan yang mempunyai kata dasar siap, didefinisikan dengan menjadikan bersiap dan menyiapkan.<sup>13</sup> Menyiapkan dalam Kamus umum Bahasa Indonesia didefinisikan sebagai menyediakan, mengatur (membereskan) segala sesuatunya (untuk), bersiap-siap untuk, mengadakan sesuatu untuk,

---

<sup>11</sup> Pusat Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia...*, hlm. 786.

<sup>12</sup> Aliah B. Purwakania Hasan, *Psikologi Perkembangan Islami*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2008), hlm. 117.

<sup>13</sup> Pusat Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia...*, hlm. 1299.

membentuk (mengurus) untuk atau mengusahakan supaya bersiap sedia (seperti memberi perintah supaya bersiap, dan sebagainya)<sup>14</sup>. Jadi, mempersiapkan yang dimaksud oleh penulis yakni bersiap-siap untuk atau mengusahakan supaya bersiap sedia untuk menghadapi sesuatu.

Kematian dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia didefinisikan sebagai perihal mati, menderita karena salah seorang meninggal, dan menderita karena sesuatu yang mati.<sup>15</sup>

Kamus Besar Bahasa Indonesia mendefinisikan mati sebagai sudah hilang nyawanya; tidak hidup lagi, tidak bernyawa; tidak pernah hidup, tidak berair, tidak berasa lagi, padam, tidak terus; buntu, tidak dapat berubah lagi; tetap, sudah tidak digunakan lagi, diam atau berhenti, tidak ramai, dan tidak bergerak.<sup>16</sup>

Kematian yang penulis maksud disini adalah hal yang berkaitan dengan matinya seseorang ketika nyawanya telah berpisah dengan jasad maupun sikap terkait kematian orang-orang di sekitarnya.

Secara umum, kematian didefinisikan sebagai kehilangan permanen dari fungsi integratif manusia secara keseluruhan. Secara fisik, proses kematian merupakan proses yang panjang dan berangsur-angsur,

---

<sup>14</sup> Pusat Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia...*, hlm. 1299.

<sup>15</sup> *Ibid*, hlm. 889.

<sup>16</sup> *Ibid*, hlm. 888.

yang masing-masing terdiri dari berbagai tanda yang menunjukkan kematian sedang terjadi.<sup>17</sup>

M. Quraish Shihab mengatakan bahwa kematian adalah keniscayaan, yang tidak satu jiwa pun mampu menghindarinya. Sedikit sekali yang mau menerimanya—kalau enggan berkata bahwa semua orang merasa sangat berat meninggalkan hidup ini.<sup>18</sup>

Mempersiapkan kematian yang penulis maksud adalah bagaimana menghadapi kematian yang pasti akan datang pada siapa saja. Akan tetapi, pada lansia, umumnya lansia sudah lebih memfokuskan diri menghadapi kematian.

---

<sup>17</sup> Aliah B. Purwakania Hasan, *Psikologi Perkembangan Islami...*, hlm. 322.

<sup>18</sup> Komaruddin Hidayat, *Psikologi Kematian; Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, (Jakarta: Hikmah, 2005) dalam *kata pengantar* oleh M. Quraish Shihab, hlm. vii.

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. KEMATIAN

##### 1. Kematian Dalam Islam

Peristiwa kematian pasti akan menimpa setiap orang, meskipun hakikat kematian serta apa yang terjadi setelahnya, selalu menyimpan misteri yang tidak pernah terungkap.<sup>1</sup>

Kematian adalah kepastian yang akan terjadi pada setiap manusia di dunia. Kematian ini akan memberi pelajaran yang berarti ketika sakaratul maut menjadi perantaranya.<sup>2</sup>

Kematian adalah peristiwa yang menunggu setiap manusia yang hidup di dunia yang waktu kedatangannya tidak diketahui. Kematian merupakan pintu gerbang ke alam akhirat.

Secara umum, kematian didefinisikan sebagai kehilangan permanen dari fungsi integratif manusia secara keseluruhan. Namun, terdapat berbagai definisi kematian, yang meliputi moral, legal, biologikal, dan lain-lain. Manusia dikatakan telah mengalami kematian secara moral, jika ia bertingkah laku sangat buruk sehingga tidak menunjukkan kehidupan

---

<sup>1</sup> Komaruddin Hidayat, *Psikologi Kematian; Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, (Bandung: Mizan Media Utama (MMU), 2005), hlm. 78.

<sup>2</sup> Muna Binti Shalah Farj, *Esok Bertemu Kekasih: Mempersiapkan Kematian Sebagai Pintu Menuju Surga*, Wahyuddin, (Surakarta: Insan Kamil, 2008), hlm. 107.

seperti manusia melainkan seperti binatang atau lebih parah lagi. Secara fisik, proses kematian merupakan proses yang panjang dan berangsur-angsur, yang masing-masing terdiri dari berbagai tanda yang menunjukkan kematian sedang terjadi.<sup>3</sup>

Dalam Al-Qur'an Allah Swt. berfirman yang berbunyi:

الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا ۗ وَهُوَ الْعَزِيزُ الرَّحِيمُ

Artinya: “Yang menjadikan mati dan hidup, supaya Dia menguji kamu, siapa di antara kamu yang lebih baik amalnya. Dan Dia Maha Perkasa lagi Maha Pengampun.” (QS. Al-Mulk: 2)<sup>4</sup>

Surah ini membicarakan pembentukan tashawwur (pandangan, pemikiran) baru terhadap alam dan hubungannya dengan Pencipta alam ini. Tashawwur yang luas dan komprehensif yang melampaui alam ardh yang sempit dan alam dunia yang tak terbatas, ke alam-alam di langit, hingga kepada kehidupan di akhirat. Juga kepada alam-alam makhluk lain selain manusia di bumi, seperti jin dan burung-burung. Alam lain seperti neraka Jahannam dan penjaga-penjaganya, dan alam-alam gaib di luar alam nyata ini yang punya hubungan dengan hati dan perasaan manusia. Maka surah ini bukan hanya meliputi kehidupan nyata sekarang di muka bumi saja, melainkan ia juga memberi pengaruh terhadap perasaannya untuk merenungkan

---

<sup>3</sup> Aliah B. Purwakanita Hasan, *Psikologi Perkembangan Islami*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2008), hlm. 322.

<sup>4</sup> Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Semarang: Alwaah, 1993), hlm. 955.

apa yang akan mereka hadapi, di samping realitas kehidupan yang mereka lalui sering dilupakan orang.<sup>5</sup>

Kematian dan kehidupan adalah dua hal yang biasa terjadi berulang-ulang. Akan tetapi surah ini menggerakkan hati untuk merenungkan apa yang ada di balik kematian dan kehidupan ini. Juga untuk memikirkan dan merenungkan qadar (takdir) dan cobaan Allah, hikmah, dan pengaturannya.<sup>6</sup>

Penulis menyimpulkan bahwa kehidupan dan kematian manusia adalah hal yang saling terhubung satu sama lain dan manusia selayaknya mencoba merenungkan dan menemukan makna atau arti dibalik kehidupan dan kematian.

Setelah melihat tafsirnya, di dalam Surat Al-Mulk ayat 2 ini Allah SWT menekankan kita untuk merenungkan tentang kehidupan dan kematian secara berkaitan dengan memikirkan ciptaan-Nya yang nyata dapat kita perhatikan di dunia maupun ciptaan-Nya yang ghaib seperti yang tertera dalam rukun iman seperti halnya iman kepada hari kiamat dan iman kepada *qadha* dan *qadr*. Karena sesungguhnya kematian tersebut adalah hal yang pasti bagi makhluk-Nya.

---

<sup>5</sup> Sayyid Quthb, *Tafsir Fi Zhilalil-Qur'an Di Bawah Naungan Al-Qur'an*, (Jakarta: Gema Insani Press, 2004), hlm. 349.

<sup>6</sup> *Ibid.* hlm. 350.

Selanjutnya Allah berfirman yang berbunyi sebagai berikut:

قُلْ إِنَّ الْمَوْتَ الَّذِي تَفِرُّونَ مِنْهُ فَإِنَّهُ مُلَاقِيكُمْ، ثُمَّ تُرَدُّونَ إِلَىٰ عَالِمِ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ

فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ

Artinya: “Katakanlah: ‘sesungguhnya kematian yang kamu lari daripadanya, maka sesungguhnya kematian itu akan menemui kamu, kemudian kamu akan dikembalikan kepada (Allah), yang mengetahui yang ghaib dan yang nyata, lalu Dia beritakan kepadamu apa yang telah kamu kerjakan.’” (QS. Al-Jumu’ah: 8)<sup>7</sup>

Di dalam ayat ini Allah menjelaskan kepada umat yang beriman keadaan orang Yahudi yang mengaku sebagai orang-orang ahli kitab, orang yang beriman, tetapi mereka tetap tidak mau mengikuti tuntunan kitabnya, maka Allah menyatakan kepada kaum muslimin bahwa orang yang telah dikaruniai kitab Taurat tetapi mereka tidak mena’atinya, maka Allah menyatakan bahwa keadaan mereka tidak berbeda dengan *himar* yang membawa kitab di punggungnya. Demikianlah contoh orang yang mendustakan ayat-ayat Allah, dan mereka adalah orang yang zalim, menjerumuskan dirinya dalam jurang binasa, padahal menyangka dirinya benar, baik, dan arif, mengerti serta berpengalaman. Orang yang menyeleweng dari ajaran Allah itu biasanya pengecut, curang, dan sangat takut mati, karena sangat cintanya pada dunia bahkan tidak pernah atas jaminan Allah, hanya mempercayai kebendaan semata-mata.<sup>8</sup>

Karena itulah Allah menyuruh Nabi Muhammad Saw. memberitahukan kepada mereka bahwa bahaya maut yang mereka takuti itu pasti akan menangkapnya dan akan menghadap kalian kepada Tuhan yang akan membeberkan segala amal perbuatannya.

Ia merupakan sentuhan di antara sentuhan-sentuhan Al-Qur’an yang mengisyaratkan bagi para objek seruan ini dan bagi orang-orang selain

<sup>7</sup> Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur’an dan Terjemahnya...*, hlm. 933.

<sup>8</sup> Sayyid Quthb, *Tafsir Fi Zhilalil-Qur’an...*, hlm. 274.

mereka. Ia merupakan sentuhan yang menetapkan suatu hakikat dalam hati yang telah dilupakan oleh manusia, padahal ia selalu mengejar mereka kemanapun mereka lari dan berada. Jadi, kehidupan ini pasti berakhir. Dan, jarak yang jauh dari Allah pasti berakhir pada proses kembali kepada-Nya, sehingga tidak ada tempat berlindung darinya kecuali hanya kepada-Nya. Proses hisab dan pembalasan yang berlaku setelah kematian itu keduanya pasti terjadi dan tidak ada kemustahilan tentangnya. Jadi, tidak ada peluang lari dan menyelamatkan diri darinya.<sup>9</sup>

Ath-Thabari meriwayatkan dalam kitab *Mu'jamnya*, dari hadits Muadz bin Muhammad al-Hudzali, dari Yunus, dari al-Hasan, dari Samurah yaitu hadits marfu' bahwa ia berkata,

'Perumpamaan orang-orang yang lari dari kematian adalah laksana kancil yang dituntut oleh tanah karena utangnya. Kemudian ia pun berusaha menunaikannya. Namun ketika ia lelah dan lamban dalam berjalan. Maka ia pun masuk ke dalam lubangnya. Tanah pun berkata kepadanya, 'Wahai kancil, mana pembayaran utangmu?' Maka, ia terkena penyakit kudis, dan ia terus menerus dijangkiti oleh penyakit itu, hingga lehernya terputus, maka matilah ia." Gambaran ini memiliki isyarat-isyarat yang dinamis dan bergerak. Dan, ia memiliki sentuhan yang sangat dalam dan menggugah.<sup>10</sup>

Jadi, ayat di atas mengemukakan bahwa kehidupan pada hakikatnya akan berakhir dan kematian akan menghampiri diri seseorang sehingga manusia hanya dapat berlindung kepada Allah sebagai pencipta kehidupan dan kematian tersebut sehingga tidak menghadapi kematian dengan sia-sia.

---

<sup>9</sup> Sayyid Quthb, *Tafsir Fi Zhilalil-Qur'an Di Bawah Naungan Al-Qur'an...*, hlm. 274.

<sup>10</sup> *Ibid*, hlm. 274.

## 2. Sikap Manusia Mengenai Kematian

Kata mati dan kematian sebenarnya sudah sangat akrab dengan telinga manusia. Setiap orang pasti akan mengalaminya. Namun, manakala masih berada dalam kenikmatan hidup, manusia sering lengah dan lupa dengan kematian. Sebaliknya, bila usia semakin sepuh, atau didera sakit, maka bayang-bayang kematian mulai muncul. Secara psikologis, turut mempengaruhi sikap dan perilaku manusia.<sup>11</sup>

Komaruddin Hidayat dalam bukunya *Psikologi Kematian* mengungkapkan bahwa:

Kematian terlihat begitu menakutkan antara lain karena sebagian orang yang merasa dimanjakan oleh kenikmatan dunia yang telah dipeluknya selama ini. Dengan demikian memasuki hari tua berarti memasuki fase penyesalan sedangkan kematian adalah puncak kekalahan dan penderitaan. Jawaban lainnya bahwa kematian ditakuti karena manusia tidak tahu apa yang akan terjadi setelah mati. Jawaban lainnya pula bahwa orang takut mati karena seseorang merasa banyak dosanya, lebih banyak amal kejahatannya ketimbang kebajikannya, sehingga takut akan imbalan siksa yang hendak diterimanya kelak.<sup>12</sup>

Dari pernyataan di atas, dapat diketahui beberapa alasan manusia takut dan ingin melarikan diri dari kematian.

- a. Manusia takut berpisah dari dunia yang merupakan tempat ia berada.
- b. Manusia takut karena tidak tahu hal yang akan terjadi setelah ia mati.

---

<sup>11</sup> Jalaluddin, *Psikologi Agama*, (Jakarta: Rajawali Press, 2012), hlm. 187.

<sup>12</sup> Komaruddin Hidayat, *Psikologi Kematian...*, hlm. 78.

- c. Manusia takut menghadapi kematian karena merasa banyak melakukan kejahatan daripada kebaikan sehingga takut akan siksaan yang akan diterimanya.

Hal ini menunjukkan sikap yang berbeda-beda pada setiap orang mengenai kematian, dan hal ini terkait dengan kepercayaan dan agama seseorang. Sebagai muslim, Al-Qur'an dan Hadits telah menginformasikan tentang peristiwa kematian dalam Islam.

Ditinjau dari perspektif Al-Qur'an, terdapat satu ayat yang selalu dibaca dan bahkan secara spontan diucapkan ketika seorang muslim ditimpa suatu musibah, yakni firman Allah yang terjemahannya: "Sesungguhnya kami adalah milik Allah dan kepada-Nya-lah kami kembali."<sup>13</sup>

Para ulama menganjurkan sejumlah sikap yang harus dimiliki oleh mereka yang ditimpa ujian, antara lain:<sup>14</sup>

- a. Ridha dan berbaik sangka kepada Allah

قَالَ وَمَنْ يَقْنَطُ مِنْ رَحْمَةِ رَبِّي إِلَّا الضَّالُّونَ

Artinya: "Ibrahim berkata: "Tidak ada orang yang berputus asa dari rahmat Tuhan-nya, kecuali orang-orang yang sesat. (QS. Al-Hijr: 56)<sup>15</sup>

---

<sup>13</sup> M. Jamil Yusuf, *Model Konseling Islami*, (Banda Aceh: Arraniry Press, 2012), hlm. 58.

<sup>14</sup> Muna Binti Shalah Farj, *Esok Bertemu Kekasih: Mempersiapkan Kematian...*, hlm. 72.

<sup>15</sup> Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Terjemahnya...*, hlm. 395.

b. Menunaikan kewajiban-kewajiban.<sup>16</sup>

Jadi, sikap yang harus dimiliki saat tertimpa ujian termasuk mendapatkan peristiwa kematian adalah ridha dan berbaik sangka kepada Allah dan juga menunaikan kewajiban-kewajiban.

M. Jamil Yusuf dalam bukunya *Model Konseling Islami* mengemukakan bahwa ditinjau dari perspektif Al-Qur'an, terdapat satu ayat yang selalu dibaca dan bahkan secara spontan diucapkan ketika seseorang muslim ditimpa suatu musibah yakni firman Allah dalam Surat Al-Baqarah ayat 156 yang berbunyi:<sup>17</sup>

الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ

Artinya: “(yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan: "Inna lillaahi wa innaa ilaihi raaji'uun (sesungguhnya kami milik Allah dan kepada-Nya lah kami kembali)". (QS. Al-Baqarah: 156)<sup>18</sup>

Dari sana dapat dipahami bahwa manusia adalah: (1) milik Allah; (2) ia selalu menghadapi ujian dan cobaan dari Allah; (3) manusia diminta menghadapi ujian dan cobaan tersebut dengan shalat dan sabar; (4) dengan

---

<sup>16</sup> Muna Binti Shalah Farj, *Esok Bertemu Kekasih: Mempersiapkan Kematian...*, hlm. 72.

<sup>17</sup> M. Jamil Yusuf, *Model Konseling Islami ...*, hlm. 58.

<sup>18</sup> Departemen Agama Republik Indonesia, *Mushaf Al-Qur'an dan Terjemah*, (Jakarta Timur: Pustaka Al-Kautsar, 2009), hlm. 24.

demikian diharapkan manusia selalu mendapat keberkatan dan petunjuk Allah; dan (5) kelak manusia akan kembali kepada Allah.<sup>19</sup>

Penjelasan di atas menyatakan bahwa Allah menginformasikan nasehat kepada muslim di dalam Al-Qur'an bahwa manusia adalah milik Allah dan akan kembali kepada Allah yakni menghadapi kematian. Muslim diharapkan bersabar atas ujian yang diberi oleh Allah dengan meminta petunjuk kepada-Nya dengan sabar dan salat.

Ummul Mukminin Shafiyah ra. mengatakan bahwa ada seorang perempuan berkonsultasi kepada Aisyah ra. tentang hatinya yang telah keras. Aisyah ra. menjawab 'ingatlah akan kematian, karena hal tersebut akan membuat hati menjadi lembut'<sup>20</sup>

Dalam bukunya *Esok Bertemu Kekasih: Mempersiapkan Kematian Sebagai Pintu Menuju Surga*, Muna Binti Shalah Farj mengemukakan bahwa ada sejumlah manfaat bagi orang yang selalu mengingat kematian.<sup>21</sup> (1) seseorang akan selalu mempersiapkan kematiannya; (2) seseorang akan selalu tenang ketika musibah menimpa dirinya; (3) seseorang akan selalu bertaubat atas kesalahan yang telah dilakukannya; (4) seseorang akan selalu melembutkan hati dan matanya berlinangan air mata; (5) seseorang akan selalu memperhatikan urusan agamanya daripada hawa nafsunya; (6) seseorang akan mencintai kehidupan akhirat maka

---

<sup>19</sup> M. Jamil Yusuf, *Model Konseling Islami ...*, hlm. 58.

<sup>20</sup> Muna Binti Shalah Farj, *Esok Bertemu Kekasih: Mempersiapkan Kematian...*, hlm. 50.

<sup>21</sup> *Ibid*, hlm. 76.

akan menjadikannya semakin taat beribadah; dan (7) membuatnya meninggalkan kesenangan dunia dan ridha dengan yang sedikit (*qana'ah*) dan selalu mempersiapkan perjalanannya ke akhirat.<sup>22</sup>

Dengan mengingat kematian, seorang manusia akan mempersiapkan kematiannya dengan cara mendekati diri kepada Allah, akan tenang ketika Allah mengujinya dengan suatu musibah, seseorang akan selalu menyesali dan menangisi dosa-dosanya serta bertaubat kepada Allah, akan menitikberatkan urusan agama dan juga meningkatkan ibadah yang sudah tentu berimplikasi untuk akhiratnya.

Mengingat kematian akan membuang kenikmatan dan meninggalkan hawa nafsu dan menjadikan akhirat sebagai akhir tujuannya. Menyaksikan orang yang meninggal dan melihat sakaratul mautnya merupakan pelajaran yang berharga bagi yang menghadirinya.<sup>23</sup>

Mengingat kematian sejatinya membuat diri mengingat bahwa kehidupan ini terus berjalan dan umur senantiasa berkurang setiap harinya sehingga dapat memacu diri untuk mempersiapkan kematian dengan terus memperbaiki kualitas diri dan ibadah, bertaubat dari kesalahan dan dosa, kembali setiap kali lupa dan lalai, dan memperbanyak amal kebaikan dengan niat tulus ikhlas mencari ridha Allah SWT. Hal tersebut dapat menambah keyakinan bahwa segala sesuatu yang seseorang miliki

---

<sup>22</sup> Muna Binti Shalah Farj, *Esok Bertemu Kekasih: Mempersiapkan Kematian...*, hlm. 76.

<sup>23</sup> *Ibid*, hlm. 88.

hakikatnya adalah milik Allah dan akan kembali kepada-Nya bahkan diri manusia juga bukan miliknya akan tetapi milik Allah.

Sebuah kutipan yang sering kali terdengar “syarat mati tidak harus tua” adalah hal yang patut direnungkan. Di lingkungan sekitar tempat tinggal seseorang maupun di bagian bumi Allah yang lain, betapa banyak yang meninggalkan dunia ini dari mulai janin di kandungan hingga usia lanjut. Hal tersebut mengajak muslim dan seluruh manusia bahwa kematian dapat datang kepada siapa pun saat waktu yang ditentukan (ajal) seseorang tiba. Peristiwa ini seharusnya menjadikan muslim lebih bertakwa kepada Allah dan menambah keimanan terhadap kekuasaan Allah.

Kemudian, kematian orang yang disayangi sebagai ujian dan peringatan dari Allah. umat muslim seharusnya ikhlas dan memahami dengan benar bahwa setiap orang yang bernyawa akan menjumpai ajal dan akan berpisah dengan dunia. Hal ini seharusnya menjadikan muslim mendapatkan hikmah untuk mengaplikasikan ajaran Islam dengan beribadah kepada Allah karena misteriusnya waktu datangnya kematian.

Jadi, kematian menjadi pelajaran yang berharga untuk diingat dan dipersiapkan bagi manusia yang masih hidup untuk memaknai kehidupan dengan melaksanakan segala perintah Allah dan meninggalkan larangan-larangan-Nya demi mempersiapkan diri menghadapi kematiannya.

### 3. Konsep Kehidupan Setelah Mati

Jalaluddin dalam bukunya *Psikologi Agama* mengemukakan bahwa hari kebangkitan merupakan bagian dari rukun iman, Jalaluddin juga mengutip perihal hari kebangkitan yang dikemukakan oleh Abul A'la al-Maududi: “yang wajib kita beriman kepada hari itu, ialah:<sup>24</sup>

- a. Bahwa Allah akan menghapuskan semesta alam ini dan sekalian makhluk yang ada di dalamnya pada suatu hari yang dikenal dengan hari kiamat.
- b. Kemudian Allah akan menghidupkan mereka kembali sekali lagi dan mengumpulkan mereka di hadapan-Nya. Itu adalah “mahsyar” atau hari kebangkitan.
- c. Kemudian segala sesuatu yang diperbuat oleh manusia, yang baik dan yang buruk dalam kehidupan dunia mereka, diajukan kepada pengadilan Allah Swt. tanpa dikurangi dan tanpa dlebihkan.
- d. Allah Swt. menimbang perbuatan tiap-tiap manusia yang baik dan buruk. Barangsiapa yang lebih berat daun timbangan perbuatan-perbuatannya yang baik, maka dia diampuni-Nya; dan barangsiapa yang lebih berat daun timbangan perbuatan-perbuatannya yang buruk, maka ia disiksa-Nya.

---

<sup>24</sup> Jalaluddin, *Psikologi Agama...*, hlm. 189.

- e. Orang-orang yang diampuni-Nya masuk surga, dan orang-orang yang disiksa-Nya masuk neraka.<sup>25</sup>

Allah berfirman dalam Surat Al-Hajj yang berbunyi:

ذَٰلِكَ بِأَنَّ اللَّهَ هُوَ الْحَقُّ وَأَنَّهُ يُحْيِي الْمَوْتَىٰ وَأَنَّهُ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ. وَأَنَّ السَّاعَةَ آتِيَةٌ

لَا رَيْبَ فِيهَا وَأَنَّ اللَّهَ يَبْعَثُ مَنْ فِي الْقُبُورِ

Artinya: “Yang demikian itu, karena sesungguhnya Allah, Dialah yang haq dan sesungguhnya Dialah yang menghidupkan segala yang mati dan sesungguhnya Allah Maha Kuasa atas segala sesuatu. dan sesungguhnya hari kiamat itu pastilah datang, tak ada keraguan padanya; dan bahwasanya Allah membangkitkan semua orang di dalam kubur” (QS. Al-Hajj: 6-7)<sup>26</sup>

Allah memberikan informasi dalam firman-Nya terkait hari akhirat dan kematian sebagai awal yang dilewati manusia untuk menuju ke alam keabadian. Allah menciptakan kehidupan dan kematian yang berkaitan satu sama lain. Kematian adalah salah satu awal menuju keabadian yakni alam akhirat. Hari kiamat akan terjadi untuk mewujudkan musnahnya alam dunia. Hari kebangkitan yang merupakan tempat manusia hidup dan berkumpul nantinya menerima hisab dari Allah akan menjumpai manusia manakala manusia telah dikumpulkan.

---

<sup>25</sup> Jalaluddin, *Psikologi Agama...*, hlm. 190.

<sup>26</sup> Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Terjemahnya...*, hlm. 512.

## B. MENGHADAPI KEMATIAN

### 1. Konsep Tujuan Hidup Manusia

Manusia keluar dari rahim ibunya hingga masuk kubur bukan hanya untuk bersenang-senang, tetapi di sana ada perintah yang harus dilaksanakan ada larangan yang harus dihindari, dan ada peraturan yang harus ditaati. Di belakangnya ada tujuan, dan di balik tujuan ada hikmah atau manfaat dari suatu perbuatan dan rahasia di balik sesuatu yang ditetapkan Allah, yang tidak selalu secara cepat bisa diketahui manusia. Kehidupan individu dan manusia secara keseluruhan akan berakhir dalam waktu yang tidak diketahui, sesudah itu ada perhitungan dan pembalasan.<sup>27</sup>

Manusia dilahirkan dalam keadaan fitrah yang cenderung menganut agama yang lurus. Mereka memiliki kecenderungan untuk mengenal Tuhan, berpihak kepada kebenaran, berbuat kebajikan, dan menghindari sikap yang menyimpang.<sup>28</sup>

Ada tugas yang harus dilaksanakan manusia, yaitu sebagai khalifah Allah di bumi, yaitu khalifah yang diangkat dan diberhentikan oleh Allah untuk melaksanakan tugas-tugas sesuai kehendak dan aturan-Nya, dalam bidang keahlian atau kewenangan sesuai yang dikaruniakan Allah kepadanya. Tetapi hal ini tidak berarti karena Allah tidak mampu, atau men-

---

<sup>27</sup> Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islami (Teori dan Praktik)*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013), hlm. 58.

<sup>28</sup> Muhammad 'Utsman Najati, *Psikologi Dalam Perspektif Hadits*, Penerjemah: Zaenudin Abu Bakar, (Jakarta: Pustaka Al Husna Baru, 2004), hlm. 264.

jadikan manusia berkedudukan sebagai Tuhan. Tidak! Allah bermaksud dengan pengangkatan itu untuk menguji manusia dan memberinya penghormatan. Jadi, esensi tugas manusia sebagai khalifah Allah di bumi melaksanakan amanah sesuai tuntunan Allah dan Rasul-Nya.<sup>29</sup>

Anwar Sutoyo dalam bukunya *Bimbingan dan Konseling Islami* mengemukakan tentang peran khalifah yakni sebagai berikut:

Dalam melaksanakan tugas sebagai khalifah itu, ada sejumlah aturan berupa perintah dan larangan yang harus dipatuhi, yang dalam melaksanakannya dinilai sebagai ibadah. Ibadah yang harus dilaksanakan manusia bukan hanya pada saat-saat tertentu saja, tetapi sepanjang hidupnya. Ibadah itu terdiri dari ibadah *mahdhah* dan ibadah *ghairu mahdhah*. Ibadah *mahdhah* adalah ibadah yang telah ditentukan oleh Allah, bentuk, kadar, atau waktunya, seperti *shalat, puasa, zakat, dan haji*. Ibadah *ghairu mahdhah* adalah segala aktivitas lahir dan batin manusia yang dimaksudkan untuk mendekatkan diri kepada Allah. ibadah yang dilakukan manusia harus dengan niat yang tulus dan hanya tertuju kepada Allah SWT. semua amal manusia akan diperhitungkan (*dihisab*), dan kemudian mendapatkan balasan dari Allah.<sup>30</sup>

Islam mengajarkan bahwa manusia adalah khalifah Allah di muka bumi. Manusia pada dasarnya diciptakan Allah sebagai suci dan beriman. Manusia diciptakan Allah dengan membawa citra ketuhanan di dalam dirinya, yang harus dipertanggungjawabkan kepada Allah. Dalam Al-Quran penciptaan manusia dinyatakan sebagai berikut ini: *Kemudian Dia*

---

<sup>29</sup> Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islami*...., hlm. 59.

<sup>30</sup> *Ibid*, hlm. 59.

*menyempurnakan tubuhnya (manusia) dan meniupkan ke dalam (tubuh) nya ruh-Nya.* <sup>31</sup>

Tujuan diciptakan-Nya manusia sebagai khalifah Allah di bumi sekaligus beribadah kepada-Nya bukan untuk Allah, tetapi untuk manusia sendiri. Artinya jika amanah yang dibebankan kepada manusia dan atau ibadah yang harus dilaksanakan manusia itu dilaksanakan sesuai tuntunan Allah, niscaya manfaat atau hikmah dari melaksanakan ibadah itu untuk manusia sendiri, bukan untuk Allah.<sup>32</sup> Manusia yang bersikap, berperilaku sesuai dengan tujuan diciptakannya akan membawa manfaat bagi dirinya karena dibalik penciptaan manusia yang dilengkapi dengan organ-organ tubuh dengan fungsinya seperti pendengaran, penglihatan, jantung, paru-paru, darah, hati, pikiran, dan perasaan, ada manfaat yang tertuju untuk manusia itu sendiri, bukan untuk Allah.

Allah menciptakan manusia dengan bentuk yang sempurna serta menganugerahkan manusia dengan kemampuan untuk menjalankan tugas sebagai khalifah dan hamba-Nya. Manusia diciptakan dengan fitrah yakni kecenderungan mendekati kebaikan dan kebenaran dan menghindari keburukan. Oleh karena itu, muslim yang hidup sesuai istilah Al-Qur'an adalah muslim yang menjalani hari-harinya untuk mewujudkan tujuannya yaitu menambah ketaatan kepada Allah.

---

<sup>31</sup> Lihat QS. As-Sajadah: 9, dan Departemen Agama Republik Indonesia, *Mushaf Al-Qur'an dan Terjemah*, (Jakarta Timur: Pustaka Al-Kautsar, 2009), hlm. 415.

<sup>32</sup> Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islami...*, hlm. 60.

## 2. Amal Perbuatan Manusia Dalam Islam

Allah swt. berfirman dalam kitab suci Al-Qur'an pada surat Al-Mulk ayat 2 yang berbunyi sebagai berikut.

الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا وَهُوَ الْعَزِيزُ الرَّحِيمُ

Artinya: “Yang menjadikan mati dan hidup, supaya Dia menguji kamu, siapa di antara kamu yang lebih baik amalnya. Dan Dia Maha Perkasa lagi Maha Pengampun” (QS. Al- Mulk: 2)<sup>33</sup>

Ayat yang sebelumnya menjelaskan bahwa Allah mengendalikan segala sesuatu-tanpa kecuali - dengan kuasa-Nya serta limpahan anugerah-Nya. Kata (الموت) *al-maut*/ mati biasanya dihadapkan dengan (الحياة) *al-hayah*. Bahkan dalam Al-Qur'an jumlah kata *al-maut* dan yang seakar dengannya yakni 145 kali. Hidup diartikan oleh sementara ulama sebagai sesuatu yang menjadikan wujud merasa, atau tahu, dan bergerak. Syeikh Mutawalli asy-Sya'rawi memahami kata hidup dalam Al-Qur'an sebagai sesuatu yang mengantar kepada berfungsinya sesuatu dengan fungsi yang ditentukan baginya. Tanah-misalnya—berfungsi menumbuhkan Tumbuhan. Jika ia gersang, Al-Qur'an menamainya mati, dan jika subur maka ia hidup. Manusia seharusnya berfungsi sebagai khalifah dan hamba Allah. Jika

---

<sup>33</sup> Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Quran dan Terjemahnya...*, hlm. 955.

dia merusak dan durhaka, maka dia tidak hidup, tetapi mati. Demikian seterusnya.<sup>34</sup>

M. Quraish Shihab mengemukakan dalam tafsir Al-Misbah bahwa maksud dari kata bahwa Allah SWT. menciptakan kematian yaitu karena kematian yang dimaksud adalah hanya ketiadaan di bumi ini dan sebenarnya masih wujud tetapi berpindah ke alam lain. Beliau juga menyebutkan bahwa mati dan hidup merupakan bukti yang paling jelas tentang kuasa-Nya dalam konteks manusia. Hidup tidak dapat diwujudkan oleh selain-Nya dan mati tidak dapat disangkal oleh siapa pun.<sup>35</sup>

Firman-Nya (أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا) *ayyukum ahsanu 'amal (an)*/ siapa yang lebih baik amalnya tentu saja mengandung pengertian bahwa Allah mengetahui siapa yang baik amalnya, karena tidak dapat diketahui siapa yang terbaik, bila tidak mengetahui secara menyeluruh semua yang baik, dan tidak dapat diketahui siapa yang terburuk bila tidak diketahui siapa yang buruk amalnya. Bahwa ayat di atas tidak menyebut siapa yang terburuk, untuk mengisyaratkan bahwa sebenarnya berlomba dalam kebaikan itulah yang seharusnya menjadi perhatian manusia. Penyebutan sifat (العزيز) *al-'aziz*/ Maha Perkasa terkesan ditujukan kepada para pembangkang yang wajar

---

<sup>34</sup> M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*, (Jakarta: Lentera Hati, vol. 14, 2002), hlm. 343.

<sup>35</sup> *Ibid*, hlm. 343.

dijatuhi hukuman, dan (الغفور) *al-ghafir*/ Maha Pengampun kepada yang menyadari kesalahannya dan melangkah mendekati diri kepada Allah Swt.<sup>36</sup>

Maksud penjelasan di atas adalah bahwa Allah menegaskan dalam Surat Al- Mulk ayat 2 adalah untuk memotivasi manusia untuk memperbaiki diri, melangkah menuju kebaikan dan meningkatkan amalnya sehingga mendapat limpahan anugerah-Nya.

Allah mengingatkan tentang hubungan yang saling terkait antara kehidupan dan kematian. Dalam ayat ini juga motivasi bagi muslim untuk meningkatkan amal, berpikir dengan akal yang diberikan Allah untuk memilih jalan hidup yang benar sehingga tidak menjadi pribadi yang lalai dan kalah. Hal ini dapat diwujudkan dengan menentukan bagaimana sikap dan perilakunya sehingga dapat memahami dan memaknainya.

### **3. Kehidupan Bermakna**

Keinginan untuk hidup bermakna memang benar-benar merupakan motivasi utama pada manusia. Hasrat inilah yang mendorong setiap orang untuk melakukan berbagai kegiatan-seperti kegiatan bekerja dan berkarya-agar hidupnya dirasakan berarti dan berharga. Hasrat untuk

---

<sup>36</sup> M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian...*, hlm. 344.

hidup bermakna ini adalah suatu fenomena kejiwaan yang nyata dan dirasakan pentingnya dalam kehidupan seseorang<sup>37</sup>

Hanna Djumhana Bastaman dalam bukunya *Integrasi Psikologi dengan Islam* mengemukakan tentang aliran psikologi yang banyak mempelajari fenomena makna hidup, keinginan untuk hidup Bermakna, dan bagaimana mengembangkan hidup bermakna adalah *logoterapi* yang ditemukan oleh Victor E. Frankl yang merupakan seorang neuro psikiater dari kota Wina, Austria. Frankl adalah salah satu orang yang bertahan selama empat tahun menjadi tahanan NAZI dari empat kamp-konsentrasi maut: Dachau, Maidek, Treblinka dan Auschwitz. Teorinya mengenai makna hidup.<sup>38</sup>

- a. Dalam setiap keadaan, termasuk dalam penderitaan sekalipun, kehidupan ini selalu mempunyai makna.
- b. Kehendak untuk hidup secara bermakna merupakan motivasi utama setiap orang.
- c. Dalam batas-batas tertentu manusia memiliki kebebasan dan tanggung jawab pribadi untuk memilih dan menentukan makna tujuan hidupnya.
- d. Hidup bermakna diperoleh dengan jalan merealisasikan tiga nilai kehidupan yang disebut *creative values* (nilai-nilai kreatif), *experiential*

---

<sup>37</sup> H.D. Bastaman, *Logoterapi: Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2007), hlm. 43.

<sup>38</sup> H.D. Bastaman, *Integrasi Psikologi Dengan Islam: Menuju Psikologi Islam*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1995), hlm. 193.

*values* (nilai-nilai penghayatan), dan *attitudinal values* (nilai-nilai bersikap).<sup>39</sup>

Setiap kehidupan manusia, bagaimanapun sulitnya tetap mempunyai makna, manusia memiliki peran dan tanggung jawab dalam hidupnya. Manusia berusaha merealisasikan nilai-nilai kreatif, nilai-nilai penghayatan, dan nilai-nilai bersikap untuk mencapai kehidupan yang bermakna.

Komaruddin Hidayat di dalam bukunya *Psikologi Kematian*, mengutip kata Martin Heidegger, yakni:

Hidup adalah suatu kehadiran yang tertuju ke arah kematian. Ada yang berkeyakinan, jalur hidup ini berjalan ke depan secara linear. Ada yang berpendapat ke depan dalam bentuk spiral, dan ada pula yang berpaham bagaikan daur siklus. Namun, yang pasti, agenda kehidupan ini diyakini berjalan maju, sementara waktu dan peristiwa yang telah lalu tidak bisa diputar kembali. Setiap saat merupakan momen dan peristiwa kehidupan yang berbeda dari sebelumnya.<sup>40</sup>

Manusia bukan hanya hidup di dunia ini, tetapi setelah kematian jasadnya masih ada kehidupan lain di akhirat. Rentang panjang kehidupan ini dimulai dari fase: (a) penciptaan Ruh, (b) ditiupkan Ruh ke jasad ketika dalam Rahim ibu, (c)kehidupan di alam dunia, (d) “kehidupan” di alam kubur, (e) kehidupan abadi di alam akhirat.<sup>41</sup>

---

<sup>39</sup> H.D. Bastaman, *Logoterapi: Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup...*, hlm. 40.

<sup>40</sup> Komaruddin Hidayat, *Psikologi Kematian...*, hlm. 78.

<sup>41</sup> M. Jamil Yusuf, *Model Konseling Islami ...*, hlm. 172.

Setiap kehidupan akan berakhir dan menuju kematian. Keyakinan seseorang muslim yakni kehidupan di dunia merupakan masa sementara sebelum fase kematian menghampiri dan kemudian menuju ke alam *barzakh* dan juga alam akhirat yang kekal.

Di dalam bukunya *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*, Hanna Djumhana Bastaman mengemukakan tentang makna hidup yakni:

Makna hidup adalah hal-hal yang dianggap sangat penting dan berharga serta memberikan nilai khusus bagi seseorang, sehingga layak dijadikan tujuan dalam kehidupan (*the purpose in life*). Bila hal itu berhasil dipenuhi akan menyebabkan seseorang merasakan kehidupan yang berarti dan pada akhirnya akan menimbulkan perasaan bahagia (*happiness*). Dan makna hidup ternyata ada dalam kehidupan itu sendiri, dan dapat ditemukan dalam setiap keadaan yang menyenangkan dan tak menyenangkan, keadaan bahagia, dan penderitaan. Ungkapan seperti “Makna dalam Derita” (*Meaning in Suffering*) atau “Hikmah dalam Musibah” (*Blessing in Disguise*) menunjukkan bahwa dalam penderitaan sekalipun makna hidup tetap dapat ditemukan. Bila hasrat ini dapat dipenuhi maka kehidupan yang dirasakan berguna, berharga, dan berarti (*meaningful*) akan dialami. Sebaliknya bila hasrat ini tak terpenuhi akan menyebabkan kehidupan dirasakan tidak bermakna (*meaningless*).<sup>42</sup>

Seseorang menjadikan tujuan-tujuan yang sangat penting yang harus dicapai sebagai makna hidupnya, dengan terpenuhinya tujuan-tujuan yang dianggapnya berharga tersebut akan membuat seseorang merasa bahwa hidupnya bermakna. Saat kehidupan berada seolah-olah dalam kegelapan dan juga terhimpit dengan masalah, cara muslim menyikapinya dengan

---

<sup>42</sup> H.D. Bastaman, *Logoterapi: Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup...*, hlm. 45.

usaha dan doa kepada Allah, manusia akan mendapatkan hikmah darinya. Keinginan untuk menjalaninya dengan baik itu bermakna.

## C. KONSEP KONSELING ISLAM

### 1. Pengertian Konseling Islam

Secara etimologis, istilah konseling berasal dari bahasa Latin, yaitu *consilium* yang berarti “dengan” atau “bersama” yang dirangkai dengan “menerima” atau “memahami”. Sedangkan dalam bahasa Anglo-Saxon, istilah konseling berasal dari *sellan* yang berarti “menyerahkan” atau “menyampaikan”.<sup>43</sup>

Konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (disebut klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi oleh klien.<sup>44</sup>

Konseling Islami (*al-irsyad al-Islamiy*) bermakna petunjuk yang Islami, yakni memberikan pemahaman, pengarahan, dan petunjuk bagi orang-orang yang sesat, dalam bentuk memberikan pertimbangan, pandangan, pemikiran, orientasi kejiwaan, etika, dan penerapannya sesuai dengan ajaran Islam. Dengan demikian, melalui bantuan layanan Konseling Islami, seseorang diharapkan dapat meneguhkan keyakinannya, menguatkan kesadarannya, terbuka wawasan pemikiran, pemahaman,

---

<sup>43</sup> Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2009), hlm. 99.

<sup>44</sup> *Ibid*, hlm. 105.

keinsyafan, untuk menempuh jalan yang benar sesuai dengan ajaran Islam.<sup>45</sup>

Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan konselor sebagai ahli melalui proses wawancara konseling kepada klien sebagai orang yang membutuhkan bantuan dengan menempuh jalan yang sesuai dengan ajaran Islam dan menggunakan cara-cara yang sesuai dengan sumber ajaran Islam yakni Al-Quran dan Hadis.

## 2. Landasan Konseling Islami

Landasan (pondasi atau dasar pijak) utama bimbingan dan konseling Islami adalah Al-Quran dan Sunnah Rasul, sebab keduanya merupakan sumber dari segala pedoman kehidupan umat Islam.<sup>46</sup>

Al-Quran dan Sunnah Rasul dapatlah diistilahkan sebagai landasan ideal dan konseptual bimbingan dan konseling Islami. Dari Al-Quran dan Sunnah Rasul itulah gagasan, tujuan, dan konsep-konsep (pengertian, makna hakiki) bimbingan dan konseling Islami bersumber.<sup>47</sup>

Jika Al-Quran dan Sunnah Rasul merupakan landasan utama yang dilihat dari sudut asal-usulnya, merupakan landasan *naqliyah*, maka landasan lain yang dipergunakan oleh bimbingan dan konseling Islami yang

---

<sup>45</sup> M. Jamil Yusuf, *Model Konseling Islami...*, hlm. 10.

<sup>46</sup> Thohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual...*, hlm. 5.

<sup>47</sup> *Ibid*, hlm. 6.

sifatnya *aqliyah* adalah filsafat dan ilmu, dalam hal ini filsafat Islami dan ilmu atau landasan ilmiah yang sejalan dengan ajaran Islam.<sup>48</sup>

Dalam gerak dan langkahnya, bimbingan dan konseling islami berlandaskan pula pada berbagai teori yang telah tersusun menjadi ilmu. Sudah barang tentu teori dan ilmu itu, khususnya ilmu-ilmu atau teori-teori yang dikembangkan bukan oleh kalangan Islam, yang sejalan dengan ajaran Islam sendiri. Ilmu-ilmu yang membantu dan dijadikan landasan gerak operasional bimbingan dan konseling Islami itu antara lain: ilmu Jiwa (Psikologi), ilmu Hukum Islam (Syariah), dan ilmu-ilmu kemasyarakatan (Sosiologi, Antropologi Sosial dan sebagainya)<sup>49</sup>

M. Jamil Yusuf dalam bukunya *Model Konseling Islami* menyebutkan tujuh landasan-landasan utama dalam rumusan model konseling Islami yakni sebagai berikut.

- a. Landasan filosofis adalah landasan yang berhubungan dengan upaya menjelaskan inti, hakikat, dan hikmah mengenai sesuatu yang berada di balik objek yang lahir tentang manusia yakni mengenai hakikat manusia seperti asal-usul dan tugas-tugas yang diemban manusia di muka bumi. Landasan filosofis model konseling islami dilandasi oleh filsafat manusia menurut Al-Qur'an sehingga dapat dimengerti dan dipahami secara seksama. Hal yang dilandasi filsafat manusia menurut Al-Qur'an ini

---

<sup>48</sup> Thohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual...*, hlm. 6

<sup>49</sup> *Ibid*, hlm. 6.

adalah: (a) makhluk ciptaan Allah; (b) memiliki fitrah kemanusiaan yang baik, ia selalu condong kepada agama yang *hanif*, kebenaran dan kebaikan; (c) eksistensi manusia masih berlangsung setelah kematian jasadnya; (d) dimensi ruhaniah merupakan salah satu dari totalitas manusia di samping dimensi organo-biologis, mental-psikis dan sosio-kultural yang mempengaruhi perilaku manusia; (e) dinamika kehidupan manusia berlangsung di sekitar interaksi dengan sesama manusia, pengembangan diri, memanfaatkan alam sekitarnya dan mengabdikan kepada Allah SWT; dan (f) pribadi Nabi Muhammad SAW sebagai tokoh identifikasi yang paling sempurna.<sup>50</sup>

- b. Landasan religius adalah landasan yang berhubungan dengan konsep kehidupan manusia secara utuh, yakni konsep yang mampu membawa manusia kepada kesejahteraan, ketenangan, kedamaian, dan keridhaan manusia dalam menerima hidup dan kehidupan ini serta Allah ridha kepadanya. Landasan religius ini didasarkan pada firman Allah ayat ke-104 dari Surat Ali Imran.<sup>51</sup>
- c. Landasan psikologis adalah landasan model Konseling Islami yang berhubungan dengan proses interaksi yang ada di antara sesama manusia dan dalam penerapannya senantiasa mengikuti tabiat manusia serta kondisi kejiwaannya. Dengan landasan ini, konseling Islami selain akan mengetahui tingkat keagamaan yang dihayati, dipahami, dan diamalkan

---

<sup>50</sup> M. Jamil Yusuf, *Model Konseling Islami ...*, hlm. 148.

<sup>51</sup> *Ibid*, hlm. 148.

seseorang, memantapkan keyakinan agama sesuai dengan perkembangannya, juga dapat digunakan untuk memahami perilaku individu yang menjadi sasaran layanan (klien).<sup>52</sup>

- d. Landasan sosiologis adalah landasan pengembangan konseling Islami yang berhubungan dengan kehidupan manusia sebagai makhluk sosial. Konsep sosiologis dalam kehidupan manusia menjadi salah satu model konseling Islami, karena banyak kajian konseling Islami baru dapat dipahami secara tepat apabila menggunakan jasa ilmu sosiologi.
- e. Landasan historis adalah landasan model Konseling Islami yang berhubungan dengan peristiwa sejarah mengenai berbagai tugas kemanusiaan dalam membina dan membentuk manusia yang ideal di muka bumi.<sup>53</sup>
- f. Landasan hukum adalah landasan yang berhubungan dengan norma atau kaidah yang menjadi ukuran dan pedoman yang digunakan untuk menilai tingkah laku atau perbuatan manusia. Konseling Islami berpijak pada landasan hukum yang mutlak mengatur masalah manusia dalam hubungannya dengan dirinya, sesama manusia, alam lingkungan, dan dengan Allah SWT. Islam secara tegas mengatur supaya manusia berpijak pada hukum Allah agar manusia selamat di dunia dan di akhirat yakni berdasarkan Al-Quran dan Hadis dan juga didukung pendapat ulama yang teruji. Kemudian Konseling Islami sebagai salah satu

---

<sup>52</sup> M. Jamil Yusuf, *Model Konseling Islami ...*, hlm. 150.

<sup>53</sup> *Ibid*, hlm. 153.

layanan bantuan profesional juga mengikuti kode etik konseling yang berlaku pada Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia (ABKIN) yang melindungi konselor dan kliennya.<sup>54</sup>

- g. Landasan keilmuan adalah landasan model Konseling Islami yang berhubungan dengan persyaratannya sebagai suatu ilmu pengetahuan sosial. selain disiplin ilmu pengetahuan sosial, Konseling Islami juga tidak dapat dipisahkan dengan ajaran Islam.<sup>55</sup>

Jadi, landasan-landasan dalam Konseling Islami adalah landasan filosofis, landasan religius, landasan psikologis, landasan sosiologis, landasan historis, landasan hukum, dan landasan keilmuan. Landasan-landasan ini yang menjadi tempat berpijak konseling Islami.

### 3. Konsep Model Konseling Islami

M. Jamil Yusuf di dalam bukunya *Model Konseling Islami* menjelaskan tentang konsep-konsep utama dalam model konseling Islam.

- a. Konsep tentang fitrah kemanusiaan.
- 1) Manusia lahir dalam keadaan fitrah, yakni mempunyai kecenderungan menuju ke arah kebenaran dan wujud-wujud suci serta tidak dapat hidup tanpa mensucikan dan menyembah sesuatu. Sejak awal penciptaannya, manusia menjalani kehidupan ini dalam keadaan suci dan beriman serta bebas dari berbagai sifat tercela dan keburukan. Ini

---

<sup>54</sup> M. Jamil Yusuf, *Model Konseling Islami* ..., hlm. 156.

<sup>55</sup> *Ibid*, hlm. 157.

- merupakan modal dasar yang dianugerahkan Allah SWT kepada manusia untuk menempuh kehidupan di dunia ini.<sup>56</sup>
- 2) Manusia pada awal penciptaannya berada pada posisi siap untuk menerima kebenaran dan kebaikan. Manusia mengingkari fitrah dan kesucian apabila manusia membangkang atau menyimpang.
  - 3) Meskipun manusia memiliki seluruh kecenderungannya ke arah nafsu, hal-hal inderawi, korupsi dan kejahatan, wujudnya manusia dianugerahi suatu percikan suci yang secara esensial menentang kejahatan. Intinya, sistem manusia didasarkan atas kebenaran dan kebaikan dan bahwa keburukan hanya bersifat relatif dan sementara.
  - 4) Kebenaran dan kebaikan adalah sumbu sistem kehidupan manusia.
  - 5) Manusia berinteraksi dengan lingkungan kebudayaannya.
  - 6) Konseling Islami berlangsung sepanjang pertumbuhan dan perkembangan manusia.<sup>57</sup>
- b. Konsep tentang kebebasan dan tanggung jawab. Dalam pandangan Islam ada empat kebebasan yang dianugerahkan Allah kepada manusia.
- 1) Kebebasan dari perbudakan karena Islam membenarkan penghambaan seseorang hanya kepada Allah dan tidak menyekutukan-Nya dengan sesuatupun.
  - 2) Kebebasan beragama, berakidah, dan berperilaku. Ini untuk memastikan bahwa akidah itu benar-benar bersumber dari keimanan atau keya-

---

<sup>56</sup> M. Jamil Yusuf, *Model Konseling Islami ...*, hlm. 159.

<sup>57</sup> *Ibid*, hlm. 161.

kinan, karena tidak ada iman kecuali berasal dari kalbu yang rela, murni, tenang, dan jujur. Tidak akan berarti ucapan yang dikeluarkan oleh mulut namun diingkari oleh keimanannya.<sup>58</sup>

- 3) Kebebasan berpikir sehingga manusia mampu melakukan proses abstraksi, suatu kemampuan memahami esensi dari keharmonisan ciptaan alam semesta.
- 4) Kebebasan kehendak dalam pandangan Islam terdiri dari; (a) kebebasan kehendak Allah yang sifatnya mutlak; dan (b) kebebasan kehendak manusia yang sifatnya terbatas karena terkait dengan perintah tawakal kepada Allah dan keterpaksaan manusia untuk menerima kepastian nasib.<sup>59</sup>

c. Konsep tentang takdir dan tawakal

- 1) Menurut Islam bahwa hidup dan kehidupan ini adalah takdir Allah. namun, tidak berarti bahwa manusia tidak dapat berusaha untuk mencapai kesejahteraan hidup. Karena dalam bahasa Al-Qur'an takdir adalah 'ukuran-ukuran yang ditetapkan Allah atas segala sesuatu'. Manusia bebas memilih langkahnya dalam kerangka takdir tersebut.
- 2) Al-Qur'an menyatakan bahwa masa depan umat manusia ditentukan oleh hukum-hukum alam yang kuat dan tetap. Ini mengisyaratkan bahwa dengan melihat kepada perbuatan dan perilakunya, manusia dapat mengetahui kekuatan-kekuatan yang menentukan masa depannya

---

<sup>58</sup> M. Jamil Yusuf, *Model Konseling Islami...*, hlm. 162.

<sup>59</sup> *Ibid*, hlm. 163.

itu merupakan suatu reaksi dan aksi yang ditimbulkan oleh perbuatan mereka sendiri.<sup>60</sup>

- 3) Manusia adalah satu-satunya makhluk yang diberi kebebasan oleh Allah sebagai konsekuensi logis atas kesediaan manusia mengemban amanah yang pada hakikatnya tidak lain dari kebebasan memilih, maka jadilah manusia itu sebagai pengemban amanah kebebasan memilih.<sup>61</sup>
- 4) Manusia diwajibkan untuk membulatkan tekad (berusaha) baru kemudian bertawakkal kepada Allah.
- 5) Konsep tentang kebebasan memilih dan tawakkal tidak akan bertabrakan dengan konsep takdir (takdir diartikan sebagai hukum kehidupan bukan penentuan Allah sebelumnya).

Jadi, penulis menyimpulkan konsep-konsep utama dalam model konseling Islam yakni konsep fitrah kemanusiaan yaitu kecenderungan manusia ke arah kebaikan dan kebenaran dan menghindari keburukan, konsep kebebasan dan tanggung jawab terkait penghambaan yang hanya kepada Allah, kebebasan beragama, berakidah, berperilaku, berpikir, dan berkehendak serta konsep takdir dan tawakkal mengenai kepastian nasib, usaha manusia di dunia dan akhirnya bertawakkal kepada Allah.

---

<sup>60</sup> M. Jamil Yusuf, *Model Konseling Islami ...*, hlm. 164.

<sup>61</sup> *Ibid*, hlm. 164.

#### 4. Citra Manusia Dalam Islam

Dalam bukunya *Model Konseling Islami*, M. Jamil Yusuf mengemukakan konsep tentang hakikat manusia yakni sebagai berikut.

- a. manusia adalah makhluk ciptaan Allah yang hidup di dunia tetapi akan menjalani kehidupan yang bersifat ruhani di alam akhirat setelah kematian jasadnya. Disanalah manusia wajib mempertanggungjawabkan semua hasil ikhtiar selama hidup di dunia.<sup>62</sup>
- b. *Nafs* manusia diciptakan Allah dalam bentuk yang sempurna untuk menampung dan mendorong manusia berbuat kebaikan dan berbuat keburukan meskipun ia lebih condong kepada kebaikan.
- c. Konseling Islami memandang hal yang esensial dari hakikat kemanusiaan ini adalah adanya pengakuan terhadap dimensi ruh manusia yang bersifat Ilahiah sebagai dimensi asasi dan khas dalam sistem kesatuan kejiwa-ragaan manusia. Ruh sudah ada sebelum manusia dilahirkan dan terus ada setelah manusia meninggal dunia, sifatnya sangat tinggi, indah, dan lembut yang dikaruniakan Allah ke dalam diri manusia untuk mengetahui dan mengenal sesuatu.<sup>63</sup>

Jadi, manusia menjalani kehidupan di dunia dan juga kehidupan setelah mati di akhirat, manusia dianugerahkan *nafs* yang condong kepada kebaikan, dan adanya konseling Islami yang mengakui adanya ruh yang hakikatnya sangat tinggi, akan terus ada dan dianugerahkan untuk mengetahui sesuatu.

---

<sup>62</sup> M. Jamil Yusuf, *Model Konseling Islami ...*, hlm. 157.

<sup>63</sup> *Ibid*, hlm. 158.

Berdasarkan ayat-ayat Al-Qur'an dan Hadits Nabi Muhammad Saw. dan berbagai pandangan ulama serta para pakar lainnya, manusia itu antara lain memiliki sifat-sifat atau keadaan sebagai berikut:<sup>64</sup>

- a. Manusia terdiri dari berbagai unsur yang menjadi satu kesatuan utuh yang tidak terpisahkan;
- b. Manusia memiliki empat fungsi (sifat atau kedudukan), yaitu:
  - 1) Sebagai makhluk Allah, yaitu makhluk yang diciptakan dan wajib mengabdikan kepada Allah;
  - 2) Sebagai makhluk individu;
  - 3) Sebagai anggota masyarakat manusia (makhluk sosial);
  - 4) Sebagai *khalifatullah* di bumi yang wajib mengelola dan memakmurkan bumi (makhluk berbudaya);
- c. Memiliki sifat-sifat utama (berakal, dsb) dan juga memiliki kelemahan.
- d. Manusia bertanggung jawab atas segala perbuatannya.<sup>65</sup>

Jadi, penulis menyimpulkan bahwa hakikat manusia yakni makhluk yang diciptakan Allah yang dianugerahkan *nafs* untuk menjalani kehidupan di dunia dengan peran-perannya sebagai maupun kehidupan ruhani setelah ruh berpisah dengan jasad yakni kematian dimana kemudian manusia akan mempertanggungjawabkan segala perbuatannya.

---

<sup>64</sup> Thohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual ...*, hlm. 7.

<sup>65</sup> *Ibid*, hlm. 7.

## D. LANSIA

### 1. Pengertian Usia Lanjut

Usia tua adalah periode penutup dalam rentang hidup seseorang, yaitu suatu periode dimana seseorang telah “beranjak jauh” dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan atau beranjak dari waktu yang penuh dengan manfaat. Bila seseorang yang sudah beranjak jauh dari periode hidupnya terdahulu, ia sering melihat masa lalunya, biasanya dengan penuh penyesalan, dan cenderung ingin hidup pada masa sekarang, mencoba mengabaikan masa depan sedapat mungkin.<sup>66</sup>

Usia enampuluan biasanya dipandang sebagai garis pemisah antara usia madya dan usia lanjut. Tahap terakhir dalam rentang kehidupan sering dibagi menjadi usia lanjut dini, yang berkisar antara usia enam puluh sampai tujuh puluh dan usia lanjut yang mulai pada usia tujuh puluh sampai akhir kehidupan seseorang. Orang dalam usia enampuluan biasanya digolongkan sebagai usia tua, yang berarti sedikit lebih tua atau setelah usia madya dan usia lanjut setelah mereka mencapai usia tujuh puluh.<sup>67</sup>

Jadi, usia lanjut dini menurut penjelasan di atas yakni usia enam puluh sampai tujuh puluh dan usia lanjut dari usia tujuh puluh sampai akhir kehidupan seseorang.

---

<sup>66</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Hidup*, (Jakarta: Erlangga, 1980), hlm. 380.

<sup>67</sup> *Ibid*, hlm. 380.

## 2. Ciri-Ciri Usia Lanjut

Menurut Hurlock, terdapat beberapa ciri orang lanjut usia yaitu sebagai berikut.<sup>68</sup>

- a. Usia lanjut merupakan periode kemunduran. Kemunduran pada lansia sebagian datang dari faktor fisik dan faktor psikologis. Kemunduran dapat berdampak pada psikologis lansia. Motivasi memiliki peran yang penting dalam kemunduran pada lansia. Kemunduran pada lansia semakin cepat apabila memiliki motivasi yang rendah, sebaliknya jika memiliki motivasi yang kuat maka kemunduran itu akan lama terjadi.
- b. Orang lanjut usia memiliki status kelompok minoritas. Lansia memiliki status kelompok minoritas karena sebagai akibat dari sikap sosial yang tidak menyenangkan terhadap orang lanjut usia dan diperkuat oleh pendapat-pendapat klise yang jelek terhadap lansia.
- c. Menua membutuhkan perubahan peran. Perubahan peran tersebut dilakukan karena lansia mulai mengalami kemunduran dalam segala hal. Perubahan peran pada lansia sebaiknya dilakukan atas dasar keinginan sendiri bukan atas dasar tekanan dari lingkungan.<sup>69</sup>

Usia lanjut identik dengan kemunduran fisik dan motorik sehingga membutuhkan perubahan peran dan juga aktivitas untuk menyesuaikan diri.

---

<sup>68</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan...*, hlm. 380.

<sup>69</sup> *Ibid*, hlm. 384.

### 3. Tugas Perkembangan Usia Lanjut

- 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 seusia.
- e. Membentuk pengaturan kehidupan fisik yang memuaskan.
- f. Menyesuaikan diri dengan peran sosial secara luwes.<sup>70</sup>

Tugas perkembangan usia lanjut terkait perubahan dirinya sehingga bagi orang yang berusia lanjut harus menyesuaikan diri dengan kondisi fisik, masa pensiun, kehilangan pasangan, hubungan dan peran sosial.

### 4. Perubahan Fisik dan Motorik pada Usia Lanjut

Hurlock mengemukakan tentang perubahan fisik dan motorik dalam bukunya *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Hidup* yakni sebagai berikut.<sup>71</sup>

- a. Perubahan penampilan. Tanda-tanda paling jelas dari usia lanjut adalah perubahan pada wajah, tangan, maupun bagian tubuh lainnya.
- b. Perubahan bagian dalam tubuh. Seperti perubahan yang terjadi pada kerangka tubuh, tulang yang mengapur, perubahan pada sistem saraf di otak, dan juga perubahan organ-organ di dalam perut.

---

<sup>70</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan...*, hlm. 10.

<sup>71</sup> *Ibid*, hlm. 386.

- c. Perubahan pada fungsi fisiologis. Yakni memburuknya sistem pengaturan organ-organ, menurunnya fungsi pembuluh darah pada kulit, perubahan tingkat denyut nadi dan konsumsi oksigen, meningkatnya tekanan darah, penurunan jumlah waktu tidur, dan pengurangan zat-zat yang ada di dalam tubuh.
- d. Perubahan panca indera. Yakni berkurangnya sensitivitas dan efisiensi pada indera daripada kaum muda seperti penurunan kemampuan mata dan telinga sehingga harus menggunakan alat bantu.<sup>72</sup>

Jadi, perubahan-perubahan fisik tersebut juga mempengaruhi perubahan pada kemampuan lansia untuk melakukan kegiatan atau aktivitas fisik sehingga terkadang harus menggunakan alat bantu.

Hurlock mendeskripsikan tentang perubahan kemampuan motorik yaitu sebagai berikut.

Orang berusia lanjut pada umumnya menyadari bahwa mereka berubah lebih lambat dan koordinasi gerakannya kurang begitu baik dibanding masa muda mereka. Perubahan dalam kemampuan motorik ini disebabkan oleh pengaruh fisik dan psikologis. Penyebab fisik yang mempengaruhi perubahan-perubahan dalam kemampuan motorik meliputi menurunnya kekuatan dan tenaga yang biasanya menyertai perubahan fisik yang terjadi karena bertambahnya usia, menurunnya kekerasan otot, kekakuan pada persendian, gemetar pada tangan, kepala, dan rahang bawah. Berbagai penyebab psikologis yang mempengaruhi perubahan dalam kemampuan motorik berasal dari kesadaran tentang merosotnya dan perasaan akan rendah diri. Kalau dibandingkan dengan orang yang lebih muda dalam arti kekuatan, kecepatan, dan keterampilan. Tekanan emosional, yang berasal dari sebab-sebab psikologis, dapat mempercepat perubahan kemampuan motorik atau menurunnya motivasi untuk mencoba melakukan sesuatu yang masih dapat dilakukan. Terdapat bukti bahwa latihan fisik dan

---

<sup>72</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan...*, hlm. 389.

kesibukan bekerja dapat mencegah atau paling tidak menghambat kecepatan penurunan kemampuan motorik. Bagi mereka yang masih terus melakukan latihan fisik, secara keseluruhan, mempunyai koordinasi dan keterampilan fisik yang lebih baik dibanding yang tidak melakukan hal itu.<sup>73</sup>

Pergerakan persendian, kekerasan otot, dan juga menurunnya fungsi pada anggota dipengaruhi oleh perubahan fisik maupun sebab-sebab psikologis. Jika pada usia lebih muda sering melakukan latihan fisik, maka saat berusia lanjut akan memiliki keterampilan fisik yang lebih baik.

## 5. Perubahan Minat Pada Usia Lanjut

- a. *Minat Pribadi* (ketertarikan pribadi) yang meliputi; (1) minat terhadap diri sendiri yaitu sangat berorientasi pada egonya dan pada dirinya, (2) minat penampilan yakni cenderung tidak ambil pusing dengan penampilan untuk lebih menarik, (3) minat terhadap pakaian yang tergantung sejauh mana orang berusia lanjut terlibat dalam kegiatan sosial, dan (4) minat terhadap uang yang semakin berkurang<sup>74</sup>
- b. *Minat Untuk Rekreasi*. Lansia cenderung tetap tertarik pada kegiatan rekreasi yang biasa dinikmati pada masa mudanya, dan mungkin mengubahnya hanya bila timbul alasan kesehatan atau halangan lainnya yang memaksa mereka untuk membatalkannya. Minat tersebut masih ada dan tergantung kepada pribadi masing-masing meskipun jumlah dan keterikatan kegiatan rekreasi nampak menurun dengan bertambahnya usia.

---

<sup>73</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan....*, hlm. 390.

<sup>74</sup> *Ibid*, hlm. 396.

c. *Minat Sosial*. Dalam bertambahnya usia mengakibatkan banyak orang yang merasa menderita karena jumlah kegiatan sosial yang dilakukannya semakin berkurang. Hal ini lazim diistilahkan sebagai lepas dari kegiatan kemasyarakatan (*social disengagement*), yaitu suatu proses pengunduran diri secara timbal balik pada usia lanjut dari lingkungan sosial. Peran sosial menggunakan kemampuan mental lebih diutamakan dibandingkan kegiatan fisik. Pengurangan pada kegiatan sosial diakibatkan karena kesehatan yang menurun dan juga terkait tingkat keterlibatan dalam kegiatan sosial saat berusia muda.<sup>75</sup>

d. *Minat Terhadap Keagamaan*

Hurlock menjelaskan tentang minat agama pada lansia yakni:

Suatu analisis dari studi penelitian yang berhubungan dengan sikap terhadap kegiatan keagamaan dan agama pada usia tua membuktikan bahwa ada fakta-fakta tentang meningkatnya minat terhadap agama sejalan dengan bertambahnya usia dan ada pula fakta-fakta yang menunjukkan menurunnya minat terhadap agama pada usia tersebut. Dalam hal melibatkan diri atau menjauhi bidang keagamaan, pada umumnya orang meneruskan agama atau kepercayaan dan kebiasaan yang dilakukan pada awal kehidupannya.<sup>76</sup>

Sikap sebagian besar orang berusia lanjut terhadap agama mungkin lebih sering dipengaruhi oleh bagaimana mereka dibesarkan atau apa yang telah diterima pada saat mencapai kematangan intelektualnya.<sup>77</sup>

Penulis menyimpulkan bahwa terjadi peningkatan minat terhadap agama dan lansia cenderung menjalani dan meneruskan agama dan kebiasaan yang dil-

---

<sup>75</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan...*, hlm. 400.

<sup>76</sup> *Ibid*, hlm. 401.

akukan pada awal kehidupannya. Hal tersebut juga berkaitan dengan bagaimana seseorang tersebut dibesarkan dan apa yang diterimanya saat mencapai kematangan intelektualnya.

e. *Minat mati*. Pertanyaan-pertanyaan utama yang hampir selalu ditanyakan oleh orang yang berusia lanjut terhadap diri mereka sendiri.<sup>78</sup>

- 1) Kapan saya akan mati?
- 2) Apakah yang menyebabkan kematian saya?
- 3) Apakah yang dapat saya lakukan terhadap kematian seperti yang saya inginkan?
- 4) Bagaimana saya dapat mati dengan cara yang baik?

Pada usia tua, kematian juga bukan merupakan hal yang mudah, namun mereka lebih siap untuk berhadapan dengan kematian. Kemunduran fisik yang sejalan dengan semakin senjanya usia terus terjadi. Penyakit degeneratif juga sering dialami mereka pada usia ini. Kematian sering kali dianggap merupakan hal yang menakutkan. Hal ini sering kali mendatangkan duka yang mendalam karena keterpisahan dan tidak dapat kembali lagi hidup di dunia, bersama-sama dengan segala yang ia cintai.<sup>79</sup>

Penulis menyimpulkan bahwa orang berusia lanjut cenderung memikirkan tentang kematian yang akan menghampirinya juga terkait keadaan baik ataupun sebaliknya. Kematian pasangan maupun orang yang seusianya juga dapat mempengaruhi minat tersebut. Kehilangan pasangan dapat mendatangkan duka. Lansia juga merenungkan dirinya yang diderita penyakit-penyakit yang datang seiring usianya yang semakin tua.

---

<sup>78</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan...*, hlm. 402.

<sup>79</sup> *Ibid*, hlm. 322.

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Jenis Data Penelitian

Jenis penelitian ini termasuk penelitian pustaka (*library research*) dengan menggunakan metode penelitian analisis isi buku (*content analyses*)<sup>1</sup>. Penelitian pustaka adalah penelitian yang dilakukan di ruang perpustakaan untuk menghimpun dan menganalisis data yang bersumber dari perpustakaan, baik berupa buku-buku, periodikal-periodikal, seperti majalah-majalah ilmiah yang diterbitkan secara berkala, kisah-kisah sejarah, dokumen-dokumen, dan materi perpustakaan lainnya, yang dapat dijadikan sumber rujukan untuk menyusun suatu laporan ilmiah.<sup>2</sup>

Jadi, penelitian ini merupakan penelitian pustaka dengan menghimpun, mendeskripsikan, dan menganalisis isi buku, yang bersumber dari referensi-referensi atau materi-materi di perpustakaan sebagai sumber rujukan.

Jenis data yang dihimpun dan dianalisis terkait pokok-pokok pertanyaan penelitian meliputi masalah kematian dalam Islam konsep-konsep konseling Islami terkait kehidupan dan kematian manusia.

---

<sup>1</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), hlm. 16.

<sup>2</sup> Abdurrahmat Fathoni, *Metodologi Penelitian dan Teknik Penyusunan Skripsi*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), hlm. 95-96.

## B. Sumber Data Penelitian

Sumber data dalam penelitian adalah subjek dari mana data diperoleh.<sup>3</sup> literatur- literatur yang digunakan dalam penelitian ini berupa sumber data primer dan sekunder. Sumber data primer pada penelitian ini yakni buku *Model Konseling Islam* karangan M. Jamil Yusuf, buku *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami* karangan Thohari Musnamar, dan *Psikologi Kematian* karangan Komaruddin Hidayat. Sumber lainnya seperti *Al-Qur'an dan Terjemahnya* yang diterbitkan oleh Departemen Agama, *Tafsir Al-Misbah* oleh M.Quraish Shihab, buku *Psikologi Perkembangan Islami* karangan Aliah B. Purwakania Hasan, buku *Psikologi Perkembangan* karangan Elizabeth B. Hurlock, buku *Logoterapi; Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup* karangan H.D. Bastaman dan sebagainya.

## C. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah berbagai cara yang digunakan untuk mengumpulkan data, menghimpun, mengambil atau menjaring data penelitian.<sup>4</sup> Teknik pengumpulan data dilakukan dengan studi dokumentasi, yaitu dengan mencari dan menelaah buku-buku di perpustakaan, terutama yang berkaitan dengan konsep kematian dalam Islam dari Al-Qur'an, tafsir-tafsir, dan juga berkaitan dengan konsep konseling Islam mengenai kematian dari buku-buku konseling Islam dan buku-buku Psikologi.

---

<sup>3</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian...*, hlm. 172.

<sup>4</sup> Suwartono, *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: Andi Offset, 2014), hlm. 41.

#### D. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan proses mencari dan menyusun seluruh data yang diperoleh.<sup>5</sup> Analisis data dilakukan dengan mengorganisasikan data menjadi kelompok-kelompok. Yang akan dipelajari dan dibuat kesimpulan. Menurut Lexy, dalam Tohirin, analisis data merupakan proses menyusun data ke dalam pola, kategori dan satuan dasar sedemikian rupa sehingga dapat ditemukan tema dan di rumuskan hipotesis sebagaimana tuntutan data.<sup>6</sup>

Analisis data dilakukan dengan mengorganisasikan data, menjabarkannya ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan yang dapat diceritakan kepada orang lain.<sup>7</sup>

Setelah data-data terkumpul lalu data-data tersebut diklasifikasikan kemudian dianalisis. Pengklasifikasian dan penganalisisan tersebut dilakukan dengan cara menempuh langkah-langkah sebagai berikut:

1. Mengumpulkan sejumlah data untuk diseleksi dan dianalisis.
2. Menyeleksi data yang relevan.
3. Membahas dan menyimpulkan pembahasan.

---

<sup>5</sup> Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2012), hlm. 335.

<sup>6</sup> Tohirin, *Metode Penelitian Kualitatif dalam Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Raja Grafindo, 2013), hlm. 141.

<sup>7</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif ...*, (Bandung: Alfabeta, 2014) hlm. 244.

## BAB IV

### TEMUAN DAN PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

#### A. Konsep Konseling Islam Bagi Lansia Dalam Mempersiapkan Kematian

Seperti yang diketahui bahwa kematian adalah sebuah kepastian berupa terpisahnya ruh yang abadi dengan jasad (tubuh). Manusia dapat berkontemplasi untuk merenungi hikmah di balik kematian-kematian yang pernah terjadi di sekelilingnya. Kematian akan menjumpai setiap orang yang bernyawa tanpa tahu kapan tepatnya waktu tersebut yang membuat kematian tidak dapat disangkal oleh siapapun dan juga menyimpan misteri yang dapat mempengaruhi sikap seseorang memandang kematian. Firman Allah dalam Surat An-Nisa ayat 78 yang berbunyi sebagai berikut:

أَيْنَمَا تَكُونُوا يُدْرِكْكُمُ الْمَوْتُ وَلَوْ كُنْتُمْ فِي بُرُوجٍ مُّشِيدَةٍ وَإِنْ تُصِيبْهُمْ حَسَنَةٌ يَقُولُوا هَذِهِ مِنْ عِنْدِ اللَّهِ وَإِنْ تُصِيبْهُمْ سَيِّئَةٌ يَقُولُوا هَذِهِ مِنْ عِنْدِكَ فَلِكُلِّ مِّنْ عِنْدِ اللَّهِ فَمَالِ هَؤُلَاءِ الْقَوْمِ لَا يَكَادُونَ يَفْقَهُونَ حَدِيثًا

Artinya: “Di mana saja kamu berada, kematian akan mendapatkan kamu, kendatipun kamu di dalam benteng yang tinggi lagi kokoh, dan jika mereka memperoleh kebaikan, mereka mengatakan: "Ini adalah dari sisi Allah", dan kalau mereka ditimpa sesuatu bencana mereka mengatakan: "Ini (datangnya) dari sisi kamu (Muhammad)". Katakanlah: "Semuanya (datang) dari sisi Allah". Maka mengapa orang-orang itu (orang munafik) hampir-hampir tidak memahami pembicaraan sedikitpun.” (QS. An-Nisa: 78)<sup>1</sup>

Kematian akan menemui setiap manusia jika sudah ajalnya. Beberapa konsep konseling Islami untuk mempersiapkan kematian bagi lansia, yakni:

---

<sup>1</sup> Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Quran dan Terjemahnya...*, hlm. 131.

## 1. Konsep Hidup Sakinah

Sakinah menurut Thohari Musnamar dalam bukunya *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami* yakni ketika batin merasa tenang dan tenteram karena selalu dekat dengan Tuhan. Faktor sakinah yang disebabkan oleh rasa dekat dengan Tuhan inilah yang tidak dijumpai pada konsep konseling model Barat. Disinilah letak pentingnya penggalian konsep bimbingan dan konseling yang Islami, yaitu suatu layanan yang tidak hanya mengupayakan mental yang sehat dan hidup yang sejahtera, melainkan juga yang dapat menuntun ke arah hidup yang sakinah.<sup>2</sup>

Jadi, hidup sakinah adalah kehidupan seorang muslim yang dijalannya dengan tenang, tenteram, dan nyaman karena merasa selalu dekat dengan Allah SWT. Konseling Islami mengupayakan baik jasad dan ruh yang sehat *wal aflat* yakni berfungsinya diri secara fisik serta berperannya unsur-unsur jiwa sesuai dengan fitrah penciptaan manusia.

Hakikat bimbingan dan konseling Islami adalah upaya membantu individu belajar mengembangkan fitrah dan atau kembali kepada fitrah, dengan cara memberdayakan (*empowering*) iman, akal, dan kemauan yang dikaruniakan Allah SWT. kepadanya untuk mempelajari tuntunan Allah dan rasul-Nya, agar fitrah yang ada pada individu itu berkembang dengan benar dan kukuh sesuai tuntunan Allah SWT.<sup>3</sup>

---

<sup>2</sup> Thohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual...*, hlm. xii.

<sup>3</sup> Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islami.....*, hlm. 22.

Esensi dari proses layanan konseling Islami adalah seorang ahli atau konselor Islam mengarahkan klien—dalam hal ini—lansia—untuk mengembangkan fitrah penciptaan manusia yang menginginkan kebenaran dan kesucian dan mengembangkannya dengan memfokuskan diri menambah ketaatan dan mengamalkan ajaran Islam sehingga aktivitas ibadah tersebut memberi nutrisi bagi nurani yang bermuara pada mendapatkan ketenangan bagi orang yang berusia lanjut.

Mendasarkan pada hasil studi *tafsir tematik* tentang manusia dalam perspektif Al-Quran, utamanya berkaitan dengan tema-tema (a) Allah yang menciptakan manusia (status dan tujuan diciptakan-Nya), (b) karakteristik manusia, (c) musibah yang menimpa manusia, dan (d) pengembangan fitrah manusia, maka disusunlah prinsip-prinsip konseling berikut ini:<sup>4</sup>

1. Prinsip Dasar Bimbingan dan Konseling Islami yang dikemukakan Anwar Sutoyo dalam bukunya *Bimbingan dan Konseling Islami* yakni:<sup>5</sup>
  - a. Manusia ada di dunia ini bukan ada dengan sendirinya, tetapi ada yang menciptakan yaitu Allah SWT,. Ada hukum-hukum atau ketentuan Allah (*sunnatullah*) yang pasti berlaku untuk semua manusia sepanjang masa. Oleh sebab itu manusia harus menerima ketentuan Allah itu dengan *ikhlas*. Manusia harus meyakini ketentuan Allah terhadap dirinya menerimanya dengan ikhlas dan ridha.

---

<sup>4</sup> Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islami*....., hlm. 207.

<sup>5</sup> *Ibid*, hlm. 207.

- b. Manusia adalah *hamba Allah* yang harus selalu ber-*ibadah* kepada-Nya sepanjang hayat. Oleh sebab itu, dalam membimbing individu perlu diingatkan, bahwa agar segala aktivitas yang dilakukan bisa mengandung makna *ibadah*, maka dalam melakukannya harus sesuai dengan cara Allah dan diniatkan untuk mencari *ridha Allah*. ajaran Islam menggambarkan betapa cintanya Allah kepada hamba-hamba-Nya dengan menghitung segala aktivitas manusia dengan niat mencari keridhaan-Nya sebagai penghambaan diri kepada-Nya. Oleh karena itu, bimbingan terhadap klien muslim sangat efektif jika dapat menumbuhkan pemahaman dan konsep tersebut sehingga muslim membiasakan diri melakukan sesuatu demi mencari ridha-Nya.
- c. Allah menciptakan manusia dengan *tujuan* agar manusia melaksanakan *amanah* dalam bidang keahlian masing-masing sesuai ketentuan-Nya (*khalifah fil ardh*). Oleh sebab itu dalam membimbing individu perlu diingatkan, bahwa ada *perintah* dan *larangan* Allah yang harus dipatuhi, yang pada saatnya akan dimintai tanggung jawab dan mendapat balasan dari Allah SWT.<sup>6</sup> khalifah sebagai peran yang harus disukseskan manusia di dunia sesuai dengan kemampuan masing-masing dengan aturan-aturan dari Allah yang kemudian akan dimintai pertanggungjawaban dari Allah. Contohnya bagaimana seseorang

---

<sup>6</sup> Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islami*....., hlm. 208.

menjalani kehidupannya dan investasi akhirat dalam bentuk apa yang telah ditabung oleh muslim selama mengkonsumsi masa mudanya.

- d. Manusia sejak lahir dilengkapi dengan *fitrah* berupa *iman*, iman amat penting bagi keselamatan hidup manusia di dunia dan di akhirat. Oleh sebab itu, kegiatan konseling seyogianya difokuskan pada membantu individu *memelihara* dan *menyuburkan* iman.
- e. Iman perlu dirawat agar tumbuh subur dan kukuh, yaitu dengan selalu *memahami* dan *menaati* aturan Allah. Oleh sebab itu, dalam membimbing individu seyogianya diarahkan agar individu mampu *memahami* Al-Quran dan *mengamalkannya* dalam kehidupan sehari-hari.<sup>7</sup> Ketaatan kepada Allah menjadi tolak ukur bertambah maupun berkurangnya iman seorang muslim. Oleh karena itu, setiap individu seharusnya mengikuti pedoman hidup yakni pengamalan Al-Quran.
- f. Islam mengakui bahwa pada diri manusia ada sejumlah dorongan yang perlu dipenuhi, tetapi dalam pemenuhannya diatur sesuai tuntunan Allah. Islam mengatur seluruh aspek kehidupan manusia.
- g. Bahwa dalam membimbing individu seyogianya diarahkan agar individu secara bertahap mampu membimbing dirinya sendiri, karena *rujukan utama* dalam membimbing adalah ajaran agama, maka dalam membimbing individu seyogianya dibantu agar secara bertahap mereka

---

<sup>7</sup> Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islami* ....., hlm. 209.

mampu memahami dan mengamalkan ajaran agama secara benar dengan tentunya memperdalam ajaran agama terlebih dahulu.

- h. Islam mengajarkan agar umatnya saling menasehati dan tolong menolong dalam hal kebaikan dan *taqwa*. Oleh karena itu, segala aktivitas membantu individu yang dilakukan dengan mengacu pada tuntunan Allah tergolong *ibadah*.<sup>8</sup> Saling menolong sesama muslim dalam hal kebaikan merupakan salah satu pengamalan konsep ajaran Islam dan juga konseling Islam yang memfokuskan diri pada bidang ilmu sosial Islam.

Prinsip konseling Islami di atas menjelaskan urgensi bimbingan dan konseling Islami, yaitu proses pengarahan yang tidak hanya berusaha mewujudkan mental yang sehat dan hidup sejahtera, melainkan juga yang dapat menuntun ke arah hidup yang *sakinah* yakni ketika batin merasa tenang dan tenteram karena selalu dekat dengan Allah. Faktor *sakinah* ini hanya dapat dijumpai pada konsep bimbingan dan konseling Islam karena konsep ajaran Islam yang universal sehingga menyentuh bagian spiritualitas dalam diri manusia dan juga hal-hal transensual seperti kematian, kehidupan setelah mati, keimanan dan sebagainya.

Saat *sakinah* ada pada diri seorang muslim baik tua maupun muda khususnya yang berusia lanjut. Maka akan terjadi perbedaan caranya menghadapi kematian. Mereka yang tidak ada *sakinah* dalam dirinya seperti saat tidak dapat

---

<sup>8</sup> Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islami.....*, hlm. 210.

bergerak lagi, tidak bisa melihat, tidak dapat melakukan sesuatu seperti biasanya karena lemah dan merasa tidak berdaya, karena ia menggantungkan diri pada fisiknya, maka akan bertambah kegelisahannya. Perasaan cemas, takut, gelisah menghantui dirinya karena rasa tidak mampu memiliki ruang gerak seperti sebelumnya.

Sedangkan orang berusia lanjut yang mengandalkan rasa sakinah atau merasa dekat dengan Allah, ia akan bahagia karena tahu bahwa Allah memberikan kesempatan di hari tua untuk mempersiapkan bekal bertemu dengan Allah yakni kematian, bahagia karena mengetahui Allah menyayanginya. Ia tidak mengagungkan kebendaan baik dirinya maupun orang lain, akan tetapi, mengalihkan segala hal ke arah transendental sehingga kematian merupakan hal yang dirindukannya karena hanya itu perantara untuk berjumpa dengan Rabb-nya.

Jadi, dengan berlandaskan ajaran Islam dan juga bidang ilmu professional Konseling Islam diharapkan dapat membimbing muslim untuk menjalani hidup sesuai dengan fitrah kesucian sehingga tercapainya konsep bahagia yang sesuai dengan tujuan hidup muslim. Fitrah kesucian manusia yang cenderung ke arah kebenaran dan kebaikan tersebut akan mendatangkan kebahagiaan yang hakiki Sedangkan hal yang disukai manusia tetapi cenderung ke arah hedonis, maka itu hanya mendatangkan kesenangan yang semu dan sementara dan membuat seseorang menyesal di kemudian hari.

Dalam sebuah hadis Qudsi terkait muslim yang seharusnya merindukan dan senang jika bertemu Allah, Ubadah bin Shamid r.a. meriwayatkan bahwa Rasulullah SAW. bersabda,

مَنْ أَحَبَّ لِقَاءَ اللَّهِ أَحَبَّ اللَّهُ لِقَاءَهُ, وَمَنْ كَرِهَ اللَّهُ لِقَاءَهُ. قَالَتْ عَائِشَةُ: -أَوْ بَعْضُ أَرْوَاجِهِ-

أَنَا لَنْكُرَهُ الْمَوْتَ قَالَ: لَيْسَ ذَلِكَ, وَلَكِنَّ الْمُؤْمِنَ إِذْ حَضَرَهُ الْمَوْتُ بُشِّرَ بِرِضْوَانِ اللَّهِ وَكَرَمَتِهِ

فَلَيْسَ شَيْءٌ أَحَبَّ إِلَيْهِ مِمَّا أَمَامَهُ, فَأَحَبَّ لِقَاءَ اللَّهِ وَأَحَبَّ اللَّهُ لِقَاءَهُ, وَإِنَّ الْكَافِرَ إِذَا حُضِرَ بُشِّرَ

بِعَذَابِ اللَّهِ وَعُقُوبَتِهِ, فَلَيْسَ شَيْءٌ أَكْرَهَ إِلَيْهِ مِمَّا أَمَامَهُ, كَرِهَ اللَّهُ لِقَاءَهُ وَكَرِهَ اللَّهُ لِقَاءَهُ.

Artinya: “Barangsiapa senang untuk bertemu Allah, maka Allah juga senang untuk bertemu dengannya, dan barangsiapa tidak senang untuk bertemu dengan Allah, maka Allah juga tidak senang untuk bertemu dengannya, Aisyah—atau salah seorang Istri Nabi saw—bertanya, ‘kita membenci kematian.’ Nabi saw menjawab, bukan itu yang aku maksud, melainkan orang mukmin ketika dijemput kematian, ia mendapatkan kabar gembira bahwa Ia memperoleh ridha dan karamah Allah, maka tidak ada sesuatu yang lebih ia sukai daripada apa yang ada dihadapannya sehingga ia amat senang untuk bertemu dengan Allah. Allah pun senang untuk bertemu dengannya. Adapun orang kafir ketika dijemput kematian, maka ia mendapatkan kabar gembira bahwa ia akan mendapatkan azab dan siksa Allah, maka tidak ada sesuatu yang paling ia benci daripada apa yang ada dihadapannya sehingga ia tidak senang untuk bertemu dengan Allah. Allah pun tidak senang untuk bertemu dengannya.”<sup>9</sup>

Hadis di atas menunjukkan bahwa orang yang beriman akan merasakan rindu dan bahagia bertemu dengan Allah yakni saat kematian menjemput. Hanya dengan melakukan ketaatan semasa hidup, perasaan tersebut dapat digapai. Ketika seorang muslim mati dalam keadaan beriman, muslim akan sangat senang untuk bertemu dengan Allah dan Allah pun menyenangkan hal tersebut.

---

<sup>9</sup> Kamil Uwaidah, *Hadits Qudsi: Panduan dan Literasi Hadits Qudsi*, (Jakarta Pusat: Pena Pundi Aksara, 2007), hlm. 313.

## 2. Konsep Beramal Saleh, Pahala, Dosa, dan Pengaruhnya Terhadap Muslim

Allah berfirman dalam Surat Al-Kahfi ayat 107-108 yang bunyinya:

إِنَّ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ كَانَتْ لَهُمْ جَنَّاتُ الْفِرْدَوْسِ نُزُلًا . خَالِدِينَ فِيهَا لَا يَبْغُونَ عَنْهَا  
جَوْلًا

Artinya: *“Sesungguhnya orang-orang yang beriman dan beramal saleh, bagi mereka adalah surga Firdaus menjadi tempat tinggal, mereka kekal di dalamnya, mereka tidak ingin berpindah dari padanya.”* (QS. Al-Kahfi: 107-108)<sup>10</sup>

Allah menjanjikan surga bagi umat yang beriman dan beramal shaleh seperti dikemukakan dalam ayat di atas. Pengetahuan yang berasal dari Al-Qur’an tentang hari akhirat dan pembalasan terhadap perbuatan manusia selayaknya menjadi motivasi dan nasihat untuk meningkatkan ketakwaan kepada Allah dengan terus menyuburkan keimanan dalam kehidupan.

Beramal saleh dengan ikhlas merupakan salah satu tanda seorang muslim mementingkan kebaktian kepada Islam yang telah mengatur segalanya dalam kehidupannya.

Namun, manfaat terbesar kematian bagi kehidupan manusia ialah rasa takut terhadap siksaan (azab) Allah SWT. Perasaan takut ini mendorong seseorang berpegang teguh kepada kewajiban agama, menjalankan segala perintah Allah

---

<sup>10</sup> Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Quran dan Terjemahnya...*, hlm. 459.

SWT dan menjauhi segala larangan-Nya serta mencegah dirinya dari segala perbuatan dosa dan maksiat.<sup>11</sup> Allah SWT berfirman:

إِنَّمَا دُلِّكُمْ الشَّيْطَانُ يُخَوِّفُ أَوْلِيَاءَهُ فَلَا تَخَافُوهُمْ وَخَافُوا اللَّهَ إِن كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya: “*Sesungguhnya mereka itu tidak lain hanyalah syaitan yang menakut-nakuti (kamu) dengan kawan-kawannya (orang-orang musyrik Quraisy), karena itu janganlah kamu takut kepada mereka, tetapi takutlah kepada-Ku, jika kamu benar-benar orang yang beriman.*” (QS. Ali ‘Imran: 175)<sup>12</sup>

Ayat Al-Qur’an yang mengandung ancaman dan azab Allah SWT, mempunyai pengaruh dalam mendorong orang yang beriman untuk menjalankan semua perintah-Nya dan menjauhi segala dosa dan kemaksiatan. Rasulullah SAW menggunakan ancaman tentang siksa dan azab Allah SWT dalam mendidik kepribadian kaum muslim, mendorong mereka menjalankan semua perintah Allah SWT dan menjauhi segala larangan-Nya serta menjauhi segala dosa dan kemaksiatan.

Setiap orang yang telah meninggal dunia akan merasa menyesal jika tidak menambah sikap patuh kepada Allah dan juga penyesalan karena tidak meninggalkan maksiat dan dosa. Ketakutan terhadap peristiwa kematian yang akan dihadapi juga dapat menjadi jalan keluar dan motivasi untuk beramal saleh atau mengamalkan ibadah-ibadah jika kadar rasa takut tersebut terbimbing dan

---

<sup>11</sup> Muhammad Utsman Najati, *Psikologi Dalam Perspektif Hadis (Al-Hadits wa ulum an-nafs)*, Penerjemah: Zaenudin Abu Bakar dan Syafruddin Azhar, (Jakarta: PT Pustaka Al Husna Baru, 2004), hlm. 96.

<sup>12</sup> Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Quran dan Terjemahnya...*, hlm. 106.

tidak berlebihan. Misalnya jika orang berusia lanjut awalnya merasa cemas dan takut mengingat kematiannya, dengan bacaan doa-doa yang diamalkannya itu dapat membantunya karena ia mengetahui pahala yang besar yang didapatkannya dengan mengingat Allah. Jika penyakit merupakan salah satu alasan yang dapat membuat lansia khawatir akan dirinya maka ikhtiar yakni berusaha berobat ke dokter dan juga berdoa akan keberkahan umurnya dan kesembuhan penyakit yang dideritanya. Allah berfirman dalam Al-Quran terkait kedekatan Allah dengan hamba-Nya sehingga manusia tidak perlu cemas maupun takut yakni dalam Surat Qaf ayat 16 dan 17 yang berbunyi:

وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ وَنَعْلَمُ مَا تُوَسْوِسُ بِهِ نَفْسُهُ وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ

إِذْ يَتَلَفَّى الْمُتَلَفِّيَانِ عَنِ الْيَمِينِ وَعَنِ الشِّمَالِ قَعِيدًا

Artinya: “Dan sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dan mengetahui apa yang dibisikkan oleh hatinya, dan Kami lebih dekat kepadanya daripada urat lehernya. (yaitu) ketika dua orang malaikat mencatat amal perbuatannya, seorang duduk di sebelah kanan dan yang lain duduk di sebelah kiri.” (QS. Qaf: 16-17)<sup>13</sup>

Diriwayatkan dari Usamah bin Zaid RA, ia berkata bahwa seorang putri Nabi SAW untuk memberi kabar bahwa salah satu anak perempuannya atau laki-laki meninggal dunia. Rasulullah SAW kemudian berkata kepada utusan tersebut, “Kembalilah engkau kepadanya, kabarkan bahwa segala sesuatu yang diambil dan diberi oleh Allah SWT kepada hamba-Nya adalah milik-Nya. Dan segala sesuatu

---

<sup>13</sup> Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Quran dan Terjemahnya...*, hlm. 853.

mempunyai ajal yang telah ditentukan, maka perintahkanlah dia untuk bersabar dan bergembira”.<sup>14</sup>

Kisah pada masa Rasulullah SAW tersebut menunjukkan bahwa sebagai muslim seharusnya bersabar dan ikhlas terhadap kematian, dan memaknai bahwa semua yang Allah berikan akan kembali kepada Allah.

Studi eksperimen modern menunjukkan bahwa jika kadar takut seseorang seimbang atau tidak berlebihan, akan mendorong seseorang melakukan tugas dengan sebaik-baiknya. Namun, jika kadar ketakutannya tersebut sangat berlebihan, maka akan menyebabkan guncangan pada jiwa seseorang, bahkan akan membawanya lalai menunaikan tugas hidupnya dengan baik.<sup>15</sup>

Penulis menyimpulkan bahwa kadar ketakutan seseorang terhadap kepastian kematian harus seimbang yakni takut dan kemudian menjalani kehidupan dengan baik. Dalam kehidupan ini, seorang muslim harus menggantungkan dirinya pada Allah terhadap segala peristiwa yang terjadi dalam hidupnya.

Berdasarkan hasil eksperimen ini dapat disimpulkan bahwa ketakutan yang berlebihan terhadap azab Allah SWT dapat menyebabkan rasa pesimis (putus asa) terhadap rahmat Allah SWT. dan pada saat bersamaan, dapat dikatakan bahwa kepribadian seseorang akan mengalami guncangan sehingga ia tidak dapat menjalankan kewajiban agama dengan baik karena merasa putus asa

---

<sup>14</sup> Muhammad Utsman Najati, *Psikologi Dalam Perspektif Hadis.....*, hlm. 99.

<sup>15</sup> *Ibid*, hlm. 99.

dalam meraih keselamatan dari azab Allah SWT. oleh sebab itu penting diperhatikan bahwa rasa takut terhadap Allah SWT harus diiringi dengan doa atau permohonan terhadap rahmat Allah SWT. Karena doa atau permohonan kepadanya akan mengikis rasa takutnya. Dengan demikian, rasa putus asa tidak akan menguasai dirinya sampai berakibat lalai menjalankan kewajibannya.<sup>16</sup>

Manusia menjadikan peringatan tentang azab Allah di hari akhirat sebagai peringatan untuk tidak menambah keburukan dan maksiat dan berusaha untuk meninggalkannya. Tidak dengan takut yang berlebihan, tetapi dengan terdapat celah rasa harap akan pengampunan terhadap kesalahan dan dosa yang dilakukan dengan taubat dan meminta ampunan kepada Allah dan terus-menerus berusaha menuju kebaikan dan keta'atan.

### 3. Menjadi Lansia yang Bermakna

H.D. Bastaman dalam bukunya *Logoterapi; Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup* mengemukakan tentang usia tua yakni:

Salah satu kondisi yang tak dapat dihindari dari kehidupan manusia adalah menjadi tua. Namun, para pakar berbeda pendapat tentang usia berapa awal masa tua. Secara umum mereka sepakat bahwa pada kaum wanita masa tua dimulai saat *henti-haid* atau *menopause*, sekitar usia 50-an. Sementara itu, pria umumnya dimulai saat terjadi gejala-gejala fisik seperti kulit menjadi kering dan mengerut, rambut menipis dan rontok, gigi mulai tunggal satu per satu, daya ingat dan fungsi pancaindra melemah, stamina menurun dan mulai gampang sakit. Gejala-gejala ini biasanya tidak ada pada masa-masa sebelumnya, bahkan terkadang muncul secara bersamaan. Apakah masa tua itu selalu diwarnai dengan kondisi yang serba tak menyenangkan? Ternyata tidak. Masa tua memberikan kesempatan untuk lebih peduli pada kondisi kesehatan pribadi, tersedia waktu lebih banyak untuk membina hubungan lebih akrab dengan kerabat, sahabat, dan keluarga besar. Berbeda dengan

---

<sup>16</sup> Muhammad Utsman Najati, *Psikologi Dalam Perspektif Hadis ....*, hlm. 99

masa-masa sebelumnya yang sarat dengan kegiatan kerja, pada masa tua pun memberikan waktu untuk belajar dan melakukan berbagai hobi yang tak sempat dilakukan sebelumnya, lebih termotivasi untuk merenungi pengalaman hidup dan melaksanakan ibadah secara lebih mendalam. Sebagai contoh, andai kata usia 70 tahun dianggap batas usia produktif dan saat ini kita berusia 60 tahun, artinya masih tersedia kesempatan 10 tahun untuk berbuat baik. Suatu kurun waktu yang cukup lama untuk menata kehidupan lebih dan lebih bermakna serta kesempatan untuk melakukan amal baik.<sup>17</sup>

Kondisi ideal di atas dapat menjadi kenyataan jika orang berusia lanjut menggunakan kesempatan tersebut untuk memperbaiki diri dengan beribadah dan menambah amal saleh sebanyak-banyaknya. Kehidupan akan lebih tertata dan lebih bermakna jika muslim yang berusia lanjut mendalami ajaran agama dan mengaplikasikan ibadah baik wajib ataupun sunah, mengingat Allah dan segala ajaran Islam yang dapat menjadi sarana merasakan hidup seseorang menjadi lebih baik dan bermakna.

Proses perubahan yang terjadi pada diri manusia saat menjadi lansia telah dikemukakan dalam Al-Quran yang bunyinya sebagai berikut.

اللَّهُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفًا وَشَيْبَةً يَخْلُقُ  
مَا يَشَاءُ وَهُوَ الْعَلِيمُ الْقَدِيرُ

Artinya: “Allah, Dialah yang menciptakan kamu dari keadaan lemah, kemudian Dia menjadikan (kamu) sesudah keadaan lemah itu menjadi kuat, kemudian Dia menjadikan (kamu) sesudah kuat itu lemah (kembali) dan beruban. Dia menciptakan apa yang dikehendaki-Nya dan Dialah Yang Maha Mengetahui lagi Maha Kuasa.” (QS. Ar-Rum: 54)<sup>18</sup>

---

<sup>17</sup> H.D. Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2007), hlm. 210.

<sup>18</sup> Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Quran dan Terjemahnya...*, hlm. 649.

Allah menciptakan waktu dalam kehidupan manusia yang terus berjalan hingga akhir hayat. Rentang kehidupan manusia untuk tumbuh dan berkembang sehingga dengan takdir Allah banyak manusia yang mendapatkan kesempatan menjalani kehidupan di masa senja. Terjadi banyak sekali perubahan pada orang dengan usia lanjut.

Menjadi tua (dan kematian) adalah suatu kepastian yang tak dapat dihindarkan dan tidak ada obat untuk mencegahnya! Namun kenyataannya- sekalipun merupakan suatu kepastian-tampaknya sedikit sekali orang yang benar-benar memikirkan, bahkan banyak yang tidak mau menjadi tua. Lebih-lebih secara sengaja menyusun rencana menyongsong hari tua jarang orang melakukannya. Padahal banyak sekali persoalan yang terkait, seperti masalah kesehatan, menurunnya penghasilan, hubungan keluarga, tanggung jawab yang belum terpenuhi, pengendalian emosi, kesepian dan kemurungan, serta kegiatan-kegiatan yang sesuai. Semuanya perlu persiapan matang dan pemecahan yang tepat. Dan yang sangat penting adalah kesiapan untuk menerima dirinya telah lanjut usia.<sup>19</sup>

Dalam perkembangan usia lanjut, kematian merupakan salah satu hal yang menjadi renungan dan peristiwa yang sangat mungkin terjadi. Untuk itu, penerimaan diri oleh orang berusia lanjut diperlukan untuk menjalani kehidupannya dengan ikhlas dan rela. Penjelasan di atas mengungkapkan bahwa menjadi lansia juga membutuhkan persiapan yakni menyusun rencana hidup

---

<sup>19</sup> H.D. Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup...*, hlm. 210.

terarah, karena adanya pengaruh perubahan-perubahan pada kondisi fisik, peran sosial amupun hubungan dengan keluarga dan kelompok sosial yang lainnya tadi. Sebagai muslim, Allah mengistimewakan kaum lanjut usia dengan menganjurkan untuk memperlakukannya dengan baik. Dalam Islam, Allah menganjurkan manusia untuk menerima dengan ikhlas ketentuan Allah SWT termasuk ketentuan menjadi tua dengan kondisi yang terjadi pada diri seorang muslim dan mengalihkan hal tersebut sebagai kesempatan untuk lebih membuka diri untuk perubahan ke arah kualitas ibadah yang lebih baik.

Mengingat masa tua (yang biasanya erat dengan masa pensiun) tak mungkin dihindari, maka sebenarnya yang dapat diubah dan yang paling penting adalah sikap menghadapinya. Artinya sejauh mana seseorang benar-benar menerima dengan penuh kesadaran atas kenyataan usianya telah menua atau telah menjadi tua. Dalam kenyataan sering dijumpai orang-orang yang seakan-akan tidak menerima dirinya menjadi tua dengan cara berperilaku kemuda-mudaan secara berlebihan. Di lain pihak, ada orang-orang yang dengan tenang menerimanya sebagai suatu proses alamiah yang mau tak mau harus dialami. Dengan demikian, ada orang yang rendah dan ada yang tinggi taraf penerimaannya terhadap masa tua.<sup>20</sup> Sebagaimana kepribadian yang berbeda, begitu juga sikap seseorang yang berbeda dalam menghadapi peristiwa dalam hidupnya.

---

<sup>20</sup> H.D. Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup...*, hlm. 212.

Hanna Djumhana Bastaman dalam bukunya *Logoterapi; Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*, menjelaskan bahwa persiapan menghadapi masa tua ada dua taraf<sup>21</sup>, yakni sebagai berikut:

- a. Taraf minimal. Yaitu jika belum ada sama sekali usaha perencanaan tentang kegiatan-kegiatan yang akan dilakukan pada masa tua atau kalau pun ada hanya terbatas pada pemikiran selintas yang masih umum dan belum rinci.
- b. Taraf upaya persiapan optimal biasanya sudah memiliki rencana cukup matang dalam menyongsong masa tua, bahkan sudah mulai merintis dan melaksanakannya.

Hanna Djumhana Bastaman menyebutkan tentang pola Swa-Kelola menghadapi masa tua yakni sebagai berikut.

Atas dasar sikap penerimaan dan upaya persiapan menghadapi masa tua diajukan empat peringkat pola swa-kelola, yaitu (1) *Swa-kelola rendah*: belum ada penerimaan diri dan juga belum ada persiapan menghadapi masa tua; (2) *Swa-kelola memadai*: belum menunjukkan sepenuhnya sikap penerimaan diri, tetapi sudah mulai mempersiapkannya dengan rencana dan/atau pelaksanaannya; (3) *Swa-kelola layak*: sikap menerima masa tua, tetapi masih belum ada rencana dan pelaksanaan untuk menghadapi masa tua; (4) *Swa-kelola baik*: sudah sepenuhnya menerima diri menjadi tua dan sudah memiliki rencana kerja yang mantap dan sudah pula melaksanakannya.<sup>22</sup>

Keempat pola swa-kelola ini diharapkan bermanfaat untuk menilai sendiri sejauh mana sikap menerima dan upaya-upaya nyata dalam menyongsong masa tua.<sup>23</sup> Hal ini menunjukkan bahwa menerima diri menjadi tua lebih sulit dibandingkan persiapan fisik menghadapi masa tua. Persiapan yang dilakukan

---

<sup>19</sup> H.D. Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup...*, hlm. 213.

<sup>23</sup> *Ibid*, hlm. 213.

termasuk merencanakan akan memaknai hari-hari senjanya dengan kegiatan-kegiatan yang bermanfaat.

Dari keempat pola swa-kelola tersebut, posisi muslim lanjut usia seharusnya berada pada pola yang keempat dimana orang yang lanjut usia sudah ridha menerima dan menyadari kondisi usia lanjut sebagai salah satu ketentuan atau takdir Allah dan juga mengisi hari-hari dengan menambah ketakwaan kepadanya.

Lansia yang bermakna disebutkan oleh Hanna Djumhana Bastaman dalam bukunya *Logoterapi; Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna* sebagai:

Lansia yang hidupnya bermakna antara lain digambarkan sebagai orang-orang yang menerima dan bersikap positif terhadap ketuannya serta menjalaninya dengan tenang. Ia mampu hidup mandiri dan tak terlalu tergantung pada keluarga, apalagi membebani. Hubungan dengan pasangan tetap rukun, demikian pula dengan anak-anak dan sanak familinya. Ia pun memiliki teman dan sahabat serta lingkungan di luar keluarga tempat berkomunikasi dan bergaul. Kondisi kesehatan terjaga dengan baik, demikian pula kesejahteraan. Lansia bermakna dihormati dan menjadi panutan keluarga dan lingkungannya, ia bersedia membagi pengalaman-pengalamannya yang bermanfaat. Dalam usianya yang lanjut ia selalu memiliki harapan dirinya akan menjadi lebih baik dan bersedia memperbaiki diri. Hasratnya adalah menjadi orang yang berguna dan memberikan manfaat sebanyak-banyaknya pada lingkungan sekitarnya. Tentu saja berusaha meningkatkan iman dan takwanya kepada Tuhan.<sup>24</sup>

Menjadi lansia ideal yang memiliki pemahaman terhadap diri yang baik, berhubungan baik dengan family maupun orang yang seusia, dan juga terus memperbaiki diri dengan meningkatkan iman dan ketakwaan kepada Allah seperti

---

<sup>24</sup> H.D. Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup...*, hlm. 213.

gambaran di atas dapat terjadi dengan usaha, doa dan takdir Allah melalui cara mendekatkan diri kepada-Nya yakni dengan meningkatkan kualitas diri dan ibadah dengan niat yang ikhlas untuk mencari ridha Allah.

Hanna Djumhana Bastaman dalam bukunya *Logoterapi; Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna* menyebutkan sebuah kegiatan pendidikan yang khusus dirancang bagi mereka yang menjelang atau sudah memasuki masa lanjut usia. Kegiatan ini disebut “Pengembangan Pribadi Lansia Bermakna.” Kegiatan ini secara umum bertujuan untuk menemukan arti hidup dan mengembangkan kehidupan yang bermakna pada masa tua, dengan tujuan-tujuan khusus: (1) memahami beberapa teknik penurunan kecemasan untuk diterapkan dalam mengurangi stress menyongsong masa tua; (2) memahami prinsip-prinsip dan teknik-teknik meningkatkan keakraban dalam keluarga dan pergaulan; (3) menyadari potensi-potensi pribadi dan merealisasikannya dalam kegiatan-kegiatan yang bermanfaat; (4) mampu menyusun rencana pribadi untuk mempersiapkan masa tua; (5) memahami pentingnya pengetahuan dan penghayatan agama serta pengalamannya. Untuk mencapai tujuan-tujuan tersebut, ada lima cara menemukan makna hidup dan meraih hidup yang bermakna, yakni pemahaman diri, bertindak positif, pengakraban hubungan, pendalaman catur nilai, dan ibadah.<sup>25</sup>

- a. *Pemahaman Diri*: mengenali secara objektif kekuatan dan kelemahan diri sendiri (dan lingkungan), baik yang masih merupakan potensi maupun yang

---

<sup>25</sup> H.D. Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup...*, hlm. 214.

telah teraktualisasi untuk kemudian kekuatan-kekuatan itu dikembangkan dan kelemahan-kelemahan dihambat dan dikurangi.<sup>26</sup> Kaum lanjut usia dapat memikirkan secara positif kegiatan yang dapat dilakukannya untuk mengembangkan kemampuannya.

- b. *Bertindak Positif*: mencoba menerapkan dan melaksanakan dalam perilaku dan tindakan-tindakan nyata sehari-hari hal-hal yang dianggap baik dan bermanfaat bagi diri sendiri dan orang lain.<sup>27</sup> kaum lanjut usia dapat melakukan kegiatan bermanfaat yang disukainya dan juga mengisi hari-harinya dengan aktivitas yang dapat dilakukannya.
- c. *Pengakraban Hubungan*: meningkatkan hubungan yang baik dengan pribadi-pribadi tertentu (misalnya anggota keluarga, teman, rekan kerja, tetangga) sehingga masing-masing saling memercayai, saling membutuhkan, dan saling membantu. Hal ini dapat diwujudkan dengan melakukan aktivitas bersama cucu, berkomunikasi dengan anak-anaknya dan juga berinteraksi dengan tetangga yang seusia.
- d. *Pendalaman Catur-Nilai*: berupaya untuk memahami dan memenuhi tiga ragam nilai yang dianggap sebagai sumber makna hidup, yaitu *nilai kreatif* (kerja, karya), *nilai penghayatan* (kebenaran, keindahan, kasih, iman), *nilai bersikap* (menerima dan mengambil sikap yang tepat atas derita yang tak dapat dihindari lagi) dan nilai pengharapan (yakin akan terjadi perubahan

---

<sup>26</sup> H.D. Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup...*, hlm. 215.

<sup>27</sup> *Ibid*, hlm. 215.

yang lebih baik).<sup>28</sup> Dalam ajaran Islam, terdapat pemahaman yang harus diaplikasikan muslim dalam kesehariannya yakni *iman*, *Islam*, dan *ihsan*. Intinya menggantungkan keyakinan kepada Allah dengan menghambakan diri kepada-Nya dan merasa dekat dengan-Nya serta melakukan kegiatan yang bermanfaat.

- e. *Ibadah*: ibadah pada dasarnya adalah usaha mendekatkan diri kepada Tuhan, melaksanakan apa yang diperintah dan mencegah diri dari hal-hal yang dilarang-Nya. Do'a adalah bentuk ibadah yang paling sederhana, tetapi merupakan inti ibadah. Ibadah (dan do'a) yang khusyuk sering mendatangkan perasaan tenteram, mantap, dan tabah, serta tak jarang menimbulkan perasaan seakan-akan mendapat bimbingan dan petunjuk-Nya dalam menghadapi berbagai masalah kehidupan.<sup>29</sup> Islam mengajarkan bahwa kehidupan manusia bertujuan untuk beribadah kepada-Nya yang berlangsung sepanjang hayat.

Persiapan-persiapan yang harus dilakukan lansia dalam kesehariannya sehingga dapat memaknai hidup dan juga mempersiapkan kematiannya adalah sebagai berikut.

- a. Konsisten terhadap sikap ridha dan ikhlas terhadap keadaan diri baik fisik, motorik, emosional dengan tetap melakukan kegiatan yang bermanfaat

---

<sup>28</sup> H.D. Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup...*, hlm. 215.

<sup>29</sup> *Ibid*, hlm. 215.

sesuai dengan ajaran Islam dan juga aktivitas yang disukainya serta menyeleksi kegiatan-kegiatan yang dapat mempengaruhi kesehatannya.

- b. Berkomunikasi dan berinteraksi dengan keluarga baik itu anak, cucu, saudaranya dan tentunya jika pasangan masih hidup, dapat mengeratkan hubungan dengannya sehingga lansia dapat mengisi hari-harinya dengan pengalaman, informasi, maupun hal-hal yang dapat membuatnya bahagia.
- c. Mendekatkan diri kepada Allah dengan melakukan ibadah wajib dan sunah yakni shalat lima waktu, shalat-shalat sunah, membaca Al-Quran, menghadiri majelis ilmu, dan juga mengisi hari-harinya dengan berzikir, bershalawat, dan berdoa sehingga dengan mengamalkan hal tersebut, Allah selalu mengefektifkan waktunya, memberkati umur dan hidupnya, juga membantu memperbaiki kualitas sikap, perilaku, pikiran, dan perasaan lansia dalam menjalani kesehariannya.

Ketiga hal di atas adalah sikap atau aktivitas yang dapat dilakukan orang yang berusia lanjut. Meskipun kaum usia lanjut menghadapi berbagai permasalahan fisik termasuk penyakit-penyakit yang mulai berdatangan, hal tersebut juga mempengaruhi sikap lansia yang mengingat kondisi fisik yang sakit akan datangnya waktu dimana ajal tiba. Ini dapat menimbulkan kecemasan dalam tingkat yang berbeda pada setiap orang. Namun, ajaran Islam selalu meliputi seluruh aspek kehidupan, selain berikhtiar dengan menerapkan cara-cara untuk menemukan hidup yang bermakna seperti yang telah disebutkan, serta dengan bersabar, kaum lanjut usia dapat memunculkan ketenangan hati dengan mengingat

Allah dalam segala aktivitas yang dilakukannya. Cara menemukan makna hidup yang telah disebutkan sangat berguna membantu kaum lanjut usia bersikap optimis menjalani kehidupannya. Mengisi waktu seaja yang dilalui dengan mengamalkan ajaran agama efektif mendatangkan rasa sabar, tabah, dan ikhlas menghadapi peristiwa kehidupan maupun kematian yang akan menghampirinya.

Hanna Djumhana Bastaman dalam bukunya *Logoterapi; Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*, menyebutkan gambaran lansia yang bermakna yakni sebagai berikut.

Seorang berusia lanjut yang arif, banyak amal, sedikit noda dan kesalahan, dan sarat dengan pengalaman yang bermakna adalah idaman setiap orang. Memiliki pasangan hidup yang dikasihi, sekalipun pesona ragawinya telah hari tua. Walau telah sekian lama mengarungi bahtera rumah tangga di atas pasang surut gelombang kehidupan, namun cinta kasih tetap terjaga. Dan di antara saat-saat berkasih dan berselisih telah hadir buah hati berupa anak-anak yang berbakti dan cucu-cucu yang lucu-lucu. Memiliki rumah sendiri dengan sedikit uang simpanan, atau bekerja paruh waktu sambil melakukan hobi-hobi yang dahulu tak sempat dilakukan; aktif di lingkungan sosial dan organisasi pensiunan, serta menjadi pengunjung tetap ceramah-ceramah agama; semua itu merupakan pengisi waktu dan peredam emosi serta kesepian di hari tua. Dini hari terbangun saat yang lain masih lelap, lalu mengambil air wudhu dengan sedikit menggigil kedinginan, kemudian menegakkan shalat malam dilanjutkan dengan duduk bersimpuh menadahkan tangan dengan basah air mata, mohon ampunan atas dosa dan noda yang pernah dilakukan sambil memohon keselamatan bagi anak-cucu, serta mendoakan agar mereka terhindar dari prahara rumah tangga. Rutin mengunjungi dokter langganan agar kesehatan tetap terjaga. Itulah antara lain selintas gambaran lansia bermakna: sederhana menata kehidupan, dituakan lingkungan sekitar, mandiri dan intens beribadah, serta memiliki anggota keluarga yang diikat kuat dengan cinta kasih. Intinya, mereka telah menemukan hal-hal yang bermakna dalam karya dan kerja, pengalaman dan potensi pribadi, prinsip dan ideologi yang diyakini, keluarga dan kerabat, kasih sayang dan persahabatan, serta iman dan ibadah. Jika hal-hal bermakna itu berhasil dikembangkan, hal itu tidak saja membawa manfaat

bagi diri sendiri dan keluarga, tetapi juga membawa keberkatan yang melimpah-ruah ke sekelilingnya.<sup>30</sup>

Deskripsi di atas tidak dapat dirasakan semua lansia, tetapi lansia tetap harus meyakini bahwa ketentuan Allah terhadap dirinya merupakan kesempatan terbaik yang dianugerahkan-Nya. Lansia tetap dapat melakukan semampu yang ia bisa untuk hidup dengan bahagia, ikhlas, dan ridha kepada takdir Allah. Meskipun ada lansia yang belum mewujudkan kondisi idealnya yang menjadi lebih bijaksana di usia senja, bukan berarti hal tersebut tidak mungkin lagi dicapai. Dengan usaha, doa, dan tawakkal, Allah akan memberikan dan menampakkan kuasa-Nya. Mengenai janji Allah kepada orang yang beriman, Allah berfirman dalam Surat Fushilat yang berbunyi:

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَمُوا نَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنْتُمْ تُوعَدُونَ . نَحْنُ أَوْلِيَائُكُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَفِي الْآخِرَةِ وَلَكُمْ فِيهَا مَا تَشْتَهِي أَنْفُسُكُمْ وَلَكُمْ فِيهَا مَا تَدَّعُونَ

Artinya: "Sesungguhnya orang-orang yang mengatakan: "Tuhan kami ialah Allah" kemudian mereka meneguhkan pendirian mereka, maka malaikat akan turun kepada mereka dengan mengatakan: "Janganlah kamu takut dan janganlah merasa sedih; dan gembirakanlah mereka dengan jannah yang telah dijanjikan Allah kepadamu. Kamilah pelindung-pelindungmu dalam kehidupan dunia dan akhirat; di dalamnya kamu memperoleh apa yang kamu inginkan dan memperoleh (pula) di dalamnya apa yang kamu minta." (QS. Fusshilat: 30-31)<sup>31</sup>

<sup>30</sup> H.D. Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup...*, hlm. 217.

<sup>31</sup> Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Terjemahnya...*, hlm. 772.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan, maka dapat disimpulkan bahwa dalam Islam, kematian adalah suatu kepastian yang akan menjumpai setiap manusia pada waktu yang telah ditentukan (ajal) yang hanya menjadi rahasia Allah. Muslim dianjurkan untuk memaknai peristiwa sakaratul maut dan peristiwa kematian yang terjadi sehingga dapat menjadikannya peringatan dan nasihat bagi diri masing-masing untuk menambah keta'atan dan juga meninggalkan keburukan dan maksiat.

Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan konselor sebagai ahli melalui proses wawancara konseling kepada klien sebagai orang yang membutuhkan bantuan dengan menempuh jalan yang sesuai dengan ajaran Islam dan menggunakan cara-cara yang sesuai dengan sumber ajaran Islam yakni Al-Quran dan Hadis. Konsep konseling Islam mengemukakan tentang konsep penciptaan manusia dengan fitrah kesucian dan kebaikan dan proses kehidupan manusia di dunia yang temporer dengan mengemban tugas sebagai hamba dan khalifah untuk mempersiapkan diri sebelum kematian menjemput dan membawa ruh ke alam akhirat tempat manusia mempertanggungjawabkan perbuatannya dan mendapatkan balasan dari Allah terhadap segala gerak-gerik dan tingkah lakunya di dunia.

Mempersiapkan kematian bagi muslim khususnya orang berusia lanjut mengindikasikan suatu usaha berusaha menerima kondisi dengan ridha dan juga berusaha menjalani kehidupan lebih bermakna dengan meningkatkan ketakwaan kepada Allah baik itu dengan menjadi lebih bijak dalam menjalani hidup dan juga melakukan ibadah-ibadah untuk mengingat Allah sehingga mendapatkan ketenangan dalam diri dan meminimalkan sikap takut ataupun cemas dalam menjalani masa senjanya.

Seorang lansia yang mampu menumbuhkan sakinah dalam hidupnya yakni selalu merasa dekat dengan Allah sehingga permasalahannya sejak ia membuka mata sampai ia menutup mata kembali, ia merasa dipantau, dibimbing, dan dicukupkan oleh Allah, jadi ia tidak akan merasa takut, cemas, khawatir, sedih maupun kesepian dalam kesehariannya.

## **B. Saran**

Adapun yang diajukan kepada berbagai pihak terkait dengan penelitian ini yaitu:

1. Dari hasil penelitian diketahui bahwa lansia dapat berakhir bahagia maupun tidak tergantung pada mereka mengaplikasikan konsep sakinah ataupun tidak, jadi, lansia seharusnya memandang kondisinya secara positif dan hendaknya menggunakan kesempatan yang Allah berikan untuk mendekatkan diri kepada Allah dengan ikhlas.

2. Kepada pemerintah, dinas sosial, dan panti jompo, hendaknya memfasilitasi lansia tidak hanya kebutuhan materiil, akan tetapi juga kebutuhan moril dan spiritual kepada lansia yang mempercayai kehidupan setelah mati sehingga lansia dapat menjalani masa senjanya dengan berusaha menjadikan hidup lebih bermakna dengan konsep sakinah demi mempersiapkan diri menghadapi kematian.
3. Diharapkan kepada konselor Islam ataupun ahli bimbingan Islami untuk mengaplikasikan konsep-konsep konseling Islam terkait fitrah, tujuan dan tugas kehidupan muslim dan konsep hidup sakinah kepada klien khususnya orang yang berusia lanjut demi membimbing kehidupannya sehingga menjadi pribadi bermakna dengan mengalihkan upaya untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT.
4. Untuk peneliti selanjutnya, hendaknya dapat mengkaji bagaimana metode konseling Islam untuk menumbuhkan konsep sakinah pada diri seseorang muslim khususnya pada lansia sehingga dapat memaknai kehidupannya, menjalani masa tua dengan merasa dekat dengan Allah dan juga mempersiapkan kematiannya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Achmad Mubarak. *Al Irsyad an Nafsy: Konseling Agama Teori dan Kasus*. Jakarta: Bina Rena Pariwisata. 2000.
- Al-Quranul Karim*.
- Aliah B. Purwakania Hasan. *Psikologi Perkembangan Islami*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada. 2008.
- Anwar Sutoyo. *Bimbingan dan Konseling Islami (Teori dan Praktik)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2013.
- Departemen Agama Republik Indonesia. *Al-Qur'an dan Terjemahnya*. Semarang: Alwaah. 1993.
- Departemen Agama Republik Indonesia. *Mushaf Al-Qur'an dan Terjemah*. Jakarta Timur: Pustaka Al-Kautsar. 2009.
- Departemen Agama. *Ensiklopedi Islam*. Jakarta: Departemen Agama. 1993.
- Elizabeth B. Hurlock. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Hidup*. Jakarta: Erlangga. 1980.
- H.D. Bastaman. *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*. Jakarta: Raja Grafindo Persada. 2007.
- Hanna Djumhana Bastaman. *Integrasi Psikologi Dengan Islam: Menuju Psikologi Islami*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 1995.
- Jalaluddin. *Psikologi Agama*. Jakarta: Rajawali Press. 2012.
- Kamil Uwaidah. *Hadits Qudsi: Panduan dan Literasi Hadits Qudsi*. Jakarta Pusat: Pena Pundi Aksara. 2007.
- Komaruddin Hidayat. *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*. Jakarta: Hikmah. 2005.
- M. Jamil Yusuf. *Model Konseling Islami*. Banda Aceh: Arraniry Press. 2012.

- M. Quraish Shihab. *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*. Jakarta: Lentera Hati. 2002.
- Muhammad 'Utsman Najati. *Psikologi Dalam Perspektif Hadits*. Jakarta: Pustaka Al Husna Baru. 2004.
- Muna Binti Shalah Farj. *Esok Bertemu Kekasih: Mempersiapkan Kematian Sebagai Pintu Menuju Surga*. Surakarta: Insan Kamil. 2008.
- Prayitno dan Erman Amti. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta. 2009.
- Pusat Bahasa. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional. 2008.
- Safrihsyah. *Psikologi Ibadah Dalam Islam*. Banda Aceh: Ar-Raniry Press. 2013.
- Sayyid Quthb. *Tafsir Fi Zhilalil-Qur'an Di Bawah Naungan Al-Qur'an*. Jakarta: Gema Insani Press. 2004.
- Sugiono. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta. 2012.
- Suharsimi Arikunto. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta. 2010.
- Suwartono. *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Andi Offset. 2014.
- Thohari Musnamar. *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami*. Yogyakarta: UII Press. 1992.
- Tohirin. *Metode Penelitian Kualitatif dalam Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Raja Grafindo. 2013.

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Annisa Ramadhani
2. Tempat/ Tanggal Lahir : Medan/ 01 Februari 1996
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Agama : Islam
5. NIM : 421307259
6. Kebangsaan : Indonesia
7. Alamat : Jalan Manggis No.9b Kampung Laksana
  - a. Kecamatan : Kuta Alam
  - b. Kabupaten : Kota Banda Aceh
  - c. Provinsi : Aceh
8. No. Hp : 081314831048

### Riwayat Pendidikan

9. MIN Pulo Tunong : Tamat Tahun 2007
10. MTsS Asaasun Najaah : Tamat Tahun 2010
11. MAS Asaasun Najaah : Tamat Tahun 2013

### Orang Tua/ Wali

12. Nama Ayah : Ir. Sufian Yacob
13. Nama Ibu : Dra. Wahyuna
14. Pekerjaan Orang Tua : Wiraswasta
15. Alamat Orang Tua : Jalan Manggis No.9b Kampung Laksana

Banda Aceh, 23 Januari 2018

Peneliti,

  
(Annisa Ramadhani)

SURAT KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UIN AR-RANIRY BANDA ACEH  
Nomor: 326/Un.08/FDK/KP.00 4/01/2018

Tentang  
Pembimbing Skripsi Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
Semester Ganjil Tahun Akademik 2017/2018

DEKAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

- Menimbang : a. Bahwa untuk kelancaran bimbingan Skripsi pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry, maka dipandang perlu menunjuk Pembimbing Skripsi.  
b. Bahwa yang namanya tercantum dalam Surat Keputusan ini dipandang mampu dan cakap serta memenuhi syarat untuk diangkat dalam jabatan sebagai Pembimbing Skripsi.
- Mengingat : 1. Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional;  
2. Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005, tentang Guru dan Dosen;  
3. Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012, tentang Pendidikan Tinggi;  
4. Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005, tentang Standar Pendidikan Nasional;  
5. Peraturan Pemerintah Nomor 37 Tahun 2009, tentang Dosen;  
6. Peraturan Pemerintah Nomor 4 Tahun 2014, tentang Penyelenggara Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Perguruan Tinggi;  
7. Peraturan Pemerintah Nomor 53 Tahun 2010, tentang Disiplin Pegawai Negeri Sipil;  
8. Peraturan Presiden RI Nomor 64 Tahun 2013, tentang Perubahan IAIN Ar-Raniry Banda Aceh menjadi UIN Ar-Raniry Banda Aceh;  
9. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 12 Tahun 2014, tentang organisasi dan tata kerja UIN Ar-Raniry;  
10. Keputusan Menteri Agama No.89 Tahun 1963, tentang Penetapan Pendirian IAIN Ar-Raniry;  
11. Keputusan Menteri Agama No. 153 Tahun 1968, tentang Penetapan Pendirian Fakultas Dakwah IAIN Ar-Raniry;  
12. Keputusan Menteri Agama Nomor 21 tahun 2015 tentang Statuta UIN Ar-Raniry;  
13. Surat Keputusan Rektor UIN Ar-Raniry No.01 tahun 2015, tentang Pendelegasian Wewenang Kepada Dekan dan Direktur PPs di lingkungan UIN Ar-Raniry Banda Aceh;;  
14. DIPA UIN Ar-Raniry Nomor: 025.04.2.423925/2018, Tanggal 06 Desember 2017.

MEMUTUSKAN

- Menetapkan : Surat Keputusan Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry.  
Pertama : Menunjuk Sdr. 1) Drs. Maimun, M. Ag ..... (Sebagai PEMBIMBING UTAMA)  
2) Jarnawi, S.Ag, M. Pd. .... (Sebagai PEMBIMBING KEDUA)

Untuk membimbing KCU Skripsi:

Nama : Annisa Ramadhani

NIM/Jurusan : 421307259 / Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)

Judul : *Konsep Konseling Islam Bagi Lansia Dalam Mempersiapkan Kematian*

- Kedua : Kepada Pembimbing yang tercantum namanya di atas diberikan honorarium sesuai dengan peraturan yang berlaku;  
Ketiga : Pembiayaan akibat keputusan ini dibebankan pada dana DIPA UIN Ar-Raniry Tahun 2018;  
Keempat : Segala sesuatu akan diubah dan ditetapkan kembali apabila di kemudian hari ternyata terdapat kekeliruan di dalam Surat Keputusan ini.

- Kutipan : Surat Keputusan ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dapat dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di : Banda Aceh  
Pada Tanggal : 18 Januari 2018 M  
30 Rabi'ul Akhir 1439 H

a.n. Rektor UIN Ar-Raniry,  
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi,



Tembusan:

1. Rektor UIN Ar-Raniry.
2. Kabag. Keuangan dan Akuntansi UIN Ar-Raniry.
3. Pembimbing Skripsi.
4. Mahasiswa yang bersangkutan.
5. Arsip.



**DEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY BANDA ACEH**  
**UPT. PERPUSTAKAAN**

Jl. Syaikh Abdur Rauf Kopelma Darussalam Banda Aceh  
 Telp. 0651-7552921, 7551857, Fax. 0651-7552922

Web : [www.ar-raniry.ac.id](http://www.ar-raniry.ac.id), Email : [library@ar-raniry.ac.id](mailto:library@ar-raniry.ac.id)

**FORM PENYERAHAN SOFT COPY**  
**KARYA ILMIAH MAHASISWA UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : ANNISA RAMADHANI  
 NIM : 421307259  
 Fakultas/Jurusan : DAKWAH DAN KOMUNIKASI / BKI  
 E-mail : annisa-ramadhani-ch@gmail.com

dengan ini menyerahkan soft copy dalam CD karya ilmiah saya ke UPT Perpustakaan UIN Ar-Raniry Banda Aceh yang berjudul:

KONSEP KONSELING ISLAM BAGI LANSIA DALAM MEMPERSIAPKAN  
 KEMATIAN

Saya juga memberikan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) Kepada UPT Perpustakaan UIN Ar-Raniry Banda Aceh. Dengan Hak tersebut UPT Perpustakaan UIN Ar-Raniry Banda Aceh berhak menyimpan, mengalih media formatkan, mengelola, mendesiminasikan, dan mempublikasikannya di internet atau media lain:

secara *fulltext*.

untuk kepentingan akademik tanpa perlu meminta izin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis, pencipta dan atau penerbit karya ilmiah tersebut.

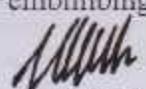
UPT Perpustakaan UIN Ar-Raniry Banda Aceh akan terbebas dari segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : BANDA ACEH  
 Pada tanggal : 22 FEBRUARI 2010

Mengetahui:

Penulis  
  
 (ANNISA RAMADHANI...)  
 nama terang dan tanda tangan

Pembimbing I  
  
 (Drs. M. M. M. M. Ag)  
 nama terang dan tanda tangan

Pembimbing II  
  
 (J. J. J. J. M. Pd)  
 nama terang dan tanda tangan



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY BANDA ACEH  
UPT. PERPUSTAKAAN**

Jl. Syeikh Abdur Rauf Kopelma Darussalam Banda Aceh  
Telp. 0651-7552921, 7551857, Fax. 0651-7552922

Web : ..... Email : library@ar-raniry.ac.id

**FORM PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH MAHASISWA UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : ANNISA RAMADHANI  
NIM : 421307253  
Fakultas/Jurusan : DAKWAH DAN KOMUNIKASI / B.KI  
E-mail : annisa-ramadhani.ch@gmail.com

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Islam Negeri (UIN) Ar-Raniry Banda Aceh, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah :

Tugas Akhir  KKU  Skripsi  ..... (tulis jenis karya ilmiah)

yang berjudul (tulis judul karya ilmiah yang lengkap):

KONSEP KONSELING ISLAM BAGI LANSIA DALAM MEMPERSIAPKAN KEMATIAN

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini, UPT Perpustakaan UIN Ar-Raniry Banda Aceh berhak menyimpan, mengalih-media formatkan, mengelola, mendiseminasikan, dan mempublikasikannya di internet atau media lain

secara *fulltext* untuk kepentingan akademik tanpa perlu meminta izin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis, pencipta dan atau penerbit karya ilmiah tersebut.

UPT Perpustakaan UIN Ar-Raniry Banda Aceh akan terbebas dari segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : .....  
Pada tanggal : .....

Mengetahui:

Penulis  
  
(ANNISA RAMADHANI...)  
nama terang dan tanda tangan

Pembimbing I  
  
(Dis: MARSUN... M.Ag.)  
nama terang dan tanda tangan

Pembimbing II  
  
(JANAWATI... S.Ag. M.Pd.)  
nama terang dan tanda tangan