

**BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN
KUALITAS DIRI PADA LANSIA LEMBAGA
KESEJAHTERAAN SOSIAL (LKS) AMANAH BUNDA
PEKON SIDOHARJO KABUPATEN PRINGSEWU**

SKRIPSI

**Diajukan untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-
Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana S1 (S.Sos) dalam Ilmu
Dakwah dan Ilmu Komunikasi**

OLEH

Melinia Nur Rizki

NPM : 1841040417

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam



**BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
1444H / 2023 M**

**BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN
KUALITAS DIRI PADA LANSIA LEMBAGA
KESEJAHTERAAN SOSIAL (LKS) AMANAH BUNDA
PEKON SIDOHARJO KABUPATEN PRINGSEWU**

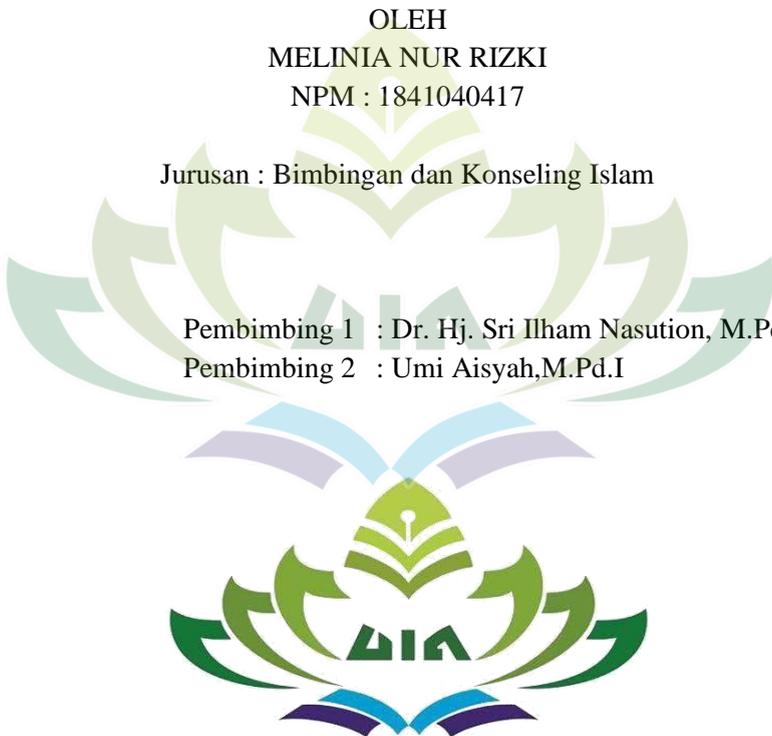
SKRIPSI

Diajukan untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-
Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana S1 (S.Sos) dalam Ilmu
Dakwah dan Ilmu Komunikasi

OLEH
MELINIA NUR RIZKI
NPM : 1841040417

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam

Pembimbing 1 : Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M.Pd
Pembimbing 2 : Umi Aisyah, M.Pd.I



**BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
1444H / 2023 M**

ABSTRAK

Pada umumnya lansia yang sudah memasuki usia 60 tahun lebih banyak mengalami pengurangan dalam berbagai faktor pada diri. Secara fisik mengalami penurunan stamina atau daya tahan tubuh, secara mental menurun ditandai tidak tahan lama jika berfikir lama ketika masa dewasa dan sering menjadi lebih sering pelupa, secara sosial mulai berkurang intensitas sosialisasi dalam bermasyarakat karena sudah mulai lemah. Maka dari itu Lembaga Kesejahteraan Sosial Amanah Bunda mengadakan kegiatan dan hal-hal positif melalui bimbingan kelompok. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pelaksanaan bimbingan kelompok Untuk Meningkatkan Kualitas Diri Pada Lansia Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Pekon Sidoharjo Kabupaten Pringsewu.

Jenis penelitian ini yaitu *field research* (Penelitian Lapangan), dengan sifat penelitian metode kualitatif deskriptif yaitu yang menggambarkan secara lengkap data yang diperoleh dari pengumpulan data wawancara, dokumentasi dan observasi. Sumber data dalam penelitian ini yaitu 7 orang, yang terdiri dari 5 Lansia, 1 Pembimbing LKS Amanah Bunda dan 1 Ketua LKS Amanah Bunda. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan teori Milles dan Huberman yaitu reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pelaksanaan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kualitas diri pada lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Pekon Sidoharjo Pringsewu Meliputi beberapa tahapan, yaitu:1) Perencanaan yaitu kegiatan yang dilakukan oleh yang dilakukan oleh Ketua dan Pembina dan Pendamping Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Pekon Sidoharjo Pringsewu dalam menyiapkan rapat bersama untuk menentukan jadwal kegiatan, tempat/lokasi kegiatan, materi yang akan diberikan kepada para lansia menjelaskan maksud dan tujuan dari kegiatan bimbingan kelompok.2) Pelaksanaan kegiatan yaitu meliputi tahap pengenalan/pengakrabanyaitu pengenalan

dan pengakraban antara pembina materi dan lansia, tahap kegiatan yaitu penyampaian materi edukasi meningkatkan kualitas diri, dalam penyampaian materi pemateri memberikan pengetahuan tentang meningkatkan kualitas diri lansia, materi yang akan diberikan.3) Evaluasi kegiatan bimbingan kelompok yaitu bahwa bimbingan kelompok pada lansia mampu untuk meningkatkan kualitas diri pada lansia sehingga memberikan *feedback* yang tepat yang sesuai dengan apa yang dibutuhkan pada lansia. Mereka mampu merasakan timbal balik yang positif secara langsung dengan adanya kegiatan ini seperti menambah teman, menambah wawasan, keterampilan, dapat lebih mendekati diri kepada Allah SWT, pikiran dan badan sehat dan bahagia

Kata Kunci : Bimbingan Kelompok, Kualitas diri, Lansia



ABSTRACT

In general, elderly people who have reached the age of 60 years experience a reduction in various personal factors. Physically there is a decrease in stamina or endurance, mentally it decreases, it is characterized by not being able to last long if you think for a long time during adulthood and you often become more forgetful, socially the intensity of socialization in society begins to decrease because you are starting to become weak. Therefore, the Amanah Bunda Social Welfare Institute holds activities and positive things through group guidance. The aim of this research is to determine the implementation of group guidance to improve personal quality for the elderly at the Amanah Bunda Pekon Sidoharjo Social Welfare Institution (LKS), Pringsewu Regency.

This type of research is field research, with descriptive qualitative research methods, namely those that completely describe the data obtained from interviews, documentation and observation. The data sources in this research were 7 people, consisting of 5 elderly people, 1 LKS Amanah Bunda supervisor and 1 chairman of LKS Amanah Bunda. The data analysis technique in this research uses Milles and Huberman's theory, namely data reduction, data presentation and drawing conclusions.

The results of this research indicate that the implementation of group guidance to improve the quality of self for the elderly at the Amanah Bunda Pekon Sidoharjo Pringsewu Social Welfare Institution (LKS) includes several stages, namely: 1) Planning, namely activities carried out by the Chairperson and Trustees and Assistants of the Welfare Institution The Social Trust (LKS) of Bunda Pekon Sidoharjo Pringsewu in preparing a joint meeting to determine the schedule of activities, place/location of activities, materials that will be provided to the elderly explains the aims and objectives of group guidance activities. 2) Implementation of activities includes the introduction/familiarity stage, namely introduction and familiarization between the material instructor and the elderly, the activity stage is the

delivery of educational material to improve self-quality, in delivering the material the presenter provides knowledge about improving the self-quality of the elderly, the material that will be provided. 3) Evaluation of group guidance activities namely that group guidance for the elderly is able to improving self-quality in the elderly so as to provide appropriate feedback that is in accordance with what the elderly need. They are able to feel positive feedback directly from this activity, such as adding friends, increasing insight and skills, being able to get closer to Allah SWT, having a healthy and happy mind and body.

Keywords: Group Guidance, Personal Quality, Elderly



LEMBAR ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangandibawah ini :

Nama : Melinia Nur Rizki
NPM : 1841040417
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kualitas Diri Pada Lansia Lembaga Kesejahteraan Sosial (Lks) Amanah Bunda Pekon Sidoharjo Kabupaten Pringsewu” adalah benar-benar hasil karya penulis sendiri, bukan duplikasi ataupun saduran dari karya orang lain kecuali pada bagian yang telah dirujuk dan disebut dalam *footnote* atau daftar pustaka. Apabila dilain waktu terbukti adanya penyimpangan dalam karya ini, maka tanggung jawab sepenuhnya ada pada penulis.

Demikian surat pernyataan orisinalitas ini saya buat dengan semestinya agar dapat dimaklumi.

Bandar Lampung, Januari 2024



Melinia Nur Rizki
NPM. 1841040417



**KEMENTERIAN AGAMA
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame 1 Bandar Lampung 35131 ☎ (0721) 703260

PERSETUJUAN

Judul : **Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kualitas Diri Pada Lansia Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Pekon Sidoharjo Kabupaten Pringsewu**
Nama : **Melinia Nur Rizki**
NPM : **1841040417**
Jurusan : **Bimbingan dan Konseling Islam**
Fakultas : **Dakwah dan Ilmu Komunikasi**

MENYETUJUI

Telah dimunaqosahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqosah Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung.

Pembimbing I

Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M.Pd

NIP. 196909151994032002

Pembimbing II

Umi Aisyah, M.Pd.I

NIP. 198909012018012003

Ketua Jurusan

Bimbingan dan Konseling Islam

Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M.Pd

NIP. 196909151994032002



**KEMENTERIAN AGAMA
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame 1 Bandar Lampung 35131 ☎ (0721) 703260

PENGESAHAN

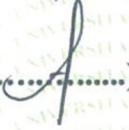
Skripsi dengan Judul **“Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kualitas Diri Pada Lansia Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Pekon Sidoharjo Kabupaten Pringsewu”**, disusun oleh **Melinia Nur Rizki**, NPM : **1841040417**, Jurusan: **Bimbingan dan Konseling Islam**, Telah diujikan dalam sidang Munaqasyah Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung Pada Hari/Tanggal : **Senin, 18 Desember 2023 Pukul 11.00 - 12.30 WIB.**

TIM PENGUJI

Ketua : M. Husaini, M.T (.....) 

Sekretaris : Fiqih Amalia, M.Psi., Psikolog (.....) 

Penguji I : Dr. Jasmadi, M.Ag (.....) 

Penguji II : Dr. Sri Ilham Nasution, M.Pd (.....) 

Penguji Pendamping : Umi Aisyah, M.Pd.I (.....)

Mengetahui
Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi



Dr. H. Abdul Syukur, M.Ag 

NIP. 196511011995031001

MOTTO

﴿ وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا ۚ إِنَّمَا يُبَلِّغُنَّ عِنْدَكَ
الْكِبْرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أُفٍّ وَلَا تَنْهَرْهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا

كَرِيمًا ﴿٢٣﴾

“Dan Tuhanmu telah memerintahkan agar kamu jangan menyembah selain Dia dan hendaklah berbuat baik kepada ibu bapak. Jika salah seorang di antara keduanya atau kedua-duanya sampai berusia lanjut dalam pemeliharaanmu, maka sekali-kali janganlah engkau mengatakan kepada keduanya perkataan “ah” dan janganlah engkau membentak keduanya, dan ucapkanlah kepada keduanya perkataan yang baik.” (Q.S Al-Isra : 23)



PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillahirabbil'aalamiin

Dengan segala kerendahan hati, serta rasa syukur kepada Allah SWT, atas karunia, hidayah dan kelancaran, penulis persembahkan skripsi ini kepada orang-orang yang paling penulis sayangi dengan setulus hati, yaitu:

1. Kedua orang tua, Alm. Ayahanda Muhklas dan Ibunda Siti Sarifah yang selalu mendukungku, mendidikku dan memberi semangat, cinta kasih sayang serta ketulusan do'a Ayahanda dan Ibunda sehingga dapat menghantarkanku menyelesaikan pendidikan S1 di UIN Raden Intan Lampung dengan baik. Terima kasih atas bimbingannya, nasihat, do'a yang tiada henti untuk mencapai keberhasilanku. Semoga selalu diberikan hidayah, kesehatan, dan rahmat oleh Allah SWT.
2. Saudaraku tersayang, Mas Aris Munandar, Mbak Dhestiana, Mas Julianto, Mas Aditty Yusuf serta Mas Hendri Feiza dan Mbak Ade Fitriani, yang senantiasa memberi motivasi dan menjadi penyemangat dalam menyelesaikan tugas akhir ini.

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama lengkap Melinia Nur Rizki, lahir di Desa Gisting Bawah pada tanggal 31 Maret tahun 2000, anak ke lima dari lima bersaudara dari pasangan Ayahanda Mukhlas dan Ibunda Siti Sarifah.

Penulis mengawali pendidikan di SD Negri 1 Gisting Bawah dan lulus pada tahun 2012, kemudian melanjutkan ke jenjang Sekolah Menengah Pertama di SMP Muhammadiyah 1 Gisting dan lulus pada tahun 2015. Selanjutnya melanjutkan sekolah di Sekolah Menengah Atas, Sekolah Adiwiyata di SMA N 2 Pringsewu dan lulus pada tahun 2018, penulis meneruskan pendidikan di Universitas Islam Negri Raden Intan Lampung mendaftar pada jenjang Strata satu (S1) serta terdaftar sebagai mahasiswa pada Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, jurusan Bimbingan Konseling Islam.

Selama menjadi mahasiswa, penulis mengikuti kegiatan Penguatan Kompetenai Lapangan (PKL) di Dinas Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana (PPKB) Kabupaten Lampung Utara. Penulis mengikuti kegiatan Kuliah Kerja Nyata-Dari Rumah (KKN-DR) di Desa Purwodadi Kecamatan Gisting Kabupaten Tanggamus selama 40 hari pada bulan Juni tahun 2021.

Bandar Lampung,

2023

Melinia Nur Rizki

NPM. 1841040417

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb

Alhamdulillahirabbil‘alaamiin. Segala puji syukur kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat-Nya, sholawat serta salam senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW yang kita nantikan syafaatnya di Yaumul Akhir, sehingga saya (penulis) dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kualitas Diri Pada Lansia Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Pekon Sidoharjo Kabupaten Pringsewu.”. Dengan baik walaupun dalam bentuk sederhana.

Tujuan dari penyusunan skripsi ini untuk melengkapi tugas-tugas dan memenuhi syarat-syarat dalam menyelesaikan pendidikan pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi di UIN Raden Intan Lampung guna memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos). Selama proses penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Dr. Abdul Syukur M.Ag selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung.
2. Ibu Dr.Hj. Sri Nasution, M.Pd selaku Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam UIN Raden Intan Lampung dan Pembimbing I yang selalu memberikan bimbingan, motivasi serta saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu Umi Aisyah, M.Pd.I. selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam UIN Raden Intan Lampung dan Pembimbing II yang selalu memberikan bimbingan, motivasi serta saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi yang telah mendidik dan memberikan ilmu pengetahuan kepada penulis selama menuntut ilmu di Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung.

5. Ibu Hj. Kartinah selaku Ketua Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Pringsewu, yang telah memberikan izin dan bantuan kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
6. Ibu Maniseh selaku pembimbing yang telah membimbing dan memberikan bantuan kepada penulis dalam penelitian.
7. Ibu Lansia yang mengikuti kegiatan di LKS Amanah Bunda yang telah berantusias dalam membantu penulis dalam penelitian skripsi ini.
8. Keluarga besar, terutama Alm. Ayah, ibunda dan kakak yang selalu memotivasi dan mendukung selama proses penggarapan tugas akhir.
9. Bangkit Swasoso yang senantiasa mendukung, menemani, membantu serta memotivasi penulis sejak awal penelitian hingga akhir.
10. Sahabat Seperjuanganku Fucek, Ryka Dwi Putri, Alda Syaputri, Annisa Dwi Meinarni, Rara Octavia, Bigan Elsak Firstialen, dan Shindi Aprilia.
11. Sahabat satu atapku, Shela Fitria, Bigan Elsak Fisticalen, dan Ryka Dwi Putri yang sudah berbaik hati berbagi kamar dengan penulis.
12. Sahabat Seperjuanganku Kontrakan Bucin, Rizqa Luthfi Hidayati, Susi Susyanti, dan Rara Octavia.
13. Teman-temanku kelas BKI F yang telah bersama dalam satu kelas selama 5 semester bersama-sama menuntut ilmu di kelas, terimakasih atas kebersamaanya.

Penulis berharap semoga Allah SWT membalas semua kebaikan serta keikhlasan semua pihak yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini. Sehingga penulis juga mengharapkan saran dan kritik yang membangun untuk penulis. Semoga skripsi ini dapat diterima, bermanfaat bagi pembaca serta dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya.

Wassalamualaikum Wr. W

Bandar Lampung,
Hormat Saya,

2023

Melinia Nur Rizki
NPM.184104041

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
LEMBAR ORISINALITAS	vi
LEMBAR PERSETUJUAN	vii
HALAMAN PENGESAHAN	viii
MOTTO	ix
PERSEMBAHAN.....	x
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	xi
KATA PENGANTAR.....	xii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR BAGAN.....	xvii
DAFTAR TABEL.....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB 1 PENDAHULUAN	
A. Penegasan Judul	1
B. Latar Belakang Masalah	5
C. Fokus dan Sub Fokus Penelitian.....	8
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian.....	9
F. Manfaat Penelitian.....	9
G. Kajian Terdahulu yang Relevan	9
H. Metode Penelitian.....	12
I. Sistematika Penulisan.....	18
BAB II BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS DIRI PADA LANSIA	
A. Bimbingan Kelompok	21
1. Pengertian Bimbingan Kelompok.....	21
2. Tujuan Bimbingan Kelompok	22
3. Fungsi Bimbingan Kelompok.....	23
4. Materi Bimbingan Kelompok.....	24

5. Tahap-tahap Pelaksanaan Bimbingan Kelompok.....	25
B. Kualitas Diri Pada Lansia	28
1. Pengertian Kualitas Diri Pada Lansia	28
2. Dimensi Kualitas Diri	28
3. Domain Kualitas Diri	29
4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Diri Lansia	33

BAB III GAMBARAN UMUM LEMBAGA KESEJAHTERAAN SOSIAL (LKS) AMANAH BUNDA KABUPATEN PRINGSEWU

A. Profil Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Kabupaten Pringsewu.....	35
1. Sejarah Singkat LKS Amanah Bunda Pekon Sidoharjo.....	35
2. Visi Misi LKS Amanah Bunda Pekon Sidoharjo.....	36
3. Data Masalah LKS Amanah Bunda	37
4. Program LKS Amanah Bunda.....	38
5. Unit Pelayanan Sosial LKS Amanah Bunda ...	39
6. Struktur Kepengurusan LKS Amanah Bunda..	40
7. Data Lansia yang Mengikuti Kegiatan Bimbingan Kelompok Dalam Meningkatkan Kualitas Diri di LKS Amanah Bunda Pekon Sidoharjo.....	41
B. Pelaksaaan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kualitas Diri Pada Lansia	44
1. Gambaran Kualitas Diri Pada Lansia LKS Amanah Bunda Pekon Sidoharjo Kabupaten Pringsewu	44
2. Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kualitas Diri Pada Lansia	

LKS Amanah Bunda Pekon Sidoharjo Kabupaten Pringsewu	47
---	----

**BAB IV BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK
MENINGKATKAN KUALITAS DIRI PADA
LANSIA LEMBAGA KESEJAHTERAAN
SOSIAL (LKS) AMANAH BUNDA PEKON
SIDOHARJO KABUPATEN PRINGSEWU**

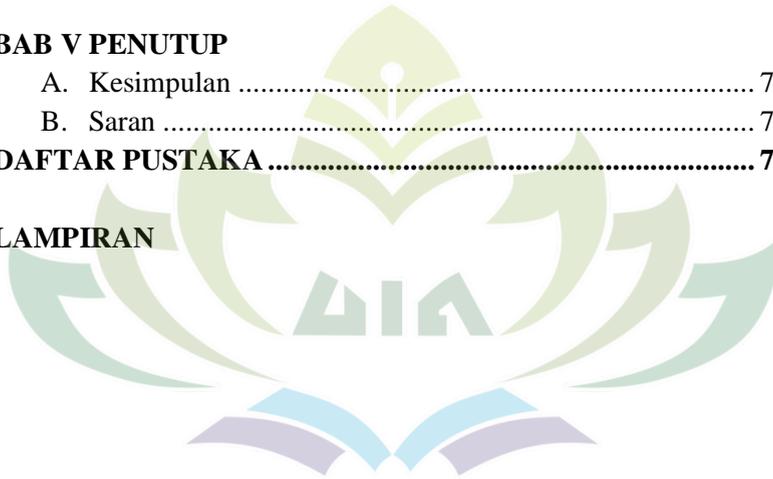
Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kualitas Diri Pada Lansia Lembaga Kesejahteraan Sosial (Lks) Amanah Bunda Pekon Sidoharjo Kabupaten Pringsewu	67
--	----

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	77
B. Saran	78

DAFTAR PUSTAKA	79
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN



DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Struktur Kepengurusan Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Pekon Sidoharjo	40
---	----



DAFTAR TABEL

Tabel I.	Data Lansia yang mengikuti kegiatan bimbingan kelompok di LKS Amanah Bunda Pekon Sidoharjo...	42
Tabel II	Materi Kegiatan Bimbingan Kelompok LKS Amanah Bunda Pekon Sidoharjo Kecamatan Pringsewu.....	51
Tabel III.	Pola Pikir Lansia sebelum dan sesudah mengikuti bimbingan kelompok	63



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Data Narasumber

Lampiran 2. Pedoman Wawancara

Lampiran 3. Dokumentasi

Lampiran 4. Surat Penelitian dari DM-PTSP

Lampiran 5. Surat Keterangan Perubahan Judul Skripsi

Lampiran 6. Surat Keputusan Judul Skripsi



BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Sebelum penulis menjelaskan secara keseluruhan isi judul skripsi ini, maka terlebih dahulu akan dijelaskan apa yang di maksud dari judul skripsi ini sebagai kerangka awal guna mendapatkan gambaran yang jelas dan memudahkan dalam memahami skripsi ini. Dengan penegasan tersebut dapat menghindari kesalahpahaman dalam memahami makna yang terkandung dalam skripsi ini. Adapun judul skripsi ini adalah “Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kualitas Diri Pada Lansia Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Pekon Sidoharjo Kabupaten Pringsewu”. Selanjutnya penulis tegaskan beberapa istilah penting yang terdapat pada judul tersebut yaitu :

Bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok. Menurut Prayitno menyatakan bahwa layanan bimbingan kelompok sebagai kegiatan pemberian informasi dalam suasana kelompok dan adanya penyusunan rencana untuk pengambilan keputusan yang tepat dengan adanya dinamika kelompok sebagai wahana untuk pencapaian tujuan kegiatan bimbingan konseling.¹ Bimbingan kelompok mengacu kepada aktivitas-aktivitas kelompok yang berfokus kepada penyediaan informasi atau pengalaman melalui sebuah aktivitas kelompok yang terencana dan terorganisasi.²

Bimbingan kelompok merupakan salah satu teknik bimbingan yang berusaha membantu individu agar dapat mencapai perkembangannya secara optimal sesuai kemampuan,

¹ Ulul Azam, *Bimbingan Dan Konseling Perkembangan Di Sekolah*, (Yogyakarta: CV Budi Utama, 2016) h 134-135

² Erwin Erlangga, “Bimbingan Kelompok Meningkatkan Keterampilan Berkomunikasi Siswa”, *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4, No.1(2018)...152.

bakat, minat, serta nilai-nilai yang dianutnya dan dilaksanakan dalam suasana kelompok.³

Berdasarkan pengertian diatas maka yang dimaksud bimbingan kelompok dalam penelitian ini adalah layanan yang diberikan oleh konselor Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Pekon Sidoharjo Kabupaten Pringsewu kepada lansia secara berkelompok berupa pengarahan dan pemberian informasi, membantu para lansia untuk meningkatkan kualitas diri berupa bimbingan mengenai keterampilan, keagamaan dan psikologis.

Meningkatkan atau peningkatan merupakan proses, cara, perbuatan untuk menaikkan sesuatu atau usaha kegiatan untuk memajukan sesuatu ke suatu arah yang lebih baik lagi daripada sebelumnya.⁴

Menurut Milan Rianto peningkatan adalah perubahan tingkah laku yang terjadi dalam suatu proses menunjukkan bahwa tingkah laku yang terjadi menjadi karakteristik peserta didik baik kognitif, afektif, maupun psikomotorik, diperoleh secara bertahap melalui praktik atau latihan, pengalaman yang diberi penguatan.⁵

Berdasarkan pengertian diatas meningkatkan yang dimaksud oleh peneliti yaitu upaya yang dilakukan oleh konselor Konselor Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Pekon Sidoharjo Kabupaten Pringsewu kepada lansia dalam memberikan pengarahan dan informasi kepada lansia melalui pelaksanaan bimbingan kelompok.

Kualitas diri merupakan kemampuan individu untuk memaksimalkan fungsi fisik, sosial, psikologis, dan pekerjaan

³ Sri Narti, *Kumpulan Contoh Laporan Hasil Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling*, (Yogyakarta: CV Budi Utama, 2019), cet-1,...332.

⁴ B. Uno ,Hamzah, *Orientasi Baru dalam Psikologi Pembelajaran*, (Jakarta : PT Bumi Aksara, 2008),...13

⁵ Rianto, Milan, *Pendekatan, Strategi dan Metode Pembelajaran*, (Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional, 2002),...4

yang merupakan indikator kesembuhan atau kemampuan beradaptasi dalam penyakit kronis.⁶

Menurut WHOQoL (*World Health Organization Quality Of Life*) kualitas diri merupakan persepsi individu dilihat dari posisi kedirian individu dalam konteks budaya dan sistem nilai dimana individu diri memiliki tujuan, harapan, standarisasi dan rasa kekhawatiran. Hal ini berpengaruh pada kesehatan fisik, keadaan psikologis, tingkat kepuasan, hubungan sosial dan hubungan dengan lingkungan.⁷ Menurut Renwick, Brown, dan Nagler mengemukakan kualitas diri dari sudut pandang individu terhadap kepuasan, kebahagiaan, moral, dan kesejahteraan dirinya.⁸

Berdasarkan pengertian diatas kualitas diri yang dimaksud oleh peneliti yaitu penilaian individu lansia dalam kedirian individu yang konteksnya semakin dekat dengan Tuhan, menjaga kesehatan serta kegiatan yang lebih produktif pada Lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Pekon Sidoharjo Kabupaten Pringsewu.

Lansia adalah suatu keadaan yang terjadi di dalam kedirian manusia. Menurut Mawaddah menua merupakan proses sepanjang diri, tidak hanya bisa dimulai dari suatu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kedirian. Menjadi tua merupakan proses alamiah, yang berarti seseorang akan melewati tiga tahap dalam kediriannya yaitu masa anak, dewasa dan jua tua.⁹

⁶ Vergi, Nurul Sargia, *Kualitas Hidup Pensiun*. Skripsi. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, (2013).

⁷ Billington, D. Rex., Landon, Jason., Christian, & Shepherd, Daniel, "The New Zealand World Health Organization Quality of Life (WHOQoL)" Group, *Journal of the New Zealand Medical Association*. Vol. 123 (2010),... 65- 70

⁸ Renwick, Rebecca., Ivan Brown & Mark Nagler, *Quality of Life in Health Promotion and Rehabilitation*, (London: Sage publications, 1996),...146

⁹ Mawaddah, N, "Peningkatan Kemandirian Lansia Melalui Activity Daily Living Training Dengan Pendekatan Komunikasi Terapeutik Di RSJ Dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang Nurul. Hospital Majapahit", *Jurnal* 12(1) (2020),...32– 40

Menurut Ratnawati lansia adalah seseorang yang telah berusia >60 tahun dan tidak berdaya mencari nafkah sendiri untuk memenuhi kebutuhan dirinya sehari-hari.¹⁰

Berdasarkan pengertian diatas yang dimaksud lansia dalam penelitian ini adalah lansia yang berusia 60-89 tahun, dengan kriteria lansia yang mengikuti sekolah lansia di LKS Amanah Bunda, lansia yang berusia 75-89 tahun, mampu diajak berkomunikasi terutama bahasa indonesia, sudah berada di LKS Amanah Bunda kurang lebih 2 tahun dan selalu hadir di setiap pertemuan, lansia yang sudah wisuda semester 2, karena diusia tersebut para lansia perlu meningkatkan kualitas diri agar lebih baik.

Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda adalah wadah yang didalamnya terdapat bimbingan dan konseling bagi para lansia dengan kegiatan-kegiatan yang dilakukan seperti meningkatkan keagamaan, kegiatan senam, bimbingan keterampilan sebagai bentuk kreatifitas para lansia, dan juga bimbingan psikologis. Pengelola LKS Amanah Bunda terdiri dari Ketua LKS Amanah Bunda dan pembimbing. Penelitian ini dilakukan di Pekon Sidoarjo Kabupaten Pringswu.

Berdasarkan penjelasan tersebut, penelitian skripsi dengan judul Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kualitas Diri Pada Lansia Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Pekon Sidoharjo Kabupaten Pringsewu yaitu layanan bimbingan yang dilakukan secara berkelompok berupa pengarahan sebagai usaha yang dilakukan untuk meningkatkan kualitas diri seperti lebih mendekatkan diri kepada Tuhan, menjaga kesehatan, dan kegiatan yang lebih produktif pada lansia di Pekon Sidoharjo Pringsewu. Fokus penelitian ini membahas mengenai pelaksanaan bimbingan kelompok yang diberikan oleh pembimbing. Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Pekon Sidoharjo Kabupaten Pringsewu berupa sekolah

¹⁰ Ratnawati, *Asuhan Keperawatan Gerontik*, (Yogyakarta: Pustaka Baru Press, 2017), h. 36

yang didalamnya terdapat kegiatan-kegiatan untuk meningkatkan kualitas diri lansia.

B. Latar Belakang Masalah

Lanjut usia atau lansia adalah makhluk Allah SWT dalam perkembangan individu yang berusia 60 tahun ke atas.¹¹ Lansia adalah waktu penutup dalam rentang diri seseorang yaitu waktu dimana seseorang telah beranjak jauh dari periode terdahulu yang sudah dilewati yang lebih menyenangkan atau beranjak dari waktu yang penuh manfaat. Pada umumnya lansia yang sudah memasuki usia 60 tahun lebih banyak mengalami pengurangan dalam berbagai faktor pada diri. Secara fisik mengalami penurunan stamina atau daya tahan tubuh, secara mental menurun ditandai tidak tahan lama jika berfikir lama ketika masa dewasa dan sering menjadi lebih sering pelupa, secara sosial mulai berkurang intensitas sosialisasi dalam bermasyarakat karena sudah mulai lemah. Menurut Hurlock dalam bukunya bahwa periode selama usia lanjut, ketika kemunduran fisik dan mental terjadi secara perlahan dan bertahap pada waktu kompensasi terhadap penurunan ini dapat dilakukan, dikenal sebagai *senescence* yaitu masa proses menjadi tua.¹²

Kemunduran itu sebagian datang dari faktor fisik dan sebagian lagi dari faktor psikologis, penyebab kemunduran fisik ini merupakan suatu pada sel-sel bukan karena penyakit khusus namun disebabkan oleh proses menua. Kemunduran juga mempunyai penyebab psikologis. Perubahan pada orang lanjut usia atau proses penuaan adalah proses yang alami untuk semua makhluk diri, dan tidak ada satu kekuatanpun yang dapat menghentikannya. Proses menjadi tua merupakan kelanjutan dari pertumbuhan dan perkembangan tubuh seseorang. Menurut C.P Chaplin di dalam buku Elfi Mu'awanah & Rifa Hidayah dalam

¹¹ Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa Depdikbud: kamus Besar Bahasa Indonesia (Jakarta: Balai Pustaka),...998

¹² Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Erlangga 1980),...380

buku Bimbingan Konseling Pertumbuhan diartikan sebagai satu pertambahan atau kenaikan dalam ukuran dari bagianbagian tubuh atau organisme sebagai satu keseluruhan. Sedangkan pertumbuhan dalam konteks perkembangan merujuk pada pertumbuhan fisik atau pertumbuhan tubuh yang melaju pada titik optimum dan kemudian menurun pada usia tertentu.¹³

Dalam fenomena yang terjadi bahwa lansia kelompok yang sudah rentan dan dianggap sebagai beban oleh keluarga. Bila merujuk pada Al-Qur'an lanjut usia dan Allah memerintahkan untuk merawat lanjut usia. Hal ini merupakan salah satu bentuk untuk meningkatkan kualitas diri lansia sebagaimana yang dijelaskan dalam surat Al-Isra ayat 23 sebagai berikut:

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

”Tuhanmu telah memerintahkan agar kamu jangan menyembah selain Dia dan hendaklah berbuat baik kepada ibu bapak. Jika salah seorang di antara keduanya atau kedua-duanya sampai berusia lanjut dalam pemeliharaanmu, maka sekali-kali janganlah engkau mengatakan kepada keduanya perkataan "ah" dan janganlah engkau membentak keduanya, serta ucapkanlah kepada keduanya perkataan yang baik.”

Ayat tersebut menjelaskan bahwa untuk memelihara dan merawat orang tua yang berlanjut usia dan diperintahkan untuk memuliakan orang tua yang telah berusia lanjut. Dalam merawat orang tua bisa dimaksudkan yaitu memberikan kenyamanan, kemanan, kasih saying, kepedulian, dan perhatian sehingga dapat meningkatkan kualitas dirinya.

¹³ Elfi Mu'awanah & Rifa hidayah, *Bimbingan Konseling Islam*, (Bumi aksara, Jakarta, 2012),...4.

Perubahan fisiologis maksudnya penyelidikan terhadap perilaku dan proses di dalam tubuh makhluk diri.¹⁴ Sedangkan perubahan psikososial adalah suatu proses pengunduran secara timbal balik pada masa usia lanjut dari lingkungan sosial artinya keterlibatan dengan orang lain berkurang.¹⁵

Perubahan sikap dan perilaku pada lanjut usia meliputi: pertama, kemunduran psikomotorik (gerak tubuh menjadi kaku dan lambat), kedua, perubahan dalam menjalani hubungan sosial, ketiga, merasa diri menjadi kurang menarik, keempat, menurunnya motivasi.¹⁶ Kebutuhan untuk bertahan diri baik dalam mencari uang atau yang lainnya tidak hanya berlaku bagi orang yang masih berusia muda atau lanjut usia sekalipun. Intinya, setiap orang dituntut untuk mensejahterakan dirinya masing-masing dengan cara tetap kreatif dan beraktifitas yang produktif. Tetapi bagi lanjut usia keterbatasan fisik, tenaga dan mental tentu saja membatasi aktifitas para lanjut usia tersebut dalam melewati kedirian sehari-harinya. Keadaan seperti ini menjadi menghambat produktivitas para lanjut usia sebagai upaya untuk mensejahterakan dirinya.¹⁷

Namun berdasarkan penelitian awal yang peneliti lakukan bahwa terdapat sekelompok lanjut usia yang mampu meningkatkan kualitas diri yang diberdayakan oleh suatu lembaga yang disebut Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Pekon Sidoharjo Kabupaten Pringsewu sehingga kualitas diri dari para lanjut usia itu dapat dikatakan sangat meningkat dibandingkan para lanjut usia lainnya. LKS Amanah Bunda memiliki antusias yang tinggi untuk membimbing para lansia untuk meningkatkan kualitas dirinya. Dimana tujuan dari diadakan bimbingan kelompok di LKS Amanah Bunda adalah lebih mendekatkan diri kepada tuhan,

¹⁴ Pius A Partanto, M. Dahlan Al Barry, *Kamus Ilmiah Populer*, (Penerbit Arkola Surabaya, 2006), ...184

¹⁵ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Erlangga 1980), ...398

¹⁶ Saporinah Sadli, *Lansia Tangguh bahan penyuluhan bina keluarga lansia*, (BkbbN Provensi Jawa Timur 2016), ...87

¹⁷ Ibid, ...88

melakukan hal-hal kreatifitas dan sosialisasi terhadap lansia yang lain, badan menjadi lebih sehat karena terdapat kegiatan olahraga seperti senam yang dilakukan oleh para lansia. Bimbingan kelompok yang dilakukan oleh LKS Amanah Bunda yaitu antara lain bimbingan keterampilan untuk meningkatkan produktifitas diri lansia, kemudian bimbingan keagamaan untuk lebih mendekatkan diri kepada Tuhan, dan bimbingan psikologis dengan tujuan para lansia sehat secara fisik maupun batin.¹⁸

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis merasa tertarik untuk meneliti dan mengkaji lebih lanjut lagi mengenai bagaimana pelaksanaan dari Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kualitas Diri Pada Lansia Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Pekon Sidoharjo Kabupaten Pringsewu.

C. Fokus Dan Subfokus Penelitian

Penelitian ini difokuskan kepada pelaksanaan bimbingan kelompok melalui Lansia Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Pekon Sidoharjo Kabupaten Pringsewu dalam meningkatkan kualitas diri lansia melalui bimbingan kelompok yang diberikan oleh Konselor.

Dalam fokus penelitian ini terdiri atas satu sub fokus yaitu mengenai proses pelaksanaan bimbingan kelompok dalam meningkatkan kualitas diri melalui Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Pekon Sidoharjo Kabupaten Pringsewu.

D. Rumusan Masalah

Menurut pemaparan latar belakang masalah diatas, maka penulis merumuskan masalah yakni: Bagaimana Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kualitas Diri Pada

¹⁸ Dokumentasi, Profil Desa Sidoharjo Kabupaten Pringsewu, 2023

Lansia Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Pekon Sidoharjo Kabupaten Pringsewu?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan Penelitian Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kualitas Diri Pada Lansia Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Pekon Sidoharjo Kabupaten Pringsewu.

F. Manfaat Penelitian

Hasil Penelitian ini di harapkan memberikan kegunaan bagi semua pihak, baik secara teoritis maupun praktis, adapun kegunaan dari penelitian ini adalah :

1. Secara Teoritis

Penelitian ini di harapkan berguna untuk sumbangan ilmu pengetahuan serta menumbuh kembangkan pengetahuan dalam bidang ilmu bimbingan dan konseling, khususnya dalam bidang bimbingan kelompok dalam meningkatkan kualitas diri pada lansia.

2. Secara Praktis

Penelitian ini di harapkan menjadi sumbangan pemikiran tentang pelaksanaan bimbingan kelompok oleh Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Pekon Sidoharjo Kabupaten Pringsewu.

G. Kajian Terdahulu yang Relevan

Tinjauan pustaka penting dilakukan untuk mengetahui letak perbedaan penelitian dengan peneliti yang sudah ada sebelumnya. Kajian pustaka menunjukkan kejujuran penulis dalam penulisan karya ilmiah (skripsi), sehingga karya yang disusun

bukan karya duplikasi atau tiruan. Maka kajian terdahulu yang mendukung skripsi ini adalah sebagai berikut:

1. Ghina Uswatun Hasanah Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten dengan judul “Bimbingan Kelompok Terhadap Lansia Dalam Menumbuhkan Minat Membaca Al-Qur’an (Studi Kasus Di Desa Pematang Kecamatan Kragilan Kabupaten Serang Provinsi Banten)” Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa Bimbingan kelompok terhadap lansia dalam menumbuhkan minat belajar membaca Al-Qur’an yang baik dan benar, serta berkelanjutan mempunyai pengaruh terhadap kedirian beragama lansia. Dengan bimbingan kelompok terhadap lansia dapat meningkatkan pengetahuan lansia terhadap minat belajar membaca Al-Qur’an. Dengan bimbingan kelompok terhadap lansia dapat mengubah persepsi dan sikap lansia terhadap minat belajar membaca Al-Qur’an.¹⁹

Berdasarkan penelitian diatas, penulis menegaskan bahwa ada penelitian yang dilakukan oleh penulis memiliki persamaan dan perbedaan dengan penelitian-penelitian sebelumnya. Persamaan dari penelitian sebelumnya yaitu sama-sama meneliti tentang bimbingan kelompok. Adapun perbedaan dengan penelitian sebelumnya membahas tentang penerapan bimbingan kelompok terhadap lansia dalam menumbuhkan minat membaca Al-Qur’an, sedangkan penelitian ini berfokus pada Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kualitas Diri Pada Lansia Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Desa Sidoharjo Kabupaten Pringsewu.

2. Susiati Jurusan Bimbingan Konseling, Universitas Negeri Semarang, dengan judul “Keefektifan Bimbingan Kelompok Islami Meningkatkan Religiusitas dan Kesiapan Menghadapi Kematian pada Anggota PWRI Jakarta”. Hasil dari penelitian

¹⁹ Ghina Uswatun Hasanah, “Bimbingan Kelompok Terhadap Lansia Dalam Menumbuhkan Minat Membaca Al-Qur’an (Studi Kasus Di Desa Pematang Kecamatan Kragilan Kabupaten Serang Provinsi Banten)”, (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, 2019)

ini menunjukkan bahwa Bimbingan kelompok terhadap lansia dalam meningkatkan religiusitas dapat dijadikan sebagai bahan rujukan untuk meningkatkan religiusitas dan kesiapan menghadapi kematian pada pensiunan anggota PWRI khususnya dan bagi para lansia pada umumnya. Yang mencakup aspek akidah, akhlak, ibadah dan kesiapan menghadapi kematian pada jangka pendek dan kesiapan menghadapi kematian pada jangka panjang.²⁰

Berdasarkan penelitian diatas, penulis menegaskan bahwa ada penelitian yang dilakukan oleh penulis memiliki persamaan dan perbedaan dengan penelitian-penelitian sebelumnya. Persamaan dari penelitian sebelumnya yaitu sama-sama meneliti tentang bimbingan kelompok. Adapun perbedaan dengan penelitian sebelumnya yaitu penelitian sebelumnya membahas tentang keefektifan bimbingan kelompok islami meningkatkan religiusitas dan kesiapan menghadapi kematian sedangkan penelitian ini berfokus pada Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kualitas Diri Pada Lansia Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Desa Sidoharjo Kabupaten Pringsewu.

3. Khoirotn Nisa Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam, IAIN Pekalongan dengan judul “Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Dalam Mengembangkan Penyesuaian Diri Penyandang Tunanetra di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bojongbata Pemasang”. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa pelaksanaan Bimbingan kelompok di PPSLU Bojongbata Pemasang sudah cukup baik yaitu mampu mengembangkan penyesuaian diri penyandang tunanetra.²¹

Berdasarkan penelitian diatas, penulis menegaskan bahwa ada penelitian yang dilakukan oleh penulis memiliki

²⁰ Susiati, “Keefektifan Bimbingan Kelompok Islami Meningkatkan Religiusitas dan Kesiapan Menghadapi Kematian pada Anggota PWRI Jakarta”, (Thesis, Universitas Negeri Semarang, 2018)

²¹ Khoirotn Nisa, “Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Dalam Mengembangkan Penyesuaian Diri Penyandang Tunanetra di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bojongbata Pemasang”, (Skripsi, IAIN Pekalongan, 2019)

persamaan dan perbedaan dengan penelitian-penelitian sebelumnya. Persamaan dari penelitian sebelumnya yaitu sama-sama meneliti tentang bimbingan kelompok. Adapun perbedaan dengan penelitian sebelumnya yaitu mengembangkan penyesuaian diri penyandang tunanetra sedangkan penelitian ini berfokus pada Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kualitas Diri Pada Lansia Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Desa Sidoharjo Kabupaten Pringsewu.

H. Metode Penelitian

1. Jenis dan Sifat Penelitian

a. Jenis Penelitian

Dilihat dari jenisnya penelitian ini termasuk penelitian lapangan (*field Research*), melalui pendekatan kualitatif. Penelitian lapangan (*field Research*) adalah suatu jenis penelitian yang berusaha untuk mengumpulkan data dan informasi mengenai permasalahan di lapangan.²² Karena dilihat dari tujuan penelitian ini untuk mempelajari secara intensif latar belakang keadaan saat ini dari interaksi individu, kelompok dan lembaga.²³

Jadi dalam penelitian ini, peneliti akan mengumpulkan data dengan cara terjun langsung ke lokasi penelitian secara faktual dan aktual dari permasalahan yang ada di lapangan guna mendapatkan informasi secara sistematis mengenai Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kualitas Diri Pada Lansia Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Desa Sidoharjo Kabupaten Pringsewu.

²² M. Ahmad Anwar, *Prinsip-Prinsip Metodologi Research* (Yogyakarta: Sumbangsih, 1975),...22.

²³ Sumardi Suryabrata, *Metodologi Penelitian* (Jakarta: Rajawali Pers, 2010),...81

b. Sifat Penelitian

Dilihat dari jenisnya maka sifat penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif. yaitu penelitian yang di gunakan untuk menganalisa data dengan cara mendeskripsikan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku secara umum atau generalis.²⁴ Tujuan penelitian deskriptif ini adalah untuk membuat deskripsi atau gambaran secara sistematis, faktual dan aktual mengenai fakta-fakta, sifatsifat serta hubungan antara fenomena yang diteliti.²⁵

Jadi dalam penelitian ini penulis akan mendeskripsikan sesuai dengan apa adanya, guna memberikan penjelasan terhadap pokok-pokok yang diteliti yaitu dapat mengetahui bagaimana Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kualitas Diri Pada Lansia Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Desa Sidoharjo Kabupaten Pringsewu

2. Sumber Data

Sumber data yang di gunakan dalam penelitian ini adalah sumber data primer dan sumber data sekunder.

a. Sumber Data Primer

Sumber data primer yaitu sumber data pokok yang di dapatkan untuk kepentingan penelitian. Sumber data primer di dapatkan secara langsung dari sumber data aslinya berupa wawancara, pendapat dari individu atau kelompok maupun hasil observasi dari suatu objek kejadian atau hasil pengujian.²⁶ Data primer ialah data yang diperoleh atau dikumpulkan langsung di lapangan

²⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2017),...182

²⁵ Wiraja Sujaweni, *Metodologi Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Baru Press, 2014)...42

²⁶ *Ibid*...73

oleh orang yang melakukan penelitian atau yang bersangkutan yang memerlukannya.²⁷ Dalam menentukan jenis sumber data primer dengan populasi 80 lansia , dalam penelitian ini yaitu menggunakan teknik purposive sampling yaitu suatu metode penarikan sampel nonprobability yang digunakan dengan kriteria tertentu.

Adapun kriteria yang menjadi sumber data primer dalam penelitian ini adalah dengan kriteria sebagai berikut:

- 1) Lansia yang mengikuti sekolah Lansia di LKS Amanah Bunda Desa Sidoharjo Kabupaten Pringsewu
- 2) Lansia yang berusia 75-89 tahun
- 3) Mampu diajak berkomunikasi terutama berbahasa Indonesia
- 4) Sudah berada di LKS Amanah Bunda \pm 2 tahun
- 5) Selalu hadir di setiap pertemuan minimal 5 kali pertemuan setiap Sabtu
- 6) Lansia yang telah wisuda semester 2

Berdasarkan kriteria di atas dalam penelitian ini yang menjadi sumber data primer adalah 5 Lansia, 1 Pembimbing LKS Amanah Bunda dan 1 Ketua LKS Amanah Bunda. Sehingga jumlah keseluruhan yang menjadi sumber data primer penelitian ini berjumlah 7 orang.

b. Sumber Data Sekunder

Data sekunder yaitu data yang diperoleh dari studi kepustakaan yang berupa buku-buku, hasil-hasil penelitian yang bewujud laporan, dan sebagainya. Sumber data ini merupakan sumber data yang membantu memberikan keterangan atau data pelengkap. Data sekunder adalah data yang diperoleh atau dikumpulkan oleh orang yang

²⁷ M. Iqbal Hasan, *Pokok-Pokok Materi Metodologi Penelitian dan Aplikasinya* (Jakarta:Ghalia Indonesia,2002)...82

melakukan penelitian dari sumber-sumber yang telah ada.²⁸

Dalam penelitian ini data sekunder merupakan data yang berguna untuk memperkuat dan melengkapi informasi, yaitu dokumentasi tertulis maupun foto di LKS Amanah Bunda Pekon Sidoarjo Kabupaten Pringsewu.

3. Teknik Pengumpulan Data

a. Observasi

Observasi atau pengamatan adalah kegiatan keseharian manusia dengan menggunakan pancaindra sebagai alat bantu utamanya selain pancaindra lainnya seperti telinga, penciuman, mulut, dan kulit.²⁹ Observasi sebagai teknik pengumpulan data mempunyai ciri yang spesifik bila dibandingkan dengan teknik yang lain, yaitu wawancara dan kuisioner. Kalau wawancara dan kuisioner selalu berkomunikasi dengan orang, maka observasi tidak terbatas pada orang, tetapi juga objek-objek alam yang lain.³⁰ Dari segi proses pelaksanaan pengumpulan data, observasi dapat dibedakan menjadi *participant observation* (observasi berperan serta) dan *non-participant observation*. Berdasarkan pengertian di atas peneliti akan menggunakan jenis observasi non partisipan.

Observasi akan digunakan untuk mengamati pelaksanaan mengenai Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kualitas Diri Pada Lansia Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Pekon Sidoarjo Kabupaten Pringsewu. Observasi ini bertujuan untuk mencari data yang berkenaan dengan pelaksanaan

²⁸ *Ibid*....58

²⁹ Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Kencana, 2007)....118

³⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian*...145

Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kualitas Diri Pada Lansia melalui Lansia Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Pekon Sidoharjo Kabupaten Pringsewu.

b. Wawancara

Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam dan jumlah respondennya sedikit/kecil.³¹

Wawancara dapat dilakukan secara non struktur, dalam wawancara tidak terstruktur ialah wawancara yang bebas dimana peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun secara sistematis dan lengkap untuk pengumpulan datanya. Berdasarkan pengertian diatas peneliti akan menggunakan jenis wawancara non terstruktur, wawancara digunakan untuk mencari data pelaksanaan bimbingan kelompok, jadwal kegiatan bimbingan kelompok, hasil dari bimbingan kelompok dan mengali data lansia yang mengikuti kegiatan bimbingan kelompok tersebut.

c. Dokumentasi

Dokumentasi adalah mencari data mengenai hal-hal atau variabel berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, notulen rapat, agenda dan sebagainya. Dokumen ini digunakan untuk memperoleh data yang berkaitan dengan proses penelitian.³² Berdasarkan pengertian diatas, Dokumentasi digunakan peneliti untuk melengkapi keterangan-keterangan yang penulis butuhkan yaitu untuk memperoleh data seperti Profil Pekon Sidoharjo, jumlah

³¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R & D* (Bandung: Alfabeta, 2017)....137

³² Suharsimu Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: Rineka Cipta, 2013)....274

Lansia Pekon Sidoharjo, dan data aparatur Pekon Sidoharjo.

4. Teknik Analisis Data

Analisis data ialah proses mengorganisasikan dan mengurutkan data ke dalam pola, kategori, dan satuan uraian dasar sehingga ditemukan tema dan dapat dirumuskan hipotesis kerja seperti yang disarankan oleh data.³³ Miles dan Huberman mengemukakan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenuh.³⁴ Aktivitas dalam analisis data menurut Miles dan Huberman yaitu: data reduction, data display, dan conclusion drawing/verification.

a. *Data Reduction* (Reduksi Data)

Reduksi data yaitu merangkum, memilih pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya serta membuang yang tidak perlu. Data yang didapat harus segera di reduksi agar tidak bertumpuk-tumpuk serta memudahkan dalam pencarian data yang memudahkan dalam penarikan kesimpulan.

b. *Data Display* (Penyajian Data)

Setelah data di reduksi, maka langkah selanjutnya adalah mendisplaykan data atau penyajian data. Dengan penyajian data maka akan memudahkan memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami tersebut. Penyajian data merupakan proses pemberian sekumpulan informasi yang sudah disusun, dimana memungkinkan untuk mengambil kesimpulan dan pengambilan keputusan.

³³ Ibid.....23

³⁴ Lexy J. Maloeng, *Metodologi Penelitian Kualitatif, Revisi* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2017)....280

c. *Conclusion drawing/verification* (Penarikan Kesimpulan)

Langkah ketiga dalam analisis data kualitatif menurut Miles and Huberman adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data. Dengan demikian kesimpulan dalam penelitian kualitatif mungkin dapat menjawab rumusan masalah yang dirumuskan sejak awal, tetapi mungkin juga tidak karena seperti telah dikemukakan bahwa masalah dalam penelitian kualitatif masih bersifat sementara dan akan berkembang setelah penelitian berada dilapangan

I. Sistematika Penulisan

Bab I, membahas tentang gambaran umum mengenai penegasan judul, latar belakang, fokus dan sub fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian peneliti terdahulu yang relevan, metode penelitian, dan sistematika pembahasan.

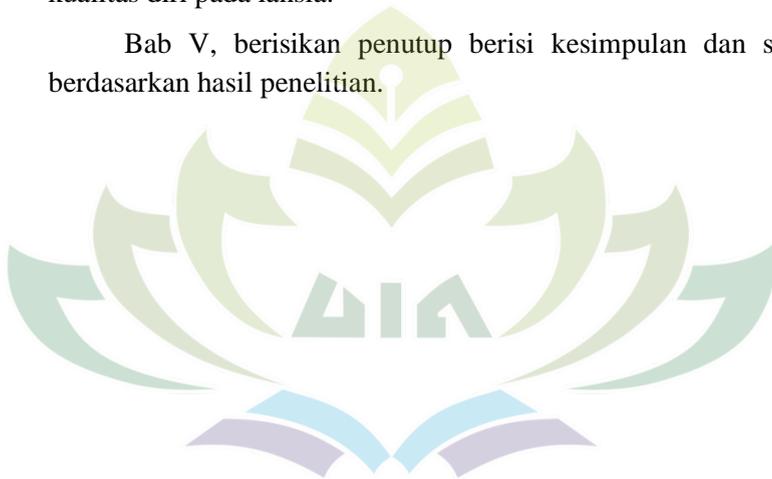
Bab II, pada bab ini memuat uraian tentang landasan teori yang terkait dengan dua sub tema yaitu yang pertama ada pengertian bimbingan kelompok, tujuan bimbingan kelompok, fungsi bimbingan kelompok, materi bimbingan kelompok dan tahap-tahap pelaksanaan bimbingan kelompok. Sub tema yang kedua yaitu definisi kualitas diri lansia, dimensi kualitas diri, domain kualitas diri, faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas diri lansia.

Bab III, membahas tentang gambaran umum dan lokasi penelitian seperti sejarah Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Pekon Sukoharjo Kabupaten Pringsewu, visi dan misi Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Pekon Sukoharjo Kabupaten Pringsewu, struktur kepengurusan Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Pekon

Sukoharjo Kabupaten Pringsewu, sasaran Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Pekon Sukoharjo Kabupaten Pringsewu, materi penyuluhan dan pembinaan Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Amanah Bunda Pekon Sukoharjo Kabupaten Pringsewu, data lansia yang mengikuti bimbingan kelompok di Pekon Sukoharjo serta fakta dan data penelitian dalam pelaksanaan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kualitas diri lansia.

Bab IV, adalah analisis penelitian yang meliputi analisis data yang telah dilakukan oleh peneliti yang fakta dan terarah tentang pelaksanaan bimbingan kelompok dalam meningkatkan kualitas diri pada lansia.

Bab V, berisikan penutup berisi kesimpulan dan saran berdasarkan hasil penelitian.





BAB II

BIMBINGAN KELOMPOK DAN KUALITAS DIRI LANSIA

A. Bimbingan Kelompok

1. Pengertian Bimbingan Kelompok

Menurut Titiek Romlah, bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan individu dalam situasi kelompok dengan tujuan mencegah timbulnya suatu masalah yang menghambat pengembangan potensi individu.¹ Layanan Bimbingan Kelompok merupakan suatu rangkaian kegiatan kelompok dimana pimpinan kelompok menyediakan informasi-informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau untuk membantu anggota kelompok lainnya untuk mencapai tujuan-tujuan bersama.²

Bimbingan kelompok mengacu kepada aktivitas-aktivitas kelompok yang berfokus kepada penyediaan informasi atau pengalaman melalui sebuah aktivitas kelompok yang terencana dan terorganisasi.³ Bimbingan kelompok pada dasarnya adalah usaha kegiatan yang memanfaatkan dinamika kelompok atau kumpulan sekelompok individu yang membentuk suatu kelompok sebagai upaya bimbingan yang dilakukan dan dilaksanakan seseorang (fasilitator) dengan tujuan mengembangkan suatu aspek yang terdapat dalam diri individu berupa sikap, keterampilan, dan keberanian yang

¹ Titiek Romlah, *Teori Dan Praktek Bimbingan Kelompok* (Malang: Universitas Negeri Malang, 2001)....3

² Siti Hartinah, *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok* (Tegal: Refika Aditama, 2009)....12

³ Robert L.Gibson and Marianne H.Mitchell, *Bimbingan Dan Konseling* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011)....52.

dimensinya bersangkut paut dengan orang lain yang bersifat sosial.⁴

Dari uraian diatas, maka penulis menyimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah proses pengarahan yang dilakukan oleh seorang pembimbing (fasilitator) di dalam lingkup kelompok dengan memberikan informasi-informasi yang di perlukan dengan tujuan mencegah timbulnya masalah yang dapat menghambat perkembangan yang ada dalam diri individu yang bersifat sosial.

2. Tujuan Bimbingan Kelompok

Menurut Halena dalam Dewa Ketut Sukardi tujuan dari bimbingan kelompok yaitu untuk mengembangkan langkah-langkah bersama untuk menangani permasalahan yang dibahas di dalam kelompok dengan demikian dapat menumbuhkan hubungan yang baik antar anggota kelompok, kemampuan berkomunikasi antar individu, pemahaman berbagai situasi dan kondisi lingkungan, dapat mengembangkan sikap dan tindakan nyata untuk mencapai hal-hal yang di inginkan sebagaimana terungkap di dalam kelompok.⁵

Menurut Banner dalam A. Hallen tujuan bimbingan kelompok adalah memberikan kesempatan-kesempatan pada peserta didik belajar dari hal-hal yang berkaitan dengan masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial, memberikan layanan-layanan penyembuhan melalui kegiatan kelompok, dan bimbingan secara kelompok lebih ekonomis serta pelaksanaan bimbingan kelompok lebih efektif.⁶

Berdasarkan beberapa penjelasan diatas tentang tujuan bimbingan kelompok menurut beberapa ahli dapat

⁴ Syifa Nur Fadilah, "Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Membentuk Sikap Jujur Melalui Pembiasaan", *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Vol.03.No.02 (2019)....169-70

⁵ Dewa Ketut Sukardi, *Manajemen Pendidikan* (Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada, 2000)....48

⁶ Hallen A, *Bimbingan Dan Konseling*. Edisi Revisi (Jakarta: Quantum Teaching, 2005)....73

disimpulkan bahwa bimbingan kelompok bertujuan untuk membentuk pribadi individu yang dapat diri secara harmonis, dinamis, produktif, kreatif dan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya secara optimal.

3. Fungsi Bimbingan Kelompok

Menurut Mugiharso dalam skripsi Nidawati Wahyu Pinasti bimbingan kelompok memiliki 3 fungsi utama yakni :

a. Fungsi Pemahaman Dengan fungsi ini memungkinkan pihak-pihak yang berkepentingan dengan peningkatan perkembangan dan kedirian konseli, memahami berbagai hal yang esensial berkenaan dengan perkembangan dan kedirian konseli. Pemahaman yang sangat perlu dihasilkan oleh pelaksanaan bimbingan kelompok adalah pemahaman tentang diri konseli beserta permasalahannya baik oleh konseli sendiri maupun oleh konselor.

b. Fungsi Pengembangan

Fungsi ini berarti bahwa bimbingan kelompok yang diberikan dapat membantu para konseli dalam memelihara dan mengembangkan keseluruhan pribadinya secara mantap, terarah, dan berkelanjutan. Dalam fungsi ini hal-hal yang dipandang positif dijaga agar tetap baik dan mantap sehingga konseli dapat memelihara dan mengembangkan potensi dan kondisi yang positif dalam rangka perkembangan dirinya sendiri mantap dan berkelanjutan.

c. Fungsi Pencegahan

Bimbingan kelompok dapat berfungsi pencegahan artinya merupakan usaha pencegahan terhadap timbulnya masalah. Dalam fungsi pencegahan ini memberikan

bantuan bagi konseli agar terhindar dari berbagai masalah yang dapat menghambat perkembangannya.⁷

Berdasarkan penjelasan diatas maka bimbingan kelompok memiliki fungsi pemahaman (tentang diri konseli serta permasalahan yang dialami), pengembangan (terhadap potensi atau kemampuan yang dimiliki) dan upaya pencegahan (terhadap timbulnya permasalahan).

4. Materi Bimbingan Kelompok

Dalam layanan bimbingan kelompok materi yang dapat dibahas berbagai hal yang amat beragam yang berguna bagi siswa (dalam segenap bidang bimbingan). Materi tersebut meliputi:

- a. Pemahaman dan pematangan kedirian keberagaman dan diri sehat.
- b. Pemahaman dan penerimaan diri sendiri dan orang lain sebagaimana adanya (termasuk perbedaan individu, sosial dan budaya serta permasalahannya).
- c. Pemahaman tentang emosi, prasangka, konflik dan peristiwa yang terjadi di masyarakat serta pengendaliannya/pemecahannya.
- d. Pengaturan dan penggunaan waktu secara efektif (untuk belajar dan kegiatan sehari-hari serta waktu senggang)
- e. Pemahaman tentang adanya berbagai alternatif pengambilan keputusan dan berbagai konsekuensinya.
- f. Pengembangan sikap dan kebiasaan belajar, pemahaman hasil belajar, timbulnya kegagalan belajar dan cara-cara penanggulangannya.
- g. Pengembangan hubungan sosial yang efektif dan produktif
- h. Pemahaman tentang dunia kerja, pilihan dan pengembangan karier serta perencanaan masa depan.

⁷ Nidawati Wahyu Pinasti, "Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas X SMK N 1 Jambu", (Skripsi, Universitas Negeri Semarang, 2011)....17

- i. Pemahaman tentang pilihan dan persiapan memasuki jurusan/program studi dan pendidikan lanjutan⁸

5. Tahap-Tahap Bimbingan Kelompok

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

a. Langkah awal

Langkah awal ini dimulai dengan penjelasan tentang adanya layanan bimbingan kelompok bagi para lansia mulai dari pengertian, tujuan, dan kegunaan bimbingan kelompok. Setelah penjelasan ini, langkah selanjutnya menghasilkan kelompok yang langsung merencanakan waktu dan tempat menyelenggarakan kegiatan bimbingan kelompok.

b. Perencanaan Kegiatan

Perencanaan kegiatan bimbingan kelompok meliputi penetapan materi layanan, tujuan yang ingin di capai, sasaran kegiatan, bahan atau sumber bahan untuk bimbingan kelompok, rencana penilaian, serta waktu dan tempat.

c. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan yang telah direncanakan itu selanjutnya dilaksanakan melalui kegiatan sebagai berikut:

- 1) Persiapan menyeluruh yang meliputi persiapan fisik (tempat dan kelengkapannya); persiapan bahan, persiapan keterampilan, dan persiapan administrasi
- 2) Pelaksanaan tahap-tahap kegiatan
 - a) Tahap pertama: Pembentukan

Temanya pengenalan, pelibatan, dan pemasukan diri. Meliputi kegiatan yaitu mengungkapkan pengertian dan tujuan bimbingan

⁸ Dewa Ketut Sukardi, *Manajemen Pendidikan.....*48

kelompok, menjelaskan cara-cara dan asas-asas bimbingan kelompok, saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri, teknik khusus dan permainan penghangatan/ pengakraban.

b) Tahap kedua: Peralihan

Meliputi kegiatan yaitu menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya, menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya, membahas suasana yang terjadi, meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota, kalau perlu kembali ke beberapa aspek tahap pertama atau tahap pembentukan.

c) Tahap ketiga: Kegiatan

Meliputi kegiatan yaitu pemimpin kelompok mengemukakan suatu masalah atau topik, tanya jawab antara anggota dan pemimpin kelompok tentang hal-hal yang belum jelas yang menyangkut masalah atau topik yang dikemukakan pemimpin kelompok, anggota membahas masalah atau topik tersebut secara mendalam dan tuntas dan kegiatan selingan.

d) Tahap keempat : Pengakhiran

Kegiatan suatu kelompok tidak berlangsung terus menerus tanpa berhenti. Setelah kegiatan kelompok memuncak pada tahap ketiga, kegiatan kelompok kemudian menurun dan selanjutnya kelompok akan mengakhiri kegiatan pada saat yang dianggap tepat.⁹

⁹ Siti Hartinah, Konsep Dasar.....123

d. Evaluasi Kegiatan

Penilaian kegiatan bimbingan kelompok di fokuskan pada perkembangan pribadi lansia dan hal-hal yang di rasakan mereka berguna. Isi kesan-kesan yang diungkapkan oleh para peserta merupakan isi penilaian yang sebenarnya. Penilaian terhadap bimbingan kelompok dapat dilakukan secara tertulis baik secara esai, daftar cek, maupun daftar isian sederhana. Secara tertulis para peserta diminta mengungkapkan perasaannya, pendapatnya, harapannya, minat, dan sikapnya terhadap berbagai hal, baik yang telah dilakukan selama kegiatan bimbingan kelompok maupun kemungkinan keterlibatan mereka untuk kegiatan serupa selanjutnya. Penilaian terhadap bimbingan kelompok berorientasi pada perkembangan yaitu mengenali kemajuan atau perkembangan positif yang terjadi pada diri peserta.¹⁰

Agar dinamika kelompok selalu berkembang, maka peranan yang dimainkan para anggota kelompok adalah:

- 1) Membantu terbinaanya suasana keakraban dalam hubungan antar anggota kelompok.
- 2) Mencerahkan segenap perasaan dalam melibatkan diri dalam kegiatan kelompok.
- 3) Berusaha agar yang dilakukannya itu membantu tercapainya tujuan bersama.
- 4) Membantu tersusunnya aturan kelompok dan berusaha mematuhi dengan baik.
- 5) Benar-benar berusaha untuk secara aktif ikut serta dalam seluruh kegiatan kelompok.
- 6) Mampu berkomunikasi secara terbuka.
- 7) Berusaha membantu anggota lain.
- 8) Memberi kesempatan anggota lain untuk juga menjalankan peranannya.

¹⁰ Achmad Juntika Nurihsan, Strategi Layanan Bimbingan & Konseling (Bandung: PT. Refika Aditama, 2005)....18

- 9) Menyadari pentingnya kegiatan kelompok itu¹¹

B. Kualitas Diri Pada Lansia

1. Pengertian Kualitas Diri Pada Lansia

Menurut *World Health Organization Quality Of Life* atau WHOQOL kualitas diri merupakan persepsi individu terhadap kediriannya di masyarakat dalam aspek budaya serta nilai yang ada berkaitan dengan harapan, tujuan, standar dan juga perhatian, kualitas diri dipengaruhi oleh kondisi fisik, sosial, psikologis, tingkat kemandirian dan lingkungan seseorang. Kualitas diri merupakan tingkatan kesejahteraan/keunggulan seorang individu yang dapat dinilai dari kedirian seseorang, biasanya dilihat dari bagaimana tujuan diri seseorang, kontrol pribadi, hubungan interpersonal, perkembangan intelektual, kondisi ekonomi, dan pribadi seseorang.¹²

Menurut Cohen & Lazarus, kualitas diri adalah tingkatan yang menggambarkan keunggulan seorang individu yang dapat dinilai dari kedirian mereka.¹³

Berdasarkan beberapa definisi tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa kualitas diri lansia adalah persepsi individu lansia terhadap kesehatan fisik, sosial dan emosi yang dimilikinya. Keadaan fisik serta emosi individu lansia tersebut dalam kemampuannya dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari yang diikuti sarana dan prasarana yang ada di lingkungan sekitar lansia.

2. Dimensi Kualitas Diri

Dimensi kualitas diri lansia terbagi atas dua dimensi yaitu objektif dan subjektif. Kualitas diri objektif didasarkan

¹¹ Ibid...20-21

¹² Ekasari, Mia Fatma dkk, *Meningkatkan Kualitas Diri Lansia Konsep Dan Berbagai Intervensi*, (Malang :Wineka Media, 2018)....25

¹³ Larasati, “ *Kualitas Diri Pada Wanita Yang Sudah Memasuki Masa Menopause*”, (Skripsi, Universitas Gunadarma, 2011).....25

pada pengamatan eksternal individu seperti pendidikan, pendapatan, umur, status kesehatan dan bagaimana individu mengarahkan dan mengontrol dirinya, sedangkan kualitas diri subjektif didasarkan pada bagaimana respon psikologis individu terhadap kepuasan dan kebahagiaan dalam menjalani diri.¹⁴ Sedangkan menurut schipper, clinch dan olweny mengatakan bahwa dimensi kualitas diri terbagi atas empat yaitu fungsi fisik dan okupasi, keadaan psikologis, interaksi sosial dan sensasi somatic.¹⁵

Meskipun banyak dimensi-dimensi dalam kualitas diri namun dimensi-dimensi tersebut kemudian akan saling berinteraksi sehingga akan memberikan gambaran mengenai kualitas diri seseorang.

3. Domain Kualitas Diri

Menurut WHO (*world health organization*) Domain kualitas diri sebagai berikut:

a. Kesehatan Fisik

Meliputi aktivitas sehari-hari, ketergantungan terhadap obat-obatan dan bantuan medis, energi dan kelelahan, mobilitas, sakit dan ketidaknyamanan, tidur dan istirahat, kapasitas kerja.

b. Kesejahteraan Psikologis

Meliputi, *body image dan appearance*, perasaan negatif, perasaan positif, *self-esteem*, kemampuan memori, konsentrasi, belajar dan berpikir.

c. Hubungan Sosial

Meliputi relasi personal, dukungan sosial dan aktivitas seksual.

¹⁴ Ekasari, Mia Fatma dkk, *Meningkatkan Kualitas Diri Lansia*....26

¹⁵ Schipper H, Clinch JJ, Olweny CLM, "Quality of life studies: definitions and conceptual issues". *Quality of Life and Pharmacoeconomics in Clinical Trial*, (Philadelphia: Lippincott-Raven Publishers, 1996)....12-13

d. Hubungan Dengan Lingkungan

Meliputi sumber *financial*, *freedom*, *physical safety* dan *security*, perawatan kesehatan dan *social care*, lingkungan rumah, kesempatan dan kemudahan untuk memperoleh informasi baru dan keterampilan, partisipasi dalam melakukan rekreasi atau kegiatan yang menyenangkan, lingkungan fisik, dan transportasi.¹⁶

Menurut *World Health Organization Quality Of Life OLD* (WHOQOL OLD) kualitas diri lansia terdiri atas 6 komponen yaitu :

a) Kemampuan Sensori (*sensory abilities*)

Pada proses penuaan akan terjadi perubahan pada sensori visual dan auditori dan perubahan ini akan berdampak serius pada keamanan dan juga mempengaruhi interaksi lansia dengan lingkungan sekitar. Pada mata akan terjadi perubahan struktural dan fungsional seiring dengan proses penuaan, mulai dari bulu mata yang menjadi lebih pendek dan tipis, kabut keabuan pada tepi kornea, arcus senilis, produksi air mata yang menurun pada lansia berhubungan dengan penurunan volume cairan tubuh dan sekresi. Kemudian pada telinga lansia juga mengalami perubahan, membrane timpani menipis, pendengaran menjadi berkurang atau terganggu. Domain kemampuan sensori dalam WHOQOL OLD menurut meliputi : kemunduran pada panca indera, penilaian terhadap fungsi sensori, kemampuan berinteraksi dan melakukan aktivitas.¹⁷

¹⁶ Pipit Festy W, *Buku Ajar Lansia "Lanjut Usia, Perspektif dan Masalah*, (UMSurabaya :Publising,2018).....34

¹⁷ Skevington, S. M., Loffy, M., & O'Connell, K. A, "*The World Health Organization's WHOQOL-BREF Quality of Life Assessment: Psychometric Properties and Results of the International Field Trial*". (A Report from The WHOQOL group: Quality of life Research,2004) 13(2).....299-310

b) Otonomi (*autonomy*)

Otonomi seseorang berhubungan dengan persepsi terhadap diri serta harga diri yang dimilikinya. Lansia yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi, nilai diri yang positif akan memiliki kebebasan dalam membuat keputusan bagi dirinya sendiri. Akan tetapi masalah sering timbul akibat stereotip bahwa lansia secara fisik dan mental tidak mampu untuk produktif dan bergantung pada orang lain. Hal inilah yang terkadang membuat keluarga lansia tidak memberikan kebebasan pada lansia untuk menentukan dan mengontrol dirinya sendiri. Adapun Domain otonomi dalam WHOQOL OLD meliputi : kebebasan dalam mengambil keputusan, menentukan masa depan, melakukan hal-hal yang diinginkan, dihargai kebebasannya.¹⁸

c) Aktivitas Masa Lalu, Saat Ini Dan Masa Yang Akan Datang (*Past, Present, And Future Activities*)

Kebahagiaan lansia berasal dari harapan-harapan yang telah ditanamkan sejak masih muda dengan melakukan kegiatan yang dapat mendukung harapan tersebut tercapai. Sebaliknya apabila harapan dan target yang ditetapkannya tidak tercapai maka lansia akan merasa tidak puas dan putus asa. Domain aktivitas masa lalu, saat ini dan masa yang akan datang dalam WHOQOL OLD yaitu : hal-hal yang diharapkan, pencapaian keberhasilan, penghargaan yang diterima, pencapaian dalam kediriannya.¹⁹

d) Partisipasi Sosial (*social participation*)

Partisipasi sosial yang dimiliki lansia berkaitan erat dengan kemampuan fisik yang dimilikinya. Lansia yang

¹⁸ Skevington, S. M., Lotfy, M., & O'Connell, K. A., *The World Health Organization's WHOQOL-BREF Quality of Life Assessment: Psychometric Properties and Results of the International Field Trial. A Report from The WHOQOL group, Quality of life Research*, 13(2), 299-310, 2004

¹⁹ Ibid...11

memiliki kemampuan fisik rendah akan kurang memiliki energi yang cukup untuk melakukan interaksi sosial, selain itu frekuensi berkemih dan inkontinensia membuat lansia enggan untuk terlibat dalam kegiatan sosial, sama halnya dengan kekakuan, nyeri sendi dan ketidaknyamanan lainnya, perubahan penampilan juga dapat merubah konsep diri seseorang dan mengganggu motivasi dalam diri dalam hal interaksi sosial. Adapun Domain partisipasi sosial yang ada dalam WHOQOL OLD meliputi: penggunaan waktu, tingkat aktivitas, kegiatan sehari-hari, partisipasi dalam kegiatan masyarakat.²⁰

e) Kematian Dan Kondisi Terminal (*Death And Dying*)

Kepercayaan, sikap dan nilai terhadap pengalaman kematian dan perawatan pada akhir kehidupan sangat bervariasi. Respon seseorang terhadap hal ini berbeda-beda, dapat dipengaruhi oleh usia, gender, budaya, latar belakang keagamaan dan pengalaman diri. Lansia menginginkan kematian yang nyaman dengan kehadiran orang-orang terkasih. Banyak pula lansia yang menyatakan takut terhadap kematian serta cara mereka akan meninggal, sebagian besar orang juga tidak nyaman saat membicarakan mengenai kematian. Adapun Domain kematian dan kondisi terminal dalam WHOQOL OLD meliputi : cara meninggal, bagaimana mengontrol akhir diri, rasa takut akan akhir diri dan merasakan sakit pada akhir diri.

f) Persahabatan Dan Cinta Kasih (*Intimacy*)

Lansia yang mengalami penurunan kemampuan fisik dan fungsional tetap dapat memperoleh dukungan emosional dari orang-orang yang dicintai atau orang

²⁰ Skevington, S. M., Lotfy, M., & O'Connell, K. A., "The World Health Organization's WHOQOL-BREF Quality of Life Assessment: Psychometric Properties and Results of the International Field Trial". (A Report from The WHOQOL group: Quality of life Research, 2004) 13(2), 299-310

terdekat, saat lansia kehilangan dukungan emosional akan berdampak buruk terhadap nilai diri lansia dibandingkan dengan kehilangan kemampuan fisik dan fungsional. Orang-orang terdekat dan yang dicintai akan membuat diri lansia menjadi lebih bernilai. Cinta kasih yang diperoleh dari orang terdekat dapat menjadi alasan bagi lansia untuk tetap diri sehingga mortalitas lansia dapat menurun. Domain persahabatan dan cinta kasih dalam WHOQOL OLD meliputi persahabatan dalam kedirian, kesempatan untuk dicintai.²¹

Berdasarkan berbagai penjelasan diatas maka domain kualitas diri lansia adalah kemampuan sensori (*sensory abilities*), otonomi (*autonomy*), aktivitas masa lalu, saat ini dan masa yang akan datang (*past, present, and future activities*), partisipasi sosial (*social participation*), kematian dan kondisi terminal (*death and dying*), persahabatan dan cinta kasih (*intimacy*).

4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Diri Lansia

Kualitas diri lansia memberikan gambaran mengenai fase kedirian yang dimasuki oleh lansia. Kualitas diri individu setiap orang akan berbeda tergantung dari interpretasi masing-masing individu mengenai kualitas diri yang baik. Kualitas diri berkaitan erat dengan kebahagiaan dan kesejahteraan serta kepuasan diri yang saling berhubungan satu sama lain, kualitas diri lansia juga dipengaruhi oleh lingkungan yang nyaman dan aman, usia serta kesehatan individu.²²

Kualitas diri lansia dipengaruhi oleh berbagai faktor dan situasi yang kemudian dikaitkan dengan usia seseorang berupa perubahan status kesehatan dengan kemampuan coping terhadap tekanan kedirian, adanya peran baru, faktor demografi yang meliputi usia, jenis kelamin, suku, budaya,

²¹ Ibid

²² R. A. Sari & Yulianti, "Hubungan Mainfullnes Dengan Kualitas Diri Lansia", (Jurnal Psikologi, 2017).....33

kemudian dari segi sosial ekonomi meliputi pendidikan, status sosial, pendapatan dan dukungan sosial, faktor kesehatan meliputi kondisi kesehatan, penyakit yang diderita, fungsional tubuh, ketersediaan akses layanan kesehatan, faktor individu meliputi efikasi diri dan manajemen koping diri.²³

Kualitas diri lansia juga dipengaruhi oleh faktor umur, hal ini karena seiring bertambahnya usia terjadi perubahan-perubahan kondisi tubuh yang meliputi menurunnya kondisi fisik, kesehatan yang semakin menurun, perubahan psikologis serta tingkat kemandirian lansia yang juga menurun, hal ini membuktikan bahwa faktor usia juga memberi pengaruh terhadap kualitas diri lansia.²⁴ Kesehatan fisik dan mental pada lansia sangat berkaitan dengan spiritualitas yang akan mempengaruhi makna dan tujuan diri lansia, sehingga dapat dijadikan acuan dalam mengidentifikasi tujuan diri serta sumber harapan lansia, spiritual memiliki efek positif terhadap kualitas diri lansia.

Selain beberapa faktor di atas, dukungan keluarga juga dapat memberikan pengaruh terhadap kualitas diri lansia, bentuk dukungan keluarga dapat berupa keluarga mau membantu lansia dalam menyelesaikan atau memecahkan masalah yang dialami oleh lansia, mau mendengarkan dan memberi perhatian kepada lansia, keluarga juga diharapkan dalam memberikan informasi - informasi yang dibutuhkan oleh lansia. Diharapkan dengan adanya dukungan keluarga lansia dapat merasa aman dan nyaman saat berada didekat keluarga.²⁵

²³ Ekasari, Mia Fatma Dkk, *Meningkatkan Kualitas Diri Lansia....*36

²⁴ Indrayani Dan Ronoatmojo, "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Diri Lansia Di Desa Cipasung Kabupaten Kuningan", (Jurnal Kesehatan: 2017) 10.22435/Kespro.V9i1.892.....69-78

²⁵ Ibid

DAFTAR PUSTAKA

- B. Uno , Hamzah, *Orientasi Baru dalam Psikologi Pembelajaran*, Jakarta : PT Bumi Aksara, 2008.
- Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif*, Jakarta: Kencana, 2007.
- Dewa Ketut Sukardi, *Manajemen Pendidikan*, Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada, 2000.
- Ekasari, Mia Fatma dkk, *Meningkatkan Kualitas Diri Lansia Konsep Dan Berbagai Intervensi*, Malang : Wineka Media, 2018.
- Elfi Mu'awanah & Rifa hidayah, *Bimbingan Konseling Islam*, Bumi aksara, Jakarta, 2012.
- Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, Jakarta: Erlangga 1980.
- Hallen A, *Bimbingan Dan Konseling. Edisi Revisi*, Jakarta: Quantum Teaching, 2005.
- Lexy J. Maloeng, *Metodologi Penelitian Kualitatif, Revisi*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2017.
- M. Ahmad Anwar, *Prinsip-Prinsip Metodologi Research*. Yogyakarta: Sumbangsih, 1975.
- M. Iqbal Hasan, *Pokok-Pokok Materi Metodologi Penelitian dan Aplikasinya*. Jakarta:Ghalia Indonesia,2002.
- Pius A Partanto, M. Dahlan Al Barry, *Kamus Ilmiah Populer*, Penerbit Arkola Surabaya, Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa Depdikbud: kamus Besar Bahasa Indonesia , Jakarta: Balai Pustaka, 2006.
- Pipit Festy W, *Buku Ajar Lansia “Lanjut Usia, Perspektif dan Masalah*, UMSurabaya :Publising,2018.
- Rianto, Milan, *Pendekatan, Strategi dan Metode Pembelajaran*, (Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional, 2002.
- Ratnawati, *Asuhan Keperawatan Gerontik*, Yogyakarta: Pustaka Baru Press, 2017.

- Renwick, Rebecca., Ivan Brown & Mark Nagler, *Quality of Life in Health Promotion and Rehabilitation*, London: Sage publications, 1996.
- Robert L.Gibson and Marianne H.Mitchell, *Bimbingan Dan Konseling*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011.
- Saparinah Sadli, *Lansia Tangguh bahan penyuluhan bina keluarga lansia*, BkbbN Provensi Jawa Timur, 2016.
- Siti Hartinah, *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*, Tegal: Refika Aditama, 2009.
- Sri Narti, *Kumpulan Contoh Laporan Hasil Penelitian Tindakan Bimbingan Dan Konseling*, Yogyakarta: CV Budi Utama, 2019.
- Suharsimu Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta, 2013.
- Sumardi Suryabrata, *Metodelogi Penelitian*, Jakarta: Rajawali Pers, 2010.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2017.
- Titiek Romlah, *Teori Dan Praktek Bimbingan Kelompok*, Malang: Universitas Negeri Malang, 2001.
- Ulul Azam, *Bimbingan Dan Konseling Perkembangan DiSekolah*, Yogyakarta: CV Budi Utama, 2016.
- Wiraja Sujaweni, *Metodologi Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Baru Press, 2014.

SUMBER ILMIAH

- Billington, D. Rex., Landon, Jason., Christian, & Shepherd, Daniel, 'The New Zealand World Health Organization Quality of Life (WHOQoL)' Group, *Journal of the New Zealand Medical Association*. Vol. 123, 2010
- Erwin Erlangga, 'Bimbingan Kelompok Meningkatkan Keterampilan Berkomunikasi Siswa', *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4, No.1, 2018

- Ghina Uswatun Hasanah, 'Bimbingan Kelompok Terhadap Lansia Dalam Menumbuhkan Minat Membaca Al-Qur'an (Studi Kasus Di Desa Pematang Kecamatan Kragilan Kabupaten Serang Provinsi Banten)', (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, 2019)
- Indrayani Dan Ronoatmojo, 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Diri Lansia Di Desa Cipasung Kabupaten Kuningan', *Jurnal Kesehatan*, Vol. 9 No 1, 2017
- Khoirotnun Nisa, 'Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Dalam Mengembangkan Penyesuaian Diri Penyandang Tunanetra di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bojongbata Pemalang', Skripsi, IAIN Pekalongan, 2019
- Larasati, 'Kualitas Diri Pada Wanita Yang Sudah Memasuki Masa Menopause', Skripsi, Universitas Gunadarma, 2011
- Mawaddah, N, 'Peningkatan Kemandirian Lansia Melalui Activity Daily Living Training Dengan Pendekatan Komunikasi Terapeutik Di RSJ Dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang Nurul. Hospital Majapahit,, *Jurnal* 12 No 1, 2020
- Nidawati Wahyu Pinasti, 'Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas X SMK N 1 Jambu', Skripsi, Universitas Negeri Semarang, 2011
- R. A. Sari & Yulianti, 'Hubungan Mainfullnes Dengan Kualitas Diri Lansia', *Jurnal Psikologi*, Vol 9 No 1, 2017
- Schipper H, Clinch JJ, Olweny CLM, '*Quality of life studies: definitions and conceptual issues*'. *Quality of Life and Pharmacoeconomics in Clinical Trial*', (Philadelphia: Lippincott-Raven Publishers, 1996
- Skevington, S. M., Lotfy, M., & O'Connell, K. A, '*The World Health Organization's WHOQOL-BREF Quality of Life Assessment: Psychometric Properties and Results of the International Field Trial*'. A Report from The WHOQOL group: Quality of life Research,2004

Susiati, 'Keefektifan Bimbingan Kelompok Islami Meningkatkan Religiusitas dan Kesiapan Menghadapi Kematian pada Anggota PWRI Jakarta', Thesis, Universitas Negeri Semarang, 2018

Syifa Nur Fadilah, 'Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Membentuk Sikap Jujur Melalui Pembiasaan', *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Vol.03.No.02, 2019

Vergi, Nurul Sargia. 2013. Kualitas Hidup Pensiun. Skripsi. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Wawancara

Astuti, Wawancara dengan Narasumber Lansia Lembaga Kesejahteraan Sosial Amanah Bunda, 10 Juni 2023

Endriani, Wawancara dengan Narasumber Lansia Lembaga Kesejahteraan Sosial Amanah Bunda, 10 Juni 2023

Kartinah, Wawancara dengan Ketua Lembaga Kesejahteraan Sosial Amanah Bunda, 10 Juni 2023

Leli Triana, Wawancara dengan Narasumber Lansia Lembaga Kesejahteraan Sosial Amanah Bunda, 10 Juni 2023

Maniseh, Wawancara dengan Pendamping Lembaga Kesejahteraan Sosial Amanah Bunda, 10 Juni 2023

Nasfiah, Wawancara dengan Narasumber Lansia Lembaga Kesejahteraan Sosial Amanah Bunda, 10 Juni 2023

Sumewi, Wawancara dengan Narasumber Lansia Lembaga Kesejahteraan Sosial Amanah Bunda, 10 Juni 2023