

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Haji adalah rukun Islam kelima yang wajib ditunaikan oleh umat Muslim yang mampu. Ibadah ini dianggap paling utama karena melibatkan pengorbanan harta dan fisik. Namun, haji tidak diwajibkan bagi semua Muslim karena membutuhkan biaya yang tidak sedikit.

Para calon jemaah haji harus melakukan persiapan menyeluruh sebelum berangkat ke Tanah Suci. Persiapan ini meliputi kesiapan materi, fisik, mental, dan pengetahuan manasik haji. Selain membutuhkan biaya yang besar, perjalanan suci ini juga menuntut kesiapan fisik, mental, dan pemahaman yang mendalam mengenai rangkaian ibadah haji.

Kecemasan adalah salah satu gangguan mental yang ditandai dengan berbagai emosi campur aduk. Kecemasan muncul saat seseorang mengalami tekanan batin, seperti frustrasi atau konflik, dan dapat bermanifestasi sebagai perasaan takut, terkejut, tidak berdaya, bersalah, atau terancam. Perasaan tidak menyenangkan ini juga dapat muncul di luar kesadaran dan sulit untuk dihindari.

Menurut Nevid, dkk. (2005), kecemasan adalah kondisi khawatir di mana seseorang merasa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Meskipun kecemasan merupakan respons yang wajar terhadap ancaman, kondisi ini dapat menjadi abnormal jika intensitasnya tidak sebanding

dengan ancaman yang ada, atau jika muncul tanpa sebab yang jelas dan bukan sebagai respons terhadap perubahan lingkungan. Pada tingkat yang ekstrem, kecemasan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari seseorang (Handayatni. 2022: 161).

Menurut Kamus Merriam-Webster (2012), kecemasan didefinisikan sebagai kegelisahan atau kekhawatiran pikiran yang sulit diatasi dan dapat memicu penyakit. Kecemasan merupakan kondisi yang ditandai oleh perasaan negatif, perilaku, dan gejala fisik akibat ketegangan. Seseorang yang cemas akan mengantisipasi bahaya atau kemalangan di masa depan dengan perasaan khawatir. (Handayatni, Eka Sri. 2022: 161-162).

Ada kalanya calon jemaah haji lansia menghadapi kesulitan yang berasal dari dalam diri mereka sendiri. Masalah-masalah ini muncul karena mereka merasa kurang mampu menghadapi dan beradaptasi dengan kondisi internalnya. Sebagai contoh, stres bisa menjadi sumber dari berbagai masalah pribadi.

Masalah yang dijelaskan di atas sering dialami oleh calon jemaah haji lansia sebelum keberangkatan, yang ditandai dengan penurunan kondisi fisiologis dan psikologis akibat kecemasan atau masalah mental. Hal ini dapat disimpulkan bahwa calon jemaah haji lansia mengalami kesulitan dalam menyalurkan aspek-aspek pribadi dengan kondisi lingkungan.

Gejala-gejala tersebut memerlukan upaya yang efektif untuk meminimalkan dampak jangka panjang. Upaya ini harus disesuaikan dengan kebutuhan, keinginan, dan tahapan perkembangan calon jemaah haji lansia. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah bimbingan spiritual di KBIHU. Pada dasarnya, bimbingan adalah bantuan untuk mengatasi berbagai persoalan atau masalah yang muncul dalam kehidupan.

Menurut Yusuf, bimbingan spiritual adalah proses membantu individu agar mampu berkembang sebagai makhluk beragama (homo religion). Tujuannya adalah agar individu dapat berperilaku sesuai dengan nilai-nilai agama dan menyelesaikan masalah berdasarkan pemahaman serta keyakinan yang dianutnya. Bimbingan ini juga mengarahkan individu untuk selalu bertindak positif sesuai norma agama, serta mengatasi masalah kehidupan melalui pemahaman dan keyakinan dalam agama Islam. Pada dasarnya, spiritualitas adalah kekuatan atau keyakinan seseorang terhadap apa yang diyakininya. Bimbingan spiritual juga merupakan kebutuhan bagi setiap manusia, terutama bagi mereka yang kurang memiliki pemahaman agama.

Bimbingan di KBIHU mencakup materi haji dan spiritual. Untuk berhasil mengurangi kecemasan pada calon jemaah haji lansia, bimbingan spiritual dianggap sangat penting. Oleh karena itu, dapat diasumsikan bahwa bimbingan spiritual adalah salah satu cara untuk mengatasi kecemasan calon jemaah haji lansia sebelum menunaikan

ibadah haji. Dengan adanya bimbingan spiritual, diharapkan kecemasan yang mereka alami akan berkurang, sehingga mereka dapat beribadah dengan lebih tenang.

Dari observasi awal yang dilakukan, Dari observasi awal yang dilakukan, peneliti menemukan fenomena dilapangan terdapat beberapa peristiwa calon jema'ah haji mengalami gangguan kecemasan seperti: (1) disebabkan takut terpisah dengan rombongan, (2) disebabkan tidak bisa mengikuti rangkaian ibadah haji umroh, (3) disebabkan oleh ekonomi tidak stabil, (4) disebabkan kurang menguasai bahasa,(5) disebabkan takut melakukan kesalahan selama haji atau umroh. Seperti hasil wawancara peneliti pada hari Minggu, 13 Oktober 2024 dimana peneliti berkesempatan untuk melakukan observasi awal di KBIHU Baitunnajah Jl. Letda Lukito No. 93, Rt.04/Rw.04, Jatiroke, Kec. Jatinangor, Kab. Sumedang terkait permasalahan atau kendala yang dirasakan oleh calon jemaah haji dan umroh menjelang keberangkatannya. H. Supriadi selaku pembimbing KBIHU Baitunnajah menyampaikan bahwa:

“Kecemasan biasanya itu yang udah bayar lunas pas waktunya mau berangkat tidak punya biaya belum dilunasi merasa cemas untuk bekal selama disana itu mungkin cemas yang dialami jemaah. Yang kedua terkait dengan masalah ya keilmuan datang kesana bingung ibadah itu tergantung orangnya, ada juga beberapa oarang tidak bisa membaca Al-Qur'an makannya kewajiban KBIHU untuk memberikan pengertian kepada jemaah makannya ada pembelajaran manasik apa saja seperti dari fiqih haji nya mungkin dari praktiknya seperti apa, pelaksanaanya seperti apa dari tahan air kemudian pesawat hingga sampai di tanah suci madinah seperti apa di mekkah seperti apa dilaksanakan dikasih tahu supaya mereka mengerti dan paham. Mungkin terkait

bahasa kan disana komunikasinya seperti apa jadi bingung jemaah itu yang menjadi masalahnya cemas-cemas itu, kadang-kadang kecemasan itu juga khusus juga yang berangkatnya sendiri tanpa pendamping jadi kadang-kadang orang istri tidak ada suami, suami tidak ada istri, orang tua tidak ada anak juga itu kadang-kadang jemaah juga suka cemas juga dan ini kewajiban KBIHU nanti untuk memimpin mengarahkan karena tugas KBIHU itu ya mendampingi, memimpin supaya salah satunya itu jemaah itu tidak kecemasan khusus, genah, tumaninnah mernah”.

Berdasarkan fenomena yang didapatkan maka peneliti mengambil kesimpulan untuk meneliti “Bimbingan Spiritual Untuk Mengurangi Kecemasan Calon Jemaah Haji Lansia” di KBIHU Baitunnajah Jl. Letda Lukito No. 93, RT.04/RW.04, Jatiroke, Kec. Jatinangor, Kab. Sumedang. Adapun KBIHU Baitunnajah merupakan sebuah lembaga sosial keagamaan yang memiliki izin resmi dari pemerintah untuk menyelenggarakan bimbingan bagi calon jemaah haji sebelum mereka berangkat ke Arab Saudi.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan observasi awal, peneliti berfokus pada kegiatan bimbingan spiritual untuk mengurangi kecemasan pada calon jemaah haji lansia. Kegiatan ini dinilai sangat penting sebelum mereka menunaikan ibadah haji. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih dalam tentang bimbingan spiritual yang diberikan kepada calon jemaah haji lansia. Tujuannya adalah untuk meningkatkan kesiapan mereka dalam mengurangi kecemasan, yang kemudian merumuskan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana proses bimbingan spiritual dalam membantu calon jemaah haji lansia untuk mengurangi kecemasan di KBIHU Baitunnajah?
2. Bagaimana hasil proses bimbingan spiritual dalam membantu calon jemaah haji lansia untuk mengurangi kecemasan di KBIHU Baitunnajah?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dibuat, penelitian ini memiliki tujuan sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui proses bimbingan spiritual dalam membantu calon jemaah haji lansia untuk mengurangi kecemasan di KBIHU Baitunnajah.
2. Untuk mengetahui hasil proses bimbingan spiritual dalam membantu calon jemaah haji lansia untuk mengurangi kecemasan di KBIHU Baitunnajah.

D. Kegunaan Penelitian

1. Secara Akademis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan yang berguna, menambah wawasan, dan mengembangkan model bimbingan spiritual untuk mengurangi kecemasan. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai sumber referensi di jurusan Bimbingan Konseling Islam.

2. Secara Praktis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang berguna dan acuan kepada KBIHU tentang kecemasan bahwa setiap calon jemaah haji membutuhkan bimbingan spiritual untuk mengurangi kecemasan. Dan bimbingan spiritual ini menjadi salah satu cara untuk mengurangi kecemasan yang dirasakan calon jemaah haji pada saat menjalankan ibadah sehingga melaksanakan ibadah dengan lebih khusyuk.

E. Tinjauan Pustaka

1. Landasan Teoritis

a. Bimbingan spiritual

Menurut Rochman Natawidjaja (1987), bimbingan adalah upaya untuk membantu individu, baik anak-anak, remaja, maupun orang dewasa, agar mereka dapat berkembang dan menjadi pribadi yang mandiri sesuai dengan standar yang berlaku (Abu Bakar dan Luddin. 2010).

Menurut M. Arifin, bimbingan spiritual adalah kegiatan bantuan rohani kepada individu yang mengalami kesulitan. Tujuannya adalah agar mereka dapat mengatasi masalahnya melalui kesadaran dan penyerahan diri kepada Allah SWT, sehingga muncul harapan kebahagiaan hidup di masa kini dan masa depan. (Afiyati: 2020)

Menurut Miftahun Jannah (2022), bimbingan spiritual adalah proses bantuan yang bertujuan agar individu mampu mengembangkan diri sebagai makhluk beragama. Bimbingan ini juga mengarahkan individu untuk bertindak positif sesuai dengan norma agama dan mengatasi masalah hidup dengan berlandaskan pemahaman serta keyakinan Islam (Miftahun Jannah. 2022: 137).

Menurut Pratiknya dan Sofro (Hidayatti. 2014:211), tujuan bimbingan spiritual adalah untuk memberikan pertolongan melalui pendapat, nasihat, dan petunjuk agar seseorang dapat meningkatkan ketakwaannya kepada Allah SWT. Secara lebih rinci, bimbingan spiritual bertujuan untuk:

- 1) Membantu menyelesaikan masalah kejiwaan yang sedang dialami individu.
- 2) Menyadarkan seseorang agar ikhlas menerima cobaan yang diberikan Tuhan.
- 3) Memberikan pemahaman dan bimbingan kepada individu untuk dapat melaksanakan kewajiban agama sehari-hari sesuai dengan kemampuannya.
- 4) Mengarahkan bimbingan dengan berpedoman pada tuntunan Islam, yaitu Al-Qur'an dan hadis.
- 5) Mengajarkan etika berperilaku dan berbicara yang baik sesuai dengan ajaran agama.

Menurut Dewa Ketut Sukardi, fungsi bimbingan spiritual dapat dilihat dari sifat layatnya, yaitu:

- 1) Fungsi preventif: Bimbingan ini berfungsi sebagai upaya pencegahan untuk menghindari timbulnya masalah.
- 2) Fungsi pemahaman: Fungsi ini bertujuan untuk membantu individu mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang suatu hal.
- 3) Fungsi perbaikan: Bimbingan ini berfungsi untuk membantu individu mengatasi atau menyelesaikan berbagai masalah yang mereka hadapi.
- 4) Fungsi pemeliharaan dan pengembangan: Fungsi ini membantu individu untuk memelihara dan mengembangkan kepribadian mereka secara utuh, terarah, dan berkelanjutan.

b. Kecemasan

Menurut Nevid, dkk. (2005), kecemasan adalah kondisi khawatir di mana seseorang merasa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Meskipun kecemasan merupakan respons yang wajar terhadap ancaman, kondisi ini dapat menjadi abnormal jika intensitasnya tidak sebanding dengan ancaman yang ada, atau jika muncul tanpa sebab yang jelas dan bukan sebagai respons terhadap perubahan lingkungan. Pada tingkat yang

ekstrem, kecemasan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari seseorang (Handayatni,E. 2022: 161).

Nevid, dkk (2005) juga mengungkapkan bahwa kecemasan memiliki banyak gejala fisik, kognitif, dan perilaku (Hadi, 2020: 62-63). Ciri-ciri tersebut meliputi:

- 1) Fisik: kegelisahan, kegugupan, tangan gemetar, sensasi terikat di dahi atau dada, berkeringat, pusing, mulut kering, sulit bernafas, jantung berdebar kencang, suara bergetar, jari dingin, mati rasa, sulit menelan, leher kaku, sensasi tercekik, tangan lembab, sakit perut atau mual, diare, sering buang air kecil, dan mudah marah.
- 2) Perilaku: menghindari situasi tertentu, perilaku melekat atau dependen, dan perilaku terguncang.
- 3) Kognitif: kekhawatiran berlebihan, ketakutan akan hal buruk di masa depan, keyakinan bahwa sesuatu yang mengerikan akan terjadi, fokus pada sensasi tubuh, kewaspadaan berlebihan, ketakutan kehilangan kendali, berpikir tidak mampu mengatasi masalah, merasa dunia runtuh, merasa bingung, khawatir akan hal sepele, pikiran mengganggu berulang, takut pingsan di tempat ramai, dan sulit berkonsentrasi.

Nevid, Rathus, dan Greene (2005) juga menyebutkan beberapa faktor yang memengaruhi kecemasan (Setiawan, 2023: 93), yaitu:

- 1) Faktor sosial lingkungan: Paparan terhadap kejadian traumatis, mengamati respons cemas orang lain, dan minimnya dukungan sosial.
- 2) Faktor biologis: Kecenderungan genetik, penyimpangan fungsi neurotransmitter, dan kelainan pada jalur otak yang menandakan bahaya atau menghambat perilaku berulang.
- 3) Faktor perilaku: Adanya stimulus aversif, kecemasan akibat ritual kompulsif atau menghindari fobia, dan menurunnya kesempatan untuk mengatasi ketakutan.
- 4) Faktor kognitif dan emosional: Konflik mental yang tidak terselesaikan, perkiraan rasa takut yang berlebihan, keyakinan irasional, sensitif berlebihan terhadap ancaman, dan efikasi diri yang rendah.

c. Jemaah haji

Jemaah haji adalah individu atau kelompok Muslim yang memenuhi syarat untuk melaksanakan ibadah haji, memiliki kemampuan finansial, serta mengikuti rukun, syarat, wajib, dan sunnah haji (Nidjam, 2004: 11).

Menurut Aziz (2007), jemaah haji adalah Muslim yang berniat menunaikan haji, memiliki kesiapan fisik, dan mampu

membiyayati perjalanan mereka. Jemaah haji dapat disimpulkan sebagai orang yang sedang atau telah menyelesaikan ibadah haji pada tahun berjalan, baik melalui Kelompok Bimbingan Ibadah Haji (KBIH) maupun pemerintah (Aziz, 2007: 13).

Menurut Ova (2022), jemaah haji dapat dikelompokkan berdasarkan cara pelaksanaan ibadahnya:

- 1) Haji Ifrad: Melaksanakan ibadah haji terlebih dahulu, kemudian umrah di luar musim haji. Jemaah tetap dalam kondisi ihram hingga seluruh rangkaian haji selesai.
- 2) Haji Qiran: Melaksanakan ihram haji dan umrah secara bersamaan sejak di miqat. Jemaah tetap dalam kondisi ihram hingga seluruh rangkaian ibadah haji dan umrah selesai.
- 3) Haji Tamattu: Melaksanakan umrah terlebih dahulu, kemudian ibadah haji pada musim yang sama.

d. Lansia

Tahap lanjut usia sering dianggap sebagai periode kemunduran dalam kehidupan manusia, ditandai dengan penurunan fisik dan fungsi kognitif. Keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan dan minimnya informasi mengenai pentingnya pemeriksaan kesehatan menjadi faktor yang memengaruhi kualitas hidup dan kesehatan lansia, sehingga menyebabkan peningkatan masalah kesehatan (Widiyanti, 2019).

Oleh karena itu, diperlukan kegiatan pengabdian masyarakat berupa pemeriksaan kesehatan dan penyuluhan tentang pola makan yang baik. Pemberian informasi mengenai pola makan penting karena penurunan fisiologis pada saluran pencernaan dapat mengganggu pola makan lansia dan memicu berbagai masalah kesehatan (Widiany, 2019).

Menurut WHO (2013), klasifikasi lansia adalah sebagai berikut:

- 1) Usia pertengahan (*middle age*): 45–54 tahun.
- 2) Lansia (*elderly*): 55–65 tahun.
- 3) Lansia muda (*young old*): 66–74 tahun.
- 4) Lansia tua (*old*): 75–90 tahun.
- 5) Lansia sangat tua (*very old*): di atas 90 tahun.

Sementara itu, Depkes RI (2013) mengklasifikasikan lansia sebagai berikut:

- 1) Pra-lansia: Usia 45–59 tahun.
- 2) Lansia: Usia 60 tahun atau lebih.
- 3) Lansia risiko tinggi: Usia 60 tahun atau lebih dengan masalah kesehatan.
- 4) Lansia potensial: Lansia yang masih bisa bekerja dan menghasilkan barang atau jasa.

- 5) Lansia tidak potensial: Lansia yang tidak berdayat mencari nafkah dan bergantung pada bantuan orang lain.

2. Kerangka Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah dan tujuan penelitian, maka dapat dijelaskan mengenai judul penelitian “Bimbingan Spiritual Untuk Mengurangi Kecemasan Calon Jemaah Haji Lansia”

Menurut Samsul Munir Amin (2010), bimbingan spiritual adalah proses bantuan yang terarah, berjangka panjang, dan sistematis. Tujuannya adalah untuk mengoptimalkan pengembangan potensi keagamaan individu. Bimbingan ini berpedoman pada Al-Qur'an dan hadis guna mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat. (Amin. 2010).

Menurut Nevid, Dkk. (2005), kecemasan adalah kondisi khawatir di mana seseorang merasa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Meskipun kecemasan merupakan respons yang wajar terhadap ancaman, kondisi ini dapat menjadi abnormal jika intensitasnya tidak sebanding dengan ancaman yang ada, atau jika muncul tanpa sebab yang jelas dan bukan sebagai respons terhadap perubahan lingkungan. Pada tingkat yang ekstrem, kecemasan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari seseorang (Handayatni, E. 2022: 161).

Menurut Aziz (2007), jemaah haji adalah Muslim yang berniat menunaikan haji, memiliki kesiapan fisik, dan mampu membiayati perjalanan mereka. Jemaah haji dapat disimpulkan sebagai orang yang sedang atau telah menyelesaikan ibadah haji pada tahun berjalan, baik melalui Kelompok Bimbingan Ibadah Haji (KBIH) maupun pemerintah (Aziz, 2007: 13).

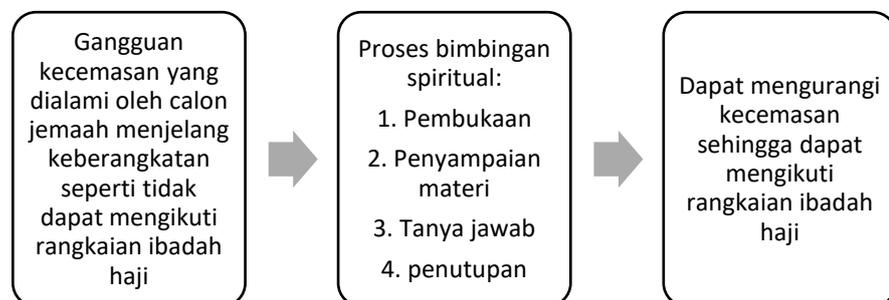
Tahap lanjut usia sering dianggap sebagai periode kemunduran dalam kehidupan manusia, ditandai dengan penurunan fisik dan fungsi kognitif. Keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan dan minimnya informasi mengenai pentingnya pemeriksaan kesehatan menjadi faktor yang memengaruhi kualitas hidup dan kesehatan lansia, sehingga menyebabkan peningkatan masalah kesehatan (Widiany, 2019).

Cognitive Behavior Therapy (CBT) atau Terapi Kognitif Perilaku merupakan pendekatan psikoterapi yang dikembangkan oleh *Aaron T. Beck* pada tahun 1960-an. Menurut Beck, CBT berpusat pada pemahaman bahwa pikiran seseorang mempengaruhi perasaan dan perilakunya, bukan peristiwa eksternal itu sendiri. Beck mengembangkan pendekatan ini awalnya untuk menangani depresi, namun kemudian terbukti efektif untuk berbagai masalah psikologis. Pendekatan ini didasarkan pada premis bahwa individu mengembangkan pola pikir maladaptif yang dapat diidentifikasi dan diubah melalui intervensi terapeutik (Putri, 2019).

Berdasarkan pengertian di atas, maka dapat dijelaskan keterkaitan antara Bimbingan Spiritual Untuk Mengurangi Kecemasan Calon Jemaah Haji Lansia. Dengan adanya bimbingan spiritual untuk calon jemaah haji lansia memberikan dampak dan dapat mengurangi kecemasan yang dialami sebelumnya dan menjadikan ibadah lebih tenang tanpa mengkhawatirkan hal lain.

Maka dapat dijelaskan kerangka pemikiran melalui gambar di bawah ini, bimbingan spiritual tujuannya untuk mengubah perilaku dan pikiran negatif pada calon jemaah haji lansia dalam mengurangi kecemasan sebelum keberangkatan sehingga mampu melaksanakan ibadah haji dengan hati yang tenang dan khusyuk.

Kerangka konseptual ini merupakan landasan penelitian yang didasarkan pada konsep atau teori dari tinjauan pustaka. Hubungan antar variabel yang diteliti digambarkan dalam kerangka tersebut, seperti yang ditunjukkan pada gambar berikut:



Gambar 1. 1 Kerangka Teori

F. Langkah-Langkah Penelitian

a. Lokasi Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan di KBIHU Baitunnajah, yang berlokasi di Jl. Letda Lukito No. 93, RT.04/RW.04, Jatiroke, Jatinangor, Sumedang, Jawa Barat 45363. Lokasi ini dipilih karena ketersediaan data yang relevan dengan objek penelitian, sesuai dengan rumusan masalah yang akan dikaji, dan sejalan dengan tujuan bimbingan spiritual untuk mengurangi kecemasan calon jemaah haji lansia.

b. Paradigma dan Pendekatan

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan paradigma konstruktivisme yang menganggap kebenaran atau ilmu pengetahuan bersifat relatif. Paradigma ini adalah cara pandang peneliti dalam memahami suatu permasalahan dan menetapkan kriteria untuk menemukan solusinya (Guba dan Lincoln, 1998).

Pendekatan yang digunakan adalah kualitatif, yang bertujuan untuk memperoleh data yang mendalam dan bermakna. Menurut Suryana (2010: 41), pendekatan kualitatif lebih menekankan pada pemahaman konteks, makna, serta interpretasi subjektif individu terhadap fenomena yang diteliti.

c. Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif digunakan untuk

menganalisis, mencari, mendeskripsikan, dan menjabarkan ciri khas khusus dari sebuah fenomena sosial yang tidak bisa diukur atau dijelaskan secara numerik. Tidak seperti penelitian kuantitatif, pendekatan ini memulai dari data, memanfaatkan teori yang ada sebagai sarana untuk menjelaskan, dan mengakhiri dengan pengembangan teori baru. (Saryono. 2010)

Dalam penelitian ini, peneliti akan menyajikan data dengan mendeskripsikan proses bimbingan spiritual untuk mengurangi kecemasan pada calon jemaah haji lansia serta hasil proses bimbingan spiritual untuk mengurangi kecemasan calon jemaah haji lansia di KBIHU Baitunnajah, yang berlokasi di Jl. Letda Lukito No. 93, RT.04/RW.04, Jatiroke, Kec. Jatinangor, Kab. Sumedang.

d. Jenis Data dan Sumber Data

1) Jenis Data

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan data kualitatif. Data kualitatif adalah proses mengumpulkan, memilih, dan mengorganisasi data dari catatan lapangan, observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi penelitian kualitatif mampu memberikan pemahaman yang kaya dan kontekstual. Tujuannya adalah untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam, bermakna, unik, dan menemukan temuan baru yang

bersifat deskriptif, kategorisasi, atau pola hubungan antar kategori dari objek yang diteliti.

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini berfokus pada Proses bimbingan spiritual dalam mengurangi kecemasan calon jemaah haji lansia dan hasil proses bimbingan spiritual dalam mengurangi kecemasan calon jemaah haji lansia

2) Sumber Data

Data primer merupakan data yang diperoleh secara langsung oleh peneliti dari sumber utamanya, sehingga selalu bersifat *up-to-date*. Metode yang bisa dipakai untuk mengumpulkan informasi yang kaya dan mendalam ini mencakup observasi, wawancara, dan dokumentasi

Dalam penelitian ini, yang menjadi sumber data primer adalah pembimbing KBIHU dan calon jemaah haji lansia yang mengalami kecemasan. Mereka dipilih sebagai responden atau informan karena terlibat langsung dengan fokus penelitian dan dianggap dapat memberikan data yang akurat kepada peneliti.

Data sekunder adalah data yang didapatkan oleh peneliti dari sumber-sumber yang sudah ada, seperti BPS, buku, laporan, atau jurnal. Dalam penelitian ini, sumber data sekunder diperoleh dari studi pustaka, yaitu dari buku, skripsi, dan jurnal relevan yang telah ditulis oleh peneliti sebelumnya.

e. Penentuan Informan atau Unit Penelitian

1) Informan dan unit analisis

Menurut Sugiyono (2008: 49), dalam penelitian kualitatif, Spradley menggunakan istilah "Situasi Sosial" yang mencakup tempat (*place*), pelaku (*actors*), dan aktivitas (*activity*) yang saling berinteraksi secara sinergis. Melalui situasi sosial ini, peneliti dapat mengamati secara mendalam aktivitas informan (*actors*) di tempat tertentu.

Oleh karena itu, dalam penelitian ini, peneliti menetapkan calon jemaah haji lansia, serta pembimbing sebagai informan. Fokus penelitian adalah pelaksanaan bimbingan spiritual sebagai metode untuk mengurangi kecemasan mereka. KBIHU Baitunnajah Jatiroke dipilih sebagai lokasi penelitian sekaligus menjadi batasan unit analisis.

f. Teknik Penentuan Informan

Penentuan informan dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* Purposive sampling adalah teknik pengambilan sampel di mana peneliti sengaja memilih subjek berdasarkan kriteria relevan yang telah ditetapkan. Subhaktiyasa (2024), Peneliti menggunakan teknik ini agar dapat fokus pada kelompok atau individu yang paling relevan dengan tujuan penelitian, sehingga data yang diperoleh menjadi lebih mendalam dan terperinci.

g. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah bagian krusial dalam penelitian. Teknik yang tepat dan sesuai dengan metode penelitian akan memastikan bahwa hasil yang diperoleh selaras dengan tujuan awal yang telah ditetapkan (Sahir S. H., 2021: 28). Berikut adalah teknik-teknik yang digunakan dalam penelitian ini:

1) Wawancara

Wawancara adalah metode pengumpulan data yang sering diterapkan untuk berbagai keperluan penelitian. Metode ini sangat berguna ketika peneliti ingin melakukan studi awal untuk mengidentifikasi masalah yang akan diteliti, atau saat ingin memperoleh informasi mendalam dan memungkinkan berkomunikasi secara langsung dari sejumlah kecil responden.

Menurut Hardani et al. (2020), wawancara adalah proses percakapan lisan yang melibatkan tanya jawab antara dua orang atau lebih. Pewawancara menyampaikan pertanyaan, sedangkan orang yang diwawancarai memberikan respons

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan wawancara terstruktur. Pewawancara telah mempersiapkan isu serta pertanyaan-pertanyaan khusus untuk memperoleh jawaban yang berkaitan dengan hipotesis dari responden. Wawancara terstruktur dipilih karena peneliti telah mengetahui informasi

yang diperlukan. Sebagai akibatnya, peneliti telah menyiapkan alat berupa soal tulisan

Peneliti melakukan wawancara langsung dengan dua kelompok kunci yaitu, pembimbing KBIH, serta calon jemaah haji lansia. Tujuannya adalah untuk mengumpulkan data tentang bimbingan spiritual sebagai upayad mengatasi kecemasan pada calon jemaah haji lansia.

2) Observasi

Observasi adalah teknik pengumpulan data di mana peneliti turun langsung ke lapangan untuk mengamati fenomena yang diteliti. Hasil pengamatan ini kemudian dapat dihubungkan dengan data dari teknik lain, seperti kuesioner atau wawancara, dan dianalisis menggunakan teori atau penelitian sebelumnya.

Menurut Sugiyono (2018), observasi memiliki ciri khas dibandingkan teknik pengumpulan data lainnya karena tidak terbatas pada pengamatan manusia, tetapi juga dapat diterapkan pada objek alam. Melalui observasi, peneliti dapat memahami perilaku dan makna di baliknya.

Penelitian ini menggunakan observasi terstruktur, yaitu observasi yang disusun secara sistematis, mencakup apa, kapan, dan di mana pengamatan tersebut akan dilakukan. Observasi terstruktur dilaksanakan saat peneliti telah memahami variabel yang akan diperhatikan. Pedoman

wawancara terstruktur juga dapat berfungsi sebagai acuan untuk observasi di lapangan.

Objek yang diamati dalam penelitian ini adalah bimbingan spiritual untuk mengatasi kecemasan calon jemaah haji lansia. Teknik ini digunakan untuk mengamati dan memperoleh data faktual yang ada di lapangan.

3) Dokumentasi

Dokumentasi adalah teknik pengumpulan data berupa buku, arsip, dokumen, tulisan, dan gambar. Dalam penelitian ini, dokumentasi berfungsi untuk menguatkan dan melengkapi data yang telah diperoleh melalui observasi dan wawancara, sehingga menjadikannya lebih kredibel. Sugiyono (2018: 476)

h. Teknik Penentuan Keabsahan Data

Penelitian ini menerapkan triangulasi untuk menguji validitas data. Triangulasi adalah metode verifikasi data dari berbagai sumber, dengan cara yang berbeda, dan dalam waktu yang bervariasi karena tidak hanya bergantung pada satu sudut pandang atau pendekatan saja. Terdapat beragam jenis triangulasi, yaitu triangulasi sumber, metode pengumpulan data, dan waktu (Sugiyono. 2020: 273)

Dalam penelitian ini, triangulasi yang digunakan adalah triangulasi sumber. Hal ini dilakukan karena sumber data berasal

dari wawancara dengan dua pihak, yaitu pembimbing KBIHU dan calon jemaah haji lansia yang mengalami kecemasan.

i. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan secara berkelanjutan, baik saat pengumpulan data maupun setelahnya. Menurut Sugiyono (2015: 244), analisis data adalah proses sistematis untuk mencari dan menyusun data dari wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi. Tujuannya adalah mengatur data ke dalam pola, memilih informasi esensial, dan menarik kesimpulan yang mudah dipahami oleh peneliti serta pihak lain. Peneliti akan menjalankan analisis data dengan melalui beberapa langkah, yaitu:

1) Reduksi data

Reduksi data adalah proses mengurangi data mentah yang jumlahnya sangat banyak. Proses ini dilakukan dengan memilih data yang dianggap penting, baru, unik, dan relevan dengan pertanyaan penelitian (Sugiyono, 2020: 169).

Peneliti melakukan reduksi data untuk menghasilkan poin-poin penting dari informasi yang telah dikumpulkan. Tujuannya bukan hanya untuk merampingkan data, tetapi juga untuk memastikan bahwa data yang diproses benar-benar sesuai dengan fokus penelitian

2) Penyajian data

Data disajikan untuk memberikan gambaran umum atau detail spesifik. Peneliti berupaya mengkategorikan dan menyajikan data sesuai dengan hasil yang ditemukan dalam penelitian. Fokus penyajian data adalah untuk memberikan gambaran yang jelas baik secara umum maupun dalam detail khusus yang relevan dengan permasalahan penelitian, Dalam konteks ini, penyajian data berperan dalam mengelompokkan data, memvisualisasikan hasil penelitian, dan mengatur data agar dapat memberikan pemahaman tentang Bimbingan spiritual untuk mengatasi kecemasan calon jemaah haji lansia di KBIHU Baitunnajah Jl. Letda Lukito No. 93, RT.04/RW.04, Jatiroke, Kec. Jatinangor, Kab. Sumedang.

3) Kesimpulan

Tahap akhir analisis data adalah penarikan kesimpulan atau verifikasi. Pada tahap ini, peneliti mencari makna, keteraturan, pola, penjelasan, serta hubungan sebab-akibat dari data yang telah dikumpulkan. Peneliti kemudian merumuskan kesimpulan dari semua data yang diperoleh sebagai hasil penelitian di KBIHU Baitunnajah Jl. Letda Lukito No. 93, RT.04/RW.04, Jatiroke, Kec. Jatinangor, Kab. Sumedang.