

## PENTINGNYA PERAN DIMENSI SPIRITUAL UNTUK MEMBENTUK LANSIA TANGGUH



Sumber foto : <https://pin.it/6mCDC0q>

Konsep dasar lansia tangguh terdiri dari tujuh dimensi. Salah satu dari tujuh dimensi lansia tangguh adalah dimensi spiritual. Pembinaan dan bimbingan spiritual internal untuk menciptakan kesempurnaan hidup sangat diperlukan bagi lansia. Hampir semua orang yang memasuki usia lanjut mengalami gangguan psikologis internal. Hal itu terjadi secara umum terutama bagi orang yang kurang siap atau tidak siap menghadapi perubahan dalam kehidupannya.

Oleh karena itu, bimbingan penguatan dimensi spiritual sangat diperlukan dalam kondisi ini. Untuk mencapai hal tersebut, maka bimbingan dalam dimensi spiritual harus direncanakan dan dilaksanakan dengan semaksimal mungkin. Berikut adalah beberapa hal yang penting dalam memperkuat keimanan lansia

1. Memperkuat keyakinan akan keberadaan Tuhan
2. Memperkuat keyakinan bahwa Tuhan Maha Esa dan hanya Kepada-Nya semua makhluk akan kembali
3. Menghapus kesyirikan, kemusyrikan, dan tahayul

4. Membimbing lansia ke jalan yang benar sesuai ajaran agama

5. Menanamkan keyakinan bahwa dalam kehidupan selalu ada persamaan dan perbedaan, termasuk dengan perbedaan keyakinan dan agama.

Kemudian untuk mewujudkan kemantapan spiritual internal pada lansia, peran kader sangat diperlukan dalam hal tersebut. Peran kader BKL dalam membimbing lansia untuk memantapkan internal spiritual dapat dilakukan dengan beberapa cara seperti membimbing lansia dalam mendekatkan diri kepada tuhan yang dapat dilakukan dengan kegiatan-kegiatan keagamaan sesuai dengan agama yang dipercaya. Selanjutnya untuk membimbing lansia dalam meningkatkan kepasrahan menghadapi lika-liku kehidupan, kader BKL sebagai pendamping lansia dalam dimensi spiritual dapat mengadakan kegiatan untuk mempelajari sifat-sifat Tuhan yang dibimbing oleh Ustadz, Pendeta, Pastor, Pedande, dan lain – lan, serta memberikan penjelasan tentang makna dalam kehidupan tentang ikhlas, sabar, tawakal, usaha, kasih antar sesama, kedermawanan, dan sebagainya.

Untuk dimensi spiritual lansia, selain peran kader, pembinaan keluarga dan masyarakat juga memiliki peran yang sama pentingnya. Peran keluarga dalam dimensi pembinaan spiritual lanjut usia yaitu jika memungkinkan bimbingan spiritual atau keagamaan lebih baik dilakukan oleh anggota keluarga, terutama dalam hal-hal yang dapat dilakukan secara rutin dalam lingkungan keluarga, misalnya melakukan ibadah shalat lima waktu bagi umat Islam. Bimbingan spiritual juga dapat dilakukan dengan mengajak lansia untuk membaca kitab suci, serta bersilaturahmi kepada tetangga, sanak saudara dan keluarga. Selanjutnya peran masyarakat dalam membina dimensi spiritual lansia dapat dilakukan dengan memberi ruang dalam pelaksanaan kegiatan keagamaan, turut membimbing lansia dalam menjalankan ajaran agama, memberikan fasilitas ibadah sederhana, seperti peralatan ibadah, kitab suci, buku bacaan keagamaan, dan sebagainya, serta menyediakan kegiatan atau acara tertentu bagi para lansia di sekitar tempat tinggalnya yang dilakukan pada hari-hari besar keagamaan.

Menjadi seorang lansia bukanlah suatu hal yang mudah. Jalan yang telah ditempuh para lansia untuk sampai pada saat ini sudah sangat panjang, dengan berbagai kisah yang dilalui dan banyak perubahan yang terjadi dalam kehidupan membuat lansia memerlukan pegangan dalam kehidupannya. Agar hidup tetap terarah dan sejalan dengan berbagai perubahan, dimensi spiritual sangat diperlukan untuk membantu membentuk lansia yang tangguh. Dalam mewujudkan hal tersebut, peran utama berada ditangan lansia itu sendiri, keluarga, serta masyarakat di sekitarnya. Dengan terciptanya dimensi spiritual yang kuat diharapkan lansia

dapat menjadi lebih baik dan lebih tangguh dalam menghadapi segala permasalahan yang terjadi dalam hidupnya.