

HUBUNGAN RELIGIUSITAS DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA LANJUT USIA

Indra Rajawane

Lisya Chairani

Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya Hubungan Religiusitas dengan Kesejahteraan Psikologis pada lanjut usia. Populasi penelitian ini adalah para lanjut usia yang berada di Kecamatan Tampan Kota Pekanbaru pada Desember 2010. Hipotesis yang diajukan adalah terdapat hubungan Religiusitas dengan Kesejahteraan Psikologis. Teknik yang digunakan adalah teknik *Purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel yang dilakukan berdasarkan kriteria tertentu dengan jumlah sampel sebanyak 100 orang. Validitas skala Religiusitas 0,292 sampai 0,578 dengan koefisien *reliabilitas* sebesar 0,883. Pada skala kesejahteraan psikologis diperoleh validitas yang berkisar antara 0,277 sampai 0,530 dengan koefisien *reliabilitas* sebesar 0,873. Berdasarkan hasil analisis data maka diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,694 (dengan nilai $p= 0,000$). Hasil penelitian kemudian diolah dengan menggunakan teknik koefisien korelasi *product moment* dari Karl Pearson. Dalam penelitian ini ditemukan bahwa, terdapat hubungan yang positif antara Religiusitas dengan Kesejahteraan Psikologis pada lanjut usia.

Kata kunci: Religiusitas, Kesejahteraan Psikologis, Lanjut Usia.

Pendahuluan

Jumlah lanjut usia dari tahun ke tahun semakin meningkat. Kantor Kementerian Koordinator Kesejahteraan Rakyat (KESRA) mendata, jika tahun 1980 usia harapan hidup lanjut usia (UHH) 52,2 tahun dan jumlah lansia 7.998.543 orang (5,45%) maka pada tahun 2006 menjadi 19 juta orang (8,90%) dan UHH juga meningkat (66,2 tahun). Pada tahun 2010 perkiraan penduduk lansia di Indonesia akan mencapai 23,9 juta atau 9,77 % dan UHH sekitar 67,4 tahun. Sepuluh

tahun kemudian atau pada 2020 perkiraan penduduk lansia di Indonesia mencapai 28,8 juta atau 11,34 % dengan UHH sekitar 71,1 tahun.

Sejumlah badan kajian lanjut usia menyimpulkan bahwa abad 21 merupakan titik penting dalam proses penuaan penduduk dunia, termasuk di Indonesia. Mereka memperkirakan jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia pada tahun 2020 akan mencapai 28,8 juta orang atau sekitar 11 persen dari total penduduk Indonesia. Sementara itu, menjelang

tahun 2050 jumlahnya diperkirakan menjadi dua kali lipat. (http://www.depsos.go.id/module_s.php?name=News&file=print&sid=522. diunduh tanggal 1 Desember 2010).

Perubahan terjadi pada manusia seiring dengan berjalannya waktu dengan melalui tahap-tahap perkembangan. Hurlock (1980) menyebutkan tahap perkembangan tersebut adalah periode pranatal, bayi, masa bayi, masa awal kanak-kanak, masa akhir kanak-kanak, masa remaja awal, masa remaja, masa dewasa awal, masa dewasa madya, dan masa usia lanjut. Masing-masing tahapan tersebut mempunyai tugas perkembangan dan karakteristik yang berbeda-beda. Melalui tahap-tahap perkembangan tersebut, Hurlock (1980) ingin menjelaskan bahwa menjadi tua pada manusia adalah suatu hal yang pasti terjadi dan tidak dapat dihindari. Dengan kata lain, seiring dengan bertambahnya usia, manusia akan menjadi tua, yaitu periode penutup dalam rentang hidup seseorang di saat seseorang telah "beranjak jauh" dari periode tertentu yang lebih menyenangkan.

Hurlock (1980) menyebutkan bahwa kesejahteraan psikologis pada lansia tergantung dipenuhi atau tidaknya tiga kebahagiaan, yaitu *acceptance* (penerimaan), *affection* (kasih sayang), dan *achievement* (pencapaian). Apabila seorang lansia tidak dapat memenuhi "tiga A" tersebut maka akan sulit baginya untuk

dapat mencapai kebahagiaan. Misalnya, ia merasa diabaikan oleh anggota keluarga, merasa bahwa prestasi pada masa lalu tidak memenuhi harapan dan keinginan, atau merasa bahwa tidak ada satu orang pun yang mencintainya.

Menurut Santrock (1997) Kesejahteraan psikologis tidak memiliki arti yang sama bagi mereka yang berusia lanjut. Namun, secara umum lansia yang sejahtera secara psikologis lebih sadar dan siap untuk terikat dengan kegiatan baru dibandingkan lansia yang merasa tidak sejahtera. Hal ini disebabkan apa yang dikerjakannya lebih penting bagi kebahagiaannya di masa usia lanjut dibandingkan siapa mereka. Hurlock (1980) menambahkan bahwa ada beberapa kondisi penting yang dapat membantu pencapaian PWB lansia, antara lain terus berpartisipasi dengan kegiatan yang berarti dan menarik, diterima oleh dan memperoleh respek dari kelompok sosial, menikmati kegiatan sosial yang dilakukan dengan kerabat keluarga dan teman-teman, dan melakukan kegiatan produktif, baik kegiatan di rumah maupun kegiatan yang secara sukarela dilakukan.

Kehidupan keagamaan pada usia lanjut menurut hasil penelitian psikologi Agama ternyata meningkat. M. Argyie (dalam Rahmat, 2008) mengutip sejumlah penelitian yang dilakukan oleh Cavan yang mempelajari 1200 orang sampel berusia antara 60-100 tahun. Temuan menunjukkan secara jelas bahwa

kecenderungan untuk menerima pendapat keagamaan semakin meningkat pada usia ini. Pengakuan terhadap realitas tentang kehidupan akhirat baru muncul sampai 100 persen setelah pada usia 90 tahun. Diperkuat dari hasil penelitian Ainlay dan Smith (dalam Chairani, 2002) menunjukkan bahwa orang usia lanjut lebih percaya bahwa agama dapat memberikan jalan bagi pemecahan masalah-masalah kehidupan.

Sikap keagamaan di usia tua di antaranya adalah depersonalisasi atau kecenderungan hilangnya identifikasi diri dengan tubuh dan juga cepatnya akan datang kematian merupakan salah satu faktor yang menentukan berbagai sikap religiusitas di lanjut usia, sebagai pengaruh sosial yang lahir dari adanya faktor penguat. Menurut Thouless (dalam Rahmat 2008) kegiatan keagamaan menjadi penguat sebagai perilaku meredakan ketegangan, sehingga ketika seseorang mengikuti aturan-aturan dalam agama, maka ia merasakan ketenangan yang berdampak pada kesejahteraan psikologis. Hal ini tentunya senada dengan pendapat Daradjat (dalam Chairani, 2002) bahwa agama dapat berfungsi sebagai pembimbing dalam kehidupan, penolong dalam kesulitan dan menentramkan batin bagi individu yang mengalami kesulitan.

Hurlock (1980) menyebutkan bahwa lanjut usia berulang kali ditunjukkan harus menghadapi serangkaian kehilangan fisik dan sosial. Mereka kehilangan kekuatan

fisik dan kesehatan, dan terkadang kehilangan pekerjaan karena batasan usia pensiun sehingga pendapatan mereka ada juga yang bergantung pada dana pensiun, dan seiring berjalannya waktu, mereka mulai kehilangan pasangan, kerabat dan teman-teman satu persatu dan mereka menderita kehilangan status sosialnya, menjadi tidak bisa aktif lagi dan merasa diri 'tidak berguna'. Maka ketika muncul religiusitas pada diri mereka, maka mereka merasakan kenyamanan, ketentraman, keamanan dan penghayatan kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis sehingga kemampuan untuk menyesuaikan diri ini akan mengembalikan ke kondisi semula, hingga proses kehidupan berjalan lancar seperti apa adanya.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas mendorong peneliti untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis pada lanjut usia. Apakah religiusitas berhubungan dengan kesejahteraan psikologis pada lanjut usia?

TINJAUAN TEORITIS

A. Lanjut Usia

Pengertian Lanjut Usia

Pengertian tentang lanjut usia berbeda-beda dari para ahli berdasarkan sudut pandang masing-masing. Menurut Guinan (dalam Hurlock, 1980) Lanjut Usia adalah periode penutup dalam rentang hidup seseorang, yaitu suatu periode dimana seseorang telah "beranjak jauh" dari

periode terdahulu yang lebih menyenangkan, atau beranjak dari waktu yang penuh dengan manfaat. Bila seseorang yang sudah beranjak jauh dari periode hidupnya yang terdahulu, ia sering melihat masa lalunya, biasanya dengan penuh penyesalan dan cenderung ingin hidup pada masa sekarang, mencoba mengabaikan masa depan sedapat mungkin.

Menurut Guinan (dalam Hurlock 1980) tahap terakhir dalam rentang kehidupan sering dibagi menjadi usia lanjut dini, yang berkisar antara usia enampuluh sampai tujuh puluh dan usia lanjut yang mulai pada usia tujuh puluh sampai akhir kehidupan seseorang. Orang dalam usia enampuluhan biasanya digolongkan sebagai usia tua, yang berarti antara sedikit lebih tua atau setelah usia madya dan usia lanjut setelah mereka mencapai usia tujuh puluh. Menurut standar beberapa kamus berarti makin lanjut usia seseorang dalam periode hidupnya dan telah kehilangan masa mudanya.

Ciri-Ciri Lanjut Usia

Setiap rentang kehidupan manusia ditandai dengan beberapa ciri tertentu. Demikian juga dengan usia lanjut. Adapun ciri-ciri pada lanjut usia (Hurlock, 1980) adalah:

a. Usia lanjut merupakan periode kemunduran.

Kemunduran yang terjadi pada usia lanjut bisa bersifat fisik maupun psikis. Kemunduran fisik merupakan suatu perubahan sel-

sel yang telah rusak, perubahan yang terjadi dimana sel-sel yang ada menjadi dewasa sehingga sel-sel tersebut tidak dapat memproduksi lagi bahkan akan menjadi tua dan mati. Sedangkan kemunduran psikis pada usia lanjut akan mempengaruhi penurunan fungsi mental.

b. Perbedaan individu pada efek menua.

Menurut Cicero (dalam Hurlock, 1980) secara umum penuaan fisik lebih cepat dibandingkan dengan penuaan mental, walaupun kadang dapat terjadi sebaliknya. Hal ini disebabkan karena proses menjadi tua merupakan kerjasama antara beberapa sistem yang hasilnya tidak sama antara individu yang satu dengan individu yang lain. Oleh karena itu sering terlihat seseorang secara usia kalender lebih tua tapi tampak lebih muda, begitu juga sebaliknya.

c. Adanya beberapa *stereotype* bagi usia lanjut.

Masa tua dianggap sebagai masa pikun yang disebabkan kerusakan bagian tertentu dalam. Kenyataan tidak semua usia lanjut dalam proses ketuaannya itu mengalami kerusakan dibagian otak. Selain itu orang juga menganggap usia lanjut tidak produktif lagi. Namun pada kenyataannya banyak usia lanjut yang produktif dengan memperoleh kematangan dan produktifitas yang baik.

d. Keinginan untuk muda kembali sangat kuat.

Status kelompok yang diberikan kepada usia lanjut secara alami telah membangkitkan keinginan untuk muda, bahkan ingin muda bila tanda-tanda penuaan mulai tampak.

1. Ciri-Ciri Keberagamaan Usia Lanjut

Berbagai latar belakang yang menjadi penyebab kecenderungan sikap keagamaan pada manusia lanjut usia, seperti yang dikemukakan di atas bagaimanapun memberi gambaran tentang ciri-ciri keberagamaan mereka. Menurut Jalaluddin (2008) Secara garis besarnya ciri-ciri keberagamaan di usia lanjut adalah:

- a. Kehidupan keagamaan pada usia lanjut sudah mencapai tingkat kemantapan.
- b. Meningkatnya kecendrungan untuk menerima pendapat keagamaan.
- c. Mulai muncul pengakuan terhadap realitas tentang kehidupan akhirat secara lebih sungguh-sungguh.
- d. Sikap keagamaan cenderung mengarah pada kebutuhan saling cinta antarsesama manusia, serta sifat-sifat luhur.
- e. Timbul rasa takut pada kematian yang meningkat sejalan dengan penambahan usia lanjutnya.
- f. Perasaan takut pada kematian ini berdampak pada peningkatan pembentukan sikap keagamaan

dan kepercayaan terhadap adanya kehidupan akhirat.

B. Religiusitas

1. Pengertian Religiusitas

Religiusitas adalah rasa keagamaan, pengalaman ke-Tuhanan, keimanan, sikap dan tingkah laku keagamaan yang terorganisir dalam sistem mental dari kepribadian. Karena agama melibatkan seluruh fungsi jiwa, rasa kemanusiaan maka religiusitas pun mencakup aspek-aspek afektif, konatif dan kognitif (Yatinah, 2004).

Menurut Nuttin (dalam Rahmat, 2008) religiusitas merupakan dorongan yang bekerja dalam diri manusia sebagaimana dorongan untuk makan, minum, intelek dan lain sebagainya. Sejalan dengan hal itu maka dorongan beragamaan pun menuntun untuk dipenuhi, sehingga peribadi manusia itu mendapat kepuasan dan ketenangan. Zakiah (dalam Rahmat, 2008) memandang religiusitas adalah aspek mental dari aktifitas agama. Aspek ini merupakan bagian atau segi agama yang hadir dalam kesadaran beragama dan merupakan pengalaman agama yang membawa individu pada keyakinan yang dihasilkan dalam tindak amaliyah.

2. Dimensi Religiusitas

Menurut Glock & Stark (dalam Ancok & Suroso, 2005) religiusitas adalah keseluruhan dari fungsi jiwa individu mencakup keyakinan, perasaan dan perilaku yang diarahkan secara sadar dan sungguh-sungguh pada ajaran agamanya dengan

mengerjakan lima dimensi keagamaan. Ada lima dimensi religiusitas yang dikemukakan menurut & Stark (dalam Ancok & Suroso, 2005) yang mencakup aspek ritualitas, ideologis, intelektual, pengalaman dan konsekuensial.

Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa religiusitas adalah keseluruhan fungsi jiwa dan mental yang mencakup kognitif, afektif dan psikomotor yang diarahkan secara sadar pada ajaran agamanya dengan melakukan lima dimensi keagamaan yakni dimensi ritualitas, dimensi ideologis, dimensi intelektual, dimensi pengalaman dan dimensi konsekuensial.

Penjelasan lima dimensi di atas menurut Glock & Stark (dalam Ancok & Suroso, 2005) adalah:

1. Dimensi ritualitas menunjukkan tingkat kepatuhan seseorang dalam mengerjakan kegiatan-kegiatan ibadah ritual atau kebiasaan, seperti ibadah wajib dan sunnah yang diharuskan dalam istilah islam, syari'at, fiqih atau ibadah dalam arti khusus.
2. Dimensi ideologis menunjukkan tingkat keyakinan seseorang terhadap kebenaran agamanya, terutama terhadap ajaran-ajaran yang mendasar yang menyangkut keesaan Allah yang bersifat fundamental atau dokmatis. Islam menyebut ini dengan istilah iman atau tauhid.
3. Dimensi intelektual menunjukkan tingkat kepatuhan dan pemahaman

serta sifat kritis seseorang terhadap ajaran agama yang dalam ajaran agama disebut Ilmu.

4. Dimensi pengalaman menunjukkan seberapa jauh seseorang merasakan dan mengalami atau pengalaman unik dalam islam dengan istilah ihsan, tasawuf dan tariqat.
5. Dimensi konsekuensial menunjukkan tingkat seseorang dalam berperilaku dimotivasi oleh agamanya dengan istilah amal atau ibadah dalam arti luas.

3. Faktor-Faktor Yang Dapat Mempengaruhi Religiusitas

Menurut Jalaluddin Rahmat (2008) religiusitas bukan merupakan aspek psikis bersifat instinktif, yaitu unsur bawaan yang siap pakai. religiusitas juga mengalami proses perkembangan dalam mencapai tingkat kematangannya. Kesadaran beragama tidak luput dari berbagai gangguan yang dapat mempengaruhi perkembangannya. Pengaruh tersebut baik yang bersumber dalam diri seseorang maupun yang bersumber dari faktor luar.

a. Faktor Intern

Perkembangan religiusitas selain ditentukan oleh faktor ekstern juga ditentukan oleh faktor intern seseorang. Seperti halnya aspek kejiwaan lainnya, maka para ahli psikologi agama mengemukakan berbagai teori berdasarkan pendekatan masing-masing. Tetapi, secara garis besarnya faktor-faktor yang ikut berpengaruh terhadap perkembangan religiusitas antara lain adalah faktor

hereditas, tingkat usia, kepribadian dan kondisi kejiwaan seseorang.

1. Faktor hereditas.

Jiwa keagamaan memang bukan secara langsung sebagai faktor bawaan yang diwariskan secara turun temurun, melainkan terbentuk dari berbagai unsur kejiwaan lainnya yang mencakup kognitif, afektif dan konatif. Selain itu Rasulullah juga menganjurkan untuk memilih pasangan hidup yang baik dalam membina rumah tangga, sebab menurut beliau keturunan berpengaruh.

2. Tingkat usia.

Berbagai penelitian psikologi agama menunjukkan adanya hubungan tingkat usia dengan kesadaran beragama, meskipun tingkat usia bukan satu-satunya faktor penentu dalam kesadaran beragama seseorang. Yang jelas, kenyataan ini dapat dilihat dari adanya perbedaan pemahaman agama pada tingkat usia yang berbeda.

3. Kepribadian.

Unsur pertama (bawaan) merupakan faktor intern yang memberikan ciri khas pada diri seseorang. Dalam kaitan ini, kepribadian sering disebut sebagai identitas diri (jati diri) seseorang yang sedikit banyaknya menampilkan ciri-ciri pembeda dari individu lain di luar dirinya. Dalam kondisi normal, memang secara individu manusia memiliki perbedaan dalam kepribadian.

Perbedaan ini diperkirakan berpengaruh terhadap aspek-aspek kejiwaan termasuk kesadaran beragama.

4. Kondisi kejiwaan.

Banyak kondisi kejiwaan yang tak wajar seperti *schizophrenia*, *paranoia*, *maniac*, dan *infantile autisme*. Tetapi yang penting dicermati adalah hubungannya dengan perkembangan kejiwaan agama. Sebab bagaimanapun seseorang yang mengidap *schizophrenia* akan mengisolasi diri dari kehidupan sosial serta persepsinya tentang agama akan dipengaruhi oleh halusinasi.

b. Faktor ekstern

Faktor ekstern yang dinilai berpengaruh dalam religiusitas dapat dilihat dari lingkungan dimana seseorang itu hidup. Umumnya lingkungan tersebut dibagi menjadi tiga bagian, yaitu:

1. Lingkungan keluarga.

Keluarga merupakan satuan sosial yang paling sederhana dalam kehidupan manusia. Keluarga merupakan lingkungan sosial pertama kali yang dikenal setiap individu. Dengan demikian, kehidupan keluarga merupakan fase sosialisasi awal bagi pembentukan jiwa keagamaan pada tiap individu

2. Lingkungan institusional.

Melalui kurikulum, yang berisi materi pengajaran, sikap dan keteladanan guru sebagai pendidik serta pergaulan antar teman di sekolah dinilai berperan penting

dalam menanamkan kebiasaan yang baik. Pembiasaan yang baik merupakan bagian dari pembentukan moral yang erat kaitannya dengan perkembangan jiwa keagamaan seseorang.

3. Lingkungan masyarakat.

Sepintas, lingkungan masyarakat bukan merupakan lingkungan yang mengandung unsur tanggung jawab, melainkan hanya merupakan unsur pengaruh belaka. Tetapi norma dan tata nilai yang ada terkadang pengaruhnya lebih besar dalam perkembangan jiwa keagamaan, baik dalam bentuk positif maupun negatif.

2. Kesejahteraan Psikologis

1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis

Ryff (dalam Synder & Lopez, 2007) mendefinisikan kesejahteraan psikologis ialah sejauh mana individu merasa nyaman, damai, dan bahagia berdasarkan penilaian subjektif serta bagaimana mereka memandang pencapaian potensi-potensi lanjut usia itu sendiri. Secara psikologis, manusia memiliki sikap positif terhadap diri dan orang lain agar mendapatkan kesejahteraan psikologis. Lanjut usia mampu membuat keputusan sendiri, mengatur tingkah laku, serta mampu memilih dan membentuk lingkungan yang sesuai dengan kebutuhannya. Setiap orang memiliki tujuan yang berarti dalam hidupnya, dan individu lanjut usia berusaha untuk menggali dan mengembangkan dirinya

semaksimal mungkin agar mendapatkan kesejahteraan psikologis.

Berdasarkan uraian di atas kesejahteraan psikologis ialah ketika individu merasa damai, nyaman, tentram, bahagia dan dapat menerima keadaan dirinya yang sekarang maupun masa lalu yang telah dilaluinya dengan sikap yang positif, dan dapat menjalin hubungan yang baik dengan lingkungan sekitar, dan memiliki tujuan hidup. Jadi ketika seseorang mendapatkan hal tersebut, maka dapat dikatakan individu sejahtera secara psikologis.

2. Dimensi Kesejahteraan Psikologis

Ryff (dalam Synder & Lopez, 2007) membagi *Psychological Well-Being* dalam beberapa dimensi, Skala Ryff yang mengungkapkan bahwa enam dimensi yang independen, berkorelasi, membangun kesejahteraan psikologis:

a. *Self-Acceptance* (Penerimaan diri)

Memiliki sikap yang positif pada diri sendiri, menerima diri baik aspek yang positif maupun negatif, memandang positif masa lalu

b. *Positive Relation with Others* (hubungan positif dengan orang lain)

Hubungan dengan orang lain menjadi hangat, merasa puas, percaya berhubungan dengan orang lain memikirkan kesejahteraan orang lain; memiliki empati, *affection* dan *intimacy*; dalam suatu hubungan dapat saling mengerti, memberi, dan menerima.

c. *Autonomy* (kemandirian)

Para lanjut usia menjadi Mandiri, mampu mempertahankan diri dari pengaruh luar (tidak konformitas), mampu mengatur diri, mampu mengevaluasi diri

d. *Environmental Mastery* (penguasaan lingkungan)

Mampu mengatur lingkungan, mampu mengatur aktivitas luar, mampu memanfaatkan kesempatan yang datang secara efektif, mampu memilih dan menciptakan konteks yang cocok dengan kebutuhan dan nilai personal

e. *Purpose in Life* (Tujuan dalam hidup)

Memiliki tujuan hidup, merasakan masa kini dan masa lalu adalah berarti, memiliki keyakinan hidup

f. *Personal Growth* (Pertumbuhan Pribadi)

Selalu punya keinginan mengembangkan diri, terbuka dengan pengalaman baru, menyadari potensi yang dimiliki, selalu memperbaiki diri dan tingkah laku.

METODE

Penelitian ini termasuk penelitian korelasional yang menghubungkan religiusitas (X) dengan kesejahteraan psikologis (Y).

Definisi operasional variabel yang diteliti adalah sebagai berikut:

a. **Kesejahteraan Psikologis**

Kesejahteraan Psikologis menurut Riff (Synder & Lopez, 2007) adalah sejauh mana individu merasa

nyaman, damai, dan bahagia berdasarkan penilaian subjektif serta bagaimana mereka memandang pencapaian potensi-potensi mereka sendiri.

b. **Religiusitas**

Religiusitas adalah rasa keagamaan, pengalaman ke-Tuhanan, keimanan, sikap dan tingkah laku yang terorganisir dalam sistem mental dari kepribadian mencakup kognitif, afektif dan psikomotor yang diarahkan secara sadar dan sungguh-sungguh pada ajaran agamanya dengan melaksanakan Lima Dimensi keagamaan

Populasi penelitian ini adalah para lanjut usia yang berada di kecamatan tampan kota pekanbaru pada Desember 2010. Populasi lanjut usia yang berada dalam penelitian ini berjumlah 10.971 orang.

Skala kesejahteraan psikologis disusun dari teori Riff. Menurut Riff (dalam Synder & Lopez, 2007) terdapat beberapa dimensi dari kesejahteraan psikologis. Adapun Variabel Religiusitas mengandung lima dimensi menurut Glock & Stark (dalam Ancok & Suroso, 2005). teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Purposive Sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel yang dilakukan berdasarkan kriteria, Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan skala.

HASIL

Tabel.1

Kategorisasi tingkat religiusitas

Tabel di atas menjelaskan bahwa sebanyak 80% lansia memiliki religiusitas yang tinggi. Lansia yang memiliki tingkat religiusitas yang sedang sebanyak 19%, sementara 1% lainnya masuk kategori rendah.

Tabel.2

Kategorisasi tingkat kesejahteraan psikologis

Tabel ini memperlihatkan bahwa sebanyak 93% responden menyatakan bahwa mereka merasakan kesejahteraan psikologis yang tinggi. Selanjutnya sebanyak 6% masuk kategori sedang dan sisanya yaitu 1% rendah.

Dari hasil analisis diperoleh koefisien korelasi antara X dan Y adalah sebesar 0,694 ($p=0,000$). Adapun ketentuan diterima atau ditolak sebuah hipotesis apabila signifikansi dibawah atau sama dengan 0,05 ($p \leq 0,05$) maka hipotesis diterima (Sugiyono, 1999). Dalam hal ini probabilitas (p) yaitu 0,000 lebih kecil dari pada 0,05 ($0,000 \leq 0,05$) dengan taraf signifikansi (1%), jadi hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan yang signifikan dan mempunyai arah yang positif antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis pada lanjut usia Kecamatan Tampan Kota Pekanbaru diterima.

Dari perhitungan statistik diperoleh r_{sq} sebesar 0,482 artinya

religiusitas memberikan pengaruh sebesar 48% terhadap kesejahteraan psikologis. Hal ini menunjukkan bahwa

| Kategori | Frekuensi | Persentase (%) |
|-----------------------|------------------|----------------|
| Rendah $33 < X < 66$ | 1 | 1% |
| Sedang $66 < X < 99$ | 19 | 19% |
| Tinggi $99 < X < 132$ | 80 | 80% |
| Jumlah | 100 orang | 100 % |

religiusitas memberikan pengaruh yang cukup besar terhadap kesejahteraan psikologis.

| Kategori | Frekuensi | Persentase |
|-----------------------|-----------|------------|
| Rendah $31 < X < 62$ | 1 | 1% |
| Sedang $62 < X < 93$ | 6 | 6% |
| Tinggi $93 < X < 124$ | 93 | 93% |

Pembahasan

Penelitian ini membuktikan bahwa hipotesis penelitian di terima ($r = 0,694$; $p = 0,000$) hasil ini juga menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel signifikan dan mempunyai arah positif yaitu lanjut usia yang memiliki religiusitas yang tinggi akan mendapatkan kesejahteraan psikologis yang tinggi pula. Ini berarti tingkat hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis berada pada kategori kuat, dengan kata lain kesejahteraan psikologis yang dimiliki lanjut usia tersebut dipengaruhi oleh religiusitas yang dimilikinya.

Penelitian ini menggunakan teknik korelasi *Product Moment Pearson* dari program SPSS 17 for Windows. Berdasarkan hasil penelitian, di ketahui bahwa dari semua sampel penelitian yang berjumlah 100 orang

lanjut usia yang tinggal di Kecamatan Tampan Kota Pekanbaru memiliki religiusitas yang berada pada kategori tinggi 80 lanjut usia (80%), Sedangkan selebihnya masuk ke dalam kategori sedang sebanyak 19 lansia (19%) dan kategori rendah sebanyak 1 lansia (1%). Ini menunjukkan bahwa keseluruhan usia yang tinggal di Kecamatan Tampan Kota Pekanbaru memiliki religiusitas yang tinggi.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan, bahwa kesejahteraan psikologis yang dimiliki lanjut usia yang tinggal di Kecamatan Tampan Kota Pekanbaru berada pada kategori tinggi yakni sebanyak 93 lanjut usia (93%) dari semua sampel penelitian yang berjumlah 100 lanjut usia. Sedangkan selebihnya masuk ke dalam kategori sedang sebanyak 6 lanjut usia (6%) dan kategori rendah sebanyak 1 lanjut usia (1%). Ini menunjukkan bahwa lanjut usia yang tinggal di Kecamatan Tampan Kota Pekanbaru memiliki kesejahteraan psikologis pada kategori tinggi.

Berdasarkan data yang diperoleh diketahui bahwa mayoritas lanjut usia di Kecamatan Tampan Kota Pekanbaru memiliki tingkat religiusitas yang tinggi dan menunjukkan kesejahteraan psikologis yang tinggi pula. Hal ini disebabkan oleh adanya pemahaman yang baik terhadap ajaran agama yang berasal dari dalam diri lansia, selain itu juga dipengaruhi dengan adanya pengajian ataupun aktifitas keagamaan yang diikuti lansia yang dilakukan di lingkungan tempat

tinggalnya yang membuat lansia mendapatkan kesejahteraan psikologis.

Data diatas memperkuat pendapat Cavan (dalam Jalaluddin, 2008) dengan penelitian yang dilakukan untuk mempelajari 1200 orang sampel berusia antara 60-100 tahun. Temuan menunjukkan secara jelas bahwa kecenderungan untuk menerima pendapat keagamaan semakin meningkat pada usia ini. Sedangkan, pengakuan terhadap realitas tentang kehidupan akhirat baru muncul sampai 100 persen setelah pada usia 90 tahun. Daradjat (Jalaluddin 2008) menyebutkan dengan melaksanakan ajaran agama secara baik, maka kebutuhan akan rasa kasih sayang, rasa aman, rasa harga diri, rasa bebas, rasa sukses dan rasa ingin tahu akan terpenuhi dan akan didukung oleh teori-teori lainnya.

Religiusitas yang kuat pada lanjut usia di Kecamatan Tampan Kota Pekanbaru kemungkinan dipengaruhi oleh kegiatan-kegiatan pengajian yang diikuti subjek yang semakin meningkat yang dengan mudah didapat oleh para lanjut usia untuk menambah wawasan keagamaannya baik dari segi kuantitas maupun kualitas dan semakin meningkatnya kesadaran subjek akan kebutuhannya untuk mendekatkan diri kepada Tuhan. Selain itu juga dapat dilihat pengaruh umum dari agama yang terjadi pada masa lanjut usia sebagaimana yang dikemukakan oleh Hurlock (dalam Chairani 2002) bahwa pada saat lanjut usia toleransi keagamaan semakin meningkat

sehingga seseorang mudah mengikuti dogma-dogma agamanya.

Pada tahap lanjut usia, kebenaran didasari oleh kata hati sendiri yang berasal dari dalam diri individu sesuai dengan prinsip-prinsip yang diyakininya. Bagi lanjut usia yang beragama Islam prinsip-prinsip tersebut berasal dari ajaran agama yang berpedoman pada Al-Qur'an dan Sunnah Rasul, begitu juga pemeluk agama Kristiani mereka pergi ke gereja sehingga apa yang dilakukan dan diyakini oleh lanjut usia sebagai kebenaran berpedoman pada ajaran-ajaran agama yang dianutnya dan memberikan rasa ketentraman dalam hatinya yang akan terwujud dalam kesejahteraan psikologis bagi yang mengamalkan ajaran agamanya masing-masing.

Menurut Meichayati (dalam Chairani 2002) Kehidupan agama yang baik mencapai puncak pada saat seseorang berusia lanjut sehingga melahirkan kesejahteraan psikologis yang memberikan kekuatan jiwa bagi lanjut usia dalam menghadapi tantangan, cobaan, dan memberikan bantuan moral dalam menghadapi krisis serta menimbulkan sikap menerima kenyataan sebagaimana telah ditakdirkan dan juga memberikan rasa aman.

Dari hasil wawancara pada subjek yang sering mengikuti kegiatan keagamaan mengaku bahwa berdoa memberikan mereka ketenangan dan perasaan dekat dengan Tuhan sehingga ketika mereka memiliki suatu

permohonan yang selalu di kabulkan Tuhan. Salah satu sikap positif lanjut usia dalam hal keberagaman ini ialah sebagian besar lanjut usia justru meningkatkan minatnya mengikuti kegiatan keagamaan. Lanjut usia mampu menarik hal positif dari kekurangan yang dimilikinya dan dapat dengan mudah berinteraksi dengan orang-orang yang berada dilingkungan tempat tinggalnya dan selalu berpandangan positif atas apa yang terjadi, dan selalu ikhlas dalam menjalani kehidupan.

Kepasrahan dan kesabaran atas kehendak Tuhan pada diri lanjut usia meningkatkan kesadaran dan penerimaan akan penurunan yang terjadi pada diri lanjut usia sehingga lansia yang memiliki religiusitas yang kuat tidak mengalami kendala dalam melakukan penyesuaian diri terhadap perubahan yang dialaminya. Aktivitas-aktivitas yang mereka jalani memberikan kesejahteraan psikologis karena menumbuhkan rasa kasih sayang, mereka masih dibutuhkan oleh orang lain dan mereka menjalaninya dengan senang hati dan ikhlas, dan memandang kegiatan yang dilakukannya adalah ladang amal untuk bekalnya di akhirat nantinya.

Hasil penelitian Jatmiko (dalam Chairani, 2002) menunjukkan bahwa aktivitas sosial yang tinggi diikuti juga oleh aktivitas mental yang tinggi. Dengan beraktivitasnya lanjut usia untuk tetap menjaga dan memiliki lingkungan sosial yang cukup luas, hal ini membantu mengatasi efek sangkar

kosong pada lanjut usia yang terjadi bila anak-anak sudah meninggalkan rumah, sehingga rumah menjadi kosong dan sepi, kehilangan suasana kehangatan, sehingga mendapatkan peranan sosial dan di hargai oleh lingkungan sosialnya

Sumbangan efektif sebesar 48% yang dilihat pada R^2 nya 0,482 sengan perhitungan SPSS 17.0 for windows menunjukkan bahwa religiusitas cukup berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis pada lanjut usia. Namun perlu dikaji lebih lanjut karena 52% merupakan faktor lain yang belum terungkap. Faktor lain diantaranya adalah faktor intern yang mencakup hereditas, tingkat usia, kepribadian dan juga kondisi kejiwaan dan juga faktor ekstern yang mencakup lingkungan keluarga, institusional dan juga masyarakat.

Tingginya kesejahteraan psikologis subjek erat kaitannya dengan semakin mendalamnya pemahaman agama subjek. Keyakinan dan kepercayaan terhadap kehendak Tuhan menjadikan lanjut usia sabar dalam menghadapi permasalahan yang timbul. Kesabaran membuat lanjut usia dapat bersikap tenang dalam menghadapi masalah sehingga dapat melakukan penyesuaian masalah secara efektif. Lanjut usia mampu menyikapi setiap perubahan yang terjadi dengan cara yang positif dan tidak merasa rendah diri atau berputus asa. Hasil ini menunjukkan bahwa peningkatan religiusitas pada diri

seseorang akan mempengaruhi kesejahteraan psikologis.

Keyakinan dan kekuatan yang lahir dari kepercayaan terhadap Tuhan memberikan ketenangan pada lanjut usia. Kehidupan yang tenang dapat membantu lanjut usia dalam memecahkan masalahnya dengan baik. Lanjut usia mampu menyesuaikan diri dengan baik, mampu menerima kritikan yang bersifat membangun untuk perkembangan jiwanya. Lanjut usia masih dapat melakukan aktivitas dengan tabah sehingga tidak merasa terbebani dengan penurunan yang terjadi pada dirinya. Hal ini setelah dilakukan berbagai penelitian baik dari wawancara maupun pemberian skala yang diisi oleh para lanjut usia yang memberikan hasil yang dipaparkan diatas. Dengan kata lain, religiusitas menjadikan lanjut usia lebih tenang, tabah didalam mengatasi masalah yang timbul akibat proses penuaan dan lanjut usia dapat menjaga keseimbangan mentalnya sehingga mendapatkan kesejahteraan psikologis.

Ada beberapa hal yang perlu diperhatikan dari hasil penelitian ini. Pertama, heterogenitas agama pada tiap individu membuat sulitnya menentukan aitem pada skala ukur religiusitas. Kedua, pada aitem ritualitas pada skala ukur kurang tepat jawabannya dengan pernyataan yang diberikan dan yang ketiga aspek intelektualitas yang kurang menggambarkan aspek religiusitas pada lanjut usia. Ketiga, kurang sempurnanya hasil wawancara yang

tidak bisa ditampilkan semua karena lansia yang diwawancarai termasuk lanjut usia yang aktif karena sering mengikuti kegiatan keagamaan yang menyebabkan kesejahteraan psikologis pada lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Ancok, D & Suroso, F.A. (2005). *Psikologi Islami: Solusi Islam atas Problem-Problem Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Atkinson, R.C. & Ernest, R.H. (1993). *Introduction to Psychology*. New York: Harcourt Brace Javanovich.
- Azwar, S. (2007). *Tes Prestasi: Fungsi dan Pengembangan Pengukuran Prestasi Belajar*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Chairani, L. (2002). Hubungan Antara Kecerdasan Ruhaniah Dengan Perilaku Coping Pada Lanjut Usia. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Yogyakarta : Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada
- Compton, W.C. (2005). *Introduction To Positive Psychology*. America: Thomson wadsworth
- Consoule, G.S. (1993). *Pengantar Metode Penelitian*. Jakarta: Universitas Indonesia
- Hadi, S. (1994). *Statistika 2*. Yogyakarta. Andi Offset
- Haditono, S.R. (2006). *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Hamid, A. (2007). *Penduduk Lanjut Usia Di Indonesia Dan Masalah Kesejahteraannya*. <http://www.depsos.go.id>. Di Unduh 1 Desember 2010. Pekanbaru
- Hartono. (2005). *SPSS Analisis data statistik penelitian dengan komputer*. Yogyakarta: Lembaga studi filsafat kemasyarakatan kependidikan dan perempuan
- Hurlock, E.B. (1991). *Psikologi Perkembangan edisi kelima : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Rahmat. Jalaluddin. 2008. *Psikologi Agama*. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Millah, S. (2002). "Lansia, Tantangan Baru Kependudukan Indonesia", *Media Indonesia*, 27 Meis.
- Nurti, Y. (2007). *Peranan Keluarga Matrilineal Minangkabau Terhadap Keberadaan Perempuan Lanjut Usia*. Artikel Ilmiah Penelitian Kajian Wanita Dikti
- Priyanto. 2010. *Paham Analisa Statistik Data Dengan SPSS*. Yogyakarta: penerbit Media Kom.
- Sari, M. (2005). Perbedaan Stress Akibat Kehilangan Pasangan Hidup Antara Wanita Lanjut Usia Yang Hidup Sendiri Dengan Yang Hidup Bersama

- Anaknya. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Pekanbaru
- Schumaker, J.F. (editor). (1992). *Religion And Mental Health*. New York. Oxford University Press.
- Snyder, C.R. & Lopez, S.J. (2007). *Positive Psychology*. California: Sage Publication
- Sugiyono. (1999). *Statistik Untuk Penelitian*. Bandung : CV.Alfabeta.
- Thouless, R.H. (1992). *Pengantar Psikologi Agama*, terjemahan. Machnun Husein. Jakarta: Rajawali,.
- Verdi. A. (2007). Well being pada lansia.
<http://aryaverdiramadhani.blogspot.com/2007/12/vj12xii2007-well-being-pada-lansia.html>. Diunduh 1 desember 2010.Pekanbaru